

**HUBUNGAN POLA TIDUR DENGAN KECERDASAN EMOSI ANAK  
USIA PRASEKOLAH (4-6 TAHUN) DI PAUD SAHABAT ANANDA DAU  
MALANG**

**SKRIPSI**



**RIBKHA FEBRIANI  
2014610128**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADEWI  
MALANG  
2019**

## RINGKASAN

Beberapa anak prasekolah (4 hingga 6 tahun) mengalami masalah tidur ketika jadwal tidurnya hanya mencakup 10 jam tidur di siang hari dan 1 jam tidur di malam hari. Anak-anak ini menjadi terlalu pilih-pilih, kurang nafsu bermain, dan kehilangan kendali saat gelisah. Selain itu, ketidaktaatan yang diikuti dengan gangguan pola tidur akan berdampak pada kemampuan anak PAUD Sahabat Ananda Dau di Rezim Malang untuk lebih menghargai orang lain. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pola tidur dengan kemampuan anak prasekolah (4 sampai 6 tahun) untuk benar-benar menghargai orang lain di PAUD Sahabat Ananda Dau Rezim Malang. Pendekatan cross sectional digunakan dalam konfigurasi pemeriksaan untuk mengetahui hubungan antar variabel pada kelas rencana korelasional. Kasus ini melibatkan 28 anak usia prasekolah (4 hingga 6 tahun) di PAUD Sahabat Ananda Dau Malang, dan metode pengumpulan informasinya adalah melalui jajak pendapat. Survei digunakan sebagai agenda alat ujian. Dengan menggunakan Pearson Item Second Test, lakukan penyelidikan informasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak prasekolah di PAUD Sahabat Ananda Dau Rezim Malang (usia 4 hingga 6 tahun) memiliki pola tidur yang dapat diterima sebesar 55,57% dan memiliki kemampuan menghargai siapapun pada tingkat yang dalam sebesar 39,28%. Hasil *Pearson Product Moment Test* didapatkan  $p_{value} = (0,000) < (0,05)$  sehingga ada hubungan pola tidur dengan kecerdasan emosi anak usia prasekolah (4 – 6 tahun) di PAUD Sahabat Ananda Dau Kabupaten Malang ( $p_{value} = 0,000$ ) dan diharapkan anak usia prasekolah (4 – 6 tahun) dengan didampingi orang tua atau walinya dapat mengetahui pengetahuan tentang dampak dari pola tidur terhadap kecerdasan emosi untuk kemudian bisa menjadi lebih baik lagi dari kondisi sebelumnya yang cukup baik.

***Kata Kunci: Pola, Tidur, Kecerdasan, Emosi, Usia Prasekolah.***

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Ketika jadwal tidur anak prasekolah hanya mencakup 10 jam tidur di siang hari dan 1 jam tidur di malam hari, beberapa anak prasekolah (4 hingga 6 tahun) mengalami masalah tidur. Anak-anak ini menjadi terlalu pilih-pilih, tidak mempunyai keinginan untuk bermain, dan sangat melepaskan diri ketika mereka gelisah. Selain itu, kemampuan remaja PAUD Pendamping Ananda Dau Sistem Malang untuk lebih menghargai orang lain akan dipengaruhi oleh ketidaktaatan yang diikuti dengan gangguan istirahat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara pola istirahat dan kemampuan anak hamil (4 sampai 6 tahun) di PAUD Sistem Sahabat Ananda Dau Malang dalam memandang orang jujur. Desain penilaian menggunakan pendekatan cross sectional untuk mengetahui hubungan antar variabel pada kelas susunan korelasional. Kasus ini melibatkan 28 bayi baru lahir di PAUD Sahabat Ananda Dau Malang yang berada dalam usia kehamilan (4 hingga 6 tahun). Metode pengumpulan datanya adalah jajak pendapat masyarakat. Ikhtisar digunakan sebagai alat perencanaan penilaian. Selidiki informasinya dengan Tes Kedua Pearson Thing. Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar calon anak di PAUD Sahabat Ananda Dau Sistem Malang (usia 4 hingga 6 tahun) memiliki contoh istirahat yang cukup sebesar 55,57% dan dapat memandang orang pada tingkat dalam sebesar 39,28%.

Anak-anak perlu memiliki jadwal tidur yang baik yang memungkinkan mereka mendapatkan 11–13 jam tidur per hari yang mereka perlukan dengan tidur lebih awal di malam hari dan istirahat yang cukup di siang hari. Ini merupakan langkah awal dalam mengembangkan kemampuan mereka untuk memahami orang lain secara lebih mendalam. Pola tidur anak dipengaruhi oleh pengasuhnya, kerentanannya, gizinya, dan cuaca. Untuk menciptakan jadwal tidur yang sukses, orang tua harus senantiasa mengingatkan anak untuk mendapatkan tidur yang cukup pada waktu yang tepat, mengatur aktivitas, memberikan makanan yang mengenyangkan, dan menjauhkan anak dari situasi stres (Salovey dan Mayer, 2013).

Temuan penelitian Ilma (2014) mengungkapkan bahwa 50 (50,9%) anak mengalami kekurangan dalam kemampuan mereka untuk memahami orang secara lebih mendalam, sehingga mempengaruhi pola tidur mereka dan mengurangi kemampuan mereka untuk berkomunikasi dengan anak-anak lain. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Gusmao, Wiyono, dan Ardiyani (2018), terlihat bahwa anak-anak yang mengalami pelecehan kurang bersosialisasi karena mereka kurang menghargai nilai orang lain. Salah jika berasumsi bahwa anak-anak tidak bisa menghargai orang lain; Hal ini terlihat dari ketidakmampuan mereka bermain dengan baik dengan teman-temannya, rasa malu mereka, ledakan sederhana mereka, dan air mata mereka ketika teman-temannya tidak diperbolehkan bermain (Salovey dan Mayer, 2013).

Pada perbincangan dengan 10 (sepuluh) anak usia produktif pada tanggal 15 Juli 2019 di PAUD Sahabat Ananda Dau Malang diketahui bahwa 6 (60%) anak mengalami gangguan tidur karena durasi istirahatnya yang kurang dari 11–13 jam. Anak menjadi pilih-pilih, tidak punya keinginan untuk bermain, bereaksi marah ketika tidak bahagia, dan menunjukkan perlawanan dengan hanya tidur 10 jam sebelum tidur dan 1 jam sepanjang hari. 60% anak-anak, atau enam dari sepuluh anak, mengalami gangguan pola tidur, yang berdampak negatif terhadap kemampuan anak dalam mempertimbangkan orang lain. Berdasarkan latar belakang peneliti termotivasi untuk melakukan penelitian dengan judul “hubungan pola tidur dengan kecerdasan emosi anak usia prasekolah (4-6 tahun) di PAUD Sahabat Ananda Dau Malang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Pertanyaan spesifik yang diteliti dalam penelitian ini adalah: Adakah hubungan antara pola tidur dengan kemampuan anak usia prasekolah di PAUD Sahabat Ananda Dau Malang dalam memahami orang lain secara lebih mendalam?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah desain istirahat mempunyai dampak terhadap anak usia kehamilan (antara 4-6 tahun) di PAUD Sahabat Ananda Dau Malang.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Di PAUD Sahabat Ananda Dau Malang membedakan desain istirahat yang berbeda pada anak usia kehamilan (4-6 tahun).

2. Menunjukkan pada keturunan usia kehamilan PAUD Sahabat Ananda Dau Malang (4-6 tahun) kemampuan menghargai individu apa adanya.
3. Mengkaji hubungan pola tidur dengan anak (usia 4-6 tahun) di PAUD Sahabat Ananda Dau Malang potensi pemahaman manusia yang mendalam.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Teoritis**

Meningkatnya pengetahuan dan kesadaran tentang bagaimana pola tidur mempengaruhi kapasitas masyarakat untuk memahami orang lain secara lebih mendalam, khususnya pada generasi muda.

##### **1.4.2 Praktis**

1. Bagi institusi layanan kesehatan

Sebagai bahan perspektif pelayanan kesehatan untuk memberikan bimbingan individual dalam pembinaan pola istirahat pada anak untuk meningkatkan kemampuannya dalam memahami orang lain secara mendalam.

2. Bagi institusi pendidikan

Selain itu, anak memiliki kemampuan lebih besar dalam memahami individu karena kesadarannya terhadap pola istirahat.

3. Bagi perawat

Sebagai cara melihat desain istirahat dan kemampuan generasi muda untuk memahami orang lain secara lebih mendalam.

4. Bagi mahasiswa

Temuan pengujian tersebut berfungsi sebagai bahan pendidikan untuk memajukan perilaku dan sudut pandang dalam memajukan contoh-contoh

istirahat untuk meningkatkan kapasitas remaja dalam menghargai individu secara lebih mendalam.

5. Bagi peneliti

Untuk memberikan para ilmuwan pengetahuan tentang hubungan antara pola tidur dan kapasitas anak-anak prasekolah untuk memahami orang lain dengan lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alimul, A. 2013. *Buku Keperawatan Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur*. Jakarta: Salemba Medika.
- Arikunto. 2015. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asmadi. 2014. *Konsep Dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Salemba Medika.
- Goleman, D. 2012. *Kecerdasan Emosional : Mengapa EI lebih penting dari pada IQ*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Gusmao T, Joko Wiyono dan Vita Maryah Ardiyani. 2018. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kecerdasan Emosional Pada Lansia Di Posyandu Lansia Permadi Tlogosuryo Malang. *Nursing News*. 3 (1). Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang.  
<https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/download/802/629>.  
Diakses pada tanggal 08 Juni 2019.
- Guyton, A.C. 2014. *Fisiologi Kedokteran*. Jakarta: EGC
- Hurlock, B. 2013. *Perkembangan Anak, Edisi Enam*. Jakarta: Erlangga
- Hidayat, A. 2011. *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak 1*. Jakarta : Salemba Medika
- Ilma, Q. 2014. Hubungan Antara Pola Tidur Dengan Perkembangan Emosi Anak Usia Sekolah (6-12 Tahun) Di SDN Ngijo 3 Karangploso. *Jurnal Keperawatan 3 (1)*. Universitas Muhammadiyah Malang.  
<http://eprints.umm.ac.id/28507/>. Diakses pada tanggal 08 Juni 2019.
- Kemenkes RI. 2018. *Tumbuh Kembang Optimal Dengan Stimulasi, Deteksi Dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang (SDIDTK)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Nursalam. 2013. *Pendekatan Praktis Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Peter, L. 2011, *Humanisme Sosiologi*. Jakarta: Inti Sarana Aksara.
- Potter, A. & Perry. 2013. *Buku Ajar Fundamental. Keperawatan: Konsep, Proses, Dan Praktik*. Jakarta: EGC.
- Putri. H. 2015. Studi Deskriptif Gangguan Tidur Pada Anak Usia 9-12 Tahun Di SD Negeri Pisangan 1 Ciputat tahun 2015. *Jurnal Kedokteran 2 (2)*. Universitas Syarif Hidayatullah Jakarta.  
<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/29498>. Diakses pada tanggal 08 Juni 2019.
- Salovey & Mayer. 2013. *Kecerdasan Emosional*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.



- Skinner. 2013. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumantri, M. dan Syaodih, N. 2016. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: UT.
- Supriasa, E. 2011. *Perkembangan Anak Sekolah Dasar*. Jakarta: Psikobuana.
- Stanley, M. 2013. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik terjemahan Nety Juniarti, Sari Kurnianingsih*. Jakarta: EGC.
- Thanjung, A. 2015. *Perkembangan Emosi (Psikologi)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Udjianti, W. 2015. *Keperawatan Kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba Medika.
- WHO. 2017. *WHO Technical Meeting On Sleep And Health*  
[www.euro.who.int/data/assets/pdf\\_file/0008/114101/E84683.pdf](http://www.euro.who.int/data/assets/pdf_file/0008/114101/E84683.pdf) Diakses pada tanggal 06 November 2018.
- Wong, L. M. 2008. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Volume 1*. Jakarta: EGC.