

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Panembahan Senopati merupakan Satuan Kerja Organisasi Perangkat Daerah (SKPD) di lingkungan Pemerintah Kabupaten Bantul yang berlokasi di Jl. Dr. Wahidin Sudirohusodo Bantul 55714. Rumah Sakit Umum Daerah Panembahan Senopati berdiri sejak tahun 1953 sebagai Rumah Sakit hongeroedem (HO). Perubahan nama menjadi RSUD Panembahan Senopati Bantul dilaksanakan pada Tanggal 29 Maret 2003. Sesuai SK Menkes No. 142/Menkes/SK/I/2007 Tanggal 31 Januari 2007 tentang Peningkatan Kelas RSUD Panembahan Senopati Bantul dari Type C menjadi Kelas B Non Pendidikan. RSUD panembahan Senopati Bantul di dalam bangsal Anggrek memiliki fasilitas berupa 1 ruang HC, 10 ruang rawat inap, 17 perawat dan 3 dokter.

RSUD Panembahan Senopati Bantul telah diresmikan menjadi “Rumah Sakit Ramah Anak”. RSUD Panembahan Senopati turut mendukung program Kabupaten Bantul sebagai kabupaten layak anak. Untuk mendukung RSUD Panembahan Senopati sebagai Rumah Sakit Ramah Anak, pihak Rumah Sakit telah menyiapkan ruang bermain dan sebuah perpustakaan di bangsal Anggrek yang merupakan bangsal khusus anak-anak. Untuk koleksi bukunya, pihak Rumah Sakit telah bekerja sama dengan Perpustakaan Umum Daerah (Perpusda) Kabupaten Bantul. Tujuan dari Rumah Sakit Ramah Anak ini adalah agar anak-anak dapat memperoleh pelayanan yang menyenangkan bagi mereka. Ruang bermain dan juga perpustakaan diharapkan dapat menghilangkan rasa jenuh anak saat dirawat di Rumah Sakit.

2. Distribusi frekuensi aktivitas istirahat pada anak usia 3-5 tahun yang dirawat di RSUD Panembahan Senopati Bantul

Penjelasan yang membahas mengenai distribusi frekuensi aktivitas istirahat pada anak usia 3-5 tahun disajikan pada tabel 4.1.

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi aktivitas istirahat pada anak usia 3-5 tahun yang dirawat di RSUD Panembahan Senopati Bantul

No	Pemenuhan Istirahat	f	%
1	Memenuhi	26	65
2	Tidak Memenuhi	14	35
Total		40	100

Hasil tabel 4.1 menunjukkan bahwa yang terbanyak aktivitas istirahat anak usia 3-5 tahun telah terpenuhi sesuai anjuran yaitu sebanyak 26 responden (65%).

3. Barang yang diperlukan anak sebelum tidur pada anak usia 3-5 tahun yang dirawat di RSUD Panembahan Senopati Bantul

Penjelasan yang membahas mengenai barang yang diperlukan anak sebelum tidur pada anak usia 3-5 tahun disajikan pada tabel 4.2.

Tabel 4.2 Barang yang diperlukan anak sebelum tidur pada anak usia 3-5 tahun di RSUD Panembahan Senopati Bantul

No	Barang	f	%
1	Bantal dan Guling	8	20
2	Bantal dan Boneka	1	2.5
3	Bantal dan Susu	1	2.5
4	Bola	1	2.5
5	Boneka	8	20
6	Boneka dan Guling	1	2.5
7	Boneka, Bantal dan Susu	1	2.5
8	Botol Susu	1	2.5
9	Mobil-mobilan	4	10
10	Mobil-mobilan dan Boneka	1	2.5
11	Selimut	3	7.5
12	Susu	1	2.5
13	Susu dan Kain Jarit	1	2.5
14	Tidak Ada	8	20
Total		40	100

Hasil tabel 4.2 menunjukkan bahwa anak usia 3-5 tahun memiliki kebiasaan terbanyak adalah membawa bantal dan guling, boneka dan tidak

ada yang memiliki kebiasaan membawa barang pada saat tertidur yaitu masing-masing sebanyak 8 responden (20%).

4. Kebiasaan yang dilakukan anak sebelum tidur pada anak usia 3-5 tahun yang dirawat di RSUD Panembahan Senopati Bantul

Penjelasan yang membahas mengenai kebiasaan yang dilakukan anak sebelum tidur pada anak usia 3-5 tahun disajikan pada tabel 4.3.

Tabel 4.3 Kebiasaan yang dilakukan anak sebelum tidur pada anak usia 3-5 tahun di RSUD Panembahan Senopati Bantul

No	Kebiasaan	f	%
1	Didampingi	23	57.5
2	Tidak Ada	17	42.5
Total		40	100

Hasil tabel 4.3 menunjukkan bahwa anak usia 3-5 tahun yang terbanyak memiliki kebiasaan didampingi oleh orang tua sebelum tidur yaitu sebanyak 23 responden (57.5%).

5. Faktor yang sering membuat anak terbangun saat tidur pada anak usia 3-5 tahun yang dirawat di RSUD Panembahan Senopati Bantul

Penjelasan yang membahas mengenai faktor yang sering membuat anak terbangun saat tidur pada anak usia 3-5 tahun disajikan pada tabel 4.4.

Tabel 4.4 Faktor yang sering membuat anak terbangun saat tidur pada anak usia 3-5 tahun di RSUD Panembahan Senopati Bantul

No	Penyebab Bangun	f	%
1	Gaduh	10	25
2	Gaduh dan Haus	10	25
3	Haus	7	17.5
4	Haus dan Ngompol	2	5
5	Ngompol	10	25
6	Tidak Ada	1	2.5
Total		40	100

Hasil tabel 4.4 menunjukkan bahwa yang terbanyak anak usia 3-5 tahun terbangun karena gaduh, haus dan ngompol yaitu masing-masing sebanyak 10 responden (25%).

6. Kondisi penerangan yang memudahkan anak tertidur pada anak usia 3-5 tahun yang dirawat di RSUD Panembahan Senopati Bantul

Penjelasan yang membahas mengenai kondisi penerangan yang memudahkan anak tertidur pada anak usia 3-5 tahun disajikan pada tabel 4.5

Tabel 4.5 Kondisi penerangan yang memudahkan anak tertidur pada anak usia 3-5 tahun di RSUD Panembahan Senopati Bantul

No	Penerangan	f	%
1	Gelap	23	57.5
2	Terang	17	42.5
Total		40	100

Hasil tabel 4.5 menunjukkan bahwa anak usia 3-5 tahun yang terbanyak memiliki kebiasaan tertidur dengan kondisi lampu gelap yaitu sebanyak 23 responden (57,5%).

B. Pembahasan

1. Aktivitas istirahat pada anak usia 3-5 tahun yang dirawat di RSUD Panembahan Senopati Bantul

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar aktivitas istirahat anak usia 3-5 tahun telah terpenuhi sesuai anjuran yaitu sebanyak 26 responden (65%). Hal ini dikarenakan anak kebiasaan tidur anak yang mendukung anak tertidur nyenyak selama dirawat di rumah sakit, contohnya anak dapat tertidur dengan barang-barang yang biasa dibawanya sehingga ketika anak tertidur akan merasa nyaman.

Anak usia 3-5 tahun yang dirawat biasanya harus menyesuaikan diri dengan lingkungan rumah sakit, anak yang dirawat di rumah sakit akan mengalami kesulitan untuk tidur, keadaan ini berbeda dengan ketika anak berada di rumah orang tua mengatakan bahwa anak bisa langsung tertidur dalam waktu minimal 5 menit. Sedangkan pada waktu dirawat di rumah sakit, akan mulai tertidur dalam waktu yang cukup lama yaitu sekitar minimal 10 menit. Hal ini menyebabkan orang tua harus selalu menunggu dan berada di dekat anaknya untuk memastikan bahwa anak telah tertidur.

Pada usia *preschool* biasanya memerlukan waktu tidur 11 – 12 jam semalam. Kebanyakan pada usia ini tidak menyukai waktu tidur. Bisa jadi anak usia 3 – 5 mengalami kurang istirahat tidur dan mudah sakit jika kebutuhan tidurnya tidak terpenuhi. Sekitar 20 % tidurnya adalah tidur REM (Asmadi, 2008).

Anak yang dirawat di rumah sakit, biasanya kebutuhan tidur tidak selalu terpenuhi karena beberapa faktor seperti kegaduhan yang terjadi di ruangan bangsal, kondisi anak yang tidak sehat, kondisi penerangan di bangsal yang seluruh ruangan dinyalakan, dan keterbatasan gerak anak untuk bermain karena di rumah sakit kondisi lingkungan tidak sebebas ketika berada di rumah. Beberapa anak yang dirawat tidak terpenuhi kebutuhan tidurnya dan hanya tertidur selama 7 jam sehingga kebutuhan tidurnya tidak terpenuhi sesuai anjuran dokter. Lain halnya ketika anak tertidur di rumah, biasanya kebutuhan tidur anak akan terpenuhi karena anak berada di lingkungannya sendiri sehingga kebutuhan tidur dapat mencapai 11-12 jam sesuai anjuran dari dokter.

Tidur merupakan suatu keadaan berubahnya kesadaran, dimana dengan adanya berbagai derajat stimulus dapat menimbulkan suatu keadaan yang benar-benar terjaga (Taylor, 2007). Tidur merupakan aktivitas yg melibatkan susunan saraf pusat, saraf perifer, endokrin, KV, Respirasi, dan muskulosekretal. Tidur dikarakteristikan dengan aktifitas fisik yang minimal, tingkat kesadaran yang bervariasi, perubahan proses fisiologis tubuh, dan penurunan respons terhadap stimulus eksternal. Hampir sepertiga dari waktu kita, kita gunakan untuk tidur. Hal tersebut didasarkan pada keyakinan bahwa tidur dapat memulihkan atau mengistirahatkan fisik setelah seharian beraktivitas, mengurangi stress dan kecemasan, serta dapat meningkatkan kemampuan dan konsentrasi saat hendak melakukan aktivitas sehari-hari.

Istirahat dan tidur sangat penting bagi kesehatan. Jika seseorang yang sedang sakit memerlukan lebih banyak istirahat dan tidur dibandingkan pada umumnya. Seringkali, seseorang lemah karena

menggunakan energi secara berlebihan dalam melakukan aktivitas kehidupannya sehari-hari. Istirahat dapat memulihkan kembali energi seseorang, membiarkan individu untuk mulai berfungsi lagi secara optimal. Ketika seseorang kurang istirahat, mereka mudah marah, tertekan, dan lelah, serta mereka kesusahan untuk mengendalikan emosi mereka (Kozier, 2004).

Tercukupinya kebutuhan tidur bisa membuat seseorang aktif dan *fresh* dalam menjalankan aktivitasnya. Tercukupi disini lebih pada persoalan kualitas daripada kuantitas. Artinya, orang yang tidur lima jam tapi kualitasnya bagus, lebih baik daripada orang yang tidurnya tujuh jam tapi kualitasnya jelek. Kebutuhan tidur sangat tergantung usia, aktivitas, dan pekerjaan seseorang (Aman, 2005).

Tidur nampaknya diperlukan untuk memperbaiki proses biologis secara rutin. Selama tidur gelombang rendah yang dalam (NREM tahap 4), tubuh melepaskan hormon pertumbuhan manusia untuk memperbaiki dan memperbaharui sel epitel dan khusus seperti sel otak (Tarwoto & Wartonah, 2004).

Potter & Perry (2005) berpendapat bahwa, selama tidur NREM bermanfaat dalam memelihara fungsi jantung dan selama tidur gelombang rendah yang dalam (NREM tahap IV) tubuh melepaskan hormon pertumbuhan manusia untuk memperbaiki dan memperbaharui sel epitel dan khusus seperti sel otak. Selain itu, tubuh menyimpan energi selama tidur dan penurunan laju metabolik basal menyimpan persediaan energi tubuh.

Selama tidur semua fungsi-fungsi tubuh terisi diperbaharui lagi. Istirahat tidak hanya mencakup tidur, tetapi juga bersantai, perubahan dalam aktifitas, menghilangkan segala tekanan-tekanan kerja atau masalah-masalah lainnya (Dian, 2006).

Menurut Aman (2005), tidur memang sangat penting bagi tubuh manusia untuk jaringan otak dan fungsi organ-organ tubuh manusia karena dapat memulihkan tenaga dan berpengaruh terhadap metabolisme tubuh.

Selain itu juga bisa merangsang daya asimilasi karena tidur terlalu lama justru bisa menimbulkan hal yang tidak sehat dikarenakan tubuh menyerap atau mengasimilasi sisa metabolisme yang berakibat tubuh menjadi loyo dan tidak bersemangat saat bangun tidur. Sehingga tidur berfungsi untuk mengembalikan tenaga untuk beraktifitas sehari-hari, memperbaiki kondisi yang sedang sakit, tubuh menyimpan energi selama tidur dan penurunan laju metabolik basal menyimpan persediaan energi tubuh.

Tidur adalah waktu perbaikan dan persiapan untuk periode terjaga berikutnya. Selama tidur NREM, fungsi biologis menurun. Laju denyut jantung normal pada orang dewasa sehat sepanjang hari rata-rata 70 hingga 80 denyut per menit atau lebih rendah jika individu berada pada kondisi fisik yang sempurna. Akan tetapi, selama tidurlaju denyut jantung turun sampai 60 denyut per menit atau lebih rendah. Hal ini berarti bahwa denyut jantung 10 hingga 20 kali lebih sedikit dalam setiap menit selama tidur atau 60 hingga 120 kali lebih sedikit dalam setiap jam. Secara jelas, tidur yang nyenyak bermanfaat dalam memelihara fungsi jantung (Potter & Perry, 2005).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lindawati (2012) dengan judul gambaran pola tidur anak yang dirawat di Rumah Sakit Hasan Sadikin Bandung dengan hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar responden mengalami pola tidur yang baik yaitu 12 jam.

2. Barang yang diperlukan anak sebelum tidur pada anak usia 3-5 tahun yang dirawat di RSUD Panembahan Senopati Bantul

Hasil penelitian menunjukkan jika sebagian besar anak usia 3-5 tahun memiliki kebiasaan membawa bantal dan guling, boneka dan tidak ada yang memiliki kebiasaan membawa barang pada saat tertidur yaitu masing-masing sebanyak 8 responden (20%). Hal ini terjadi karena pada anak balita barang-barang yang membuat mereka nyaman harus mereka bawa kemana-mana.

Seorang anak biasanya mempunyai barang kesayangan, pada pasien anak yang dirawat di rumah sakit biasanya barang kesayangannya harus dibawa agar pasien tetap merasakan kenyamanan seperti berada di rumah sendiri karena keadaan di rumah sakit akan sangat berbeda dengan keadaan di rumah.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Atmadja (2009) yang menyatakan bahwa sebagian besar anak yang menjalani hospitalisasi harus membawa barang yang mereka sayangi untuk menemani tidur mereka sehingga kebiasaan ini tidak dilarang oleh orang tua anak karena apabila barang yang mereka sayangi tidak diberikan maka anak akan marah dan menangis.

Kebiasaan anak sebenarnya merupakan bagian dari tahap pertumbuhannya. Biasanya anak-anak melakukan sebuah kebiasaan itu untuk membuat dirinya nyaman. Hanya saja beberapa kebiasaan itu bertahan dan menjadi sesuatu yang tidak baik pada akhirnya. Maka saat itulah dia harus segera dihentikan (Fitri, 2014).

Sebagian orang tua membiarkan saja perilaku anak dengan kebiasaan seperti di atas. Tidak melarangnya hingga itu benar-benar menjadi kebiasaan yang sulit untuk ditinggalkan si anak. Hasilnya orang tua akan katakan “tidak bisa dihentikan” (Fitri, 2014).

3. Kebiasaan yang dilakukan anak sebelum tidur pada anak usia 3-5 tahun yang dirawat di RSUD Panembahan Senopati Bantul

Hasil penelitian menunjukan jika anak usia 3-5 tahun sebagian besar memiliki kebiasaan didampingi oleh orang tua sebelum tidur yaitu sebanyak 23 responden (57.5%). Anak-anak sering memiliki kebiasaan tidur yang agak merepotkan, misalnya harus dengan selimut atau bantal kesayangan. Masalah yang paling merepotkan adalah jika anak tidak bisa tidur jika tidak ditemani ibunya. Mengatasi anak yang memiliki kebiasaan seperti ini dapat dilakukan dengan mengenalkan *bedtime routine* sedini mungkin.

Bagai anak usia 3-5 tahun, masih sangat bergantung kepada kedua orang tuanya, anak yang dirawat di rumah sakit biasanya tidak akan bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan rumah sakit apabila tidak didampingi oleh kedua orang tuanya. Begitupun jika anak akan tertidur, bagi sebagian anak suasana rumah sakit tidak membuat nyaman karena anak tersebut tidak tidur di kamarnya sendiri, sehingga dengan didampingi orang tua maka rasa ketidaknyamanan tersebut akan sedikit terobati.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Atmadja (2009) yang mendapatkan hasil bahwa anak pada saat dilakukan hospitalisasi akan merasakan ketidaknyamanan pada saat tidur, oleh karena itu anak yang dilakukan hospitalisasi harus didampingi oleh keluarga terutama ibu agar mereka merasa nyaman pada saat tertidur.

Menurut Pramudiarja, (2014) *bedtime routine* penting dikenalkan agar anak memiliki pola tidur yang baik. Berbagai masalah tidur pada anak, mulai dari susah tidur, sering terbangun, hingga cepat letih sebagai akibat kurang tidur, bisa diatasi dengan membiasakan hal tersebut. *Bedtime routine* yang dianjurkan para pakar kesehatan anak meliputi 3 tahap. Tahap pertama adalah mempersiapkan anak secara fisik dengan mandi yang bersih, lalu diikuti dari terapi pijat sebagai persiapan fisik sekaligus emosional karena bisa meningkatkan bonding atau ikatan dengan orang tua. Tahap ketiga yang tidak kalah penting adalah dengan menciptakan suasana tenang, baik dengan nyanyian atau cerita pengantar tidur.

Tahapan ini membuat anak dan orang tua sama-sama tenang secara emosional dan tidur pun menjadi lebih berkualitas. Di samping 3 tahapan tersebut, disarankan pula untuk membiasakan tidur pada jam-jam tertentu secara teratur. Sebisanya mungkin, anak sudah harus tidur sebelum pukul 9 malam. Mengubah-ubah waktu tidur setiap hari akan mempersulit terbentuknya *bedtime routine* yang baik (Pramudiarja, 2014).

4. Faktor yang sering membuat anak terbangun saat tidur pada anak usia 3-5 tahun yang dirawat di RSUD Panembahan Senopati Bantul

Hasil penelitian menunjukkan jika sebagian besar anak usia 3-5 tahun terbangun karena gaduh, haus dan mengompol yaitu masing-masing sebanyak 10 responden (25%). Hal ini kemungkinan dikarenakan Rumah Sakit merupakan tempat yang ramai sehingga ketika anak sedang tidur keramai ini membuat anak terbangun dari tidurnya. Selain itu ketika seorang sedang tertidur terjadi pengeluaran keringat dan mudah dehidrasi sehingga anak mudah haus dan mudah terbangun. Pada saat anak tertidur biasanya terjadi anak mengompol, keadaan ini dimungkinkan karena anak sebelum tidur tidak membuang air kecil terlebih dahulu (Soetjiningsih, 2007).

Keadaan rumah sakit yang tidak kondusif dan terkadang bising merupakan hal yang mengganggu anak ketika akan istirahat, jam besuk pasien yang biasanya didatangi oleh banyak orang menyebabkan suasana di ruangan menjadi gaduh dan ribut, selain itu adanya beberapa pasien anak yang sudah sembuh dan bermain di ruangan sehingga cukup mengganggu pasien anak yang diharuskan istirahat pada siang hari.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Atmadja (2009) yang menyatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi anak terbangun pada saat hospitalisasi adalah kegaduhan di Rumah Sakit yang merawat mereka, orang tua menyatakan jika anaknya akan terbangun dengan suara pasien lain yang mengobrol atau pasien anak lain yang menangis.

5. Kondisi penerangan yang memudahkan anak tertidur pada anak usia 3-5 tahun yang dirawat di RSUD Panembahan Senopati Bantul

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak usia 3-5 tahun sebagian besar memiliki kebiasaan tertidur dengan kondisi lampu gelap yaitu sebanyak 23 responden (57,5%). Hal ini dikarenakan pada anak yang dirawat di RSUD Panembahan Senopati Bantul sebagian besar telah

dibiasakan oleh orang tua untuk tertidur dengan keadaan lampu gelap karena menyebabkan tidur anak menjadi nyenyak (Soetjiningsih, 2007).

Beberapa orang akan merasakan nyaman ketika tertidur dalam keadaan penerangan gelap dan ada juga yang penerangannya terang, ahli kesehatan menyarankan agar ketika tertidur lampu harus dimatikan dan dalam keadaan gelap, akan tetapi beberapa pasien anak merasakan takut kegelapan sehingga pada pasien anak yang ruangnya gelap tidak dapat tidur dengan nyenyak, hal ini dilakukan antisipasi oleh pihak rumah sakit dengan cara meremangkan lampu apabila sudah waktunya anak tidur malam.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Atmadja (2009) yang menyatakan bahwa kondisi penerangan sangat mendukung kualitas dan kuantitas tidur anak, hal ini dapat diketahui karena sebagian besar responden anak yang menjalani hospitalisasi sebagian besar dapat tertidur dengan keadaan lampu harus gelap.

Tidur dengan kondisi banyak cahaya memang tidak dianjurkan, meski memang tidak dilarang. Tidak ada ukuran pasti tentang penerangan yang ideal, namun pada umumnya suasana redup lebih disarankan karena berhubungan dengan jam biologis yang dipengaruhi siklus gelap-terang (Fitri, 2014).

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki keterbatasan antara lain pada saat dilakukan penelitian terdapat beberapa anak yang mudah menangis, sehingga peneliti cukup kesulitan bertanya pada orang tua responden, selain itu terdapat beberapa hal yang berkaitan dengan aktivitas tidur anak, namun belum dimasukkan sebagai variabel penelitian. Hal tersebut antara lain: lama anak tertidur, rutinitas yang dilakukan anak sebelum tidur, jam mulainya anak tertidur dan kebiasaan anak terbangun pada malam hari.