

BAB VI

PEMBAHASAN

Bab ini membahas mengenai hasil penelitian dari responden perlakuan dengan pemberian pembacaan dongeng kepada anak usia prasekolah yang mengalami Hospitalisasi, dan kelompok kontrol dengan terapi standar yang diberikan Rumah Sakit. Setelah data diperoleh dari kuisisioner yang telah diisi oleh orang tua responden selanjutnya dilakukan pengolahan, kemudian diinterpretasikan dan dianalisa sesuai variabel yang diteliti, maka berikut akan diuraikan beberapa bahasan mengenai variabel tersebut.

6.1 Pembahasan Hasil Penelitian

6.1.1 Gangguan tidur anak sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol

Pada kelompok kontrol telah diketahui pada bab lima bahwa nilai rata – rata pre test pada pengukuran skor gangguan tidur anak sebesar 63,10 dengan standart deviasi (SD) 9,19. Sedangkan pada nilai post test didapatkan skor rata- rata 59,30 dengan standart deviasi (SD) 4,69. Dari data tersebut dapat dianalisis bahwa pada hasil pengukuran mean dan standart deviasi tidak memiliki rentan yang sangat jauh di bandingkan dengan kelompok perlakuan.

Hal tersebut sejalan dengan Teori yang diungkapkan Roy dalam buku Nursalam (2005) yang mengatakan kemampuan adaptasi individu bergantung dari stimulus yang didapat berdasarkan kemampuan individu. Tingkat respon individu sangat unik dan bervariasi bergantung pada pengalaman yang didapatkan sebelumnya, status kesehatan individu, dan

stressor yang diterima. Sebagai sistem adaptasi, tingkat adaptasi seseorang dipengaruhi oleh perkembangan individu dan penggunaan mekanisme coping. Wong (2009) mengatakan bahwa anak – anak cenderung memiliki mekanisme coping yang terbatas.

Wahyuningsih & Febriani (2011) dalam penelitiannya menjelaskan banyaknya stimulus dapat menimbulkan gejala psikologis seperti kecemasan yang membuat respon hipotalamus meningkat sehingga individu akan sulit tertidur dan cenderung terjaga. Apabila stress tersebut tidak dapat di tangani ditambah dengan kemampuan coping yang terbatas serta tidak diberikannya tindakan untuk mengatasi gangguan tidur maka hal tersebut akan menyebabkan anak untuk sulit beradaptasi dengan lingkungannya sehingga menyebabkan anak akan tetap mengalami gangguan tidur.

Hasil penelitian ini juga di dukung oleh hasil penelitian Meltzer *et al* (2012) bahwa terdapat banyak stressor yang akan dihadapi anak ketika mengalami hospitalisasi, salah satunya lingkungan yang baru. Bagi anak – anak yang baru pertama kali mengalami rawat inap, lingkungan rumah sakit menjadi suatu hal yang asing sehingga akan menjadi stressor penyebab gangguan tidur dan akan menetap apabila tidak dilakukan upaya untuk menguranginya, Selain itu hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Rini (2013) bahwa terdapat sekitar 70% anak yang baru pertama kali mengalami rawat inap dalam penelitiannya, Rini menyebutkan bahwa anak yang baru mengalami perawatan dirumah sakit akan beresiko menimbulkan cemas dan menimbulkan dampak atraumatik.

Nilai *pre test* dan *post test* pada penelitian ini dengan mean pretest 63,10 dan post test 59,30 dengan *p value* $0,326 > 0,05$ menunjukkan tidak terjadi perubahan yang signifikan tersebut juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2014), yang melakukan penelitian tentang pengaruh *sleep hygiene* terhadap gangguan tidur anak usia sekolah yang menjalani hospitalisasi. Hasil penelitian tersebut pada kelompok kontrol mean antara pre test dan post test juga tidak mengalami peningkatan yang signifikan atau dapat dikatakan hampir sama yaitu pre test 72,57 dan post test 70,3 dengan *p Value* $0,290 > 0,05$. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa pada kelompok kontrol perubahan atau penurunan skor gangguan tidur tidak terjadi perubahan yang signifikan.

6.1.2 Gangguan tidur Anak Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi pada Kelompok Perlakuan

Pada kelompok perlakuan telah diketahui pada bab lima bahwa nilai rata – rata pretest pada pengukuran skor gangguan tidur anak sebesar 64,50 dengan standart deviasi (SD) 7,64. Sedangkan pada nilai posttest pengukuran gangguan tidur anak yang dibacakan dongeng didapatkan skor rata- rata 43,60 dengan standart deviasi (SD) 6,50. Hasil uji statistik *Paired t test* yang menunjukkan signifikansi $0,000 < \alpha$ dengan tingkat kepercayaan 95% yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai *pre test* dan *post test* setelah diberikan intervensi pembacaan dongeng pada anak usia prasekolah yang mengalami Hospitalisasi.

Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa 100 % responden mengalami penurunan skor gangguan tidur. Rata – rata dari responden

mengalami perubahan yang pada awalnya mengalami gangguan tidur sedang namun setelah diberikan intervensi menjadi gangguan tidur ringan. Terjadinya perubahan yang signifikan tersebut juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Anggraeni (2014) pada penelitiannya pengaruh terapi music pada kualitas tidur anak. Anggraeni menyebutkan bahwa hasil dari penelitiannya terdapat 68,8% responden memiliki kualitas tidur yang baik setelah diberikan intervensi dengan hasil uji p value < 0,05. Menurut Merry dalam Anggreani (2014) rileksasi sebelum tidur dapat meningkatkan kualitas sebelum tidur. Pemberian ritual pra tidur sekitar 10 menit hingga satu jam dapat meringankan stress. Pemberian ritual pra tidur tersebut dapat berupa relaksasi dengan bacaan ringan, meditasi, terapi aroma, peregangan cahaya, mandi air hangat atau dengan mendengarkan musik.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan Soares VA, Silva Da, dan Santos PM (2016) bahwa membacakan dongeng menjadi salah metode bermain yang menyenangkan. Melalui bermain anak – anak memiliki kemampuan dan menemukan kembali dunia mereka. Pembacaan dongeng dapat menjadi media yang menyenangkan untuk mengalihkan perhatian dan mengurangi kegelisahan sehingga anak akan lebih mudah beradaptasi dan merasa lebih nyaman berada di lingkungan rumah sakit. Perasaan nyaman dan relaks tersebut dapat membuat anak melupakan kecemasannya sehingga anak dapat tidur dengan perasaan tenang

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Hedo dan Sudhana (2014) yang menyatakan bahwa dengan

membacakan dongeng sebelum tidur dapat menurunkan agresivitas anak secara signifikan yang dibuktikan dengan hasil p sebesar 0,000 atau $p < 0,05$. Hasil tersebut juga sesuai dengan yang dikemukakan Katinawati (2012) bahwa cerita dongeng dapat bermanfaat sebagai obat untuk menyembuhkan sakit karena cerita membawa pada suasana yang menyenangkan. Cerita akan menumbuhkan spirit, sugesti, dan juga sedikit hipnotis sehingga akan mendorong anak yang sedang mengalami perawatan di rumah sakit untuk cepat sembuh. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa dongeng dapat berpengaruh pada penurunan gangguan tidur secara signifikan.

6.1.3 Analisa Pengaruh Dongeng Terhadap Penurunan gangguan tidur anak pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Berdasarkan hasil uji Statistik *independent t test* dapat diketahui bahwa nilai $P < \alpha (0,000 < 0,05)$, yang menunjukkan bahwa H_0 di tolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan hasil antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Dengan demikian dapat dikatakan hasil kelompok perlakuan lebih baik dibandingkan dengan hasil kelompok kontrol

Responden anak pada kelompok kontrol dan intervensi menerima stresor yang sama saat dirawat dan menjalani hospitalisasi, dimana pada kondisi tersebut anak akan berusaha mengembangkan perilaku atau strategi dalam menghadapi stresor tersebut sehingga akan mampu beradaptasi dengan lingkungannya. Pemberian pembacaan dongeng menjadi sebuah kegiatan yang dilakukan pada anak kelompok intervensi

sebagai salah satu cara untuk mengatasi masalah gangguan tidurnya. Hal inilah yang menyebabkan perbedaan gangguan tidur kedua kelompok dimana kedua kelompok mengalami penurunan skor *post test*, namun kelompok intervensi skornya turun lebih banyak sehingga terlihat efek pembacaan dongeng terhadap gangguan tidur anak.

Selain itu, adanya perbedaan nilai yang signifikan antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan tersebut dapat didukung dengan teori yang diungkapkan Potter dan Perry (2005) bahwa cerita diberikan sebagai pereda ketegangan. Bercerita akan merangsang batang otak atas dalam mengaktivasi korteks serebral. Aktivasi korteks serebral kemudian akan menstimulasi penurunan *Reticular Activating System* (RAS). Dimana RAS diyakini mengandung sel – sel khusus yang memiliki peran dalam mempertahankan keadaan terjaga dan siaga. Sehingga dengan terjadinya penurunan stimulus pada RAS akan membuat aktivasi RAS akan semakin menurun pula. Kondisi inilah yang akan membuat tubuh melepaskan serotonin dari sel *Bulbar Synchronizing Region* (BSR) yang akan menimbulkan rasa tenang bagi tubuh. Timbulnya rasa tenang dari tubuh tersebut akan dapat menghilangkan rasa cemas yang dirasakan anak akibat dampak hospitalisasi. Dimana rasa cemas tersebut merupakan salah satu bentuk stress psikologis yang dapat menjadi penyebab gangguan tidur pada anak (Wahyuningsih & Febriani , 2011).

Penurunan skor gangguan tidur pada *post test* kelompok intervensi yang cukup besar membuktikan bahwa pembacaan dongeng dapat menurunkan gangguan tidur anak menjadi lebih baik dengan

memberikan suasana yang menyenangkan dan relaks sebagai bentuk distraksi dari kecemasan yang dialaminya.

Pada kelompok kontrol juga terdapat penurunan skor gangguan tidur walaupun nilainya kecil hal tersebut mungkin dapat berkaitan dengan kemampuan adaptasi anak. Teori menyebutkan bahwa pada dasarnya setiap orang memiliki kemampuan adaptasi dan adaptasi ini memerlukan waktu yang sangat tergantung pada kondisi anak untuk dapat menyesuaikan diri dengan situasi baru (Solikhah, 2011).

Berdasarkan uraian di atas dan didukung teori-teori yang sesuai dapat dikatakan bahwa pembacaan dongeng dapat menurunkan gangguan tidur anak usia prasekolah yang mengalami Hospitalisasi di RSUD “Kanjuruhan” Kapanjen Kabupaten Malang.

6.2 Implikasi Terhadap Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik dari segi teoritis maupun segi praktis.

6.4.1 Penelitian dan Pendidikan Keperawatan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam menyumbang pemikiran untuk memperkaya konsep dalam pemberian intervensi berupa pembacaan dongeng pada anak yang mengalami gangguan tidur akibat hospitalisasi. Selain itu hasil penelitian juga bisa dijadikan sebagai *evidence based practice* yang bisa diterapkan pada pengembangan pendidikan keperawatan khususnya pada keperawatan anak tentang terapi untuk mengatasi gangguan tidur anak yang dirawat di rumah sakit.

6.2.1 Praktik dan Pelayanan Keperawatan

1. Hasil penelitian dapat menambah ilmu dan wawasan peneliti terkait intervensi yang menyenangkan yang dapat diberikan pada anak usia prasekolah yang mengalami gangguan tidur karena hospitalisasi. Selain itu sebagai sarana pengaplikasian ilmu yang telah di dapat saat proses perkuliahan.
2. Memberikan informasi tentang pentingnya kegiatan dongeng terhadap penurunan gangguan tidur anak usai prasekolah yang mengalami hospitalisasi, agar perawat dapat menerapkan intervensi tersebut dalam praktik pelayanan di rumah sakit untuk meminimalkan trauma fisik maupun psikis anak selama hospitalisasi.

6.3 Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan yang harus diperbaiki untuk penelitian selanjutnya Keterbatasan penelitian yang ditemukan peneliti selama penelitian berlangsung adalah :

1. Setiap anak memiliki kebiasaan pola tidur yang berbeda beda sehingga terdapat beberapa responden yang telah tidur di awal waktu sehingga peneliti tidak dapat memberikan perlakuan sehingga banyak responden yang drop out.
2. Suasana hati anak yang berubah-ubah, dikarenakan kondisi anak yang sedang sakit, hal tersebut sangatlah normal, oleh karena itu peneliti harus menunggu anak lebih tenang dahulu. Hal tersebut membuat waktu yang diperlukan menjadi lebih panjang dari yang telah ditentukan.