

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

SKRIPSI

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI *GUIDED IMAGERY THERAPY* TERHADAP

KUALITAS TIDUR ANAK USIA SEKOLAH

DI RSUD PROF DR. H ALOEI SABOE

OLEH

NUR'AIN KALUKU

841412027

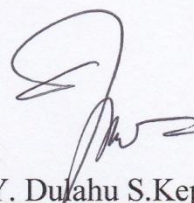
Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Pembimbing I



dr. Vivien Novarina A.Kasim M.Kes  
NIP . 19830519 2008122002

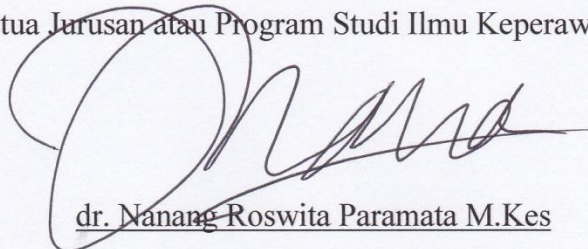
Pembimbing II



Ns. Wirda Y. Dufahu S.Kep, M. Kep  
NIP. 19870323 2015042002

Mengetahui

Ketua Jurusan atau Program Studi Ilmu Keperawatan



dr. Nanang Roswita Paramata M.Kes

NIP: 197710282008122003

**LEMBAR PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI *GUIDED IMAGERY THERAPY*  
TERHADAP KUALITAS TIDUR ANAK USIA SEKOLAH  
DI RSUD PROF. DR. H. ALOEI SABOE**

**OLEH**

**NUR'AIN KALUKU  
NIM. 841 412 027**

Telah dipertahankan di depan dewan penguji.

Hari/Tanggal : Senin, 27 Juni 2016  
Waktu : 12.00-13.00 WITA

**Dewan Penguji**

1. dr. Vivien Novarina A. Kasim, M.Kes  
NIP . 198305192008122002
2. Wirda Y. Dulahu S.Kep, Ns, M. Kep  
NIP. 198703232015042002
3. Dra. Rani Hiola, M.Kes  
NIP. 195309131983022001
4. Nasrun Pakaya, S.Kep, Ns, M.Kep  
NIP. 197611181996021002

(.....)  
(.....)  
(.....)  
(.....)

Gorontalo, 27 Juni 2016

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



**Dr. Lintje Boekoesoe, M.Kes  
NIP. 195901101986032003**

## ABSTRAK

Nur'ain Kaluku. 2016. Pengaruh Teknik Relaksasi *Guided Imagery Therapy* Terhadap Kualitas Tidur Anak Usia Sekolah di RSUD Prof. Dr. H. Aloe Saboe. Skripsi, Program Studi ilmu keperawatan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I dr. Vivien N.A. Kasim M.Kes dan Pembimbing II Wirda Y Dulahu S.Kep,Ns M.Kep.

Tidur merupakan kebutuhan dasar manusia, kualitas tidur yang baik dapat meningkatkan kesehatan. Masalah tidur sering dijumpai pada pasien anak yang dirawat di rumah sakit, hal ini menimbulkan resiko gangguan pada fisik dan psikologis. Penanganan masalah kualitas tidur pada anak dapat dilakukan dengan teknik relaksasi *guided imagery therapy* yaitu menggunakan imajinasi menyenangkan. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh teknik relaksasi *guided imagery therapy* terhadap kualitas tidur pasien anak usia sekolah di RSUD Prof. Dr.H. Aloe Saboe.

Desain penelitian yang digunakan adalah *pra eksperimen* dengan pendekatan *pre post test design* dengan populasi seluruh anak yang dirawat di rumah sakit. Sampel anak usia sekolah sebanyak 14 anak pada bulan Mei 2016. Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah *purposiv sampling*.

Hasil penelitian didapatkan bahwa kualitas tidur sebelum perlakuan yaitu kurang baik (100%) dan kualitas tidur setelah perlakuan yaitu baik (100%). Berdasarkan uji T tes didapatkan nilai p value  $0,000 < 0,05$  yang berarti ada pengaruh teknik relaksasi *guided imagery therapy* terhadap kualitas tidur anak usia sekolah.

Saran: hendaknya menerapkan teknik relaksasi *guided imagery therapy* sebagai salah satu intervensi meningkatkan kualitas tidur anak usia sekolah yang dirawat di rumah sakit.

**Kata kunci** : Teknik Relaksasi *Guided Imagery Therapy*, Kualitas Tidur, Anak Usia Sekolah

**Daftar Pustaka** : 33 (2007-2015)



## ABSTRACT

Nur'ain Kahuku. 2016. The Influence of Relaxation Technique *Guided Imagery Therapy* Toward School-Age Children Sleeping Quality at RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe. Skripsi, Study Program of Nursing, Faculty of Sports and Health, State University of Gorontalo. Principal Supervisor is dr. Vivien N.A. Kasim M.Kes and Co-Supervisor is Wirda Y Dulahu S.Kep,Ns M.Kep.

Sleeping is a basic human needs, good sleeping quality can improve health. Sleeping problem often encountered in children patient who are hospitalized, this raises the risk of disruption on the physical and psychological. Handling of children sleeping quality can be done by relaxation technique *guided imagery therapy* that is using fun imagination. This research aims at analyzing the influence of relaxation technique *guided imagery therapy* toward school-age children sleeping quality in RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe.

Research design used is *pre experiment* with *pre post test design* approach with the population of all hospitalized children. Sample of school-age children are 14 children in May 2016. Research sampling is *purposive sampling*.

Research result reveals that sleeping quality before treatment is poorly (100%) and sleeping quality after treatment is good (100%). Based on T test obtained p value  $0,000 < 0,05$  which means there is an influence of relaxation technique *guided imagery therapy* toward school-age children sleeping quality.

Suggestion: it should apply relaxation technique *guided imagery therapy* as one of interventions increasing hospitalized school-age children sleeping quality.

**Keywords:** Relaxation Technique *Guided Imagery Therapy*, Sleeping Quality, School-Age Children

**Bibliography :** 33 (2007-2015)

