

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kualitas tidur merefleksikan kepuasan seseorang terhadap tidurnya. Kualitas tidur terdiri dari beberapa faktor, antara lain durasi tidur, waktu yang diperlukan untuk dapat tertidur, frekuensi terbangun, dan beberapa faktor subjektif seperti kedalaman dan kepuasan tidur. Sehingga dari faktor tersebut, kualitas tidur dapat memperbaiki status kesehatan seseorang karena pola tidur seseorang berpengaruh pada kualitas tidurnya (Kristanti & Lestari, 2018).

Masa hospitalisasi pada anak merupakan pengalaman yang dapat menimbulkan kecemasan baik bagi anak itu sendiri maupun orang tua. Selain itu, masa hospitalisasi merupakan sebuah pengalaman yang tidak menyenangkan dan dianggap mengancam, sehingga menjadi pengalaman yang traumatik bagi setiap orang yang pernah mengalaminya (Kristanti & Lestari, 2018).

Pola tidur memiliki dampak pada aspek fisiologis dan psikologis anak. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh faktor fisiologis, salah satunya adalah gangguan kecemasan yang dapat disebabkan oleh faktor internal maupun eksternal. Faktor internal yang dapat menyebabkan gangguan kecemasan dan mempengaruhi pola tidur anak adalah hal-hal yang berkaitan dengan kondisi fisik anak, misalnya sesak napas. Selain itu, faktor eksternal seperti kondisi fisik yang kurang baik, dan lingkungan yang kurang nyaman dapat menyebabkan kecemasan dan mempengaruhi pola tidur anak. Dampak kecemasan anak dapat mempengaruhi otak yang berfungsi untuk mengirimkan sinyal ke sistem saraf pusat melalui hipotalamus. Selain itu, masalah tidur yang terjadi pada anak dapat menjadikan anak mudah

lelah sehingga mempengaruhi emosi anak (Pujiana & Hidayani, 2018). Kecemasan merupakan perasaan yang muncul ketika tidak sesuai dengan kenyataan yang diperkirakan sehingga dapat memicu pikiran menjadi tidak tenang dan cenderung agresif serta tidak mau bersosialisasi sehingga pengawasan itu penting diberikan secepat mungkin untuk mempercepat lama perawatan anak dirawat di rumah sakit (Jumasing, 2021).

Gangguan pola tidur pada anak jarang didiagnosis secara dini karena pemahaman orang tua yang kurang mengenai kebutuhan tidur seorang anak (Lukmasari et al., 2017). Gangguan pola tidur pada dasarnya merupakan hal yang biasa dialami bagi pasien yang sedang menjalani masa hospitalisasi, termasuk anak-anak. Anak usia *toddler* sering disebut dengan *golden age*, sehingga apabila gangguan tidur tersebut tidak segera diatasi maka akan mempengaruhi tahap perkembangan dan kesembuhan anak. Hal ini dikarenakan gangguan pola tidur dapat mempengaruhi sistem kekebalan tubuh dan dapat mempengaruhi kualitas tidur anak. (Kapti & Ahsan, 2017; Kristanti & Lestari, 2018; Mail & Romdzati, 2018).

Gangguan tidur pada anak dapat diatasi dengan beberapa intervensi keperawatan yang membuat anak merasa senang dan nyaman ketika masa hospitalisasi. Salah satunya yaitu terapi yang efektif dalam menarik perhatian anak yaitu terapi berdongeng. Terapi berdongeng merupakan kegiatan yang menyenangkan dimana anak akan mendengarkan cerita yang menarik dan dapat membuat anak merasa lebih santai dan nyaman, sehingga dapat membantu anak melupakan perasaan negatif akibat stresor dan meningkatkan kualitas tidur anak (Kapti & Ahsan, 2017). Terapi berdongeng bertujuan untuk membantu anak untuk mengekspresikan terhadap perubahan hidup di lingkungan yang nyaman dan membuka kekuatan dalam dirinya sehingga dapat meningkatkan resiliensi. Fabel memberikan gambaran mengenai kehidupan binatang yang diilustrasikan dapat berbicara seperti manusia, misalnya dongeng kancil,

kelinci dan kura-kura (Jawiah, dkk, 2021)

Berdasarkan latar belakang tersebut, perawat perlu memperhatikan pola tidur anak sekaligus memberikan tindakan keperawatan guna meningkatkan kualitas tidur pada anak yang mengalami gangguan pola tidur pada masa hospitalisasi. Sehingga, *case report* ini bermaksud untuk memberikan terapi berdongeng pada anak dengan gangguan pola tidur di masa hospitalisasi.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Memberikan gambaran asuhan keperawatan pada pasien anak dengan gangguan pola tidur.

2. Tujuan Khusus

Untuk memberikan gambaran implementasi terapi berdongeng pada anak dengan gangguan pola tidur