

KAJIAN STRES HOSPITALISASI TERHADAP PEMENUHAN POLA TIDUR ANAK USIA PRASEKOLAH DI RUANG ANAK RS BAPTIS KEDIRI

Desita Febriana

Mahasiswa STIKES RS. Baptis Kediri

Email :stikesbaptisjurnal@gmail.com

Aries Wahyuningsih

Dosen STIKES RS. Baptis Kediri

aries.wahyuningsih@yahoo.com

ABSTRACT

Background : Hospitalized stress is a process which causes a reason that obliging child to stay temporarily in the hospital, experiencing therapy and treatment until discharge instruction to return back home. Hospitalized stress can cause the child experience impairment of sleep pattern, especially pre school children. The negative impact from hospitalized stress to pre school children including physical disorder, psychological disorder, social and adaptation disorders towards environment. Most problem which is often complained was the difficulty to minimize child's sleep in improving freedom on their bed.

Method : The design used in this study was linear regression. The population was all parents with pre school children who stayed in pediatric ward. The samples were 30 respondents who met criteria inclusion using total sampling. The independent variable was hospitalized stress and the dependent variable was disorder of sleep pattern, the data was collected using questionnaire and interview, then analyzed using linear regression with significant level $\alpha \leq 0,05$.

Conclusion : The result of this study showed that respondents had moderate hospitalized stress, they were 24 respondents (85,4%). More than 50% respondents had worse sleep pattern, they were 23 respondents (62%). The result of statistical test using linear regression was $p = 0,035$, it meant H_0 was refused and H_a was accepted.

Key words : *Stretching, Joint Pain, and the Elderly*

Pendahuluan

Stres merupakan istilah yang berasal dari bahasa latin “*Stingere*” yang berarti “keras” (*stricus*), yaitu sebagai keadaan atau kondisi dari tubuh terhadap situasi yang menakutkan, mengejutkan, membingungkan, membahayakan, dan merisaukan seseorang (Yosep, 2009). Berbicara mengenai stres, kita cenderung menggambarkannya menurut apa yang kita rasakan atau apa akibatnya bagi kita. Stres itu diawali dengan adanya ketidakseimbangan antara tuntutan dan sumber daya yang dimiliki oleh semua individu, semakin tinggi kesenjangan terjadi semakin tinggi pula tingkat stres yang dialami oleh individu tersebut (Yosep, 2009). Anak yang belum pernah mengalami hospitalisasi lebih tinggi tingkat stresnya dibanding dengan anak yang sudah pernah mengalami hospitalisasi beberapa kali (Hellen, 2001). Pada anak prasekolah umumnya merasakan banyak ketakutan.

Dampak negatif dari hospitalisasi pada usia anak prasekolah adalah gangguan fisik, psikis, sosial dan adaptasi terhadap lingkungan (Parini, 2002). Sedangkan masalah yang sering dikeluhkan orang tua adalah mereka sulit untuk meminimalkan tidur anak dalam meningkatkan kebebasan selama di tempat tidur.

Berdasarkan data dari Ruang Anak RS Baptis Kediri, jumlah pasien anak usia 3 – 6 tahun selama bulan Januari 2011 sampai pada bulan Maret 2011 sebanyak 126 pasien. Data dari studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 1 – 11 April 2011 pada 15 anak yang sedang dirawat di ruang anak RS Baptis Kediri, didapatkan anak 10 (6%) menunjukkan respon terhadap hospitalisasi dengan menangis, takut, tidak kooperatif terhadap petugas kesehatan, tidak mau makan dan selalu bertanya kepada ibunya kapan bisa pulang, sedangkan anak 5 (3%) menunjukkan respon adaptif terhadap hospitalisasi, yaitu dengan

menunjukkan respon kooperatif dengan petugas kesehatan dan mau minum obat.

Keadaan hospitalisasi dapat menjadi stresor bagi anak saat dirawat di rumah sakit, sehingga anak akan mengalami stres hospitalisasi yang ditunjukkan dengan adanya perubahan beberapa perilaku pada anak. Apabila masalah tidak teratasi, maka hal ini akan menghambat proses perawatan anak dan kesembuhan anak itu sendiri. Upaya mengatasi masalah yang timbul pada anak dalam upaya perawatan di rumah sakit, difokuskan pada intervensi keperawatan dengan cara meminimalkan stresor, memaksimalkan manfaat hospitalisasi dan memberi dukungan psikologis pada anggota keluarga. Media yang paling efektif dalam upaya meminimalkan stresor atau penyebab stres adalah melalui kegiatan permainan anak, oleh karena itu pemberian aktivitas bermain pada anak di rumah sakit memiliki nilai terapeutik yang akan sangat berperan dalam memberikan pelepasan stres dan ketegangan pada anak (Wong, 2003). Berdasarkan uraian diatas perlu dilakukan penelitian tentang “Pengaruh Stres Hospitalisasi Terhadap Gangguan Pola Tidur Anak Usia Prasekolah di Ruang Anak RS Baptis Kediri”.

Metodologi Penelitian

Desain yang digunakan adalah analitik *cross sectional*. Dalam penelitian ini variabel sebab atau resiko dan akibat atau kasus yang terjadi pada obyek penelitian diukur dan dikumpulkan secara stimultan, sesaat atau satu kali saja dalam satu kali waktu atau dalam waktu yang bersamaan.

Populasi dalam penelitian ini adalah Orang tua yang mempunyai anak usia prasekolah yang dirawat di Ruang Anak RS Baptis Kediri.

Besar sampel dalam penelitian tidak dihitung karena sampel yang digunakan adalah *total sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dengan cara mengambil seluruh populasi yang ada.

Hasil Penelitian

Data Umum

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Pasien yang di Rawat di Ruang Anak Rumah Sakit Baptis Kediri pada tgl 23 Oktober s.d 14 Nopember 2011

Umur	Frekuensi	%
2 - < 3thn	12	39 %
3 - < 4thn	3	7 %
4 - < 5thn	6	24 %
5 - < 6thn	4	10 %
6 thn	5	20 %
Jumlah	30	100 %

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa responden yang paling banyak berumur 2 - < 3 tahun yaitu sebanyak 12 responden (39%).

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Hubungan dengan Pasien di Ruang Anak Rumah Sakit Baptis Kediri pada tgl 23 Oktober s.d 14 Nopember 2011

Hubungan dengan pasien	Frekuensi	%
Orang tua	30	100
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah orang tua pasien yaitu sebanyak 30 responden (100%).

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Responden di Ruang Anak Rumah Sakit Baptis Kediri pada tgl 23 Oktober s.d 14 Nopember 2011

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
Laki-laki	19	51 %
Perempuan	11	49 %
Jumlah	30	100 %

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa lebih dari 50% responden berjenis kelamin laki- laki yaitu sebanyak 19 responden (51%).

DATA KHUSUS

Tabel 4. Stres Hospitalisasi pada Anak di Ruang Anak Rumah Sakit Baptis Kediri pada tgl 23 Oktober s.d 14 Nopember 2011

No	Stres Hospitalisasi	Frekuensi	%
1	Ringan 76-100 %	1	2 %
2	Sedang 56-75 %	24	85 %
3	Berat ≤ 55 %	5	12 %
	Jumlah	30	100 %

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar anak mengalami stres sedang yaitu 24 responden (85%).

Tabel 5. Tabel 5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Gangguan Pola Tidur pada anak usia prasekolah di Ruang Anak Rumah Sakit Baptis Kediri Pada tgl 23 Oktober s.d 14 Nopember 2011

Kualitas Tidur	Frekuensi	%
Baik	7	38
Buruk	23	62
Total	30	100

Dari data di atas dapat diketahui bahwa lebih dari 50 % anak mengalami tidur yang buruk yaitu sejumlah 23 orang (62%), sedangkan responden yang tidurnya baik sejumlah 7 responden (38%).

Tabel 6. Tabulasi Silang Stres Hospitalisasi terhadap Gangguan pola tidur anak usia prasekolah Pada Anak Di Ruang Anak Rumah Sakit Baptis Kediri pada tgl 23 Oktober s.d 14 Nopember 2011

		Stres Hospitalisasi			Total
		Ringan	Sedang	Berat	
Gangguan Pola Tidur	Baik	0 (0%)	7 (100%)	0 (0%)	7 (100%)
	Buruk	1 (2%)	17 (34%)	5 (64%)	23 (100%)
Total		1 (1%)	24 (55%)	5 (44%)	30 (100%)

Berdasarkan hasil tabulasi silang tersebut menunjukkan responden dengan gangguan pola tidur (baik) dan stres hospitalisasi (sedang) sebanyak 7 responden (100%), gangguan pola tidur (buruk) dan stres hospitalisasi ringan sebanyak 1 responden (2%), gangguan pola tidur (buruk) dan stres hospitalisasi (sedang) sebanyak 17 responden (34%), gangguan pola tidur (buruk) dan stres hospitalisasi (berat) sebanyak 5 responden (64%). Berdasarkan uji statistik *regresi linear* yang didasarkan taraf kemaknaan yang ditetapkan ($\alpha \leq 0,05$) didapatkan $p = 0,035$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya ada Pengaruh Stres Hospitalisasi Terhadap Gangguan Pola Tidur Pada Anak Di Ruang Anak Rumah Sakit Baptis Kediri.

Pembahasan

1. Stres Hospitalisasi pada Anak yang di rawat di Ruang Anak Rumah Sakit Baptis Kediri

Berdasarkan hasil penelitian stres hospitalisasi pada anak di Ruang Anak Rumah Sakit Baptis Kediri didapatkan bahwa sebagian besar anak mengalami stres sedang

sebanyak 24 responden (85%). Anak yang mengalami stres berat sebanyak 5 responden (12%). Anak yang mengalami stres ringan 1 responden (2%).

Stres dapat didefinisikan sebagai, respon adaptif, dipengaruhi oleh karakteristik individual atau proses psikologis, yaitu akibat dari tindakan, situasi, atau kejadian eksternal yang menyebabkan tuntutan fisik atau psikologis terhadap seseorang (Ivancevich dan Matteson, 1980 dalam Kreitner dan Kinicki, 2004 dalam Hidayat, 2006). Stres hospitalisasi merupakan gangguan psikologis yang diterima oleh seorang anak sebagai akibat perawatan dirinya di rumah sakit (Dorland, 1996). Hal ini disebabkan karena anak belum mengerti mengapa mereka dirawat di rumah sakit atau mengapa mereka terluka karena tindakan keperawatan yang dilakukan terhadapnya. Sumber stres yang terjadi pada anak usia prasekolah adalah segala sesuatu yang berhubungan dengan interaksi sosialnya dengan lingkungan sekitar dan hubungan interpersonal dengan orang yang sudah dikenal maupun yang belum dikenal dan juga mengenai hal – hal yang berkaitan dengan pribadinya misalnya, rasa percaya diri,

kemampuan komunikasi yang terbatas (Ibung, 2008). Anak usia prasekolah sangat rentang dengan stres dikarenakan kemampuan anak untuk mengatasi stres masih terbatas, emosi mulai berkembang namun anak sebagai individu belum mampu mengolahnya secara tepat selain itu interaksi sosialnya meluas mencakup lingkungan sosial yang tidak lagi terbatas pada lingkungan rumah dan mulai berhubungan dengan individu dari berbagai usia dan latar belakang. Situasional stres tidak terjadi dalam pola-pola yang dapat diramalkan seperti kehidupan yang terus berkembang lebih dari itu situasi stres dapat terjadi dalam beberapa waktu, meskipun kemampuan adaptasi mungkin sangat dipengaruhi oleh tingkat perkembangan individu, misalnya sakit, kecelakaan, pernikahan, perceraian, kematian, kerja baru dan peran baru (Hawari, 2001).

Stres hospitalisasi pada anak di ruang anak RS Baptis Kediri ditunjukkan dengan anak menangis, suka mengeluh, tampak ketakutan dan sedih, tidak mau berpisah dengan keluarga, terkadang ada penurunan nafsu makan. Diketahui bahwa sebagian besar anak yang berusia 2 sampai kurang dari 3 tahun yang berjenis kelamin laki – laki dan perempuan mengalami stres sedang ini dikarenakan anak masih belum bisa mengungkapkan apa yang dirasakan karena anak masih mulai pengembangan kemampuan berbahasa dan anak masih mulai belajar mengembangkan emosi selain itu kemungkinan karena adanya faktor lain, misalnya dari faktor internal karena karakter anak, kondisi fisik anak, dan dari faktor eksternal karena kondisi lingkungan rumah sakit yang tidak seperti dirumah karena adanya petugas yang akan melakukan tindakan dan pola asuh orang tua. Dampak stres diantaranya dapat dilihat dari sakit yang diderita misalnya: tekanan darah tinggi, tukak lambung, maag, stroke, atau dari perilaku, kesulitan mengambil; keputusan, hilangnya selera makan dan lain sebagainya. Kondisi tersebut menandakan bahwa individu tersebut sedang mengalami stres. Dari kondisi tersebut, Robbins (1996) menyatakan ada tiga kategori umum dari dampak stres, yaitu: gejala fisiologis, gejala fisiologis merupakan gejala awal yang bisa diamati, terutama pada penelitian medis dan ilmu kesehatan. Stres cenderung berakibat pada perubahan

metabolisme tubuh, meningkatnya detak jantung dan pernafasan, peningkatan tekanan darah, timbulnya sakit kepala, serta yang lebih berat lagi terjadinya serangan jantung. Gejala Psikologis, dari segi psikologis, stres dapat menyebabkan ketidakpuasan. Hal itu merupakan efek psikologis yang paling sederhana dan paling jelas. Namun bisa saja muncul keadaan psikologis lainnya, misalnya ketegangan, kecemasan, mudah marah, kebosanan, suka menunda-nunda. Gejala Perilaku, gejala stres yang dikaitkan dengan perilaku mencakup dalam produktivitas bicara cepat, gelisah, dan gangguan pola tidur.

2. Gangguan Pola Tidur pada Anak Usia Prasekolah di Ruang Anak Rumah Sakit Baptis Kediri

Berdasarkan hasil penelitian Gangguan Pola Tidur pada Anak Usia Prasekolah di Ruang Anak Rumah Sakit Baptis Kediri didapatkan bahwa anak usia prasekolah dengan kualitas tidur yang buruk yaitu lebih dari 50% sebanyak 23 responden (62,0%) dari jumlah total 30 responden (100%).

Secara teori kuantitas tidur adalah jumlah kebutuhan tidur manusia yang biasanya dijelaskan dengan waktu yang dibutuhkan untuk menjalani aktivitas tidur dalam satu hari untuk memulihkan kondisi individu tersebut (Hurlock, 2000). Kebutuhan tidur pada manusia bergantung pada tingkat perkembangan. Anak usia prasekolah umumnya membutuhkan 7-8 jam/hari untuk tidur. Kuantitas tidur dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya faktor yang dapat mempengaruhinya adalah : penyakit, latihan dan kelelahan, stres, obat, nutrisi, lingkungan dan motivasi. Gangguan tidur sebagai kebutuhan fisiologis dasar manusia terjadi secara alami dengan fungsi fisiologis dan psikologis yang melekat merupakan suatu proses perbaikan tubuh (Aziz, 2008). Gangguan tidur pada anak usia prasekolah merupakan keadaan dimana individu mengalami suatu perubahan dalam kuantitas dan kualitas pola tidur yang menyebabkan rasa tidak nyaman atau mengganggu gaya hidup yang diinginkan. Gangguan tidur pada anak jika tidak segera ditangani akan berdampak serius dan akan menjadi gangguan tidur yang kronis secara fisiologis, jika seseorang tidak mendapatkan tidur yang

cukup untuk mempertahankan kesehatan tubuh dapat menurun. Gangguan pola tidur pada anak usia prasekolah misal : meningkatnya frekuensi terbangun di malam hari atau meningkatnya fragmentasi tidur karena seringnya terbangun. Walaupun demikian, rata-rata waktu tidur total anak hampir sama dengan dewasa muda. Ritmik sirkadian tidur-bangun anak juga sering terganggu. Seringnya terbangun pada malam hari menyebabkan kelelahan, mengantuk, dan mudah jatuh tidur pada siang hari.

Berdasarkan uraian di atas memperhatikan tidur dengan baik serta pemberian pendidikan kesehatan oleh petugas kesehatan tentang pentingnya mencukupi waktu tidur yang masih kurang sangatlah diperlukan khususnya bagi para orang tua dari anak mereka yang sedang di rawat di rumah sakit. Apabila anak mengalami gangguan pada siklus tidurnya maka dampak yang ditimbulkan keadaan fisik anak menjadi lemah, tidak dapat berkonsentrasi, sehingga dapat memperlambat proses penyembuhan. Sehingga perlu dihimbau pada orang tua dari anak mereka agar memperhatikan pentingnya menjaga kualitas tidur. Apabila anak pernah mengalami pengalaman yang tidak menyenangkan selama dirawat di rumah sakit sebelumnya akan menyebabkan anak takut dan trauma, sebaliknya apabila anak dirawat di rumah sakit mendapatkan perawatan yang baik dan menyenangkan maka anak akan lebih kooperatif pada perawat dan dokter.

3. Pengaruh stres hospitalisasi terhadap gangguan pola tidur anak prasekolah yang dirawat di Ruang Anak RS Baptis Kediri.

Hasil penelitian Pengaruh stres hospitalisasi terhadap gangguan pola tidur anak prasekolah yang dirawat di Ruang Anak RS Baptis Kediri menunjukkan bahwa stres hospitalisasi berpengaruh terhadap gangguan pola tidur anak usia prasekolah. Setelah dilakukan uji statistik *regresi linear* yang didasarkan taraf kemaknaan yang ditetapkan ($\alpha \leq 0,05$) didapatkan $p = 0,035$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya ada Pengaruh Stres Hospitalisasi Terhadap Gangguan Pola Tidur Pada Anak Di Ruang Anak Rumah Sakit Baptis Kediri.

Semakin bertambah usia seseorang maka semakin baik kemampuan mengontrol

dirinya (Newman dalam Herliana, dkk, 2004). Selain itu perkembangan juga mempengaruhi kontrol diri (Hurlock, 1990). Salah satunya adalah perkembangan kognitif, perkembangan kognitif yang terjadi selama masa prasekolah dan masa kanak-kanak secara bertahap akan meningkatkan kapasitas individu untuk membuat pertimbangan sosial dan mengontrol perilakunya. Di mana ketika individu beranjak dewasa akan memiliki kemampuan berpikir yang lebih kompleks (Santrock 1999). Pengukuran gangguan kualitas tidur dengan menggunakan kuesioner dan pengukuran stres hospitalisasi pada anak yang dirawat di Ruang Anak RS Baptis Kediri dengan cara wawancara.

Dalam penelitian ini anak yang berumur 2 sampai kurang dari 3 tahun sebagian besar mengalami stres sedang dan kehilangan kendali sedang sebanyak 12 responden hal ini ditunjukkan anak sering menangis, menolak perhatian, kurang berminat bermain, anak menjadi pendiam, mudah marah, anak merasa kehilangan kebebasannya. Kehilangan kendali tidak mempengaruhi stres hospitalisasi pada anak, dikarenakan ada faktor lain yang mempengaruhi kehilangan kendali pada anak seperti pola asuh orang tua yang sangat disiplin sehingga membuat anak bersikap baik atau menurut pada orang tua selama dalam perawatan dan anak dapat mengontrol dirinya dengan baik, selain itu anak sudah terbiasa dengan kondisi lingkungan Rumah Sakit selain itu mayoritas orang tua selalu berada didekat anak sehingga anak merasa lebih aman dan nyaman selama dalam proses perawatan di Rumah Sakit. Anak akan merasa asing apabila berada di tempat yang sama sekali belum pernah ditemuinya demikian sebaliknya, anak akan merasa lebih tenang karena sebelumnya pernah menjumpai tempat perawatan seperti di rumah sakit.

Gangguan pola tidur merupakan suatu keluhan yang paling sering ditemukan pada penderita yang datang ke praktik. Gangguan pola tidur dapat dialami oleh semua lapisan masyarakat, yang paling sering ditemukan pada anak yang sedang di rawat di rumah sakit. Pada orang normal gangguan tidur yang berkepanjangan mengakibatkan perubahan pada siklus tidur biologinya, menurun daya tahan tubuh serta menurunkan prestasi kerja, mudah tersinggung, depresi, kurang

konsentrasi, kelelahan yang pada akhirnya dapat mempengaruhi keselamatan diri sendiri dan orang lain (Rahmat, 2004). Kuantitas tidur dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya faktor yang dapat mempengaruhinya adalah stres. Bila anak mengalami stres maka dalam dirinya akan timbul gejala-gejala diantaranya gejala fisiologis, psikologis dan perilaku. Gejala psikologis seperti kecemasan akan membuat respon hipotamus meningkat sehingga individu yang mengalami kecemasan akan sulit untuk tertidur dan cenderung terjaga.

Hasil penelitian membuktikan bahwa ada Pengaruh Stres Hospitalisasi terhadap Gangguan Pola Tidur pada Anak Usia Prasekolah Di Ruang Anak Rumah Sakit Baptis Kediri. Hal ini disebabkan karena Kuantitas pada anak usia prasekolah di ruang anak Rumah Sakit Baptis Kediri kurang dari 7 jam dan memiliki memiliki tingkat stres berat. Dengan mengetahui bahwa tingkat stres berpengaruh terhadap kuantitas tidur diharapkan anak dapat mengurangi tingkat stresnya, sehingga kuantitas tidurnya dapat lebih optimal.

Kesimpulan

Dari 30 responden yang dilakukan pada tanggal 23 Juni 2011 sampai dengan 14 Juli 2011 di Ruang Anak Rumah Sakit Baptis Kediri didapatkan :

1. 85% anak mengalami stres hospitalisasi sedang pada anak di Ruang Anak Rumah Sakit Baptis Kediri.
2. 62% anak mengalami gangguan pola tidur pada anak usia prasekolah di Ruang Anak Rumah Sakit Baptis Kediri.
3. Hasil uji statistik *regresi linear* yang didasarkan taraf kemaknaan yang ditetapkan ($\alpha \leq 0,05$) didapatkan $p = 0,035$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya ada Pengaruh Stres Hospitalisasi Terhadap Gangguan Pola Tidur Pada Anak Di Ruang Anak Rumah Sakit Baptis Kediri.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul H., Aziz, (2006). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Salemba Medika : Jakarta
- Alimul H., Aziz, (2008). *Keperawatan anak I*. Salemba Medika : Jakarta
- Hall D, Guyton, (1996). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. EGC : Jakarta
- Hurlock. (1990). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Erlangga
- Hurlock. (2000). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Erlangga
- Iyus, Yosep. (2009). *Keperawatan Jiwa*. PT Revika Aditama : Bandung.
- Notoatmojo, (2002). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta : Rineka Cipta,
- Nursalam, (2003). *Konsep Dan Penerapan Metodologi penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Nursalam. (2008). *Konsep & Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis Dan Instrument Penelitian Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Rafiudin, Rahmat, (2004). *Insomnia dan Gangguan Tidur Lainnya*. Jakarta : Gramedia

