

SKRIPSI
GAMBARAN POLA TIDUR ANAK PRASEKOLAH
DI TK YKK 2 BANGKALAN



Disusun oleh :
QORIAH
NIM : 202208076

PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITA BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO
2023

SKRIPSI
GAMBARAN POLA TIDUR ANAK PRASEKOLAH
DI TK YKK 2 BANGKALAN

Diajukan Untuk Memperoleh Gelar S1 Kebidanan

Pada Universitas Bina Sehat PPNI

Kabupaten Mojokerto



Disusun oleh :

QORIAH

NIM : 202208076

PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITA BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO

2023

SURAT PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur *Plagiatisme* saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.



LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir Program

Judul : Gambaran Pola Tidur Anak Prasekolah Di TK YKK 2 Bangkalan

Nama : Qoriah

NIM : 202208076

Pada Tanggal : 19 Februari 2024


Oleh :

Pembimbing I


Ariu Dewi Yanti., S.ST.,Bd..M.Kes

NIK. 162 601 104

Pembimbing II


Lasiyati Yuswo Yani., S.ST.,Bd. .M.Keb

NIK. 162 601 089



LEMBAR PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Ujian Sidang Skripsi Pada Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto

Nama : Qoriah

Nim : 202208076

Judul : Gambaran Pola Tidur Anak Prasekolah Di TK YKK 2 Bangkalan

Pada tanggal : 19 Februari 2024

Tim Penguji

Mengesahkan :

Tanda Tangan

Ketua : Indra Yulianti.,S.ST.,M.Kes (.....)

Anggota : Ariu Dewi Yanti., S.ST.,Bd.M.Kes (.....)

Anggota : Lasiyati Yuswo Yani., S.ST.,Bd. .M.Keb (.....)

Mengetahui,

Ka.Prodi S1 Kebidanan

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI

Mojokerto

Indra Yulianti.,S.ST.,M.Kes

NIK. 162 601 106

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan rasa syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat, karunia, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Gambaran Pola Tidur Anak Prasekolah Di TK YKK 2 Bangkalan”.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari adanya kekurangan dan keterbatasan. Namun berkat bantuan, bimbingan, petunjuk serta dorongan dari semua pihak, akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan tepat waktu. Maka dengan kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr Windu Santoso, M.Kep selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh pendidikan di Fakultas Ilmu Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto
2. Dr. Tri Ratnaningsih, Skep. Ns, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyusun dan menulis penelitian.
3. Indra Yulianti, S.ST., M.Kes selaku Ka.Prodi S1 Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto sekaligus sebagai penguji skripsi yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan kepada penulis.
4. Ariu Dewi Yanti, SST.,Bd M.KES, selaku pembimbing 1 skripsi yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan kepada penulis.
5. Lasiyati Yuswo Yani., SST.,Bd M.Keb, selaku pembimbing 2 skripsi yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan kepada penulis.
6. Teman-teman yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari pembaca. Semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan bagi pembaca umumnya.

Bangkalan, Februari 2024

Penulis

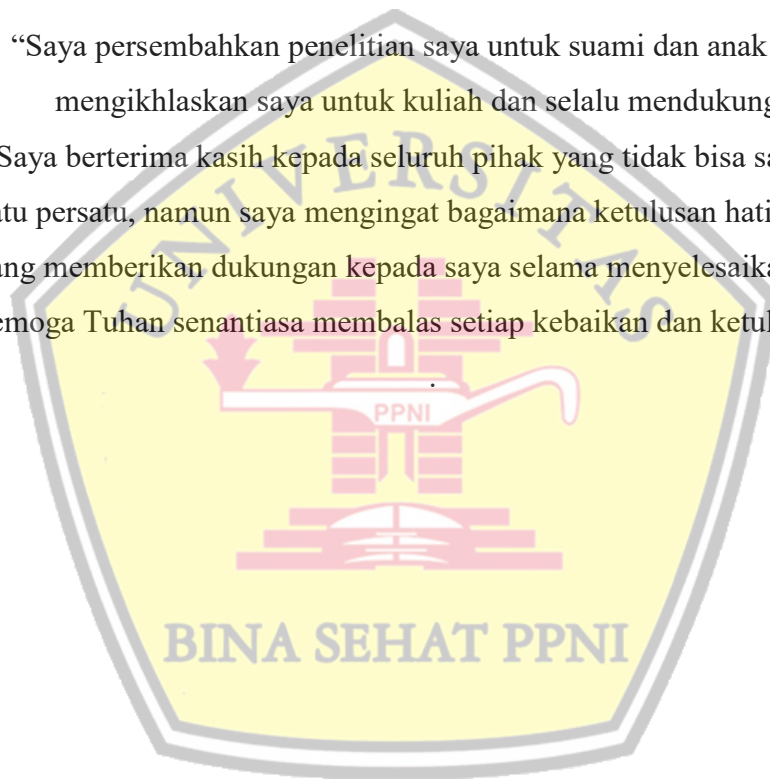
MOTTO

- “Permata tidak bisa berkilau tanpa gesekan. Begitu juga manusia, tidak ada manusia yang luar biasa tanpa cobaan.”

PERSEMBAHAN

“Saya persembahkan penelitian saya untuk suami dan anak saya yang mengikhlaskan saya untuk kuliah dan selalu mendukung saya”

“Saya berterima kasih kepada seluruh pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, namun saya mengingat bagaimana ketulusan hati orang-orang yang memberikan dukungan kepada saya selama menyelesaikan skripsi ini. Semoga Tuhan senantiasa membalas setiap kebaikan dan ketulusan kalian “



DAFTAR ISI

Halaman Sampul Depan.....	
Halaman Judul.....	i
Surat Pernyataan.....	ii
Lembar Persetujuan.....	iii
Lembar Pengesahan	iv
Kata Pengantar	v
Motto dan Persembahan.....	vi
Abstrak	vii
Daftar isi.....	ix
Daftar tabel.....	x
Daftar gambar.....	xi
Daftar lampiran	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Dasar Tidur	7
2.2 Kerangka teori.....	45
2.3 Kerangka konseptual.....	46
BAB 3 METODE PENELITIAN	47
3.1 Desain Penelitian.....	47
3.2 Populasi, Sampel, Sampling.....	47
3.3 Identifikasi Variabel Dan Definisi Operasional.....	50
3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian	52
3.5 Pengolahan Data	54
3.6 Validitas dan Reliabilitas	55
3.6 Analisa Data	57
3.7 Etik Penelitian	58
3.8 Keterbatasan Penelitian.....	58
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	59
4.1 Hasil Penelitian	59
4.2 Pembahasan.....	59
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	62
5.1 Kesimpulan	62
5.2 Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA	64
Lampiran	66

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Karakteristik Tahapan Tidur NREM	11
Tabel 2.2 Kebutuhan Tidur Manusia	15
Tabel 4.1 Gambaran Pola Tidur Anak Prasekolah.....	59



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Siklus Tidur.....	13
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	45
Gambar 2.3 Kerangka Konseptual	46
Gambar 3.1 Kerangka Kerja	53



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat Ijin Penelitian.....	66
Lampiran 2 : Surat Balasan Penelitian.....	67
Lampiran 3 : Ijin Penelitian dari TK YKK	67
Lampiran 4 : Lembar Permohonan Menjadi Responden	69
Lampiran 5 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden	68
Lampiran 6 : Lembar Instrumen CSHQ.....	72
Lampiran 7 : Rekapitulasi Hasil Penelitian (Instrumen CSHQ).....	90
Lampiran 8 : Dokumentasi Penelitian.....	91
Lampiran 9 : Lembar Bimbingan Proposal.....	92
Lampiran10 : Lembar Bimbingan Skripsi.....	94
Lampiran11 : Lembar Konsul Revisi Skripsi	98
Lampiran 12 : Hasil Uji Similaritas	98
Lampiran 13: Pengajuan Kebersediaan Meguji Skripsi.....	99



DAFTAR SINGKATAN

ACTH	: Adrenocorticotropic hormone
ADH	: antidiuretic hormone
ADHD	: Attention Deficit Hyperactivity Disorder
ARAS	: <i>Ascending Reticular Activity System</i>
BSR	: bulbar synchronizing regional
CSHQ	: <i>Children's Sleep Habit Qustionnaire</i>
EEG	: <i>elektroensefalogram</i>
EOG	: <i>elektro-okulogram</i>
EMG	: <i>elektromiogram</i>
ICD 10	: <i>International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problem Tenth Revisions</i>
IDAI	: Ikatan Dokter Anak Indonesia
LH	: <i>Luteinizing hormone</i>
M.Keb	: Magister Kebidanan
M.Kes	: Magister Kesehatan
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
NREM	: <i>Non-Rapid Eye Movement</i>
PPNI	: Persatuan Perawat Nasioanal Indonesia
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
S.ST	: Sarjana Sains Terapan
TK	: Taman Kanak Kanak
TSH	: <i>Thyroid-stimulating hormone</i>
YKK	: Yayasan Kesejahteraan Kanak Kanak

BINA SEHAT PPNI

DAFTAR PUSTAKA

- Andriana, D. (2013). *Tumbuh Kembang & Terapi Bermain pada Anak*. Jakarta: Salemba Medika.
- Aryana, 2020. *Perubahan Lama Screen Time, Pola Tidur, dan Pola Makan pada Anak Sebelum dengan Setelah Kebijakan Belajar di Rumah*. Jurnal Prosiding Kedokteran.
- Asmadi. (2018). *Prosedural Keperawatan, Konsep dan Aplikasi KDM*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ermona, N. D. N., & Wirjatmadi, B. (2018). *Hubungan Aktivitas Fisik Dan Asupan Gizi Dengan Status Gizi Lebih Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di Sdn Ketabang 1 Kota Surabaya Tahun 2017*. Amerta Nutrition, 2 (1):97-105
- Hidayat, A. A. A. 2015. *Aplikasi Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia Konsep dan Proses Keperawatan* (Edisi 2). Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat, A. A. A. 2015. *Metode Penelitian Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat, A. A. A. 2015 *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak* (Edisi 1). Jakarta: Salemba Medika..
- Kozier, B., Ert, G., Behman, A., & Synder, S. (2014). *Fundamental of nursing Consepr Process and Practice (7 thed)*. Canada: Upper Sanddel Rier.
- Mariana, 2019. *Faktor yang Mempengaruhi Pola Tidur Anak Yang enjalani Hospialisasi di Ruan Rawat Inap Anak RSD. Mayjend H.M Ryacudu Kotabumi tahun 2016*. Jurnal Keperawatan Abdurrab. Volume 2 No 2 Januari 2019
- Mubarak, et al 2015, *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar (Buku 1)*, Salemba Medika, Jakarta

- Notoatmojo.2018. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam. 2016. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta : Salemba Medika
- Poter, & Perry. (2015). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep Preses dan Praktik* (Edisi 4, Vol. 1). Jakarta: EGC.
- Rafknowledge. (2014). *Insomnia dan Gangguan Tidur Lainnya*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Santrock, J. W. (2012). *Masa Perkembangan Anak*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sekartini, R. (2014). *Masalah Tidur Pada Anak*. Jakarta: Sari Pediatri.
- Sriasih, Ni Kadek. 2022. *Gambaran Kualitas Tidur Anak Prasekolah Di Masa Pandemi Covid*. 19. *Jurnal Menara Medika* Vol 4 No 2 Maret 2022. <https://media.neliti.com/media/publications/472446-gambaran-kualitas-tidur-pada-anak-usia-s-15cc16fa.pdf> diakses tanggal 15 Januari 2024.
- Yuniawati, Titin. 2020. *Hubungan Stress Hospitalisasi dengan Pola Tidur Anak Usia Prasekolah di Ruang Melati RSUD Kardinah Tegal*. *Jurna Keperawatan*. Vol.3 . 3 Maret 2020.