

**Hubungan Gangguan Tidur dengan Nilai Mata Pelajaran
yang diujikan pada Ujian Nasional (UN) pada Siswa Usia
8-12 Tahun SD X Sibolga Sumatera Utara Tahun Ajaran
2018/2019**

SKRIPSI



disusun oleh:

ELLEN LIVIANY

405160178

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2019**

**Hubungan Gangguan Tidur dengan Nilai Mata Pelajaran
yang diujikan pada Ujian Nasional (UN) pada Siswa Usia
8-12 Tahun SD X Sibolga Sumatera Utara Tahun Ajaran
2018/2019**

SKRIPSI



diajukan sebagai salah satu prasyarat
untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked) pada
Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

ELLEN LIVIANY

405160178

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

JAKARTA

2019

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ellen Liviany

NIM : 405160178

dengan ini menyatakan dan menjamin bahwa proposal skripsi yang saya serahkan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara berjudul :

Hubungan Gangguan Tidur dengan Nilai Mata Pelajaran yang diujikan pada Ujian Nasional pada Siswa Usia 8-12 Tahun SD X Sibolga Sumatera Utara Tahun Ajaran 2018/2019

merupakan hasil karya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar dan tidak melanggar ketentuan plagiarism atau otoplagiarisme.

Saya memahami dan akan menerima segala konsekuensi yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara apabila terbukti melakukan pelanggaran plagiarism dan otoplagiarisme.

Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 9 Juli 2019

Penulis,

Ellen Liviany

405160178

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Ellen Liviany

NIM : 405160178

Program Studi : Kedokteran

Judul Skripsi : Hubungan Gangguan Tidur dengan Nilai Mata Pelajaran yang
diujikan pada Ujian Nasional pada Siswa Usia 8-12 Tahun SD X
Sibolga Sumatera Utara Tahun Ajaran 2018/2019

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S. Ked) pada Program Studi Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara.

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : dr. Melani Rakhmi Mantu, M.Kes., Sp.A (.....)

Ketua Sidang : Dr. dr. Arlends Chris, M.Si. (.....)

Penguji 1 : dr. Alya Dwiana, M.Sc (.....)

Penguji 2 : dr. Melani Rakhmi Mantu, M.Kes., Sp.A (.....)

Mengetahui,

Dekan : Dr. dr. Meilani Kumala, MS, Sp.GK(K) (.....)

Ditetapkan di,

Jakarta, 9 Juli 2019

PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ellen Liviany
NIM : 405160178
Program Studi : Ilmu Kedokteran
Karya Ilmiah : Skripsi

demi perkembangan ilmu dan pengetahuan, menyetujui untuk mempublikasikan karya ilmiah berjudul :

“Hubungan Gangguan Tidur dengan Nilai Mata Pelajaran yang diujikan pada Ujian Nasional pada Siswa Usia 8-12 Tahun SD X Sibolga Sumatera Tahun Ajaran 2018/2019”

Dengan mencantumkan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

Jakarta, 9 Juli 2019

Ellen Liviany

405160178

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Skripsi ini merupakan prasyarat agar dapat dinyatakan lulus sebagai Sarjana Kedokteran (S.Ked).

Selama proses penyusunan skripsi ini penulis mengalami banyak pembelajaran dan pengalaman khususnya dalam pelaksanaan penelitian. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan ucapan terimakasih atas dukungan dalam penyusunan skripsi ini dari awal hingga akhir, kepada:

1. Dr. dr. Meilani Kumala, MS, Sp.GK(K), selaku Dekan Fakultas Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara
2. Dr. dr. Arlends Chris, M.Si, selaku Ketua Unit Penelitian dan Publikasi Ilmiah FK UNTAR
3. dr. Melani Rakhmi Mantu, M.Kes., Sp.A selaku Dosen Pembimbing Skripsi, yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran selama membimbing saya;
4. dr. Alya Dwiana, M.Sc. selaku penguji pertama dan pembimbing revisi skripsi saya, yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran selama membimbing saya;
5. Satino S.Ag selaku Kepala Sekolah SD Tri Ratna Sibolga, yang telah memberikan fasilitas untuk pengumpulan data penelitian;
6. Kedua orangtua dan keluarga saya, yang senantiasa menyemangati serta memberi dukungan material dan moral;
7. Para sahabat, yang banyak membantu proses penyusunan skripsi
8. Seluruh subjek/responden, yang terlibat dalam penelitian ini.

Akhir kata, semoga skripsi ini membawa manfaat sebesar-besarnya bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan kesehatan.

Jakarta, 9 Juli 2019

Penulis,

ABSTRAK

Tidur adalah salah satu faktor yang sangat penting untuk kesehatan dan kehidupan manusia baik secara fisik maupun mental. Anak-anak merupakan subjek yang paling sering mengalami gangguan tidur karena durasi dan kualitas tidur yang kurang. Hal ini dapat menyebabkan gangguan pada proses berpikir inovatif, proses pengambilan keputusan yang fleksibel, beberapa fungsi kognitif dan kelelahan pada siang hari. Gangguan tidur pada anak dapat berpengaruh terhadap nilai mata pelajarannya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara gangguan tidur dengan nilai mata pelajaran yang diujikan pada Ujian Nasional pada siswa usia 8-12 tahun SD X Sibolga Sumatera Utara. Jenis penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional* bersifat analisis. Penelitian ini dilakukan di SD X Sibolga Sumatera Utara pada bulan Januari 2019. Subjek penelitian adalah siswa yang berusia 8-12 tahun. Teknik yang digunakan untuk mengambil sampel data adalah *Consecutive Sampling*. Dari 230 responden yang terkumpul, yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi adalah 192 responden. Data gangguan tidur diambil menggunakan kuesioner *Sleep Disturbance Scale for Children (SDSC)* dan nilai mata pelajaran didapat dari nilai rapor semester 1 berupa mata pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam (IPA), matematika dan bahasa Indonesia. Data dianalisis menggunakan uji *Fisher*. Hasil penelitian didapatkan terdapat 60% siswa memiliki gangguan tidur. Hubungan antara gangguan tidur dengan mata pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam adalah $p\text{-value}=0,81$, matematika $p\text{-value}=0,199$, bahasa Indonesia $p\text{-value}=0,413$. Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan secara statistik antara gangguan tidur dengan nilai Ilmu Pengetahuan Alam (IPA), matematika, bahasa Indonesia di SD X usia 8-12 Tahun Sibolga Sumatera Utara.

Kata Kunci : Gangguan Tidur, Nilai Mata Pelajaran, Anak Sekolah Dasar.

ABSTRACT

Sleep is one of the factors that is very important for human health and life physically and mentally. Children are the subjects who have the most sleep disorders because of the lack of duration and quality of sleep. Whereas, it can cause interference with the process of creative thinking, flexible decision-making processes, some cognitive functions and daytime fatigue. Sleep disorders in children can affect the academic achievement. Hence, the issue focused on this study was to decide the relation between sleep disorders and academic achievement that'll be tested in National Examination at X Elementary School Sibolga North Sumatera. The type of this research is cross-sectional analysis. This research conducted at X Elementary School Sibolga North Sumatera in January 2019. The research subjects were students aged 8-12 years. The technique used to take data samples is Consecutive Sampling. There are 230 respondents collected and 192 respondents included in the inclusion and exclusion criteria. Sleep disturbance data accumulated using the Sleep Disturbance Scale for Children (SDSC) questionnaire and academic achievement obtained from first semester report cards in Sciences, mathematic and Indonesia language. Data were analyzed using fisher test. The results showed that 60% of students had sleep disorders. The relation between sleep disorders and Sciences subjects was $p\text{-value} = 0.81$, for mathematics $p\text{-value} = 0,199$, for Indonesia language $p\text{-value} = 0,413$. In conclusion, there is no relation statisticly between sleep disorders and academic achievement of Sciences, mathematics, Indonesia language in students aged 8-12 years at X Elementary School Sibolga North Sumatera

Keywords: Sleep Disorders, Academic Achievement, Elementary School Children.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Hipotesis Penelitian.....	3
1.4 Tujuan Penelitian	3
1.5 Manfaat Penelitian	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Penelusuran Literatur	5
2.1.1 Tidur	5
2.1.1.1. Definisi.....	5
2.1.1.2. Fisiologi Tidur	5
2.1.1.3. Tahapan Tidur.....	7
2.1.1.4. Siklus Tidur Bangun	8
2.1.1.5. Irama Sirkadian.....	9
2.1.1.6. Faktor Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur	9
2.1.1.7. Kebutuhan Tidur	10
2.1.1.8. Gangguan Tidur	11
2.1.1.9. Klasifikasi Gangguan Tidur	12
2.1.1.10. Dampak Gangguan Tidur pada Anak	14
2.1.1.11. Diagnosis Gangguan Tidur pada Anak	14
2.1.2. Nilai Akademik	15
2.1.2.1. Definisi.....	15
2.1.2.2. Pendidikan	15

2.1.2.3. Tingkatan Pendidikan	16
2.1.2.4. Faktor yang Mempengaruhi Nilai Akademik	16
2.1.2.5. Penilaian Akademik	17
2.1.2.6. Kriteria Kelulusan Minimal (KKM)	18
2.1.2.7. Ujian Nasional	18
2.1.2.8. Bahasa Indonesia	19
2.1.2.9. IPA (Ilmu Pengetahuan Alam)	19
2.1.2.10. Matematika	20
2.2 Kerangka Teori	21
2.3 Kerangka Konsep	21
BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN	22
3.1. Design Penelitian	22
3.2. Tempat dan waktu penelitian	22
3.3. Populasi dan Sampel Penelitian	22
3.4. Perkiraan Besar Sampel	22
3.5. Kriteria Inklusi dan Eksklusi	23
3.6. Cara Kerja/Prosedur Kerja Penelitian	23
3.7. Variabel Penelitian	24
3.8. Instrumen Penelitian	24
3.9. Pengumpulan Data	24
3.10. Analisis Data	24
3.11. Definisi Operasional	25
3.12. Alur Penelitian	26
3.13. Jadwal Pelaksanaan	27
BAB 4 HASIL PENELITIAN	28
4.1. Karakteristik Responden	28
4.2. Gambaran Gangguan Tidur	30
4.3. Gambaran Nilai Akademik	30
4.4. Gambaran Hubungan Gangguan Tidur dengan Nilai Mata Pelajaran	31
BAB 5 PEMBAHASAN	32
5.1. Pembahasan	32
5.2. Keterbatasan Peneliti	35
BAB 6 KESIMPULAN	37
6.1. Kesimpulan	37
6.2. Saran	37
DAFTAR PUSTAKA	39
LAMPIRAN	45

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Rekomendasi Durasi Tidur pada Anak	11
Tabel 2.2 Contoh Rentang Predikat dari Beberapa KKM.....	18
Tabel 2.3 Mata Pelajaran, Jumlah Butir Soal, Alokasi Waktu UN tingkat SD.....	18
Tabel 3.1 Definisi Operasional	25
Tabel 3.2 Jadwal Penelitian.....	27
Tabel 4.1 Karakteristik Responden	29
Tabel 4.2 Gambaran Gangguan Tidur pada Responden	30
Tabel 4.3 Gambaran Nilai Mata Pelajaran pada Responden	30
Tabel 4.4 Gambaran Hubungan Gangguan Tidur dengan Nilai Mata Pelajaran ..	31

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Mekanisme Neurokimia	6
Gambar 2.2 Skema Kerangka Teori.....	21
Gambar 2.3 Skema Kerangka Konsep	21
Gambar 2.4 Skema Alur Penelitian.....	26

DAFTAR SINGKATAN

ADHD	= <i>Attention-Deficit Hyperactivity Disorder</i>
Depdiknas	= Departemen Pendidikan Nasional
EEG	= Elektroensefalografi
GABA	= <i>gamma-aminobutyric acid</i>
IPA	= Ilmu Pengetahuan Alam
KKM	= Kriteria Kelulusan Minimal
NREM	= <i>Non-Rapid Eye Movement</i>
OSA	= <i>Obstructive Sleep Apnea</i>
PAS	= Penilaian Akhir Semester
PH	= Penilaian Harian
PTS	= Penilaian Tengah Semester
RAS	= <i>Reticular Activating System</i>
REM	= <i>Rapid Eye Movement</i>
SCN	= <i>Supra-Chiasmatic Nuclei</i>
SDSC	= <i>Sleep Disturbance Scale for Children</i>
SD	= Sekolah Dasar
SSP	= Sistem Saraf Pusat
TSH	= <i>Thyroid Stimulating Hormone</i>
UN	= Ujian Nasional

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Inform Consent dan Kuesioner SDSC	45
Lampiran 2 Dokumentasi	52
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian.....	53
Lampiran 4 Daftar Riwayat Hidup.....	54