

KARYA TULIS ILMIAH
HUBUNGAN POLA TIDUR DENGAN PERTUMBUHAN ANAK
USIA PRASEKOLAH DI TK WILAYAH NGBEL
TAMANTIRTO, KASIHAN, BANTUL

Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Derajat Sarjana Keperawatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh:

FALLAQ HUKAMA

20110320144

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

2015

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN POLA TIDUR DENGAN PERTUMBUHAN ANAK
USIA PRASEKOLAH DI TK DHARMA BAKTI IV NGBEL**

Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal: 15 Agustus 2015

Oleh:

Fallaq Hukama

20110320144

Pembimbing

Falasifah Ani Yuniarti, S.Kep., Ns, M.A.N, HNC

NIK: 1977062720020417305

Penguji:

Ferika Indarwati, S.Kep., NS., MNg

NIK: 19770627200204173056

Mengetahui

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Sri Sumaryani, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. Mat.

NIK: 19770313200104173046

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fallaq Hukama
NIM : 20110320144
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka dibagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 15 Agustus 2015

Yang membuat pernyataan,

Fallaq Hukama

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Puji syukur penyusun panjatkan kehadiran Allah SWT karena berkat rahmat-Nya dan dengan didorong semangat dan daya upaya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul **“Hubungan pola tidur dengan pertumbuhan anak usia prasekolah di TK Dharma Bakti IV Ngebel”**.

Karya tulis ilmiah ini dibuat sebagai syarat dalam menyelesaikan program pendidikan sarjana Ilmu Keperawatan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Karya tulis ilmiah ini berisikan tentang teori-teori mengenai pola tidur dan pertumbuhan anak usia prasekolah. Dalam membuat karya tulis ilmiah ini penulis mendapat banyak masukan dari berbagai pihak oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Kedua orang tua, Bapak Ae Saepuloh dan Ibu Sri Astuti Malihah yang telah memberikan dukungan moril dan materil untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
2. Sri Sumaryani, Ns., M.Kep, Sp. Mat. HNC selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Falasifah Ani Yuniarti, S.Kep., Ns, M.A.N, HNC sebagai dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, dorongan dan bantuan

pemikiran serta pengarahan yang sangat berguna dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.

4. Ferika Indarwati, S.Kep., NS., MNg sebagai dosen penguji yang telah memberikan kritik dan saran untuk kebaikan peneliti saat ujian karya tulis ilmiah.
5. Seluruh teman-teman mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah memberikan bantuan dan dukungannya.
6. Pihak-pihak lain yang telah membantu peneliti menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Dalam penyusunan dan penulisan karya tulis ilmiah ini, penulis sangat menyadari masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna, oleh karena itu segala saran dan kritik yang membangun saya terima dengan senang hati. Mudah-mudahan karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi kita semua. *Aamiin.*

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, Agustus 2015

Penulis

Fallaq Hukama

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR SINGKATAN	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
INTISARI.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Penelitian terkait.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Pertumbuhan.....	8
1. Pengertian Pertumbuhan.....	8
2. Pengertian Gangguan Pertumbuhan	8
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pertumbuhan	9
B. Klasifikasi Status Gizi.....	12
C. Usia Prasekolah	13
D. Pola Tidur	13
1. Fungsi Tidur	14
2. Tahap-Tahap Siklus Tidur.....	15
3. Mekanisme Tidur.....	17

4. Pola Tidur Normal Anak Usia Prasekolah	18
5. Klasifikasi Pola Tidur	19
6. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Tidur.....	19
7. Gangguan Pola Tidur.....	22
E. Kerangka Konsep	24
F. Hipotesis Penelitian.....	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	26
A. Desain Penelitian.....	26
B. Populasi	26
C. Sampel.....	26
D. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	27
E. Variabel Penelitian	28
F. Definisi Operasional	28
G. Instrumen Penelitian.....	29
H. Pengujian Alat Ukur.....	30
1. Uji Validitas.....	30
2. Uji Reliabilitas.....	31
I. Pengumpulan Data	32
J. Pengolahan Data Kuesioner	32
K. Analisa Data	33
L. Etika Penelitian	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	36
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	36
B. Hasil Penelitian	37
1. Karakteristik Responden.....	37
2. Analisa Univariat.....	38
3. Analisa Bivariat	39
C. Pembahasan	40
1. Pertumbuhan Anak Usia Prasekolah	40
2. Pola Tidur Anak Usia Prasekolah.....	41
3. Hubungan Antara Pola Tidur Dengan Pertumbuhan.....	42

D. Kekuatan dan Kelemahan.....	44
1. Kekuatan.....	44
2. Kelemahan.....	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	45
A. Kesimpulan.....	45
B. Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN.....	49

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Status Gizi BB/TB
Tabel 2.2	Kerangka Konsep
Tabel 3.1	Definisi Operasional
Tabel 4.1	Distribusi Responden Menurut Usia dan Jenis Kelamin Anak
Tabel 4.2	Pola Tidur dan Pertumbuhna Anak Usia Prasekolah
Tabel 4.3	Hubungan Pola Tidur dengan Pertumbuhan Anak Usia Prasekolah
Tabel 4.4	Interpretasi Koefisien Korelasi

DAFTAR SINGKATAN

BB/TB	: Berat badan / tinggi badan
KMS	: Kartu Menuju Sehat
NREM	: <i>Nonrapid eye movement</i>
RAS	: <i>Reticular activating system</i>
REM	: <i>Rapid eye movement</i>
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
SD	: Standar Deviasi
WHO-NCHS	: <i>World Health Organization - National Center for Health Statistics</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 2	Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian
Lampiran 3	Kuesioner Sarapan Pagi, Kosentrasi belajar, dan status gizi
Lampiran 4	Hasil Uji Validitas
Lampiran 5	Hasil Uji Korelasi <i>Spearman</i>
Lampiran 6	Tabel z-score WHO BB/TB
Lampiran 7	Data Frekuensi Jawaban Responden

INTISARI

Pada tahun 2013, angka prevalensi masalah gizi di Daerah Istimewa Yogyakarta 11% , sudah memasuki kategori masalah serius menurut RISKESDAS dan beresiko mengalami peningkatan pada tahun-tahun selanjutnya. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pertumbuhan adalah faktor kelainan hormonal yang bisa dikarenakan oleh gangguan tidur. Sekitar 75% hormon pertumbuhan disintesis pada saat anak tidur, sehingga bila terjadi gangguan tidur pada anak maka hormon pertumbuhan akan terganggu. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pola tidur dengan pertumbuhan anak usia prasekolah di TK Dharma Bakti IV Ngebel Tahun 2015. Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional* dengan pengambilan data menggunakan kuesioner dan pengukuran BB/TB. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Total Sampling*. Penelitian dilakukan di TK Dharma Bakti IV Ngebel pada bulan Mei 2015. Uji statistik menggunakan Uji korelasi *Spearman*. Jumlah responden sebanyak 62 anak. Dari hasil analisis diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,02 < \alpha (0,05)$ maka H_0 di terima, dengan nilai korelasi sebesar 0,393. Kesimpulannya adalah terdapat hubungan yang signifikan antara pola tidur dengan pertumbuhan anak usia prasekolah di TK Dharma Bakti IV Ngebel, dengan tingkat hubungan yang rendah.

Kata Kunci : pola tidur, pertumbuhan.

ABSTRACT

In 2013, the prevalence of nutritional problems in Yogyakarta is 11%, has entered the category of serious problems and the risk increased in subsequent years according RISKESDAS. One of the factors that can affect the growth factor is a hormonal disorder that can be caused by sleep disorders. Approximately 75% of growth hormone is synthesized when a child sleep, so that in case of sleep disorders in children, the growth hormone will disrupted. The purpose of this study was to investigate the relationship between sleep patterns with the growth of preschool children in TK Dharma Bakti IV Ngebel 2015. This study used cross sectional with data collection using questionnaires and measurements of weight / height. The sampling technique using total sampling. The study was conducted in TK Dharma Bakti IV Ngebel in May 2015. The statistical test using Spearman correlation test. The number of respondents as many as 62 children. From the analysis results obtained significance value of $0.02 < \alpha$ (0.05) then H_a is received, the correlation value of 0.393. The conclusion was that there is a significant relationship between sleep patterns and the growth of preschool children in TK Dharma Bakti IV Ngebel, with a low degree of correlation.

Keywords: sleep patterns, growth.