



HUBUNGAN PERHATIAN ORANG TUA TERHADAP GANGGUAN POLA TIDUR ANAK USIA SEKOLAH DASAR YANG KECANDUAN GAME ONLINE DI DESA RISA TAHUN 2021

Muslimah*

STIKES Yahya Bima, Indonesia
muslimahstikesyahya@gmail.com

* corresponding author

ABSTRAK

Latar belakang: Perhatian yang diberikan oleh orang tua terhadap anaknya dapat memberikan motivasi kepada mereka dalam melakukan kegiatannya. Gangguan pola tidur merupakan gangguan yang terjadi pada kualitas dan kuantitas waktu tidur seseorang akibat faktor eksternal dan faktor internal.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara perhatian orangtua terhadap gangguan pola tidur anak usia Sekolah Dasar yang kecanduan game online di Desa Risa Kecamatan Woha Kabupaten Bima Tahun 2021.

Metode: Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kuantitatif. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional yaitu pendekatan penelitian yang dilakukan secara simulatif atau dilakukan dalam waktu yang bersamaan. Uji hipotesis yang digunakan adalah Uji Chi Square. Kuesioner yang sudah divalidasi dengan jumlah responden sebanyak 75 sampel.

Hasil: Terdapat hubungan yang signifikan antara perhatian orang tua dengan gangguan pola tidur anak usia Sekolah Dasar yang kecanduan game online di Desa Risa Kecamatan Woha Kabupaten Bima Tahun 2021 dengan p value $0,002 < 0,05$. Sebagian besar responden mendapatkan perhatian orang tua pada kategori yang baik yaitu sebanyak 48 responden (64%). Sedangkan anak lainnya berada pada kategori perhatian orang tua kurang baik sebanyak 27 responden (36%). Sebagian besar anak memiliki pola tidur yang teratur atau baik yaitu sebanyak 49 anak (65%). Selanjutnya diperoleh 26 anak (34,7%) yang mengalami gangguan tidur kategori kurang baik.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara perhatian orang tua dengan gangguan pola tidur anak usia Sekolah Dasar yang kecanduan game online di Desa Risa Kecamatan Woha Kabupaten Bima Tahun 2021 dengan p value $0,00 < 0,05$.

Kata kunci: Perhatian Orang Tua, Gangguan Pola Tidur Anak, Kecanduan game online

1. Pendahuluan

Era globalisasi merupakan zaman dimana terjadinya proses mendunia, proses mendunia ini telah terjadi sejak tahun 1980-an terjadi di berbagai bidang terutama di bidang teknologi. Tidak hanya berasal dari warung internet saja, dari handphone pun kita dapat lebih mudah mengakses situs untuk mendownload game. Kebanyakan dari anak-anak di Indonesia saat ini telah mengenal dan dapat menggunakan teknologi canggih internet. Sebuah survey yang dilakukan oleh E-Marketer mengungkapkan bahwa jumlah pengguna internet di Indonesia sebanyak 83,7 juta dan 30 juta diantaranya adalah anak-anak rentang usia 10-19 tahun. Karena hal ini sesuai dengan realitas yang ada bahwa internet telah menjadi candu bagi anak-anak zaman sekarang (Christiana & Yunisa (2016).

Pengaruh buruk bermain game online pada anak, yaitu kesehatan, kepribadian, pendidikan/prestasi, serta keluarga dan masyarakat. Seorang anak yang memiliki

kebiasaan bermain game online berisiko mengalami stres, kerusakan mata pola tidur yang terganggu dan maag. Pada perkembangan kepribadiannya, anak yang suka bermain game online memiliki masalah konsentrasi menerima pelajaran (Rini, 2011 dalam Rita Puspa & Feby Rizki, 2020). Beberapa pengaruh atau dampak buruk bagi anak yang gemar bermain game, yaitu terhadap kesehatan, misalnya: gangguan kesehatan karena pola tidur yang tidak teratur (sering begadang) dan terpapar asap rokok, kepribadian, misalnya: sering berbohong, anak berbohong pada orang tua mengaku belajar padahal bermain game elektronik dan anak terkadang lupa akan kewajiban untuk beribadah karena terlalu asik bermain, pendidikan atau prestasi, misalnya: anak yang sering bermain game di jam sekolah biasa cenderung sering membolos, sehingga anak sering mendapat teguran dari wali kelas dan keseringan terlambat, keluarga dan masyarakat, misalnya: berkurangnya kesempatan bersosialisasi dan anak cenderung mementingkan diri sendiri tanpa peduli dengan orang lain. Seorang anak yang memiliki kebiasaan bermain game online berisiko mudah mengalami stress, frustrasi dan marah-marah (Weinstein, 2010).

Gangguan pola tidur merupakan gangguan yang terjadi pada kualitas dan kuantitas waktu tidur seseorang akibat faktor eksternal (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2016). Pola tidur adalah model, bentuk atau corak tidur dalam jangka waktu yang relatif menetap dan terdapat beberapa hal yang meliputi pola tidur tersebut, yaitu : Jadwal jatuh (masuk) tidur dan bangun, irama tidur, frekuensi tidur dalam sehari, mempertahankan kondisi tidur dan kepuasan tidur (Arif Syafa'at, 2015).

Orang tua hendaknya selalu menemani anaknya jika anaknya ingin bermain game. Peran orang tua bisa dimulai dari memilih jenis game yang baik dan cocok untuk anaknya, lalu sampai kepada pengaturan jadwalnya dalam mengisi waktu. Anak-anak jangan sampai dibiarkan sendirian dalam menentukan aktifitasnya, sebab hal tersebut sangat rentan menimbulkan terjadinya perilaku menyimpang dari anak (Nur Kumalasari, 2016). Perhatian orang tua adalah suatu aktivitas yang tertuju pada suatu hal. Perhatian orang tua merupakan pemusatan jiwa dan fikiran pada suatu objek yang dilakukan oleh ayah dan ibu dalam suatu aktifitas yang dilakukan oleh anaknya. Perhatian yang diberikan oleh orang tua terhadap anaknya dapat memberikan motivasi kepada mereka dalam melakukan kegiatannya (Mahda Nurnabilla, 2020).

Hasil survei awal yang peneliti lakukan dengan 15 orang anak yang datang bermain di kediaman saya pribadi karena adanya jaringan wifi yang terpasang, memperlihatkan bahwasanya di antara pemain tersebut sedang berada di jenjang pendidikan sekolah dasar yang sedang berumur 6 sampai 11 tahun. Anak tersebut seluruhnya suka bermain games online yang dibuktikan dengan beberapa jenis permainan yang terinstall di handphone android mereka masing-masing. Dengan beberapa pernyataan yang mereka katakan sebagian dari mereka mendapatkan izin dari orang tuanya dan sebagiannya lagi tidak, dan mereka mengatakan pula bagaimana pola istirahat dan makan mereka juga sering tak terkontrol yang terkadang mereka bermain hingga larut malam.

2. Metode Penelitian

Desain penelitian menggunakan penelitian kuantitatif, menggunakan pendekatan cross sectional. Penelitian menganalisis bagaimana Hubungan Perhatian Orang tua Terhadap Gangguan Pola Tidur Anak Usia Sekolah Dasar yang Kecanduan Game Online di Desa Risa Tahun 2021.

Sampel penelitian anak sekolah dasar usia 10-11 tahun yang ada di Desa Risa yang sesuai dengan kriteria. Teknik pengambilan sampel total sampling. Analisis Univariat dilakukan terhadap setiap variabel dari hasil penelitian dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi sehingga menghasilkan distribusi persentase dari setiap variabel.

Analisis Bivariat penelitian bertujuan untuk mengetahui Hubungan Perhatian Orang tua Terhadap Gangguan Pola Tidur Anak Usia Sekolah Dasar yang Kecanduan Game Online di Desa Risa Tahun 2021 dan akan dianalisis dengan menggunakan uji chi square.

3. Hasil dan Pembahasan

a. Analisis Univariat

1) Tabel 1 Data Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Orang Tua.

Pendidikan	n	%	Valid Percent	Cumulative Percent
SD	20	26.7	26.7	26.7
SLTP	11	14.7	14.7	41.3
SMA	44	58.7	58.7	100.0
Total	75	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar pendidikan orang tua siswa adalah SMA sebanyak 44 responden (58,7%).

2) Tabel 2 Data Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua

Pekerjaan	n	%	Valid Percent	Cumulative Percent
Guru	9	12.0	12.0	12.0
IRT	20	26.7	26.7	38.7
Petani	33	44.0	44.0	82.7
Wiraswasta	13	17.3	17.3	100.0
Total	75	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar pekerjaan orang tua siswa adalah petani sebanyak 33 responden (44,0%).

3) Tabel 3 Data Distribusi Responden Berdasarkan Kelas Anak.

Kelas Anak	n	%	Valid Percent	Cumulative Percent
5	40	53.3	53.3	53.3
6	35	46.7	46.7	100.0
Total	75	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden berada di kelas 5 sebanyak 40 responden (53.3%).

4) Tabel 4 Data Distribusi Responden Berdasarkan Perhatian Orang Tua.

Perhatian Orang Tua	n	%	Valid Percent	Cumulative Percent
Sedang	25	33.3	33.3	33.3
Tinggi	50	66.7	66.7	100.0
Total	75	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden mendapatkan perhatian orang tua pada kategori tinggi yaitu sebanyak 50 anak (66,7%). Sedangkan anak lainnya berada pada kategori perhatian orang tua sedang sebanyak 25 anak (33.3%).

5) Tabel 5 Data Distribusi Responden Berdasarkan Gangguan Pola Tidur.

Gangguan Pola Tidur	n	%	Valid Percent	Cumulative Percent
Baik	16	21.3	21.3	21.3
Ringan	3	4.0	4.0	25.3
Sedang	56	74.7	74.7	100.0
Total	75	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar anak mengalami gangguan pola tidur sedang yaitu sebanyak 56 anak (74,7%). Selanjutnya diperoleh 16 anak (21,3%) mengalami gangguan tidur kategori baik dan 3 anak (4,0%) mengalami gangguan pola tidur ringan.

b. Analisis Bivariat

Hubungan perhatian orang tua terhadap gangguan pola tidur anak usia sekolah dasae yang kecanduan game online di desa risa tahun 2021.

Kategori		Gangguan Pola Tidur			Total	P Value
		Baik	Ringan	Sedang		
Perhatian Orang Tua	Sedang	0	0	25	25	0,002
		0.0%	0.0%	100.0%	100.0%	
	Tinggi	16	3	31	50	
		32.0%	6.0%	62.0%	100.0%	

Hasil pengujian bivariat menggunakan uji chi square menunjukkan bahwa nilai p value sebesar $0,002 < 0,05$, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara perhatian orang tua dengan gangguan pola tidur anak. Distribusi responden dengan perhatian orang tua sedang sebanyak 25 anak (33,33%) seluruhnya berada pada kategori gangguan pola tidur sedang. Sedangkan perhatian orang tua tinggi sebanyak 50 anak (66,7%) terdistribusi pada gangguan pola tidur baik sebanyak 16 anak (21,3%), gangguan pola tidur ringan sebanyak 3 anak (6,0%) dan gangguan pola tidur sedang sebanyak 56 anak (74,7%).

Gangguan tidur adalah suatu kondisi gangguan medis pola tidur yang terjadi pada seseorang, baik dari segi kualitas, kuantitas, atau gangguan perilaku dan kondisi fisiologis pada saat tidur (Hilmiana Putri, 2015). Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa perhatian orang tua sebagian besar sudah dalam kategori baik/tinggi. Terdapat beberapa faktor lain berdasarkan hasil pengamatan yang menyebabkan gangguan tidur pada anak. Diantaranya adalah pencahayaan ruangan dan perilaku sebelum tidur seperti menonton TV atau bermain gadget.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh sinarmawati (2012) menunjukkan bahwa $p = 0,03 < \alpha = 0,05$ yang berarti ada hubungan antara pertumbuhan dengan pola tidur anak. Diharapkan kepada orang tua agar lebih memperhatikan pola tidur anaknya karena pola tidur sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan anak. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saifullan (2017) yang menunjukkan bahwa penggunaan gadget berpengaruh terhadap pola tidur anak sekolah. Kecanduan gadget membuat anak menyebabkan untuk selalu menyandingkan gadget dimanapun berada termasuk pada saat tidur. Diketahui bahwa pancaran sinar yang diberikan gadget dapat memberikan gangguan pola tidur pada anak.

Hasil pengumpulan data menunjukkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan perhatian orang tua pada kategori tinggi yaitu sebanyak 50 anak (66,7%). Sedangkan anak lainnya berada pada kategori perhatian orang tua sedang sebanyak 25 anak (33,3%). Hasil ini menunjukkan bahwa orang tua siswa masih memberikan perhatian yang cukup baik terhadap anak.

Perhatian orang tua adalah suatu aktivitas yang tertuju pada suatu hal. Perhatian orang tua merupakan pemusatan jiwa dan fikiran pada suatu objek yang dilakukan oleh ayah dan ibu dalam suatu aktivitas yang dilakukan oleh anaknya. Perhatian yang diberikan oleh orang tua terhadap anaknya dapat memberikan motivasi kepada mereka dalam melakukan kegiatannya (Mahda Nurnabilla, 2020). Orang tua adalah ayah dan ibu yang melahirkan manusia baru (anak), orang tua mempunyai kewajiban untuk merawat, mengasuh dan mendidik anak mereka guna menjadi anak yang baik dan berprestasi. Jadi yang dimaksud dengan perhatian orang tua adalah pemusatan atau konsentrasi orang tua (ayah dan ibu) kepada anaknya dalam memenuhi segala kebutuhan anak sebagai rasa tanggung jawab kepada anak sehingga dapat membantu aktivitas dan kebutuhan anak agar dapat berjalan dengan baik (Firdah Nahdiah Putri, 2016).

Sesuai dengan hasil penelitian diperoleh bahwa orang tua sebagian besar memberikan pemusatan konsentrasi dan perhatian yang tinggi terhadap prestasi sekolah anak dengan memperhatikan kegiatan dan jam tidur anak di rumah. Dengan demikian, anak dapat memperoleh bimbingan dan arahan yang bertujuan untuk mengontrol perilaku anak dengan baik. Tidur merupakan suatu kondisi istirahat alami yang dialami oleh manusia dan hewan-hewan lainnya yang sangat penting untuk kesehatan. Setiap manusia membutuhkan waktu tidur kurang lebih sekitar sepertiga waktu hidupnya atau sekitar 6-8 jam sehari. Secara alami dan otomatis jika tubuh lelah maka kita akan merasa mengantuk sehingga memaksa tubuh kita untuk beristirahat secara fisik dan mental (Arjunam,

2011). Menurut Adnan Zalki (2018), pola tidur pada anak usia 10-12 tahun rata-rata 9-11 jam

4. Kesimpulan

- a. Sebagian besar responden mendapatkan perhatian orang tua pada kategori tinggi yaitu sebanyak 50 anak (66,7%). Sedangkan anak lainnya berada pada kategori perhatian orang tua sedang sebanyak 25 anak (33,3%). Hasil ini menunjukkan bahwa orang tua siswa masih memberikan perhatian yang cukup baik terhadap anak.
- b. Sebagian besar anak mengalami gangguan pola tidur sedang yaitu sebanyak 56 anak (74,7%). Selanjutnya diperoleh 16 anak (21,3%) mengalami gangguan tidur kategori baik dan 3 anak (4,0%) mengalami gangguan pola tidur ringan.
- c. Terdapat hubungan yang signifikan antara perhatian orang tua dengan gangguan pola tidur anak dengan nilai p value sebesar 0,002.

5. Saran

- a. Diharapkan dapat menambah referensi, serta bahan bacaan bagi mahasiswa di perpustakaan Fakultas, sehingga dapat menambah pengetahuan, informasi yang bermanfaat bagi civitas akademika bidang kesehatan atau pembaca, mengenai hubungan perhatian orang tua dengan gangguan pola tidur anak.
- b. Diharapkan kepada orang tua agar lebih memperhatikan pola tidur anaknya karena pola tidur sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan anak.
- c. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu bahan kajian untuk melakukan penelitian yang sejenis. Diharapkan penelitian selanjutnya dapat meningkatkan jumlah sampel agar hasil yang diperoleh lebih representatif.

6. Terimakasih

Terimakasih kepada ketua yayasan STIKES Yahya Bima yang telah memberikan ijin kepada saya untuk melakukan penelitian ini.

Terimakasih kepada Pemerintah Desa Risa yang telah memberikan ijin kepada saya untuk melakukan penelitian ini.

Terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu saya dalam proses penelitian ini.

Referensi

- Pratama Raden Intan. (2020). Peran Orangtua Dalam Mengawasi Penggunaan Gadget., 50-62.akses 1 januari 2021
- Adnan Zalki. (2018). Hubungan Bermain Game Online Dengan Pola Tidur Anak Usia Sekolah Dasa. 21 buku (2007-2017), 5 jurnal, 7 skripsi, 2 website, 67.akses 1 januari 2021

- Agus Aji, Saputra. (2012). Hubungan Positif Antara Perhatian Orang Tua Dengan Motivasi Belajar Siswa Kelas Tinggi Sd Negeri Serang. Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo tahun ajaran 2011/2012, 27.akses 1 januari 2021
- Ahmad Haryadi. (2015). Hubungan Pola Asuh Orangtua dengan Kemandirian Siswa Kelas 1 MI . IAIN Antasari Banjarmasin, 137.akses 1 januari 2021
- Anik Puspo Rini. (2016). Hubungan Antara Perhatian Orang Tua Dengan Motivasi Belajar Siswa Kelas Tinggi Sd Negeri Di Kecamatan Temanggung Kota Temanggung. FIP UNNES 2016, 194.akses 2 januari 2021
- Arif Syafa'at. (2015). Gambaran Gangguan Pola Tidur Pada Anak Usia 9-12 Tahun Di Sekolah Dasar Pisangan 3. FKIK syarif hidayatullah Jakarta, 50.akses 5 januari 2021
- Cahyanti Dwi Ratnaningrum. (2016). Gambaran Dampak Permainan Game Elektronik Pada Anak Usia Sekolah Di Wilayah Kelurahan Manisrejo. Universitas Muhammadiyah Surakarta, 53.akses 1 januari 2021
- Christiana Reali, Yunisa Dwi Anggraini. (2016). Pengaruh Game Kekerasan Terhadap Perilaku Agresif Anak. Vol . 1 , No . 1 , Januari 2016, 60.akses 3 januari 2021
- D. Widodo. (2017). Gangguan Tidur Berhubungan dengan Prestasi Belajar pada Anak SDN 01 Sumber Sekar. Nursing News vol 2, No. 02, 280.akses 8 januari 2021
- Dewi marlianti. (2015). Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Pola Tidur Dan Motivasi Belajar Anak Usia 10-12 Tahun Di Sd Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Alauddin, 75.akses 5 januari 2021
- Diah Tri Nugraheni. (2017). Pola Asuh Orangtua Pada Remaja Yang Kecanduan Bermain Game Online. Universitas Muhammadiyah Malang, 44.akses 3 januari 2021
- Eka rahmawan, Chanif, Ali rosidin. (2013). hubungan antara stres psikologis dengan kualitas tidur pasien yang dirawat di ruang perawatan kritis di RSUD Tugurejo Semarang. Semarang 2013, 30.akses 4 januari 2021
- Firdah nahdiah putri. (2016). terdapa pengaruh yang signifikan antara perhatian orang tua dengan hasil belajar mata pelajaran PAI siswa kelas IV dan V di SDN 02 Balapulung Kulon Tegal. Semarang: Fakultas Tarbiyah IAIN Walisongo Semarang, 2011, 60.akses 7 januari 2021
- Gisma Dian Wardayani, Rohmatun, Anisa Fitriani. (2019). Hubungan Antara Pola Asuh Autoritatif Orang Tua Dan Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Game Online Pada Remaja Di SMPN 4 Semarang. Universitas Islam Sultan Agung Semarang, 18 Oktober 2019, 400. akses 3 januari 2021

- Hilimiana putri. (2015). Gangguan pola tidur anak usia 9-12 tahun di SD Negeri Pisangan 1 ciputat . UIN syarif hidayatullah Jakarta, 63.akses 5 januari 2021
- Juwi Rayfana Tiwa, O. I Palandeng, Jeavery Bawotong. (2019). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kecanduangame Online Pada Anak Usia Remaja Di Sma Kristen Zaitun Manado. e-journal Keperawatan(e-Kp) Volume 7 Nomor 1, Mei 2019, 54. akses 1 januari 2021
- Mahda Nur Nabila. (2020). Pengaruh Penggunaan Gadget Dan Perhatian Orang Tua Terhadap Kesadaran Beribadah Siswa Kelas Viii Smp Negeri 1 Balerejo Madiun. Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Ponorogo, 138.akses 6 januari 2021
- Moh. sayfullah. (2017). Hubungan Penggunaan Gadget Terhadap Pola Tidur Pada Anak Sekolah Di UPT SDN Gadingrejo II Pasuruan. IR-Perpustakaan Universitas Airlangga 2017, 76.akses 1 januari 2021
- Notoatmodjo, S. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta
- Nursalam, 2008. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta : Salemba Medika
- Nur kumalasari. (2017). Peran Bimbingan Orang Tua Dalam Upaya Mengurangi Kebiasaan Bermain Game Oline Pada Anak Di Kelurahan Maccorawalie Kecamatan Watang Saiwtto Kabupaten Pinrang. STAIN Pare-Pare 2017, 110.akses 5 januari 2021
- Rita Puspa Sari, Feby Rizky Ramadan. (2020). Pola Tidur pada Anak Usia 9-12 Tahun yang Bermain Game Online. <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/JKPBK>, 102.akses 6 januari 2021
- Rizky Anggraini. (2018). Dampak Pengasuhan Orang Tua Yang Kecanduan Game Online Terhadap Perkembangan Anak. UIN Sunan Kalijaga 2018, 133.akses 8 januari 2021
- Sastrosmoro, Sudigdo (2014). Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis. Jakarta : jagung seto
- Sugiyono (2017). Metode Penelitian Kualitatif: Untuk penelitian yang bersifat : eksploratif, enterpretif, interaktif, dan konstruktif. Bandung : Alfabeta
- Sujarweni, V.W. (2014). Metodologi Penelitian Keperawatan. Gava Medika. Yogyakarta
- Susila & Suyanto. (2015). Metodologi Penelitian Cross Sectional.Bossript. Klaten
- Yendrizarl Jafri, Sinta Rahma Yuni, Yuli Permata Sari. (2018). Bermain Game Online Dengan Motivasi Belajar Pada Anak Sekolah Dasar. Prosiding Seminar Kesehatan Perintis E-ISSN : 2622-2256 Vol. 1 No. 1 Tahun 2018, 20.akses 7 januari 2021