

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak adalah orang yang sedang mengalami transisi perkembangan, dari masa bayi hingga masa pubertas. Perubahan fisik dan mental terjadi sepanjang masa pertumbuhan dan perkembangan bayi (Syafa'at, 2015). Anak-anak di sekolah termasuk kelompok yang rentan terhadap masalah kesehatan (Farapti *et al.*, 2019). Masalah kesehatan anak dapat berdampak pada perkembangannya (Anggraeny, 2014). Kualitas tidur yang buruk pada usia sekolah terutama antara usia 10 dan 12, menurut Masyeni *et al.*, (2020) merupakan salah satu masalah kesehatan yang menimpa anak-anak.

Anak menjadi kelompok umur individu memiliki risiko lebih besar untuk mengalami gangguan pola tidur akibat kurang tidur (Syafa'at, 2015). Setiap manusia memiliki kebutuhan mendasar untuk tidur, yang juga penting untuk pertumbuhan anak. Kondisi istirahat dan tidur dapat memberikan proses homeostatik tubuh yang mengisinya kembali dan sangat penting untuk termoregulasi dan penyimpanan energi yang tepat (Sadock *et al.*, 2019). Jadwal tidur yang teratur dan sehat dapat meningkatkan kesehatan (Guyton & Hall, 2014).

Perkembangan anak dari segi kesehatan fisik, emosional, kognitif, dan sosial dapat terhambat oleh gangguan tidur (IDAI, 2016). Menurut penelitian Natalita *et al.*, (2016) terhadap 64 anak usia sekolah, 62,5% di antaranya mengalami masalah tidur, hingga 25% di antaranya mengalami gangguan tidur.

Penelitian lain menemukan bahwa 12,2 persen anak-anak terkadang mengotori tempat tidur di malam hari, 48,8 persen anak-anak bangun terlambat, 85,4 persen anak-anak memiliki tidur yang cukup, dan 70 persen anak-anak terkadang terlalu lamban untuk bangun dari tempat tidur (Wahyuningrum *et al.*, 2019).

Anak memiliki kualitas tidur yang tinggi, yang didefinisikan dengan tidur yang baik dan tubuh yang segar saat bangun tidur, tidur 10 jam per hari untuk anak sekolah (Poerwopoespito, 2010). Prestasi akademik yang rendah, hiperaktif, kecemasan, kesedihan, dan masalah perilaku dan emosional adalah konsekuensi dari kebiasaan tidur anak yang buruk (Meltzer *et al.*, 2010). Kurang tidur untuk waktu yang lama dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk fokus, membuat pilihan, dan terlibat dalam aktivitas sehari-hari. Kurang tidur terkadang dapat menyebabkan paparan ego, halusinasi, dan delusi (Sadock *et al.*, 2019).

Berbagai Untuk pengobatan gangguan tidur, metode terapi farmasi dan non-farmakologis telah dikembangkan. Salah satu metode nonfarmakologis adalah terapi audio, yang melibatkan mendengarkan musik yang dapat menenangkan. Ketika murottal terdengar, seseorang dapat bersantai dan menemukan ketenangan pikiran (Suwanto *et al.*, 2016). Kecepatan lantunan murotal sesuai dengan detak jantung, sehingga ketika seseorang mendengarkannya, mereka merasa tenang dan damai (Mayrani & Hartati, 2013).

Fatimah dan Noor (2016) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa mendengarkan murrotal alquran berguna dalam menurunkan insomnia geriatri. Ketika seseorang membaca Al-Qur'an, hingga 98 persen orang mengalami kedamaian mental. Selain itu, pendengaran murrotal dapat meningkatkan kecerdasan anak dengan merangsang sel-sel otak mereka (Al-Atsary, 2017). Berbeda dengan penelitian Muthahharah *et al.*, (2017) menemukan bahwa 53 (88,3%) responden mengalami peningkatan kualitas tidur setelah mendapatkan pengobatan murrotal selama 5 hingga 10 menit dibandingkan dengan 46 (76,7%) responden yang memiliki kualitas tidur buruk sebelum dilakukan intervensi. responden melaporkan memiliki tidur malam yang baik, sementara 7 (11,6 persen) melaporkan memiliki tidur malam yang buruk.

Surah Surat Al Mulk digunakan dalam penyelidikan ini. Membaca Surah Al-Mulk sebelum malam adalah sunnah, seperti yang dilakukan Nabi SAW. Menurut hadits yang diriwayatkan oleh An-Nasa'i dari Abdullah bin Mas'ud RA, dianjurkan membaca Surat Al Mulk sebelum tidur "Dengan surat ini, Allah SWT akan memberikan keselamatan dari siksa kubur kepada siapa saja yang membaca Surat Al-Mulk setiap malam. Ketika Nabi kita Muhammad SAW masih hidup, disebut Al-Mani'ah (penghalang). Ketika Al-Qur'an Surah Al Mulk dibaca di malam hari, pembaca akan mengalami banyak kebaikan". Keutamaan membaca Surah Al Mulk sebelum tidur semoga bisa memberikan syafaat bagi para pembacanya, menurut Rasulullah SAW. Menurut akun Abu Dawud, Nabi Muhammad berkata: "Surat itu akan meminta syafaat bagi

pembaca sampai dia diampuni dalam satu bab Al-Qur'an yang memiliki tiga puluh ayat. Al Mulk menulis surat itu."(Al-Kaheel, 2012).

Surat ke-67 dari Al-Qur'an berjudul Surah Al Mulk. Memiliki kecepatan 64 denyut per menit (bpm), yang termasuk dalam rentang tempo lambat, merupakan ciri dari Surat Al-Mulk, yang digunakan sebagai pengobatan dalam penelitian ini. Karena denyut nadi manusia disinkronkan dengan kecepatan lambat, jantung akan berdetak pada waktunya dengan tempo suara (Mayrani & Hartati, 2013). Penelitian Amalu *et al.*, (2020) menunjukkan hasil terdapat pengaruh terapi murrotal dengan menggunakan surah Al Mulk terhadap peningkatan kualitas tidur balita (*p value: 0.000*).

Penggunaan terapi murrotal membutuhkan adanya dukungan atau peran dari orang tua. Orang tua yang memberikan perawatan intensif kepada anak-anak mereka akan melihat hasil yang sangat positif, karena anak-anak membuat kemajuan terapeutik yang cepat, sehingga dukungan orang tua juga penting untuk proses tersebut (Minropa, 2014), sehingga penggunaan terapi murrotal dengan menggunakan surat Al Mulk perlu mendapat dukungan dari orang tua untuk menerapkannya.

Media memainkan peran penting dalam memastikan bahwa pesan disampaikan seefektif mungkin untuk tujuan pendidikan. Untuk mengoptimalkan transmisi pesan, berbagai teknik, termasuk jenis media termasuk cetak, elektronik, papan, dan hiburan, dapat digunakan dalam pendidikan kesehatan. Karena berhasil, media flip chart sering digunakan untuk mengkomunikasikan berbagai fakta kesehatan (Maulana, 2019).

Penggunaan media flip chart dapat meningkatkan penguasaan konten dan kreativitas (Setiawan & Napitupulu, 2015).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Purbalingga diketahui bahwa jumlah penduduk pada tahun 2020 sebanyak 998.561 orang dengan jumlah penduduk terbanyak pada usia 10-14 tahun sebanyak 79.452 anak (7.9%). Data Dinas Kesehatan Kabupaten Purbalingga menunjukan bahwa jumlah siswa usia pendidikan dasar yang mendapatkan pelayanan kesehatan pada tahun 2020 sebesar 39.5%. Kecamatan Karanganyar menjadi salah satu kecamatan dengan jumlah anak usia sekolah dasar terendah yaitu 1.246 anak tetapi cakupan pelayanan kesehatan pada anak usia sekolah dasar hanya sebesar 16.1%.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Kecamatan Karanganyar Kabupaten Purbalingga diketahui bahwa jumlah SD dengan siswa terbanyak di Desa Karanganyar sebanyak 321 siswa dengan jumlah siswa yang berusia 10-12 tahun sebanyak 176 siswa. Hasil wawancara dengan salah satu wali kelas siswa kelas V di SD Negeri 1 Karanganyar diketahui bahwa sistem pembelajaran dilaksanakan dengan sistem *online-offline*, terkait dengan masalah tidur yang dialami siswa diketahui bahwa sekolah belum pernah melakukan penyuluhan terkait masalah tidur pada anak. Hasil wawancara dengan 4 orang siswa diketahui bahwa 3 orang siswa mengatakan selama proses pembelajaran *online* selalu tidur malam di atas jam 10 dan jarang istirahat atau tidur siang karena lebih sering bermain hp.

Berdasarkan hal tersebut maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Efektivitas Penggunaan Media *Flip Chart* dibandingkan Audio Murottal Surat Al Mulk dalam Pemenuhan Kebutuhan Tidur Anak Usia 10-12 Tahun di Desa Karanganyar”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah efektivitas penggunaan media *flip chart* dibandingkan audio murottal surat Al Mulk dalam pemenuhan kebutuhan tidur anak Usia 10-12 Tahun di Desa Karanganyar?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas penggunaan media *flip chart* dibandingkan audio murottal surat Al Mulk dalam pemenuhan kebutuhan tidur anak Usia 10-12 Tahun di Desa Karanganyar.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik anak berdasarkan usia dan jenis kelamin di Desa Karanganyar.
- b. Mengidentifikasi kebutuhan tidur anak sebelum dan sesudah diberikan media *flip chart* di Desa Karanganyar.
- c. Mengidentifikasi kebutuhan tidur anak sebelum dan setelah diberikan audio murottal surat Al Mulk di Desa Karanganyar.

- d. Menganalisis efektivitas penggunaan media *flip chart* dibandingkan audio murottal surat Al Mulk dalam pemenuhan kebutuhan tidur anak di Desa Karanganyar.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi mengenai efektivitas penggunaan media *flip chart* dibandingkan audio murottal surat Al Mulk dalam pemenuhan kebutuhan tidur anak.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Perawat

Hal ini dimaksudkan agar penelitian ini dapat membantu perawat dalam menentukan apakah media flip chart lebih berhasil mengatasi kebutuhan tidur anak-anak daripada audio mutilasi Al Mulk, sehingga memudahkan perawat untuk mengelola kasus yang terkait dengan penelitian ini

b. Bagi Orang Tua

Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi lebih lanjut kepada orang tua tentang penggunaan pengobatan murottal untuk meningkatkan pola tidur anak dan memastikan mereka mendapatkan kualitas tidur yang tinggi.

c. Untuk Institusi Pendidikan Tinggi

Temuan studi ini diharapkan dapat digunakan sebagai pedoman untuk studi ilmiah masa depan serta informasi, terutama untuk manajer tenaga kerja.

