

BAB 4

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini berisi tentang hasil penelitian dan pembahasan tentang hubungan kuantitas dan kualitas tidur anak pada masa pandemic covid-19 di Dusun Ngembul Rt. 15 Rw. 06. Hasil penelitian ini menjelaskan tentang data umum dan data khusus yaitu kuantitas dan kualitas tidur anak.

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Dusun Ngembul terletak di Desa Kepuhklagen Kec. Wringinanom Kab. Gresik. Desa ini berbatasan dengan wilayah Kab. Mojokerto. Dusun Ngembul Desa Kepuhklagen adalah sebuah desa yang punya sejarah tua di Indonesia bahkan didunia hal itu dibuktikan dengan adanya temuan fosil tulang, manusia purba “Pithecanthropus Erectus” yang ditemukan tahun 1936 oleh Raden Tjokrohandoyo dan J. Duyfjes Seorang peneliti asal belanda.

4.2 Data Umum

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.1 Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin di Dusun Ngembul Rt. 15 Rw. 06

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Prosentasi (%)
1	Laki-laki	19	63,3
2	Perempuan	11	36,7
Total		30	100

Sumber : Data Primer 2020

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 19 orang (63,3%).

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 4.1 Distribusi responden berdasarkan umur di Dusun Ngembul Rt. 15 Rw. 06 06 Desa Kepuhklagen Kec. Wringinanom Kab. Gresik

No	Umur	Frekuensi	Prosentasi (%)
1	14 tahun	18	60
2	15 tahun	9	30
3	16 tahun	3	10
Total		30	100

Sumber : Data Primer 2020

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 14 tahun sebanyak 18 orang (60%).

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tabel 4.1 Distribusi responden berdasarkan tingkat pendidikan di Dusun Ngembul Rt. 15 Rw. 06 Desa Kepuhklagen Kec. Wringinanom Kab. Gresik

No	Tingkat pendidikan	Frekuensi	Prosentasi (%)
1	SMP	21	70,0
2	SLTA	9	30,0
Total		30	100

Sumber : Data Primer 2020

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden tingkat pendidikanya adalah SMP sebanyak 21 orang (70,0%).

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kecanduan

Tabel 4.1 Distribusi responden berdasarkan tingkat pendidikan di Dusun Ngembul Rt. 15 Rw. 06 Desa Kepuhklagen Kec. Wringinanom Kab. Gresik

No	Kecanduan	Frekuensi	Prosentasi (%)
1	Sekolah Daring	10	33,3
2	Game Online	13	43,3
3	Menonton Televisi	7	23,3
Total		30	100

Sumber : Data Primer 2020

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden Kecanduan dalam bermain game online sebanyak 13 Responden (43,3).

4.2.1 Data Khusus

1. Kuantitas Tidur Remaja di Dusun Ngembul Rt. 15 Rw. 06 Desa Kepuhklagen Kec. Wringinanom Kab. Gresik

Tabel 4.1 Distribusi responden berdasarkan kuantitas tidur remaja di Dusun Ngembul Rt. 15 Rw. 06

No	Kuantitas Tidur	Frekuensi	Prosentasi (%)
1	Cukup	8	26,7
2	Kurang	13	43,3
3	Lebih	9	30,0
Total		30	100

Sumber : Data Primer 2020

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa hampir sebagian yaitu sebanyak 13 responden (43,3%) kuantitas tidurnya dalam kategori kurang.

2. Kualitas Tidur Remaja di Dusun Ngembul Rt. 15 Rw. 06 Desa Kepuhklagen Kec. Wringinanom Kab. Gresik

Tabel 4.2 Distribusi responden berdasarkan kualitas tidur remaja di Dusun Ngembul Rt. 15 Rw. 06

No	Kualitas tidur	Frekuensi	Prosentasi (%)
1	Baik	13	43,3
2	Buruk	17	56,7
Total		30	100

Sumber : Data Primer 2020

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar kualitas tidur responden adalah buruk sebanyak 17 orang (56,7%).

4.3 Pembahasan

1. Kuantitas Tidur Remaja di Dusun Ngembul Rt. 15 Rw. 06 Desa Kepuhklagen Kec. Wringinanom Kab. Gresik

Berdasarkan tabel 4.1 sebanyak 13 responden (43,3%) kuantitas tidurnya dalam kategori kurang dan sebagian kecil kuantitas tidurnya cukup sebanyak 8 orang (26,7%). Kuantitas tidur kurang dialami oleh responden laki-laki dengan usia 14 tahun sebanyak 18 orang (60%). dan tingkat pendidikanya SMP sebanyak 21 orang (70,0%).

Tidur merupakan kebutuhan yang sangat penting untuk anak-anak dan remaja dalam proses belajar, proses memori dan prestasi sekolah. Peningkatan kejadian putus tidur, kurang tidur, waktu tidur terlambat dan waktu bangun lebih awal, serius dalam mempengaruhi kemampuan belajar, prestasi sekolah, dan fungsi perilaku. waktu tidur dan bangun berdasarkan waktu sekolah dan kehidupan sosial akan mempengaruhi pengurangan waktu tidur pada remaja yang berdampak pada terjadinya gangguan tidur (Awwal, Hartanto, & Hendrianingtyas, 2015)

Menurut Teori (Pujiana & Hidayani, 2018) Tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang termasuk kedalam kebutuhan fisiologis, karena setiap orang memerlukan kebutuhan tidur yang cukup agar tubuh dapat berfungsi secara normal. Pada kondisi tidur, tubuh melakukan proses pemulihan untuk mengembalikan stamina tubuh hingga berada dalam kondisi yang optimal. Kebutuhan tidur yang baik dan teratur akan memberikan efek yang baik bagi kesehatan, dan jika kebutuhan tidur terganggu atau kurang terpenuhi maka akan berpengaruh terhadap aktifitas kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan responden dengan kuantitas tidur kurang, hal ini mengindikasikan bahwa selama pandemi covid-19 responden terlalu banyak dirumah untuk mengerjakan tugas online dan bermain gadget sehingga sebagian besar waktunya untuk tidur kurang.

2. Kualitas Tidur Remaja di Dusun Ngembul Rt. 15 Rw. 06 Desa Kepuhklagen Kec. Wringinanom Kab. Gresik

Berdasarkan tabel 4.2 kualitas tidur responden adalah buruk sebanyak 17 orang (56,7%) dan sebagian kecil adalah baik sebanyak 13 responden (43,3%). Kualitas tidur buruk sebagian besar dialami oleh responden laki-laki paling banyak terjadi pada remaja

dengan usia 14 tahun sebanyak 18 orang (60%) dan tingkat pendidikan paling tinggi terjadi pada anak SMP sebanyak 21 orang (70,0%).

Hal ini sejalan dengan Teori (Mariani, 2019) Pada klien yang menjalani pandemic covid-19 dapat mengalami masalah istirahat dan tidur. Tidur adalah bagian dari penyembuhan dan perbaikan. Mencapai kualitas tidur yang baik penting untuk kesehatan, sama halnya dengan sembuh dari penyakit. Menurut Wook, et al (2015) Kecanduan gadget dikaitkan dengan jenis kelamin, laki-laki cenderung menggunakan game online. Penggunaan elektronik pada saat malam hari membuat keterlambatan fase tidur lebih berat.

Menurut (Riana, Hariani, Mahardika, Ayu, & Wedayani, 2019) Remaja bagaikan digital pribumi mulai dari membagikan pemikiran dalam ruang online, mencoba mengikuti mode, hingga mencari hubungan emosional dan dukungan. Karakteristik ini, termasuk pencarian baru pada remaja, dikombinasikan dengan kontrol yang belum matang, sehingga remaja ditempatkan pada risiko tinggi kecanduan smartphone. Pada berbagai negara Barat, hampir semua remaja berusia 12–19 tahun (98%) memiliki ponsel, sebagian besar (97%) adalah smartphone.

Pengguna smartphone yang berlebihan memiliki risiko lebih tinggi memiliki gangguan tidur dan mempengaruhi kualitas tidur seseorang. Penggunaan smartphone pada jam tidur dapat mempengaruhi kualitas tidur menjadi buruk, efisiensi tidur menurun dan mulainya onset untuk tidur menjadi lebih lama^{7,8}. Smartphone dapat menjadi pembentuk kebiasaan, berupa kebiasaan pengecekan, pemeriksaan berulang dan kecepatan mengakses berbagai konten menggunakan smartphone dapat mempengaruhi peningkatan penggunaan smartphone (Riana et al., 2019)

Menurut Hasil penelitian menunjukan bahwa Responden dengan kualitas tidur buruk sering terjadi pada responden laki-laki karena selama pandemi mereka waktunya lebih banyak digunakan untuk bermain game sehingga kualitas tidurnya buruk, hal ini karena jam tidur mereka kurang terkontrol dan cenderung kurang sehingga kualitasnya buruk.