

RESPONS HOSPITALISASI DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA ANAK USIA TODDLER

(Respons Hospitalization with Occurance of Insomnia of Toddler)

Rita Rahmawati*, Henny Bhinekawati**

* Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik
Jl. AR. Hakim No. 2B Gresik

** RSUD Ibnu Sina Kabupaten Gresik Jl. Dr.Wahidin Sudirohusodo No.243B Gresik

ABSTRAK

Anak usia toddler yang sakit dan menjalani perawatan di Rumah Sakit akan mengalami hospitalisasi yaitu suatu keadaan yang mengharuskan anak untuk tinggal di Rumah Sakit, mengalami pengobatan dan terapi sampai kembali ke rumah. Hospitalisasi pada anak dapat menghasilkan respon maladaptif dari anak yang disebabkan oleh faktor yang mempengaruhi jumlah dan kualitas tidur anak selama di Rumah Sakit. Jika anak tidak dapat melakukan *coping* untuk stimulasi pola tidurnya maka akan terjadi masalah pada pola tidur anak, seperti insomnia. Penelitian ini menggunakan desain *Cross Sectional* untuk menghubungkan respon hospitalisasi dengan kejadian insomniapada anak usia toddler (1-3 tahun) di RS. Nyai Ageng Pinatih Gresik. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*, jumlah sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 23 responden. Data dianalisis menggunakan uji statistik *Chi Square* dengan χ^2 hitung $>$ χ^2 tabel.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak usia toddler (1-3 tahun) mengalami maladaptif respon hospitalisasi sebanyak (60%) dan mengalami insomnia sebanyak (70%). Dari analisa uji statistik menggunakan *Chi Square* didapatkan nilai yang jauh lebih besar yaitu $9,168 > 3,84$, berarti H_0 ditolak dan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel. Dengan demikian, berarti ada hubungan respon hospitalisasi dengan kejadian insomnia pada anak usia toddler (1-3 tahun).

Dari hasil penelitian tersebut, kepada pelayanan bidang kesehatan untuk mempertimbangkan lingkungan dan kenyamanan anak. Untuk orang tua supaya memperkenalkan anak kepada lingkungan rumah sakit, sehingga anak akan mudah untuk beradaptasi dengan lingkungan dan tidak mengalami gangguan istirahat selama menjalani perawatan di rumah sakit.

Kata kunci : Toddler, Hospitalisasi, Insomnia.

ABSTRACT

Age child of Toddler ill and enter hospital it is of course will experience of hospitalization that is process because reason of which emergency or planning, obliging child to live in hospital, experiencing treatment and therapy until its repatriating return to house. Hospitalization respond at child can generate adaptive responds and of maladaptive. With factor are the factor it is of course will influence amount and quality sleep child during at home pain. If the child unable to do coping for the stimulation of its sleep pattern, hence will have happened sleep pattern trouble, like insomnia.

This research used "Cross Sectional" design it was mean to connect hospitalization respond at child with occurrence of Insomnia at age child of toddler (1-3 year) moment taking care of RS. Nyai Ageng Pinatih Gresik, population age child old fellow of toddler (1-3 year). Technique intake that sampling purposive. Amount of sample 23 respondent. Data will test by using statistical test of Chi-Square by χ^2 count $>$ χ^2 table. Result of research indicate that age child of toddler (1-3 year) natural of maladaptive hospitalization respond counted (60%) and natural of occurrence of Insomnia counted (70%). From calculation of statistical test by using Chi-Square got by its value much more big that was $9,168 > 3,84$, meaning H_0 refused and can be concluded by that there was

relation which significant between both variable. There by hypothesis expressing their relation of respond hospitalization with occurrence of insomnia at age child of toddler (1-3 year).

From resulted of research of above, need the existence for implementation of health area to consider child refreshment and environment. To old fellow will introduce to child to new hospital environment, so that child will easy to adapt with the environment and don't disturb take a rest and sleep during treatment at hospital.

Keywords : Toddler, Hospitalization, Insomnia.

PENDAHULUAN

Hospitalisasi merupakan suatu keadaan dimana seseorang sedang menjalani perawatan di rumah sakit (Dorland, 2002). Hospitalisasi dapat mempengaruhi kualitas dan kuantitas tidur setiap umur, terutama pada anak yang mengalami perubahan keseimbangan mental emosional. Hospitalisasi (rawat inap) terhadap pasien yang mengalami gangguan pola tidur dikarenakan faktor lingkungan rumah sakit, dimana rumah sakit merupakan lingkungan baru yang memerlukan adaptasi serta penyesuaian diri, khususnya pasien anak usia Toddler. Respon awal dari anak terhadap stimulus baru, akan menimbulkan respon yang maladaptif seperti rewel, menangis, menolak atau memukul, menjauh atau menolak stimulus. Hal ini menimbulkan reaksi agresif dengan marah dan berontak, ekspresi verbal dengan mengucapkan kata-kata marah, tidak mau bekerjasama dengan perawat (Supartini, 2004). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Rumah Sakit Nyai Ageng Pinatih banyak ditemukan insiden terjadinya gangguan pola tidur, terutama insomnia pada anak usia toddler. Hal ini dikarenakan masalah pencahayaan di malam hari dan jumlah jam tidur kurang dari normal yaitu kurang dari 9 jam/hari, sehingga anak akan mengalami tanda klinis kurang tidur, seperti anak mudah rewel, mudah frustrasi, berperilaku hiperaktif, sulit bangun pada pagi hari. Pada anak usia toddler tidur normalnya adalah 11-12 jam/hari. Namun sampai saat ini, hubungan hospitalisasi dengan kejadian insomnia anak usia toddler belum dapat dijelaskan.

Pasien yang berada dalam lingkungan hospitalisasi dimana insiden terjadinya gangguan pola tidur terutama insomnia di USA, sekitar 84% anak usia toddler (1-3 tahun) memiliki gangguan tidur menetap sedangkan di Indonesia ditemukan sebanyak 65% (tahun 2008) bayi dan balita mengalami gangguan pola tidur. Mereka tak bisa segera tidur nyenyak atau kerap terbangun di malam hari (Jovanc, 2008). Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Rumah Sakit Nyai Ageng Pinatih pada tahun 2007 mulai dari bulan November sampai Desember terdapat 40 anak usia toddler dan 30 anak (75%) yang mengalami kejadian insomnia, sedangkan pada tahun 2008 mulai dari bulan Maret sampai April terdapat 51 anak usia toddler dan sebanyak 36 (70,6%) anak yang mengalami kejadian insomnia.

Anak mempunyai kebiasaan pola tidur yang menimbulkan perubahan dan menyebabkan kekacauan. Pada anak toddler (1-3 tahun), tidur normalnya sekitar 11-12 jam/hari, dimana mempunyai 25% tidur REM dan tidur sepanjang malam dan siang. Untuk mengetahui bahwa anak mengalami insomnia dapat dilihat dari komponen pola tidur, diantaranya : waktu memulai tidur, penghantar tidur, frekuensi terbangun pada malam hari dan jumlah jam tidur (Patricia A. Potter, 2005). Disamping itu terdapat faktor-faktor yang menunjang hospitalisasi terhadap terjadinya gangguan pola tidur seperti : tingkat perkembangan usia anak, pengalaman sakit, support sistem dalam keluarga, keterampilan koping dan berat ringannya penyakit. Anak yang dirawat di rumah sakit pada hari pertama akan mengalami gangguan pada pola tidurnya, ini disebabkan karena lingkungan yang baru, suara-suara yang ditimbulkan oleh pasien lain yang sakit, kebisingan-kebisingan yang spesifik bagi anak yang berasal dari petugas. Suara dan aktifitas-aktifitas di ruangan yang mengganggu anak, cemas dan merasa sering dilukai serta merasa tidak nyaman karena interaksi dengan orang-orang yang belum mereka kenal. Apabila anak mengalami gangguan tidur insomnia dalam waktu yang lama, maka dapat terjadi gangguan fungsi metabolik termasuk produksi hormon pertumbuhan (*growth hormon*), karena hormon ini sangat penting untuk membangun sel-sel tubuh yang rusak.

Khususnya pada usia anak toddler yang berfungsi untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimum. Jika anak kurang tidur pada malam hari, anak akan mengantuk pada siang hari yang akan mengganggu proses kreatifitasnya selama terbangun termasuk proses belajar dan daya ingat. Selain itu kurang tidur juga memperpanjang waktu sembuh dari sakit akibat dari ancaman kesejahteraan psikis, emosi dan sosial (Jovan, 2008).

Masalah Hospitalisasi perlu penatalaksanaan dari bidang kesehatan, salah satunya dari bidang keperawatan dimana upaya dari perawat dalam membuat rencana keperawatan perlu mempertimbangkan lingkungan dan kenyamanan anak, pasien diupayakan terbebas dari rasa nyeri terutama pada anak usia toddler serta pembuatan jadwal-jadwal tindakan dan pemeriksaan yang tidak mengganggu tidur/istirahat anak, mempersiapkan anak sebelum masuk rumah sakit, bermain untuk mengurangi stress akibat hospitalisasi, memberi kesempatan anak mengambil keputusan dan melibatkan orang tua dalam perencanaan kegiatan serta memberi *support* pada anggota keluarga dalam merawat anak. Selama ini di Rumah Sakit Nyai Ageng Pinatih, penatalaksanaan terhadap anak yang mengalami hospitalisasi kurang optimal, seperti kurang mempersiapkan ruang rawat sesuai dengan tahapan usia, kurang membuat jadwal untuk prosedur terapi, latihan dan bermain, sehingga banyak anak yang mengalami insomnia. Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan masukan dalam mengatasi masalah hospitalisasi yang terjadi pada anak yang nantinya dapat menyebabkan insomnia selama di rawat di Rumah Sakit.

METODE DAN ANALISA

Penelitian ini menggunakan metode penelitian dengan desain *Cross Sectional*, sesuai dengan tujuan penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran/observasi hanya dilakukan satu kali pada satu waktu untuk menentukan hubungan respon hospitalisasi dengan kejadian insomnia pada anak usia toddler (1-3 tahun). Pengumpulan data menggunakan lembar observasi untuk mengukur respon hospitalisasi pada anak usia toddler (1-3 tahun) dan lembar kuesioner untuk mengukur kejadian insomnia pada anak usia toddler (1-3 tahun) yang dilakukan di Rumah Sakit Nyai Ageng Pinatih Kabupaten Gresik pada bulan Januari 2009. Populasi dalam penelitian ini adalah semua orang tua yang mempunyai anak usia toddler dengan insomnia yang dirawat di Rumah Sakit Nyai Ageng Pinatih Kabupaten Gresik berjumlah 23 orang tua dengan anak usia toddler. Penentuan besar sampel menggunakan *Purposive Sampling* dan sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 23 orang tua dengan anak usia toddler.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah hospitalisasi pada anak usia toddler (1-3 tahun), sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini adalah kejadian insomnia pada anak usia toddler (1-3 tahun). Alat yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu lembar observasi dan lembar kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Distribusi Responden Berdasarkan Respon Hospitalisasi Pada Anak Usia Toddler.

Distribusi frekuensi responden tentang respon hospitalisasi pada pasien anak usia toddler (1-3 tahun) di Ruang anak RS. Nyai Ageng Pinatih Gresik pada tanggal 3 Januari 2009 menunjukkan sebagian besar mengalami respon hospitalisasi berupa respon maladaptif sebanyak 15 responden (60%). Berdasarkan hasil wawancara peneliti didapatkan data bahwa anak yang masuk rumah sakit akan mengalami respon hospitalisasi berupa menangis, berteriak, sedih, menghindar dan menolak kepada orang lain, tidak tertarik dengan lingkungan, sedih dan menarik diri dengan lingkungan. Respon maladaptif yang terbanyak dijumpai peneliti antara lain menangis dan berteriak sedih. Sebagaimana menurut Dorland (2002), pada bayi atau anak, hospitalisasi merupakan sumber stressor karena merupakan sumber perpisahan dengan keluarga. Di rumah sakit, anak harus menghadapi lingkungan yang asing, pemberi asuhan keperawatan yang tidak dikenal dan gangguan terhadap gaya hidup mereka. Hospitalisasi menggambarkan ketegangan terhadap

suatu perubahan kebiasaan dan perilaku sehari-hari dan anak memiliki keterbatasan pada mekanisme coping dalam memecahkan masalah saat penuh tekanan (Rini, 2008).

Kejadian hospitalisasi yang maladaptif tersebut diharapkan orang tua dapat berperan penting dalam membantu proses kesembuhan bagi anak yang dirawat di rumah sakit. Anak yang ditunggu oleh orang tua kandung akan lebih tenang dalam menghadapi lingkungan rumah sakit yang baru dibandingkan dengan anak yang ditunggu oleh orang lain selama menjalani perawatan di rumah sakit. Karena anak akan lebih merasa terlindungi oleh orang tua dari lingkungan baru yang mereka anggap sebagai ancaman.

2. Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Insomnia Pada Anak Usia Toddler.

Distribusi frekuensi responden tentang kejadian insomnia pada pasien anak usia toddler (1-3 tahun) di Ruang anak RS. Nyai Ageng Pinatih Gresik pada tanggal 3 Januari 2009 sebagian besar responden anak usia toddler mengalami kejadian insomnia sebanyak 16 responden (70%). Dari data tersebut menunjukkan bahwa anak usia toddler yang dirawat di RS. Nyai Ageng Pinatih Gresik mengalami kejadian insomnia yang meliputi komponen yaitu waktu memulai tidur, pengantar tidur, frekuensi terbangun pada malam hari, dan jumlah jam tidur. Dari ketiga komponen tersebut yang paling sering dialami anak toddler adalah jumlah jam tidur yang kurang optimal yaitu kurang dari 8 jam. Menurut Robert Prihardjo (2006), lama tidur yang dibutuhkan seseorang tergantung pada usia, semakin tua seseorang semakin sedikit pula lama tidur yang diperlukan. Menurut Robert bahwa anak usia toddler (1-3 tahun) memiliki kebutuhan tidur 11-12 jam/hari. Kejadian insomnia pada anak usia toddler ini disebabkan karena merasa cemas dan sering dilukai akibat tindakan medis yang diberikan oleh perawat/dokter, serta lingkungan yang baru, suara-suara yang ditimbulkan oleh pasien lain yang sakit dan merasa tidak nyaman karena interaksi dengan orang-orang yang tidak mereka kenal (perawat dan dokter). Sehingga anak sering terbangun pada malam hari, jumlah jam tidur berkurang yang akan mengakibatkan anak akan mudah marah, mudah frustrasi, rewel, mudah cemas, kurang mandiri dan berperilaku hiperaktif.

Anak usia toddler yang tidak mengalami kejadian insomnia yaitu sebanyak 7 responden (30%) dan tergolong mudah beradaptasi dengan lingkungan, hal ini bisa dilihat dari tidak ditemukannya kejadian insomnia saat anak toddler dirawat di rumah sakit, mereka tidak banyak menunjukkan adanya gangguan seperti sulit mengalami tidur, sering terbangun pada malam hari, berkurangnya jumlah jam tidur dari standarnya (11-12 jam/hari pada anak usia toddler) dan pola tidur yang tidak terganggu ini bisa diwujudkan dengan didasari oleh pengetahuan, kesadaran dan sikap yang positif dari individu masing-masing. Hal ini sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (2003), bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang maka ia mudah melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang ia peroleh dari pengetahuan itu.

3. Hubungan Respon Hospitalisasi Dengan Kejadian Insomnia Pada Anak Usia Toddler (1-3 Tahun) Yang Dirawat Di RS. Nyai Ageng Pinatih Gresik.

Tabel 1 Hubungan hospitalisasi dengan kejadian insomnia pada anak usia toddler (1-3 tahun) di Ruang anak Rs. Nyai Ageng Pinatih Gresik pada tanggal 3 Januari 2009.

Hospitalisasi	Kejadian Insomnia		Jumlah
	Mengalami	Tidak Mengalami	
Adaptif	3 (18,8%)	6 (85,7%)	9 (39,1%)
Maladaptif	13 (81,2%)	1 (14,3%)	14 (60,9%)
Jumlah	16 (100%)	7 (100%)	23 (100%)
	$\chi^2 = 9,168$	df = 1	

Tabel 1 menunjukkan responden dengan hospitalisasi adaptif yang mengalami insomnia sebanyak 3 orang dan yang tidak mengalami insomnia sebanyak 6 orang.

Sedangkan responden dengan respon maladaptif yang mengalami insomnia sebanyak 13 orang dan yang tidak mengalami insomnia sebanyak 1 orang.

Hasil perhitungan menggunakan uji statistik *Chi Square* didapatkan $\chi^2_{hitung} = 9,168$ dengan $df = 1$. Angka tersebut jika dibandingkan dengan χ^2_{tabel} (sebagaimana pada lampiran *Critical Value for Chi Square Distribution*) nilainya jauh lebih besar yaitu $9,168 > 3,84$, berarti H_0 ditolak yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel yaitu ada hubungan respon hospitalisasi dengan kejadian insomnia pada anak usia toddler (1-3 tahun). Dari tabel 1 didapatkan sebagian besar responden maladaptif.

Hospitalisasi akan memberikan dampak maladaptif berupa kejadian insomnia terutama pada anak usia toddler. Dari data kedua variabel yaitu respon hospitalisasi dan kejadian insomnia pada anak usia toddler didapatkan bahwa sebagian besar responden anak usia toddler yang dirawat di rumah sakit mengalami kejadian insomnia. Hal ini sesuai dengan teori Barbara Kozier (2008), beberapa orang dapat tidur dengan baik di lingkungan rumahnya. Tidur di tempat yang asing atau lingkungan yang baru mempengaruhi siklus tidur yaitu REM dan NREM. Hal tersebut mempengaruhi tidur seseorang khususnya anak usia toddler (1-3 tahun). Masalah tidur seperti insomnia juga dipengaruhi oleh suhu ruangan. Menurut Patricia Potter (2005), ruangan yang dingin atau tidak terlalu panas sering menyebabkan pasien menjadi tidak dapat tidur. Dari hasil penelitian tersebut didapatkan bahwa lingkungan yang baru sangat berpengaruh terhadap pola tidur anak selama di rumah sakit dan salah satunya yang ditemukan peneliti adalah kejadian insomnia. Lingkungan dan kebiasaan yang baru di rumah sakit dapat membuat anak stres dan bisa ditunjukkan anak rewel dan menangis karena sesuai dengan tahap perkembangan anak usia toddler (1-3 tahun), sehingga pola tidur anak dapat terganggu yang bisa dibuktikan dengan jumlah jam tidur yang kurang pada anak yaitu kurang dari 8 jam/hari, yang seharusnya normal tidur anak usia toddler (1-3 tahun) adalah 11-12 jam/hari.

Oleh karena itu dari fakta diatas tenaga kesehatan harus memiliki pengetahuan yang cukup tentang tumbuh kembang anak terutama pada anak usia toddler. Bagi orang tua harus bisa memberitahukan kepada anak sebelum masuk rumah sakit sehingga psikologisnya tidak terganggu dan sebelum tenaga medis memberikan tindakan medis, hendaknya orang tua harus bisa membujuk anaknya agar tidak menangis / memberontak. Upaya untuk meningkatkan kualitas dan kuantitas tidur pada anak yang mengalami hospitalisasi salah satunya adalah menyiapkan dan menciptakan tempat tidur dengan sprei rapi berwarna lembut, lampu redup, suasana tenang dan mengurangi suara-suara berisik yang mengganggu anak saat tidur serta dapat juga dilakukan pengenalan lingkungan rumah sakit sebelum dilakukan tindakan/rawat inap di ruang anak RS. Nyai Ageng Pinatih Gresik sehingga anak akan mudah untuk beradaptasi.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Peran orang tua sangat berpengaruh terhadap respon hospitalisasi yang terjadi pada anak usia toddler (1-3 tahun). Respon hospitalisasi dengan kejadian insomnia pada anak usia toddler (1-3 tahun) mempunyai hubungan yang signifikan, yang berarti ada hubungan respon hospitalisasi dengan kejadian insomnia pada anak usia toddler (1-3 tahun).

Saran

Perlu pemberian motivasi dari keluarga terutama orang tua berupa dukungan yang kuat kepada pasien anak usia toddler (1-3 tahun). Perlu adanya kesabaran dan ketelatenan dalam mengatasi respon hospitalisasi terhadap kejadian insomnia pada anak usia toddler (1-3 tahun). Bagi pihak Rumah Sakit, agar selalu memperbaiki fasilitas maupun layanan terutama yang berhubungan dengan pelayanan pada pasien anak usia toddler (1-3 tahun).

KEPUSTAKAAN

Dorland, Newman. (2002). *Kamus Kedokteran Dorland*. Edisi 29. Jakarta : EGC.

- Jovanc. (2008). Hospitalisasi. <http://jovandc.multiply.com>. Akses tanggal 29 Juli jam 09.00 WIB.
- Kozier, Barbara. (2008). *Fundamentals of Nursing. Concepts, Proses And Practice*. USA : Addison Wesley, hal : 1307.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2003). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rhineka Cipta, hal : 256.
- Potter, Patricia A. (2005). *Fundamentals of Nursing : Concepts, Process And Practice*. 4 Ed. Philadelphia : Mosby, hal : 120, 121, 122.
- Priharjo, Robert. (2006). *Perawatan Nyeri, Pemenuhan Aktivitas, Istirahat Pasien*. Jakarta : EGC, hal : 25, 26, 27.
- Rini. (2008). Pola Tidur Anak. <http://tabloidnova.com>. Akses tanggal 20 Juni jam 13.30 WIB.
- Supartini, Y. (2004). *Buku Ajar Konsep Keperawatan Anak*. Jakarta : EGC, hal : 47, 48.