

**SKRIPSI**

**PENGARUH EDUKASI DENGAN MEDIA *LEAFLET* TERHADAP  
PELAKSANAAN *SLEEP HYGIENE* ANAK USIA SEKOLAH YANG  
DIRAWAT DI RS PKU MUHAMMADIYAH SURABAYA**



**Oleh :**

**SOFATUL ULA  
NIM. 20151660035**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

**2019**

## **SKRIPSI**

### **PENGARUH EDUKASI DENGAN MEDIA *LEAFLET* TERHADAP PELAKSANAAN *SLEEP HYGIENE* ANAK USIA SEKOLAH YANG DIRAWAT DI RS PKU MUHAMMADIYAH SURABAYA**

**Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep.)  
Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surabaya**



**Oleh :**

**SOFATUL ULA  
NIM. 20151660035**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

**2019**

## **Pernyataan Tidak Melakukan Plagiat**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sofatul Ula

NIM : 20151660035

Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan

Program Studi : S1 Keperawatan

Menyatakan bahwa Skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan karya sendiri bukan hasil plagiasi, baik sebagian maupun keseluruhan. Bila dikemudian hari terbukti hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 14 Agustus 2019

Yang membuat pernyataan,



Sofatul Ula  
NIM : 20151660035

## PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui isi serta susunannya, Sehingga dapat diajukan dalam pengumpulan Skripsi pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 14 agustus 2019

Menyetujui

Pembimbing I



(Gita Marini S.Kep., Ns., M.Kes.)

Pembimbing II



(Aries Chandra A. S.Kep., Ns. M.Kep., Sp.an.)

Mengetahui,

Ketua Program Studi



(Reliani, S. Kep., Ns, M.Kes)

## PENGESAHAN

Skripsi Ini Telah Dipertahankan Di Hadapan Tim Penguji Ujian Skripsi Pada Tanggal 14 Agustus 2019 Oleh Mahasiswa Atas Nama Sofatul Ula NIM 20151660035 Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

### TIM PENGUJI

Ketua : Dr. Aziz Alimul Hidayat, S.Kep., Ns., M.Kes (.....)

Anggota 1 : Gita Marini S.Kep., Ns., M.Kes (.....)

Anggota 2 : Aries Chandra A. S.Kep., Ns. M.Kep., Sp.an.(.....)

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Dr. Mundakir, S.Kep., Ns., M.Kep

## KATA PENGANTAR

Saya panjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT. atas segala rahmat dan ridho-Nya yang telah dilimpahkan sehingga skripsi penelitian ini dapat terselesaikan.

Proposal penelitian ini merupakan suatu proses penerapan keilmuan teoritik yang diperoleh selama proses perkuliahan di Universitas Muhammadiyah Surabaya untuk menyelesaikan tugas akhir, memberi pegalaman nyata di lapangan, pemantapan keahlian, menambah wawasan, dan memupuk ketrampilan sesuai dengan program studi yang ditempuh.

Adapun judul dari penelitian ini adalah **"PENGARUH EDUKASI DENGAN MEDIA *LEAFLET* TERHADAP PELAKSANAAN *SLEEP HYGIENE* ANAK USIA SEKOLAH YANG DIRAWAT DI RS PKU MUHAMMADIYAH SURABAYA"**. Proposal penelitian ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan untuk mengikuti ujian skripsi dan wisuda.

Pemikiran, dorongan dan do'a dari berbagai pihak sangat membantu dalam proses penulisan proposal skripsi. Oleh sebab itu, tidaklah berlebihan pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. dr. Sukadiono, M.M., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya, yang telah memberikan kesempatan menempuh pendidikan di Universitas Muhammadiyah Surabaya.
2. Dr. Mundakir, S.Kep.,Ns.,M.Kep., selaku Dekan Program Studi Fakultas Ilmu Kesehatan Universtas Muhammadiyah Surabaya, yang telah memberikan izin melakukan penelitian.

3. Dr. Aziz Alimul Hidayat, S.Kep.,Ns.,M.Kes.; selaku Ketua Program Studi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya, yang telah melancarkan proses penyusunan skripsi.
4. Gita Marini S.Kep., Ns., M.Kes, selaku Dosen Pembimbing 1 yang selalu sabar dalam membimbing, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan tepat waktu.
5. Aries Chandra A. S.Kep., Ns. M.Kep., Sp.an, selaku dosen pembimbing 2 yang selalu sabar dan memberikan semangat dalam membimbing, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan tepat waktu.
6. Seluruh dosen Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah banyak memberikan saya ilmu.
7. Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Surabaya yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
8. Keluarga saya yang selalu mendukung selama menjalankan kuliah hingga akhir ini.
9. Sahabat terdekat saya Mohammad Imam Firdaus Putra Perdana, Vika Ramadhani, Rifma Yuniar, Lailatur Rohema, Saidatul Magfuroh atas doa dan semangatnya selama menjalani kuliah.
10. Kawan-kawan yang telah bersedia memberikan kesempatan dan informasi pada penulis dalam melakukan penelitian dan penyusunan skripsi ini.
11. Semua pihak yang telah membantu dan memberikan masukan hingga selesainya penulisan proposal ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, semoga keikhlasan dan ketulusan dalam penyusunan skripsi ini mendapatkan balasan dari Allah SWT.

Selain itu penulis sangat menyadari bahwa materi yang tersusun dalam proposal ini, walaupun merupakan hasil upaya yang maksimal namun kiranya masih ada kekurangan dan kelemahannya, bahkan masih jauh dari sempurna.

Akhir kata, semoga Allah SWT. membalas kebaikan semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan proposal ini. Harapan kami semoga proposal ini dapat menjadi sumbangsih yang bermanfaat.

Surabaya, 14 Agustus 2019

Penyusun





## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL PROPOSAL DEPAN.....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL PROPOSAL DALAM.....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT... ..</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH.....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I LATAR BELAKANG</b>	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktik.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Konsep <i>Sleep Hygiene</i> .....	7
2.1.1 Definisi.....	7
2.1.2 Komponen <i>Sleep Hygiene</i> .....	7
2.1.3 Intervensi <i>Sleep Hygiene</i> .....	9
2.1.4 Alat Ukur <i>Sleep Hygiene</i> .....	11
2.1.5 Penatalaksanaan <i>Sleep Hygiene</i> pada Anak Usia Sekolah yang menjalani Hospitalisasi.....	15
2.2 <i>Health Education</i> (Pendidikan Kesehatan).....	16
2.2.1 Definisi <i>Health Education</i> (Pendidikan Kesehatan).....	16
2.2.2 Tujuan Pendidikan Kesehatan.....	16
2.2.3 Ruang Lingkup Pendidikan Kesehatan.....	18
2.2.4 Metode Dalam Pendidikan Kesehatan.....	20
2.2.5 <i>Leaflet</i> .....	24
2.2.6 Kelebihan dan kekurangan media <i>leaflet</i> .....	24
2.2.7 Syarat pembuatan <i>leaflet</i> yang baik.....	25
2.2.8 Hambatan dalam komunikasi.....	25
2.3 Konsep Anak Usia Sekolah.....	26
2.3.1 Pengertian dan Batasan Anak Usia Sekolah.....	26
2.3.2 Perkembangan Biologis Anak Usia Sekolah.....	26
2.3.3 Perkembangan Psikoseksual Anak Usia Sekolah.....	27
2.3.4 Perkembangan Kognitif Anak Usia Sekolah.....	27
2.3.5 Perkembangan Moral Anak Usia Sekolah.....	28
2.3.6 Perkembangan Spiritual Anak Usia Sekolah.....	28

2.3.7	Perkembangan Sosial anak Usia Sekolah.....	29
2.3.8	Perkembangan Psikososial Anak Usia Sekolah.....	30
2.4	Konsep Hospitalisasi.....	30
2.4.1	Pengertian Hospitalisasi.....	30
2.4.2	Dampak Hospitalisasi.....	30
2.4.3	Reaksi Anak Terhadap hospitalisasi.....	31
2.4.4	Mengatasi Efek Hosptilisasi.....	31
2.5	Kerangka Konsep.....	33
2.6	Hipotesis.....	34

### **BAB III METODE PENELITIAN**

3.1	Desain / Rancangan Penelitian.....	44
3.2	Kerangka Kerja.....	45
3.3	Populasi, Sampel dan Sampling.....	46
3.3.1	Populasi.....	46
3.3.2	Sampel.....	46
3.3.3	Teknik Sampling.....	48
3.4	Variabel Penelitian.....	48
3.4.1	Variabel Bebas.....	48
3.4.2	Variabel Terikat.....	48
3.5	Definisi Operasional.....	49
3.6	Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	51
3.6.1	Instrumen.....	51
3.6.2	Lokasi Penelitian.....	51
3.6.3	Prosedur Pengumpulan Data.....	51
3.6.4	Cara Analisis Data.....	52
3.7	Etik Penelitian.....	54

### **BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN**

4.1	Hasil Penelitan.....	56
4.1.1	Gambaran Lokasi Penelitian.....	56
4.1.2	Data Umum (Karakteristik Responden).....	59
4.1.3	Data Khusus.....	60
4.2	Pembahasan.....	62
4.2.1	Identifikasi Penatalaksanaan <i>Sleep Hygiene</i> terhadap anak usia sekolah sebelum diberikan pendidikan <i>Sleep Hygiene</i> ....	62
4.2.2	Identifikasi penatalaksanaan <i>Sleep Hygiene</i> terhadap anak usia sekolah sesudah diberikan pendidikan <i>Sleep Hygiene</i> ....	64
4.2.3	Analisis pengaruh pendidikan tentang <i>Sleep Hygiene</i> terhadap penatalaksanaan <i>Sleep Hygiene</i> pada anak usia sekolah yang dirawat di RS PKU Muhammadiyah Surabaya.....	66

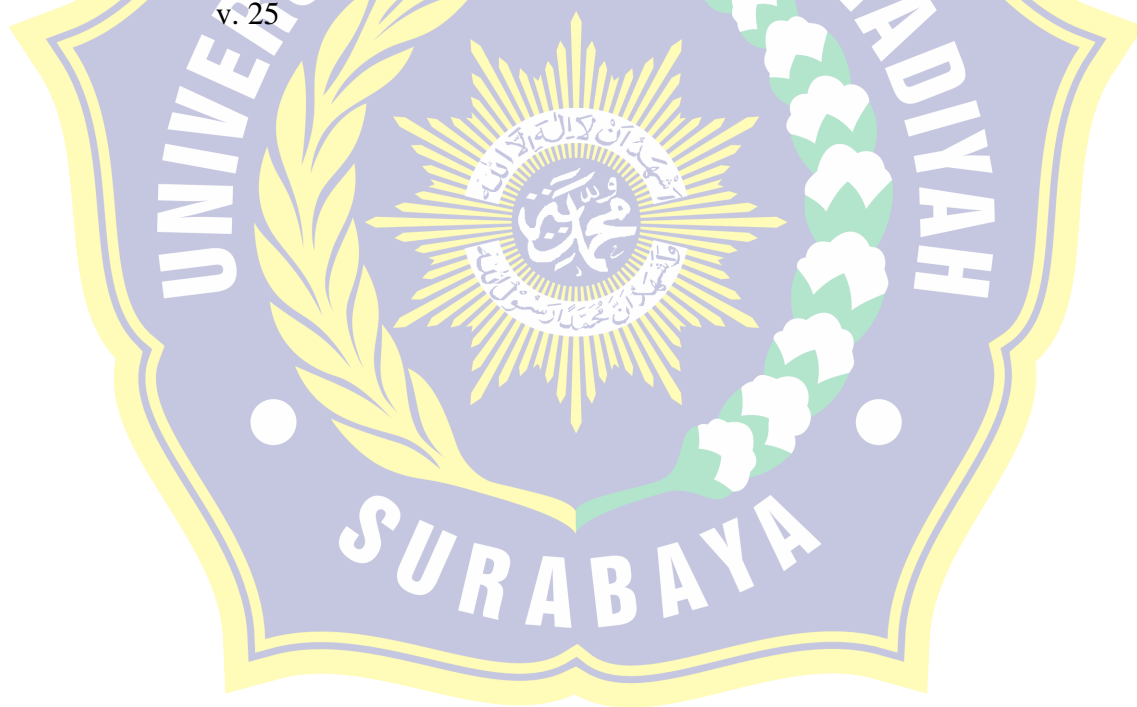
### **BAB 5 PENUTUP**

5.1	Kesimpulan.....	71
5.2	Saran.....	71

**DAFTAR PUSTAKA**  
**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

- Tabel 2.1. Alat ukur *Sleep Hygiene Index* (SHI)
- Tabel 3.1 Definisi Operasional Pengaruh Pendidikan *Sleep Hygiene* Terhadap Penatalaksanaan *Sleep Hygiene* Anak Usia Sekolah yang di Rawat di Rs Pku Muhammadiyah Surabaya
- Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Anak dengan penatalaksanaan *sleep hygieneyang* di Rawat Inap RS PKU Muhammadiyah Surabaya pada tanggal 08 bulan Juli 2019
- Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Anak dengan penatalaksanaan *sleep hygieneyang* di Rawat Inap RS PKU Muhammadiyah Surabaya pada tanggal 08 bulan Juli 2019
- Tabel 4.3 Identifikasi penatalaksanaan *sleep hygiene* terhadap anak usia sekolah sebelum diberikan pendidikan *sleep hygiene* pada bulan Juli 2019
- Tabel 4.4 Identifikasi penatalaksanaan *sleep hygiene* terhadap anak usia sekolah sesudah diberikan pendidikan *sleep hygiene* pada bulan Juli 2019
- Tabel 4.5 Hasil Uji Statistik *Wilcoxon Sign Rank Test* Menggunakan IBM SPSS v. 25



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual Pengaruh Pendidikan tentang *Sleep Hygiene* terhadap Penatalaksanaan *Sleep Hygiene* Anak Usia Sekolah yang di Rawat di RS PKU Muhammadiyah Surabaya.

Gambar 3.1 Kerangka Kerja Pengaruh pendidikan tentang *sleep hygiene* terhadap penatalaksanaan *sleep hygiene* anak usia sekolah dasar yang dirawat di RS PKU Muhammadiyah Surabaya.



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Permohonan ijin pengambilan data awal dari FIK UM Surabaya
- Lampiran 2 Surat izin melakukan data awal dari RS PKU Muhammadiyah Surabaya
- Lampiran 3 Permohonan izin Penelitian dari FIK UM Surabaya
- Lampiran 4 Surat izin melakukan penelitian dari RS PKU Muhammadiyah Surabaya
- Lampiran 5 Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6 Lembar Formulir Persetujuan Partisipan
- Lampiran 7 Data Demografi Responden
- Lampiran 8 Lembar Kuesioner *Sleep Hygiene Index (SHI)*
- Lampiran 9 Satuan Acara Penyuluhan (SAP)
- Lampiran 10 *Leaflet*
- Lampiran 11 Tabulasi
- Lampiran 12 Hasil Uji Statistik *Wilcoxon Signed Rank Test*
- Lampiran 13 Foto



## DAFTAR LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

REM : *Rapid Eye Movement*

NREM: *Non Rapid Eye Movement*

SHI : *Sleep Hygiene Index*

SAP : Satuan Acara Penyuluhan

FIK : Fakultas Ilmu Kesehatan



## DAFTAR PUSTAKA

- Agustin., D. (2012). *Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kualitas pada Pekerja Shift di PT Krakatau Tirta Industri Cilegon*. Skripsi Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. Publish. Depok.
- Amir.,N. (2007). *Gangguan Tidur pada Lanjut Usia*Diagnosa dan Penatalaksanaan. Tinjauan Pustaka. Jakarta : Bagian Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Buyse.,D.J., Reynolds, C.F., & Kuffer, T. H. (1989). *The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) : A New Instrument for Psychiatric and Practice Phsychiatry Research* 28: 193-213
- Edinger Jack. D. & Andrew. D. Krystal. (2008). *Measuring Sleep Quality*. Volume 9. Sleep Medicine. ([http://doi.org/10.1016/s1389.9457\(08\)70011-x](http://doi.org/10.1016/s1389.9457(08)70011-x) diakses pada tanggal 10 maret 2019).
- Fany, I.A., Alfianti Dera & Eko, P. (2014). *Pengaruh Terapi Musik Pop terhadap Kualitas Tidur Anak Usia Sekolah (6-12tahun) yang Dirawat di RSUD Ambarawa*. Semarang. ( <http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id>) diakses pada tanggal 15 Mei 2019.
- Gahagan Sheila. (2011). *Ilmu Kesehatan Anak Esensial Nelson*. Edisi 6. Lokal. Jakarta: Saunder Elsevier
- Guyton & Hall.(1986). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Edisi 15. Jakarta: EGC.
- Hidayat.,A.A.A. (2008). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika.
- Hidayat.,A.A.A. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif*. Jakarta : Health Books.
- Hidayat., A.A.A & Musrifatul., U. (2015). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia*. Edisi 2. Jakarta: Salemba Medika.
- Kozier B. (2011). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik*. Edisi 7. Jakarta : EGC
- Meiner & Sue., E. (2011). *Gerontology Nursing*. Edition 4. America: Elsevier.
- Nursalam.(2003). *Konsep dan Peran Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Edisi 5. Jakarta : Salemba Medika.
- Nursalam.(2008). *Konsep dan Peran Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Edisi 5. Jakarta : Salemba Medika.
- Patricia & Potter.(2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Edisi 4. Jakarta: ECG

- Potter & Perry. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, dan Praktik*. Edisi 7. Jakarta: EGC.
- Riva Mellani. (2016). *Studi Kasus Penerapan Terapi Bermain Lego dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Hospitalisasi pada Anak Usia Prasekolah di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Surabaya*. KTI. Surabaya. Universitas Muhammadiyah Surabaya Fakultas Ilmu Kesehatan S1 Keperawatan.
- Santrock.,J.W. (2007). *Perkembangan Anak*. Edisi 11.Jilid 1.Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Sugiono. (2009). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta.
- Sulastrri., M. & Bayu., T. P. N. & Suka., A. G. P. (2014). *Hubungan Antara Sleep Hygiene dengan Derajat Insomnia pada Lansia di Poliklinik Geriatri RSUP Sanglah Denpasar*.
- Thermiany & Windiani.(2013). *Tumbuh Kembang Anak*.Edisi 2. Jakarta: EGC
- Touhy & Therrys., A. (2010). *Ebersole and Hes Gerontological Nursing Healthy Aging*. America: Elsevier.
- Wong.,D.L. (2008). *Pedoman Klinis Keperawatan Pediatrik*. Edisi 4.Jakarta : EGC.
- Yuslian Nivan. (2017). *Ganbaran Kualitas Tidur pada Anak Usia Sekolah yang Mengalami Hospitalisasi di Ruang Aster RS PMI Kota Bogor*. KTI.Publishing.Bandung.  
(<http://repository.poltekkesbdg.info/files/original/52c4678042068e> ) diakses pada tanggal 15 Mei 2019.