

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SD N 1 Sewon Bantul Yogyakarta terletak di kabupaten bantul yang beralamatkan di jalan parangtritis km 7 cabeyan RT.05 panggunharjo. Sekolah ini berdiri sejak tahun 1965 hingga sekarang dan dipimpin oleh kepala sekolah yang bernama Sumarini M.M. SDN 1 Sewon Bantul sudah terakreditasi A serta menerapkan kurikulum 2013 visi dan misi sekolah memiliki motivasi untuk kemajuan sekolah yaitu melaksanakan pembelajaran dan bimbingan sesuai tuntutan perkembangan abad 21 dengan memfasilitasi siswa agar terampil menghadapi era industry 4.0.

2. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan hasil 57 responden di dengan hasil sebagai berikut:

Distribusi karakteristik responden ditampilkan pada tabel 4.1 sebagai berikut:

Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
9	1	1,7
10	20	35,1
11	23	40,4
12	12	21,1
13	1	1,7
Total	57	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki	31	54,3
Perempuan	26	45,7
Total	57	100
Lama Bermain Game Online		

1-2 jam	36	63,3
3-4 jam	16	28
Lebih dari 4 jam	5	8,7
Total	57	100

Sumber : Data primer (2020)

Berdasarkan data karakteristik responden pada tabel 4.1 tersebut dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 11 tahun yaitu sebanyak 40,4 %. Diketahui juga sebagian besar responden berjenis kelamin laki – laki yaitu 54,3 % dan diketahui juga lamanya bermain game sebagian besar 1- 2 jam yaitu 63,3 %

Distribusi karakteristik responden orang tua di tampilkan pada tabel

Tabel 4.2 Distribusi Karakteristik Orang tua

Karakteristik Orang Tua	Frekuensi	Persentase (%)
Usia Ibu		
26-35	22	38,5
36-45	19	33,3
46-55	15	26,5
56-65	1	1,7
65 ke atas		
Total	57	100
Pendidikan Ibu		
Pendidikan Dasar (SD,SMP)	23	40
Pendidikan Menengah (SMA,SMK)	30	52,6
Pendidikan Tinggi	4	7,1
Total	57	100
Pekerjaan Ibu		
Buruh	9	15,8
IRT	25	43,9
Petani	3	5,3
PNS/TNI/POLRI	3	5,3
Swasta	9	15,7
Wiraswasta	8	14
Total	57	100
Usia Bapak		
26-35	13	23,6
36-45	24	43,6

46-55	15	27,2
56-65	3	5,6
65 ke atas	0	0
Total	55	100
Pendidikan Bapak		
Pendidikan Dasar (SD,SMP)	19	34,7
Pendidikan Menengah (SMA,SMK)	32	58,1
Pendidikan Tinggi	4	7,2
Total	55	100
Pekerjaan Bapak		
Buruh	27	49,2
Petani	2	3,6
PNS/TNI/POLRI	2	3,6
Swasta	13	23,6
Wiraswasta	11	20
Total	55	100

Sumber : Data primer (2020)

Berdasarkan data karakteristik orang tua pada tabel 4.2 tersebut dapat diketahui bahwa sebagian karakteristik orang tua berusia antara 26-35 tahun sebesar 38,5% sedangkan usia bapak antara 36 – 45 tahun. Diketahui juga pendidikan terakhir ibu yaitu SMA sebesar 50,8%, sedangkan pendidikan terakhir bapak yaitu SMA sebesar 58,1%. Demikian juga untuk pekerjaan ibu yaitu IRT sebanyak 43,9%. Sedangkan pekerjaan bapak yaitu buruh sebanyak 49,2%. Bapak dari 2 responden sudah meninggal sehingga tidak dimasukkan dalam distribusi frekuensi.

3. Analisa Univariat

a. Gangguan Tidur

Distribusi frekuensi gangguan tidur ditampilkan pada tabel 4.3 sebagai berikut.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Gangguan Tidur

Variabel	Frekuensi	Persentase
Mengalami gangguan	20	35,1
Tidak mengalami gangguan	37	64,9
Total	57	100

Sumber : Data primer (2020)

Berdasarkan data pada tabel 4.2 dapat diketahui bahwa sebagian besar tidak mengalami gangguan yaitu dengan 37 responden atau 64,9 % dan gangguan tidur yang mengalami terganggu yaitu sebesar 20 responden atau 34,5 %.

b. Gangguan Tidur

Distribusi frekuensi gangguan tidur ditampilkan pada tabel 4.4 sebagai berikut.

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Gangguan Tidur

Gangguan tidur	Frekuensi	Presentase
Gangguan Memulai dan Mempertahankan Tidur		
Mengalami gangguan	17	29,8
Tidak mengalami gangguan	40	70,2
Total	57	100
Gangguan pernafasan saat tidur		
Mengalami gangguan	21	36,8
Tidak mengalami gangguan	36	63,2
Total	57	100
Gangguan Kesadaran		
Mengalami gangguan	22	38,6
Tidak mengalami gangguan	35	61,4
Total	57	100
Gangguan Transisi Tidur Bangun		
Mengalami gangguan	17	29,8
Tidak mengalami gangguan	40	70,2
Total	57	100
Gangguan Somnolen Berlebih		
Mengalami gangguan	22	38,6
Tidak mengalami gangguan	35	61,4
Total	57	100
Gangguan Hiperhidrosis saat Tidur		
Mengalami gangguan	20	35,1
Tidak mengalami gangguan	37	64,9

Total	57	100
-------	----	-----

Sumber : Data primer (2020)

Berdasarkan data pada tabel 4.4 dapat diketahui bahwa gangguan memulai dan mempertahankan tidur sebagian besar adalah tidak mengalami gangguan yaitu dengan 40 responden atau 70,2 % dan yang mengalami gangguan memulai serta mempertahankan tidur yaitu sebesar 17 responden atau 29,8 %. Gangguan pernafasan saat tidur sebagian besar adalah tidak mengalami gangguan yaitu dengan 36 responden atau 63,2% dan yang mengalami gangguan pernafasan saat tidur yaitu sebesar 22 responden atau 38,6 %. Gangguan kesadaran sebagian besar adalah tidak mengalami gangguan yaitu dengan 35 responden yaitu 61,4% dan yang mengalami gangguan kesadaran yaitu sebesar 22 responden atau 38,6%. gangguan transisi tidur bangun sebagian besar adalah tidak mengalami gangguan dengan 40 responden yaitu 70,2% dan yang mengalami gangguan transisi tidur bangun yaitu sebesar 17 responden atau 29,8%. Gangguan somnolen berlebih sebagian besar adalah tidak mengalami terganggu dengan 35 responden yaitu 61,4% dan yang mengalami gangguan somnolen berlebih yaitu sebesar 22 responden atau 38,6%. Gangguan hyperhidrosis saat tidur sebagian besar adalah tidak mengalami gangguan dengan responden 37 yaitu 64,9% dan yang mengalami gangguan hyperhidrosis saat tidur yaitu sebesar 20 responden atau 35,1%.

B. Pembahasan

1. Gangguan Tidur

Diketahui hasil penelitian pada tabel 4.1 dalam penelitian ini sebagian besar responden berusia 11 tahun sebanyak 23 responden (40,4%) Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ratnaningrum (2016) menunjukkan bahwa sebagian besar siswa yang berusia 11 tahun paling banyak dengan persentase sebesar (48%) dan penelitian oleh Shodik

(2020) melaporkan 40,3% responden berusia 11 tahun. Anak usia 10-12 tahun sudah mengenal lingkungannya dan mampu mengidentifikasi kebutuhan dirinya yang perlu dipenuhi untuk proses aktualisasi diri. Aktualisasi diri tersebut tercermin dalam bentuk pengakuan oleh teman sebaya. Anak mencari cara untuk mendapatkan pengakuan dari kelompoknya dengan salah satu caranya adalah mampu bermain game online (Ratnaningrum, 2016). Ketertarikan anak terhadap game online terbentuk juga akibat rasa ingin tahu yang mendorong mereka untuk bermain game online, rasa ingin tahu merupakan salah satu faktor yang mendorong seseorang mencoba-coba hal asing yang belum diketahui sebelumnya (Wiguna dkk 2020).

Dalam penelitian ini sebagian besar jenis kelaminnya yaitu laki-laki sebanyak 31 atau (54,3%) dan penelitian ini sejalan dengan penelitian Shodik (2020) laki-laki paling banyak bermain game online dibanding perempuan dengan persentase sebesar (53,2 %). Terdapat perbedaan pengaruh pada otak laki-laki dan pada perempuan ketika bermain game. Terdapat reaksi yang berbeda pada otak laki dan perempuan saat bermain game. Saat bermain game laki-laki lebih agresif saat bermain game dan termotivasi untuk menyelesaikan tantangan atau level yang terdapat dalam game, sehingga hal ini mengaktifkan bagian-bagian otak yang berfungsi mengendalikan emosi dan rasa takut jika tidak dapat memenangkan game serta kemampuan kognitif. Hal ini juga yang membuat lebih banyak laki-laki yang bermain game online dibanding perempuan (Shodik, 2020).

Sebagian besar waktu lamanya bermain game yaitu 1-2 jam sebesar 36 responden atau (63,3%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yg dilakukan oleh Ratnaningrum (2016) yang melaporkan bahwa sebagian besar anak bermain game dalam durasi 1-2 jam yaitu sebesar 60%. Waktu yang di anjurkan anak untuk bermain game itu sekitar 30 menit dengan waktu main game maksimal 2 jam saja, jika terlalu lama bermain game dikhawatirkan dapat merusak mata,

menimbulkan gangguan kesehatan, merusak konsentrasi saat serius, menjadi mudah marah/emosi serta gangguan tidur (Laela, 2017)

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar orangtua berusia 26-35 tahun yaitu sebesar 38,5% Sejalan dengan penelitian oleh Rayadi (2018).

Hasil penelitian menunjukkan pendidikan bapak dan ibu sebagian besar adalah pendidikan menengah atau SMA, yaitu sebesar 50,8% dan 58,1%. Sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Putri (2015) yang melaporkan orangtua responden berpendidikan menengah sebesar 52,2% untuk bapak dan 43,3% untuk ibu. Semakin tinggi pendidikan maka pengetahuan seseorang juga semakin bertambah.

Sedangkan pekerjaan ibu yang paling banyak adalah ibu rumah tangga yaitu sebesar 43,9%, sedangkan bapak bekerja sebagai buruh yaitu sebesar 47,4%. Sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Putri (2015) bahwa paling banyak ibu adalah ibu rumah tangga yaitu sebesar 83,3%. Namun berbeda dengan pekerjaan ayah yang sebagian besar sebagai pegawai swasta yaitu 48,8%. Ibu yang bekerja sebagai ibu rumah tangga memungkinkan ibu memberikan pengawasan penuh terhadap aktifitas atau kegiatan anak di rumah.

Diketahui hasil penelitian pada tabel 4.2 menunjukkan bahwa gangguan tidur pada anak kelas 4 dan 5 yang bermain *game online* di SD N 1 Sewon Bantul Yogyakarta yaitu sebagian besar tidak mengalami gangguan pola tidur dengan hasil 64,9% serta sebagian besar mengalami gangguan pola tidur yaitu dengan hasil 35,1 %. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Marlioni (2015) yang menunjukkan bahwa dari 64 anak yang kecanduan bermain game online, sebanyak 54 anak (71 %) memiliki tidur yang terganggu dan sebanyak 10 anak (13,2%) memiliki tidur yang tidak terganggu. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Amalina (2015) melaporkan bahwa sebanyak 64,2% anak yang bermain game elektronik mengalami gangguan tidur.

Anak sekolah sangat rentan mengalami gangguan tidur factor intrinstik dan lingkungan memainkan peranan dalam tidur anak sekolah. Beberapa factor eksternal seperti kebiasaan minum kopi, penggunaan alat elektronik dan sering bermain game pada malam hari dapat membuat keterlambatan fase tidur tambah berat (Saifullah 2017).

Menurut penelitian Nutter (2018) adapun factor – factor yang dapat mempengaruhi gangguan pola tidur pada anak yang bermain game online semisal factor lingkungan bahwa di lingkungan anak tersebut bisa dapat menimbulkan gangguan pola tidur pada anak yang bermain game online kare jika anak sudah mengenal game online bersama teman-teman disekitarnya atau dilingkungannya maka anak tersebut akan memainkannya setiap hari bersama teman – temannya dan akan mempengaruhi gangguan pola tidur pada anak.

Dalam penelitian ini sebagian besar anak yang bermain game online tidak mengalami gangguan tidur. Hal ini dapat terjadi karena anak sebagian besar bermain game online dalam waktu 1-2 jam, jika anak semakin pendek bermain game online makan anak tersebut tidak akan mengalami gangguan tidur dan jika anak yang sering bermain game maka akan dapat mempengaruhi tidur karena anak yang bermain game online lebih dari 3 jam akan mengalami dampak yang sangat buruk seperti kecanduan bermain game online, akan mengakibatkan gangguan psikologis, gangguan tidur dan waktu akan terbuang sia-sia (Putra dkk 2017).

Selain itu kondisi lain yang dapat mempengaruhi anak tidak mengalami gangguan tidur adalah pekerjaan ibu responden sebagian besar sebagai ibu rumah tangga sedangkan ayah bekerja sebagai buruh. Pekerjaan ibu rumah tangga membuat ibu selalu berada di rumah dan dapat melakukan pendampingan yang lebih sering dibandingkan orangtua yang bekerja di luar rumah. Kehadiran ibu dapat memberikan batasan waktu pada anak dalam bermain game online. Selain itu ibu dapat memberikan pengawasan terhadap kebiasaan anak bermain game

online. Pembatasan waktu dan pengawasan dalam bermain game online yang dilakukan oleh ibu berdampak pada teraturnya anak dalam waktu tidur. Penelitian oleh Rayadi (2018) menyimpulkan membiasakan anak tidur secara teratur adalah suatu bentuk pengawasan orangtua dalam mengawasi kebiasaan anak dalam bermain game online. Apabila anak sudah terbiasa dengan jam tidur yang teratur maka kebiasaan anak bermain game online berkurang karena waktu bermain anak terbatas

2. Kategori Gangguan Tidur

Gangguan tidur yang dinilai dari sleep disturbance scale for children (SDSC) terbagi menjadi 6 kategori, yaitu gangguan memulai dan mempertahankan tidur, gangguan pernafasan saat tidur, gangguan kesadaran saat tidur, gangguan transisi tidur-bangun, gangguan somnolen berlebihan, dan hiperhidrosis saat tidur.

Hasil penelitian kategori gangguan tidur menunjukkan pada setiap kategori gangguan tidur sebagian besar anak tidak mengalami gangguan. Anak yang mengalami gangguan memulai dan mempertahankan tidur sebesar 29,8%. Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Amalina dkk, 2015) yang melaporkan bahwa sebagian responden besar tidak mengalami gangguan, hanya 18,75% yang mengalami gangguan memulai tidur dan mempertahankan tidur, sedangkan penelitian oleh Awwal dkk (2015) melaporkan 35,2%.

Gangguan memulai dan mempertahankan tidur adalah salah satu gangguan tidur tipe insomnia. Biasanya insomnia ini terjadi pada individu dewasa atau seseorang yang sedang mengalami kecemasan atau stress emosional dan bisa juga disebabkan oleh gangguan medis yang menyebabkan perasaan nyeri (Cortes et all 2014).

Gangguan pernafasan saat tidur dialami anak sebanyak 36,8%. Penelitian oleh Awwal dkk (2015) menunjukkan anak yang mengalami gangguan pernafasan saat tidur adalah 3,3% dan penelitian Amalina (2015) melaporkan 4,2%.

Gangguan pernafasan saat tidur adalah dimana anak yang

merasa sulit bernafas pada malam hari. Anak sering terengah-engah saat bernapas atau tidak bisa bernapas saat tidur malam pada malam hari dan apakah anak sering mendengkur/ mengorok saat tidur pada malam hari (Putri 2015)

Anak yang mengalami gangguan kesadaran sebanyak 38,6%. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Awwal dkk (2015) melaporkan sebanyak 24,6% responden mengalami gangguan kesadaran sedangkan penelitian amalina (2015) melaporkan 7,3%.

Gangguan kesadaran adalah dimana anak yang mengalami gangguan kesadaran sering tidur sambil berjalan, anak sering terbangun saat tidur sambil berteriak dan sulit untuk disadarkan serta anak sering mengalami mimpi buruk dan sulit untuk mengingatnya kembali (Saifullah 2017)

Anak yang mengalami gangguan transisi tidur bangun sebanyak 29,8%. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Awwal dkk (2015) melaporkan sebanyak 43,4% sedangkan penelitian Natalia (2011) melaporkan sebanyak 25%.

Gangguan transisi tidur bangun adalah gangguan tidur terbanyak sejumlah 43,4% di penelitian Awwal dkk (2015) Gangguan ini berupa gerakan - gerakan involunter saat tidur, halusinasi hypnagogic dan mengigau atau berbicara ketika tidur (sleeptalking).

Anak yang mengalami gangguan somnolen berlebih sebanyak 38,6%. Peneliti sebelumnya yang dilakukan oleh Amalina dkk (2015) melaporkan sebanyak 13,5%.

Gangguan somnolen berlebih adalah gangguan tidur berupa sulit bangun dan masih merasa letih ketika bangun pagi hari, mengantuk setiap waktu baik pagi maupun siang hari (Awwal dkk 2015).

Anak yang mengalami hyperhidrosis saat tidur sebanyak 35,1 %. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Awwal dkk (2015) melaporkan 4,1%. Sedangkan penelitian Amalina dkk (2015) sebanyak 3,8%.

Hyperhidrosis adalah dimana keluarnya keringat dalam jumlah lebih banyak saat tidur pada anak dan keluar keringat pada sepanjang malam ketika tidur (Putri 2015)

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti sudah melakukan penelitian sesuai dengan prosedur dan tata cara penelitian, akan tetapi masih ada keterbatasan dalam penelitian, antara lain:

1. Terdapat faktor – faktor lain yang dapat mempengaruhi pola tidur anak namun tidak bisa dikendalikan oleh peneliti
2. Pengisi kuesioner adalah orangtua yang dapat memberikan informasi tidak sesuai dengan apa yang dialami anak sehingga membuat hasil menjadi bias

PEPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA