

**HUBUNGAN POLA TIDUR DENGAN TUMBUH KEMBANG
ANAK USIA SEKOLAH DI SD NEGERI KEBOHARAN
KECAMATAN KRIAN KABUPATEN SIDOARJO**

SKRIPSI

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**



Oleh:

Deby Rahmayanti

NPM: 20700016

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA
SURABAYA**

2022

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA TIDUR DENGAN TUMBUH KEMBANG
ANAK USIA SEKOLAH DI SD NEGERI KEBOHARAN
KECAMATAN KRIAN KABUPATEN SIDOARJO**

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**

Oleh:

**Deby Rahmayanti
NPM: 20700016**

Menyetujui untuk diuji

Pada tanggal: 7 Juli 2023

Pembimbing Utama,



**Dr. Candra Rini Hasanah Putri, dr.,
M.Kes.
NIK. 197511102002122001**

Pembimbing Pendamping,



**dr. Widjaja Indrachan, Sp.OG.
NIK. 99296-ET**

Penguji,



**Dr. Sri Lestari Utami, S.Si., M.Kes.
NIK. 99289-ET**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA TIDUR DENGAN TUMBUH KEMBANG
ANAK USIA SEKOLAH DI SD NEGERI KEBOHARAN
KECAMATAN KRIAN KABUPATEN SIDOARJO**

Oleh:

**Deby Rahmayanti
NPM: 20700016**

Telah diuji pada

Hari : Jumat

Tanggal : 7 Juli 2023

dan dinyatakan lulus oleh:

Pembimbing Utama,



**Dr. dr. Candra Rini Hasanah Putri,
M.Kes.
NIK. 197511102002122001**

Pembimbing Pendamping,



**dr. Widjaja Indrachan, Sp. OG.
NIK. 99296-ET**

Penguji,



**Dr. Sri Lestari Utami, S.Si., M.Kes.
NIK. 99289-ET**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal Skripsi dengan judul “Hubungan Pola Tidur Dengan Tumbuh Kembang Anak Usia Sekolah di SD Negeri Keboharan Kecamatan Krian Kabupaten Sidoarjo”. Proposal Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran (S.Ked) pada Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Penulis terdorong untuk meneliti topik ini karena ingin mengetahui adakah hubungan pola tidur dengan tumbuh kembang (tinggi dan berat badan) anak usia sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan bahwa ada hubungan pola tidur dengan tumbuh kembang (perubahan persentil tinggi badan dan berat badan) anak usia sekolah.

Proposal Skripsi ini berhasil penulis selesaikan karena dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis sampaikan rasa terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Prof. Dr. H. Widodo Ario Kentjono, dr., Sp.THT-KL (K)., selaku Rektor Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
2. Prof. Dr. Kuntaman, dr., MS., Sp.MK (K)., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
3. dr. I Made Subhawa Harsa, M.Si., selaku Wakil Dekan I Bidang Akademik Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya
4. dr. Inawati, M.Kes., selaku Wakil Dekan II Bidang Administrasi Umum dan Kerjasama Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
5. Dr. dr. H. Sukma Sahadewa, S.H., S.Sos., M.H., M.Kes., FISPH., FISC.M., CLA., selaku Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswaan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya
6. Dr. Candra Rini Hasanah Putri, dr., M.Kes., selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta dorongan dalam menyelesaikan Proposal Skripsi ini.
7. dr. Widjaja Indrachan, Sp.OG., selaku Dosen Pembimbing Pendamping yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta dorongan dalam menyelesaikan Proposal Skripsi ini.
8. Dr. Sri Lestari Utami, S.Si., M.Kes., selaku Dosen Penguji Proposal yang telah memberikan kritik, saran, serta masukan yang membangun demi kesempurnaan Proposal Skripsi ini.
9. Kepala Sekolah SD Negeri Keboharan Kecamatan Krian Kabupaten Sidoarjo yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk menyelenggarakan penelitian di SD Negeri Keboharan Kecamatan Krian Kabupaten Sidoarjo.
10. Siswa/siswi beserta wali murid SD Negeri Keboharan Kecamatan Krian Kabupaten Sidoarjo yang telah bersedia menjadi responden membantu penulis dalam penelitian ini.

11. Kedua orang tua tersayang, kakak dan adik, serta keluarga besar penulis yang telah memberikan pengorbanan, perhatian, nasihat, dukungan, cinta dan kasih sayang, fasilitas berupa material dan doa yang memudahkan setiap langkah penulis sejak awal hingga akhir menempuh pendidikan ini.
12. Segenap Divisi Penelitian dan Skripsi dan kesekretariatan Unit Penelitian, Pengabdian kepada Masyarakat dan Publikasi Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memfasilitasi proses penyelesaian Skripsi.
13. Semua pihak yang tidak dapat disebut satu per satu yang telah membantu dalam menyelesaikan Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan segala masukan demi sempurnanya tulisan ini.

Akhir kata, penulis berharap semoga Skripsi ini bermanfaat bagi berbagai pihak yang terkait.

Surabaya,

Deby Rahmayanti

Abstrak

Rahmayanti, Deby. 2023. *Hubungan Pola Tidur Dengan Tumbuh Kembang Anak Usia Sekolah di SD Negeri Keboharan, Kecamatan Krian, Kabupaten Sidoarjo*. Skripsi, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Pembimbing:

Hormon pertumbuhan bekerja secara optimal selama tidur, maka penting untuk mendapatkan tidur yang cukup dan berkualitas untuk mengoptimalkan pertumbuhan tinggi badan pada anak usia sekolah di SD Negeri Keboharan, Kecamatan Krian, Kabupaten Sidoarjo. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola tidur dengan tumbuh kembang anak usia sekolah di SD Negeri Keboharan, Kecamatan Krian, Kabupaten Sidoarjo. Penelitian bersifat deskriptif analitik dengan Korelasi *Spearman* (r) untuk menguji hipotesis. Populasi penelitian sejumlah 235 anak dengan sampel sejumlah 60 anak yang diambil secara acak sederhana, dan yang berperan sebagai responden adalah wali murid dari masing-masing anak. Variabel terdiri dari pola tidur sebagai variabel bebas, dan perubahan persentil tinggi badan dan berat badan sebagai variabel terikat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola tidur dengan perubahan persentil tinggi badan (TB) ($p = 0,016$). Dan juga ada hubungan yang signifikan antara pola tidur dengan perubahan persentil berat badan (BB) ($p = 0,013$) pada anak usia sekolah di SD Negeri Keboharan, Kecamatan Krian, Kabupaten Sidoarjo. Dari hasil analisis dapat disimpulkan bahwa pola tidur berpengaruh terhadap perubahan persentil tinggi badan (TB) dan perubahan persentil berat badan (BB) anak usia sekolah di SD Negeri Keboharan, Kecamatan Krian, Kabupaten Sidoarjo.

Kata kunci: pola tidur, tumbuh kembang, anak.

Abstract

Rahmayanti, Deby. 2023. *The Relationship Between Sleep Patterns and The Growth and Development of School-Age Children at Keboharan Public Elementary School, Krian District, Sidoarjo Regency*. Final Assignment, Faculty of Medicine, Wijaya Kusuma University Surabaya. Supervisor:

Growth hormone works optimally during sleep, so it is important to get enough and quality sleep to optimize height growth in school-age children at SD Negeri Keboharan, Krian District, Sidoarjo Regency. The purpose of this study was to determine the relationship between sleep patterns and the growth and development of school-age children at SD Negeri Keboharan, Krian District, Sidoarjo Regency. This research is descriptive analytic with Spearman Correlation (r) to test the hypothesis. The study population consisted of 235 children with a sample of 60 children who were taken at simple random sampling, and the parents of each child acted as respondents. The tier variable consists of sleep pattern as the independent variable, and change in percentile height and weight as the dependent variable. The results showed that there was a significant relationship between sleep patterns and changes in height percentile ($p = 0.016$). And there is also a significant relationship between sleep patterns and changes in body weight percentiles ($p = 0.013$) in school-age children at SD Negeri Keboharan, Krian District, Sidoarjo Regency. From the results of the analysis it can be concluded that sleep patterns affect changes in height percentile and changes in weight percentile of school-age children at SD Negeri Keboharan, Krian District, Sidoarjo Regency.

Keywords: *sleep patterns, growth and development, children.*

DAFTAR ISI

	Halaman
Judul	i
Halaman Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan	iii
Kata Pengantar	iv
Abstrak	vi
Abstract	vii
Daftar Isi.....	viii
Daftar Gambar.....	xi
Daftar Tabel	xii
Daftar Singkatan.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat dan Hasil Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Definisi Anak	6
B. Tumbuh Kembang.....	7
1. Definisi Pertumbuhan.....	7

2. Tahap Perkembangan Anak	8
3. Faktor yang Memengaruhi Pertumbuhan Anak	9
C. Tidur	16
1. Definisi Tidur	16
2. Fisiologi Tidur.....	17
3. Tahap Tidur	19
4. Fungsi Tidur	21
5. Dampak Kurang Tidur	23
6. Kebutuhan Tidur	24
7. Pola Tidur.....	25
8. Siklus Tidur	26
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN.....	30
A. Kerangka Konsep Penelitian	30
B. Hipotesis Penelitian	31
BAB IV METODE PENELITIAN	32
A. Rancangan Penelitian	32
B. Populasi dan Sampel.....	32
C. Variabel Penelitian	35
D. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	35
E. Bahan dan Alat/Instrumen Penelitian	35
F. Definisi Operasional	36

G. Prosedur Penelitian/Pengumpulan Data	37
H. Analisis Data	40
BAB V HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATA	41
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	41
B. Hasil Penelitian.....	42
C. Analisis Data	49
BAB VI PEMBAHASAN.....	53
A. Pola Tidur.....	53
B. Identifikasi Tumbuh Kembang.....	55
C. Hubungan Pola Tidur Dengan Tumbuh Kembang.....	57
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	62
A. Kesimpulan.....	62
B. Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	68

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar II.1 Siklus Tidur	27
Gambar III.1 Kerangka Konsep Penelitian	30
Gambar IV.1 Langkah-Langkah Penelitian	38
Gambar V.1 Diagram Pola Tidur	46
Gambar V.2 Diagram Perubahan Persentil Tinggi Badan	47
Gambar V.3 Diagram Perubahan Persentil Berat Badan	48

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel II.1 Kebutuhan Tidur Manusia Berdasarkan Usia	25
Tabel II.2 Pola Tidur Normal Berdasarkan Tingkat Perkembangan Usia	26
Tabel IV.1 Definisi Operasional	36
Tabel IV.2 Jadwal Pengumpulan Data.....	39
Tabel V. 1 Hasil Analisis Karakteristik Responden.....	42
Tabel V. 2 Hasil Analisis Deskripsi Variabel Penelitian	43
Tabel V. 3 Hasil Analisis Kategori Variabel Penelitian	46
Tabel V. 4 Hasil Pengujian Normalitas.....	50
Tabel V. 5 Hasil Pengujian Korelasi.....	51

DAFTAR SINGKATAN

- BSR : *Bulbar Synchronizing Regional*
- CDC : *Centers for Disease Control*
- DBD : Demam Berdarah Dengue
- EEG : Elektroensefalografi
- GH : *Growth Hormone*
- KB : Kelompok Belajar
- NREM: *Non Rapid Eye Movement*
- PS : *Paradoxical Sleep*
- OSAS : *Obstructive Sleep Apnea Syndrome*
- RAS : *Reticular Activating System*
- REM : *Rapid Eye Movement*
- SAR : Sistem Aktivasi Retikuler
- SCN : *Suprachiasmatic Nucleus*
- SD : Sekolah Dasar
- SMA : Sekolah Menengah Atas
- SMK : Sekolah Menengah Kejuruan
- SMP : Sekolah Menengah Pertama
- SSP : Sistem Saraf Pusat
- SWS : *Slow Wave Sleep*
- TK : Taman Kanak-kanak
- WHO : *World Health Organization*