

Gambaran Kualitas Tidur Pasca Bencana Rob Pada Penduduk Usia Dewasa (26-45 Tahun) Di Desa Krpyak Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan

Ratih Widiyaningsih, Ratnawati
Email. ratihwidyaningsih51@gmail.com

Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan 2019

ABSTRAK

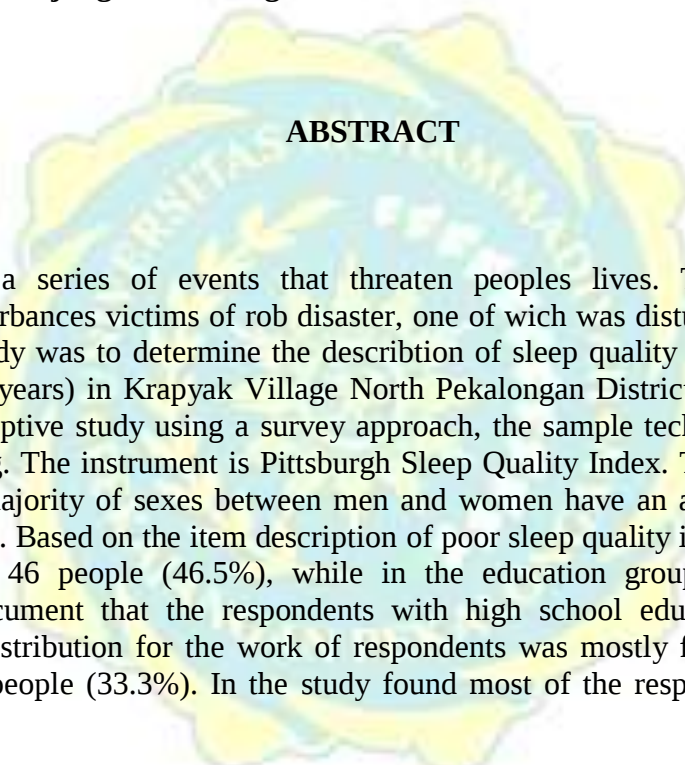
Bencana banjir rob merupakan serangkaian peristiwa yang mengancam kehidupan masyarakat. Peristiwa ini dapat berdampak pada psikologis korban bencana rob salah satunya yaitu gangguan kualitas tidur. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kualitas tidur pasca bencana rob pada usia dewasa (26-45 tahun) di Desa Krpyak Kecamatan Pekalongan utara Kota Pekalongan. Penelitian ini bersifat deskripsi menggunakan pendekatan *survey*, tehnik sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Instrument yang digunakan Pittsburgh Sleep Quality Index. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar dengan persentase jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan memiliki sebaran yang hampir merata (54.5% dan 45.5%). Berdasarkan item gambaran kualitas tidur buruk pada kelompok jenis kelamin yaitu laki-laki sebanyak 46 orang (46.5%), sedangkan pada kelompok pendidikan didapatkan sebaran data terbanyak bahwa responden yang berpendidikan SMA 30 orang (30.3%) dan sebaran untuk pekerjaan responden paling banyak adalah dari status pekerjaan Ibu Rumah Tangga 33 orang (33.3%) . Pada penelitian ditemukan sebagian besar responden memiliki kualitas tidur yang buruk (77.8%).

Kata Kunci : Kualitas tidur **Bencana Rob Pada Penduduk Usia Dewasa**
Daftar Pustaka: 21 (2010-2017)

Overview of Sleep Quality after the Rob Disaster in Residents of Adult Age (26-45 Years) in Krapyak Village, North Pekalongan Sub-District, Pekalongan City

Ratih Widiyaningsih, Ratnawati
Email. ratihwidiyaningsih51@gmail.com

Nursing undergraduate study program Health Science Faculty University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan 2019



ABSTRACT

Rob Disaster is a series of events that threaten peoples lives. This event resulted in psychological disturbances victims of rob disaster, one of wich was disturbed sleep quality. The purpose of this study was to determine the description of sleep quality after the rob disaster in adulthood (26-45 years) in Krapyak Village North Pekalongan District Pekalongan City. This research is a descriptive study using a survey approach, the sample technique in this study use propoitive sampling. The instrument is Pittsburgh Sleep Quality Index. The results of this study to show that the majority of sexes between men and women have an almost even distribution (54.5% and 45.5%). Based on the item description of poor sleep quality in the sex group, namely male as many as 46 people (46.5%), while in the education group obtained the highest distribution of document that the respondents with high school education were 30 people (30.3%) and the distribution for the work of respondents was mostly from the work status of housewives is 33 people (33.3%). In the study found most of the respondents had poor sleep quality (77.8%).

Keywords : Sleep Quality, Rob's disaster, In Adult Age List
Bibliography : 21 (2010-2017)

A. PENDAHULUAN

Penurunan permukaan tanah terjadi karena erosi pantai, gelombang ekstrime dan banjir intrusi air laut ke sungai dan air tanah, kenaikan muka air sungai, perubahan air surut dan gelombang, serta perubahan endapan sedimen (Diposaptono, 2010).

Perubahan iklim ini berpotensi menyebabkan terjadinya bencana banjir, diantaranya melalui peningkatan curah hujan dan peningkatan permukaan air laut (Satterhwaite, 2008). Diperkirakan pada tahun 2010 mendatangkan terjadi kenaikan muka air laut sekitar 1,4-5,8 meter yang akan menyebabkan banjir rob (Dahuri, 1996). Pada akhirnya kenaikan muka air laut (rob) tersebut mengancam seluruh kehidupan manusia, khususnya di tempat tinggal pesisir dan pulau kecil.

Di Indonesia khususnya kawasan pesisir utara Pekalongan, kenaikan permukaan air laut menjadikan kawasan pantai mengalami erosi dan terkena banjir rob. Kawasan pantai yang mengalami erosi dan tergenang banjir rob mulai teridentifikasi 1990-an. Kerusakan pantai akibat erosi dan genangan banjir rob di beberapa tempat telah dirasakan dampaknya terhadap kehidupan manusia dan lingkungan (Suhaini, 2002). Pekalongan salah satu kota pesisir di pantai utara Jawa yang memiliki topografi landai, yang merupakan kawasan yang sangat rawan terhadap kenaikan muka air laut. Beberapa ahli mengatakan, posisi geografi Pekalongan memiliki tingkat kerentanan yang tinggi terhadap kenaikan muka air laut, dengan demikian cukup wajar jika wilayah Pekalongan terkena banjir rob yang akan berdampak negatif terhadap kesehatan manusia

maupun lingkungan (Kraas, 2007; Ward et al, 2010).

Salah satu faktor yang mempengaruhi adalah istirahat tidur yang disebabkan oleh lingkungan fisik yang sangat mengganggu dalam memenuhi kebutuhan tidur (Sujono, 2015). Hasil observasi di Desa Krapyak pada tanggal 25 Februari 2019 kondisi wilayah Desa Krapyak di RW 01 RT 03 dan RT 04 dua orang menyatakan saat ini banyak rumah dan jalan yang masih tergenang rob hingga saat ini, Kondisi rumah yang rusak akibat genangan rob dan bahkan menyatakan sudah meninggikan tempat tinggal mereka hingga prabotan rumah tangga seperti lemari, rak piring tempat tidur dan barang-barang yang berharga menurut mereka. Genangan air rob kapan saja bisa naik baik siang maupun malam, namun mereka mengatakan lebih sering air laut pasang mulai sore hari dan akan naik ketika malam hari mulai dari jam 16.30 WIB sampai mulai surut jam 23.00 WIB, pada kondisi naiknya volume air laut tersebut rumah warga tergenang air rob. Genangan yang disebabkan oleh air rob tersebut menyebabkan masyarakat tidak bisa tidur, karena mereka takut akan harta benda mereka tergenang air rob, walaupun sudah di tinggikan mereka tetap waspada akan naiknya genangan rob.

Sedangkan kondisi lingkungan pada RW 14, RW 15, dan RW 8 tiga warga mengatakan wilayah tersebut akan mengalami rob jika hujan datang lebih dari empat jam dan akan surut 2-3 hari, pada bulan Februari curah hujan di Pekalongan naik sampai dua hari hujan tak kunjung mereda, sehingga terjadi banjir rob di wilayah ini, warga mulai waspada jika hujan bertambah besar di

malam hari karena menyebabkan volume air rob akan bertambah tinggi, kira-kira pada bulan februari kemarin tinggi genangan rob mencapai 15-40 cm dan warga mulai menyelamatkan barang-barang yang ada di dalam rumah karena waspada volume air rob meningkat. Tiga warga tersebut menyatakan memikirkan harta benda dan keluarga sehingga ketika hujan datang mereka kesulitan tidur serta sering terbangun di tengah malam karena berjaga-jaga untuk memastikan keluarga dan harta bendanya selamat, mereka sering terbangun karena takut genangan bertambah sehingga mengalami kesulitan tidur selama terjadi hujan yang akan menyebabkan genangan air rob. Mereka menyatakan kebiasaan tidur setiap malam hari ketika terjadi hujan dan menyebabkan genangan air rob hanya tidur 3-4 jam setiap harinya, ketika terjadi hujan mereka memindahkan barang-barang mereka sekiranya tidak terkena air rob jika volume air rob bertambah.

Pada gangguan psikologis yang disebabkan oleh bencana rob salah satunya yaitu gangguan yang ditandai dengan kesulitan tidur, kesulitan mempertahankan tidur dan bahkan keduanya. secara umum seseorang yang mengalami gangguan pada kualitas tidur akan merasa cepat lelah, kekurangan energi, kehilangan konsentrasi yang dapat mengganggu kesehatannya. Seseorang yang mengalami kesulitan tidur mereka akan mengalami fase term yaitu untuk menggambarkan gangguan tidur mereka sebelum terdiagnosis secara klinis (Potter & Perry, 2010).

Kualitas tidur akibat beban pikiran yang dialami oleh usia antara 26-45 tahun dimana pada usia ini manusia mengalami fase aktif dalam melakukan

hal seperti bekerja, mencari nafkah untuk keluarga, menuntut ilmu, bertanggung jawab atas keluarganya, menjaga harta bendanya dan sebagainya (Stress and Sleep, 2013, para 3). Kegiatan dan tanggung jawab mereka terhalang oleh adanya bencana rob karena mereka merasa tuntutan-tuntutan hidup yang dialami semakin berat. Kondisi ini tidak disadari dan bahkan dipelekan hingga tidak dapat teridentifikasi dengan baik, kejadian seperti ini banyak dialami oleh masyarakat Desa Krapyak Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan.

Kualitas tidur yang kurang pada masyarakat jika terjadi pasang atau volume air rob bertambah menimbulkan masalah kesehatan. Masyarakat merasa pusing, kurang semangat dalam bekerja, lesu, mengantuk, gagal fokus dalam melakukan sesuatu di pagi harinya. Masalah ini berpengaruh dalam kehidupan sosial maupun kesehatannya khususnya kualitas tidur.

B. METODE PENELITIAN

1. Desain Penelitian

Penelitian ini bersifat deskripsi yaitu mendiskripsikan atau memaparkan peristiwa penting yang terjadi pada masa lalu. Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan *survey* yaitu suatu penelitian yang dilakukan tanpa melakukan tindakan intervensi apapun terhadap subyek penelitian (masyarakat), sehingga penelitian ini sering disebut dengan penelitian non eksperimen. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kualitas tidur pasca bencana rob pada usia dewasa awal dan akhir 26-45 tahun di Desa

Krapyak Kecamatan Pekalongan Utara
Kota Pekalongan.

2. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan (Sugiono 2011, h.80). Adapun populasi sesuai dengan data kelompok tenaga kerja yang ada di Desa Krapyak Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan dari penduduk usia dewasa (26-45 tahun) berjumlah 6358 orang yaitu responden yang masuk pada penelitian ini.

b. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sample yang diambil dari populasi tersebut harus benar-benar representatif (Sugiono 2011, h. 81). Teknik sample pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dimana peneliti menetapkan ciri-ciri khusus responden yang sesuai dengan kriteria inklusi. Dalam penelitian yang dilakukan ini sampel yang digunakan 99 responden penduduk Desa Krapyak Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan dari penduduk usia dewasa (26-45 tahun). Untuk menentukan jumlah sampel menggunakan rumus slovin sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan :

n = Ukuran sampel

N = Ukuran populasi

e = persen kelonggaran ketidaktelitian karena kesalahan pengambilan sampel yang masih dapat di tolerir / diinginkan dalam penelitian ini 10%

$$n = \frac{6358}{1 + 6358(0,1)^2}$$
$$= \frac{6358}{1 + 63,5(0,01)}$$
$$= 98,5$$

1) Kriteria inklusi

Kriteria inklusi

adalah karakteristik umum subyek penelitian dari suatu populasi menjadi target yang terjangkau dan diteliti (Nursalam 2013, h. 172)

- a) Responden berusia 26-45 tahun
- b) Responden kooperatif
- c) Klien yang bersedia menjadi responden
- d) Responden yang bisa baca dan tulis
- e) Responden dapat mendengar
- f) Responden yang tinggal di Desa Krapyak Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan

2) Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi

adalah menghilangkan atau mengeluarkan subjek yang tidak sesuai dari penentuan kriteria sample yang digunakan sebagai subjek dari penelitian (Nursalam 2013, h.172).

- a) Responden yang saat dilakukan penelitian tidak berada di tempat
- b) Responden yang mengalami gangguan jiwa
- c) Responden yang saat dilakukan penelitian secara fisik sudah tidak memungkinkan untuk menjawab kuesioner

3. Tempat dan Waktu Penelitian

a. Tempat penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Krpyak Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan

b. Waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dua minggu, minggu pertama di mulai dari tanggal 25 mei-30 mei 2019 dan minggu ke dua dimulai tanggal 16 juni-23 juni 2019 sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan peneliti, adapun tahap penelitian sebagai berikut :

Tabel 4.1
Perencanaan waktu penelitian

Kegiatan	Tahun 2019					
	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Juni
Penyusunan Proposal						
Seminar Proposal						
Revisi Seminar Proposal						
Pengumpulan Data						
Pengolahan & Analisis Data						
Ujian Skripsi						

4. Etika Penelitian

Peneliti telah meminta surat persetujuan dari Kepala program studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan dan mendapat ijin dari Kepala Desa Krpyak kemudian meminta surat pengantar dari balai desa untuk meminta ketua RT untuk menunjukkan alamat dari setiap responden. Peneliti memberikan penjelasan kepada calon responden melalui lembar permohonan menjadi responden. Selanjutnya peneliti menawarkan bersedia atau tidak menjadi responden dalam penelitian dengan memperhatikan etika penelitian sebagai berikut :

a. *Informed Consent* (Lembar Persetujuan)

Peneliti memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden. Tujuannya adalah agar subyek mengerti maksud dan tujuan penelitian.

Jika subyek bersedia, maka subyek harus menandatangani lembar persetujuan. Jika subyek tidak bersedia, maka peneliti harus menghormati hak pasien.

b. *Anonimity* (Tanpa Nama)

Peneliti melakukan proses *anonimity* (tanpa nama) saat melakukan pengumpulan data yaitu dengan menuliskan kode pada lembar persetujuan dan memberikan inisial nama responden sehingga kerahasiaan identitas responden dapat terjaga.

c. *Kerahasiaan* (*Confidentiality*)

Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiannya oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil riset.

5. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2011, h.102). Dalam penelitian ini memerlukan instrumen atau alat penelitian yang mendukung dalam pengumpulan data penelitian. Instrumen dalam penelitian ini antara lain:

a. Kuesioner

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner untuk mengumpulkan data sebagai daftar pertanyaan yang sudah tersusun dengan baik dan sudah matang, kuesioner ini mempergunakan daftar pertanyaan yang lebih di mengerti sebagai lembar atau

daftar tilik (*check list*) (Notoatmodjo, 2012, h.153). Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini berisi tentang kualitas tidur *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Kuesioner PSQI ini memiliki tujuh pertanyaan dan dua pertanyaan subyektif yang bersifat tertutup (*Closed Ended*) dengan menggunakan variasi *multiple choice* yaitu disediakan empat jawaban/alternatif yaitu di mulai dari skor 0-3, dan responden hanya memilih satu yang menurut responden cocok (Notoatmodjo, 2012, h.160). Adapun penilaian untuk semua pertanyaan bernilai 0: sangat baik, 1: baik, 2: kurang, 3: sangat kurang, jumlahkan dari pertanyaan 1-9.

Peneliti memilih PSQI sebagai instrumen penelitian dengan alasan bahwa instrumen PSQI memiliki pertanyaan yang lebih aplikatif jika digunakan untuk instrumen menilai kualitas tidur pada bencana rob dan instrumen ini bisa untuk penelitian bersifat retrospektif.

6. Uji Validitas dan Reabilitas

a. Uji Validitas

Pada penelitian ini tidak dilakukan uji validitas dan reabilitas, menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) yang diciptakan oleh *Byusse et al* pada tahun 1989 yang sudah diterjemahkan ke bahasa Indonesia oleh Maulida (2011) dalam Sari (2017). Dengan nilai yang sudah di uji validitas dan reabilitas dengan nilai validitas $\geq$

0,4 dan reliabilitas $\geq 0,60$ kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) terdiri dari tujuh komponen yang meliputi kualitas tidur secara subyektif, latensi tidur (kesulitan memulai tidur), lamanya tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur, kebiasaan penggunaan obat-obatan dan aktivitas yang dapat mengganggu tidur serta aktivitas sehari-hari terkait dengan tidur. Penilaian pada masing-masing pertanyaan terdiri dari 0-3 penilaian *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dinilai dengan penjumlahan total skor dari komponen 1-7 (keterangan skor PSQI terlampir)

b. Reliabilitas

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukuran dapat dipercaya atau dapat diandalkan (Notoatmojo, 2010, h.168). Hasil uji reliabilitas kuesioner kualitas tidur PSQI didapat nilai $\geq 0,60$ artinya semakin mendekati angka 1 maka nilai Alpha Cronbach, maka semakin baik instrument penelitian. Pada penelitian ini, pengujian reliabilitas menggunakan metode analisis Alpha Cronbach dengan bantuan SPSS dengan hasil Alpha Cronbach 0,753 sehingga kuesioner PSQI dikatakan reliabel (Maulida, 2011 dalam Sari, 2017).

7. Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi:

- a. Peneliti mengajukan surat permohonan izin untuk melakukan penelitian kepada Kepala Program Pendidikan S1

Keperawatan STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

- b. Peneliti mengajukan surat permohonan izin pada kepala Desa Krpyak Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan
- c. Peneliti mengajukan surat permohonan izin pada ketua RT dan RW yang ada di Desa Krpyak Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan
- d. Peneliti menentukan responden dan populasi yang ada di Responden yang tinggal di Desa Krpyak Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan sesuai kriteria inklusi dan eksklusi.
- e. Peneliti menemui calon responden dan menjelaskan tentang judul penelitian, tujuan penelitian, prosedur penelitian dan hak-hak dari responden, menjaga kerahasiaan kepada responden yang terpilih dengan memberikan surat pengantar penelitian.
- f. Peneliti dibantu oleh enumerator data. Enumerator bertugas untuk melakukan menyebarkan kuesioner penelitian. Peneliti melakukan persamaan persepsi dengan enumerator.
- g. Peneliti mendatangi rumah-rumah responden pasca bencana rob pada usia 26-45 tahun, Peneliti melakukan informed consent kepada calon responden.
- h. Setelah responden setuju untuk dijadikan responden penelitian, maka responden diminta untuk mengisi lembar informed consent.
- i. Peneliti memberikan kuesioner kepada responden untuk diisi

sesuai dengan jawaban responden.

- j. Peneliti mendampingi responden agar apabila ada pertanyaan-pertanyaan yang kurang jelas peneliti menjelaskan tanpa mengatakan jawaban.
- k. Bila kuesioner telah terisi, peneliti mengumpulkan dan memeriksa kembali kelengkapannya. Jika masih ada yang belum terisi maka responden dimohon untuk melengkapi dan selanjutnya peneliti memasukan data serta mengolah data.

8. Pengolahan Data

Menurut Notoatmodjo (2012, h. 176-178) proses pengolahan data terdiri dari:

- a. Penyuntingan atau *editing*
Peneliti melakukan pemeriksaan terhadap jawaban responden pada kuesioner dan semua kuesioner telah terisi jawaban responden.
- b. Pengkodean atau *coding*
Kegiatan yang dilakukan untuk memproses data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan. Untuk kode kualitas tidur baik (1) dan kode kualitas tidur buruk (2).
- c. Memasukan data (*Data Entry*) atau *processing*
Peneliti membuat rekapitulasi hasil penelitian dan memasukkan skor jawaban dalam program komputer (SPSS). Peneliti mengolah secara komputerisasi menggunakan program statistik tertentu.
- d. Pembersihan data atau *cleaning*
Apabila semua data dari setiap sumber data atau responden selesai dimasukkan, peneliti mengecek kembali untuk melihat

kemungkinan-kemungkinan adanya kesalahan-kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya, kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi.

9. Teknik Analisa Data

Penelitian ini merupakan penelitian untuk mengetahui kualitas tidur pasca bencana rob pada usia dewasa (26-45 tahun) di Desa Krapyak Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan, penelitian yang akan dilakukan ini bersifat univariate (analisis deskriptif) yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik variabel penelitian (Notoatmodjo, 2012, h. 182). Hasil penelitian ini adalah distribusi frekuensi dan prosentase yang mendeskripsikan atau menggambarkan kualitas tidur yang baik, kualitas tidur yang buruk di lihat dari jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Penelitian telah dilakukan pada tanggal 25 mei-23 juni 2019 di Desa krapyak kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan. Analisa yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa univariat. Hasil penelitian dan pembahasan diuraikan sebagai berikut :

a. Karakteristik Responden

Tabel 5.1
Karakteristik Responden

No	Variabel	Kriteria	F	Persentase (%)
1	Jenis Kelamin	• Laki-laki	5	5
			4	4
		• Perempuan	4	.
			5	5
				%
2	Pendidikan	• SMP	2	2
		• SMA	1	1
		• Perguruan Tinggi	4	.
			2	2
			3	%
			6	4
				2
				.
				4
				%
3	Pekerjaan	• IRT	4	4
		• Tidak Bekerja	1	1
			3	.
			3	4
		• PNS	2	%
		• Wiraswasta	1	3
			2	3
			2	.
		• TNI		3
		• Nelayan		%
				2
				1
				.
				2
				%
				2
				%

2
%

4	Kualitas Tidur	• Baik	2	2
		• Buru	2	2
		k	7	.
			7	2
				%
				7
				7
				.
		8		
		%		

Data hasil penelitian dari kuisioner yang telah disebarkan kepada masyarakat Desa Krpyak Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan yang memenuhi kriteria inklusi diolah secara komputerisasi menggunakan program SPSS versi 21.0. dalam penelitian ini menggunakan sample masyarakat yang sesuai inklusi berjumlah 99 orang. Dari pengolahan data statistik deskriptif diperoleh data yaitu sebagian besar dengan persentase jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan memiliki sebaran yang hampir merata (54.5% dan 45.5%). Berdasarkan item pendidikan, didapatkan sebaran data terbanyak bahwa responden yang berpendidikan SMA 42 orang (42.4%) dan sebaran untuk pekerjaan responden paling banyak adalah dari statatus pekerjaan Ibu Rumah Tangga tidak bekerja 41 orang (41.4) . Pada penelitian ditemukan sebagian besar responden memiliki kualitas tidur yang buruk (77.8%).

b. Gambaran Kualiatas Tidur

Tabel 5.2
Gambaran kualitas tidur Berdasarkan Jenis Kelamin, pendidikan, pekerjaan

		Gambaran kualitas tidur					
		Baik		Buruk		Jumlah	
No	Variabel	F	%	F	%	F	%
		k		k		K	
Jenis kela min	Laki-laki	8	8.1 %	4	46.5 %	5	54.5 %
	Pere	1	14.3 %	3	31.3 %	4	45.6 %
	mpua n	4	1 %	1	3 %	5	4 %
Pendi dikan	SMP	2	2.0 %	1	19.2 %	2	21.2 %
	SMA	1	12.5 %	3	30.3 %	4	42.8 %
		2	1 %	0	3 %	2	4 %
	Pergu ruan	8	8.1 %	2	28.6 %	3	36.7 %
	Tingg i			8	3 %	6	4 %
Peker jaan	IRTT idak	8	8.1 %	3	33.3 %	4	41.4 %
	Beker ja			3	3 %	1	4 %
	PNS	6	6.1 %	2	27.3 %	3	33.6 %
	Wiras wasta	6	6.1 %	1	15.2 %	2	21.3 %
	TNI	1	1.0 %	1	1.0 %	2	2.0 %
	Nelay an	1	1.0 %	1	1.0 %	2	2.0 %

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa gambaran kualitas tidur penduduk Desa Krapyak Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan adalah buruk, terbagi pada kelompok jenis kelamin laki-laki sebanyak 46%, pada kelompok pendidikan yaitu tingkat pendidikan SMA sebanyak 30,3%, dan pada kelompok bekerja sebagai ibu rumah tangga tidak bekerja sebanyak 33,3%.

2. Pembahasan

Berdasarkan data hasil penelitian yang telah diolah secara komputerisasi menggunakan program SPSS versi 21.0. berupa data statistik deskriptif diperoleh data yaitu sebagian besar dengan persentase jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan memiliki sebaran yang hampir merata (54.5% dan 45.5%). Berdasarkan item gambaran kualitas tidur buruk pada kelompok jenis kelamin yaitu laki-laki sebanyak 46 orang (46.5%), sedangkan pada kelompok pendidikan didapatkan sebaran data terbanyak bahwa responden yang berpendidikan SMA 30 orang (30.3%) dan sebaran untuk pekerjaan responden paling banyak adalah dari stataus pekerjaan Ibu Rumah Tangga tidak bekerja 33 orang (33.3%) . Pada penelitian ditemukan sebagian besar responden memiliki kualitas tidur yang buruk (77.8%). Temuan ini sesuai dengan pendapat Saryono dkk,(2010) bahwa kualitas tidur dipengaruhi banyak hal diantaranya lingkungan yang aman dan nyaman yang dirasakan seseorang maka akan sangat mempengaruhi kecepatan proses tidur seseorang tersebut.

Temuan penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Riani Puspitasari(2017), yang berjudul “gambaran kualitas tidur pasca bencana tanah longsor pada masyarakat desa donorati kecamatan purworejo kabupaten purworejo bahwa sebagian besar korban bencana tanah longsor memiliki kualitas tidur baik.

Kualitas tidur akibat beban pikiran yang dialami oleh usia antara 26-45 tahun dimana pada usia ini manusia mengalami fase aktif dalam melakukan hal seperti bekerja, mencari nafkah untuk keluarga, menuntut ilmu, bertanggung jawab atas keluarganya, menjaga harta bendanya dan sebagainya (Stress and Sleep, 2013). Kegiatan dan tanggung jawab mereka terhalang oleh adanya bencana rob karena mereka merasa tuntutan-tuntutan hidup yang

dialami smakin berat. Kondisi ini tidak disadari dan bahkan disepelekan hingga tidak dapat teridentifikasi dengan baik, kejadian seperti ini banyak dialami oleh masyarakat Desa Krpyak Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan.

Salah satu faktor yang mempengaruhi adalah istirahat tidur yang disebabkan oleh lingkungan fisik yang sangat mengganggu dalam memenuhi kebutuhan tidur (Sujono, 2015). Hasil observasi di Desa Krpyak bahwa salah satu faktor gangguan tidur adalah lingkungan fisik, genangan yang disebabkan oleh air rob tersebut menyebabkan masyarakat tidak bisa tidur, karena mereka takut akan harta benda mereka tergenang air rob, walaupun sudah di tinggikan mereka tetap waspada akan naiknya genangan rob.

Kualitas tidur yang kurang pada masyarakat jika terjadi pasang atau volume air rob bertambah menimbulkan masalah kesehatan. Masyarakat merasa pusing, kurang semangat dalam bekerja, lesu, mengantuk, gagal fokus dalam melakukan sesuatu di pagi harinya. Masalah ini berpengaruh dalam kehidupan sosialnya.

3. Keterbatasan Penelitian

Penelitian mengenai gambaran kualitas tidur pasca bencana rob ada penduduk usia dewasa (26-45 tahun) di Desa Krpyak Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan ini memiliki beberapa keterbatasan, diantaranya :

1. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah literatur tentang bencana rob masih terbatas dalam bentuk buku maupun jurnal yang membahas tentang bencana rob.

D. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Karakteristik responden dengan persentase jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan memiliki sebaran yang hampir merata (54.5% dan 45.5%). Variabel pendidikan, didapatkan sebaran data terbanyak bahwa responden yang berpendidikan SMA 42 orang (42.4%) dan sebaran untuk pekerjaan responden paling banyak adalah dari statau pekerjaan Ibu Rumah Tangga tidak bekerja 41 orang (41.4) .
2. Frekuensi kualitas tidur dari kelompok jenis kelamin laki-laki sebanyak 46 (46.5%) laki-laki mendapatkan kualitas tidur yang buruk, untuk tingkat pendidikan responden berpendidikan SMA sebanyak 30 (30.3%) mendapatkan kualitas tidur yang buruk. Sedangkan responden berpekerjaan sebagai ibu rumah tangga tidak bekerja 33 (33.3%) mendapatkan kualitas tidur yang buruk.

E. Saran

1. Pemerintah
Kepada pemerintah setempat diharapkan dapat mengupayakan program serta penindaklanjutan terhadap penanganan rob di Desa Krpyak, megingat kualitas tidur mempengaruhi secara vital kualitas hidup.
2. Peneliti Selanjutnya
Hendaknya dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai gambaran kualitas tidur pasca bencana rob ada penduduk usia dewasa (26-45 tahun) di Desa Krpyak Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan dengan melibatkan responden yang lebih banyak dan

pengambilan data yang dilakukan pada beberapa tempat, serta dengan metode penelitian yang akurat dan dapat menunjukkan hubungan sebab-akibat yang jelas.

3. Profesi Keperawatan

Untuk profesi keperawatan dapat mengkontribusikan pelayanan keperawatan dalam kebutuhan dasar manusia, salah satunya yaitu kualitas tidur pada warga pasca bencana rob dan memberikan penyuluhan kesehatan tentang pentingnya kualitas tidur bagi kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

Dahlan.2009.*Perkembangan Fase Dewasa*. Dilihat tanggal 14 Februari 2019, <http://Perkembanganfasebalitasampaidengandewasa.edu.Html>

Dahuri, R. Dkk.1996. *Pengelolaan Sumber daya Wilayah Pesisir dan Lautan Secara Terpadu*. Jakart: Pradnya Paramita

DEPKES RI.2013.*Perkembangan Manusia*.Dilihat tanggal 10 Februari 2019, <http://perkembanganmanusiadarimasakemas.aspx.id>

Diposaptono, Subandono dkk.2010.”Dampak Perubahan Iklim Terhadap Pesisir Pekalongan” dalam laporan nasional sharing workshop:inisiatif dan perencanaan assesment: Kota Pekalongan.Jakarta, Indonesia

Kraas,F.2007.”Megacities And Global Change: Key Priorities”.Geographical Journal,173(1),79-82

Marfa’i dkk.2011. *Pemodelan Spacial Bahaya Banjir ROB Berdasarkan Skenario Perubahan Iklim dan Dampak di Pesisir Pekalongan*.Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada. Diunduh 5 Januari 2019

Mubarok, Nurul Chayatin.2008. *Kebutuhan Dasar Manusia*.Jakarta: IGC

Notoatmodjo.2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta

Nursalam.2017.*Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Potter,P.A&Perry,.A.G.2010.Fundamental Keperawatan.Ed.7.Jakarta;Salemba Medika.

Potter,Perry alih bahasa Adrina Ferderikanggie.2010. *Fundamental*

- Keperawatan Buku 1 Edisi 7*. Indonesia: Salemba Medika
- Potter, Perry alih bahasa Diah Nur F dkk. 2010. *Fundamental Keperawatan Buku 3 Edisi 7*. Indonesia: Salemba Medika
- Puspitasari. 2018. *Gambaran Kualitas Tidur pada Bencana Tanah Longsor Pada Masyarakat Donorati Kecamatan Purworejo Kabupaten Purworejo*. Diunduh tanggal 05 Januari 2019
- Riadi, Sujono. 2015. *Kebutuhan Dasar Manusia Aktivitas Istirahat Diagnosis Nanda*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Riadi. 2015. *Kebutuhan Dasar Manusia Aktivitas Istirahat Diagnosis NANDA*. Yogyakarta: Gosyen Publishing
- Ritohardoyo, dkk. 2014. *Aspek Sosial Banjir Genangan (ROB) di Kawasan Pesisir*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press
- Rusminingsih. 2010. *Kerentanan dan Strategi Ketahanan Pekalongan Terhadap Perubahan Iklim dalam Laporan Nasional Sharing Workshop: inisiatif dan perencanaan assesment Kota Pekalongan*: Jakarta Indonesia
- Salim, M. A, Agus Bambang S. 2018. *Penanganan Banjir ROB di Wilayah Pekalongan*. Diunduh tanggal 05 Januari 2019
- Saryono, Anggi Triana. 2010. *Kebutuhan Dasar Manusia*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Sari, Ika kholila. 2017. *Pembe[r]dayaan Kualitas Tidur Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Terapi Hemodialisa 2 kali dan 3 kali di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta*
- Satterthwait D. 2008. *Climate Change and Urbanisation: effcetcs and implikations of urban govermance un the united nations expert migration, and developement new york: united nation secretariat*.
- Stress and Sleep. 2013. Retrieved. dilihat pada 15 Januari 2018 from <http://www.apa.org/news/press/release/sress/2013/sleep.aspx>
- Sugiyono. 2011. *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Suwarjana. 2015. *Metodologi Penelitian (Edisi Refisi)*. Yogyakarta : CV. Andi Offset
- Thompson, K.E., Franklin, C.L. 2010. *The Post Traumatic Insomnia Workbook*. Oakland; New Harbinger Publication, Inc
- Yenita, R.N. 2017. *Higiane Industri*. Yogyakarta. Deepublish Publisher.