

BAB V

PEMBAHASAN

V.I Kondisi Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah siswa SMPN 9 Depok sebanyak 222 siswa. Penelitian dilakukan bertahap pada 21 Juni 2020 dengan jumlah subjek sebanyak 222 siswa yang memenuhi dalam kriteria inklusi eksklusif sebanyak 222 siswa. Penelitian ini dilakukan menggunakan kuesioner dalam *Google Form* yang terdiri dari *Informed Consent*, karakteristik subjek, penilaian tentang *Numeric Rating Scale* (NRS) dan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Berdasarkan hasil uji statistik korelasi bivariat dengan uji non parametrik (*Spearman's rho*) didapatkan hasil antara *Numeric Rating Scale* (NRS) dengan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) memiliki nilai kemungkinan uji kemaknaan ($p= 0,000$) dimana lebih kecil dari α ($p<0,05$) sebagaimana dasar pengambilan keputusan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *Numeric Rating Scale* (NRS) dengan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Selanjutnya dari hasil data di atas diketahui *correlation coefficient Numeric Rating Scale* sebesar (1), PSQI sebesar (0,322) maka nilai ini menandakan hubungan yang cukup kuat dan searah antara *Numeric Rating Scale* dengan *Pittsburgh Sleep Quality Index*.

V.1.1 Jenis Kelamin

Berdasarkan jenis kelamin didapatkan sejumlah responden dengan jenis kelamin perempuan menjadi sampel terbanyak dengan presentase 60,4% dibandingkan dengan laki-laki dengan presentase 39,6%. Hal ini membuktikan bahwa mayoritas siswa perempuan memiliki kualitas tidur yang lebih baik dibanding dengan siswa laki-laki. Toleransi terhadap aktivitas di malam hari secara keseluruhan dapat menyebabkan pengelolaan tidur yang berbeda dibanding perempuan (Nashori & Diana, 2005).

V.1.2 Usia

Berdasarkan hasil penelitian ini, didapatkan responden remaja dengan rentang usia yang beragam dari 12-15 tahun. Kebutuhan tidur pada remaja adalah 8-10 jam dimana jika kebutuhan tidur ini tidak terpenuhi dapat berpengaruh pada kondisi kesehatan dan dapat berdampak pada status kehidupannya (Pinalosa et al., 2018).

V.1.3 IMT

Berdasarkan hasil data penelitian, didapatkan kategori IMT kurus tingkat berat dengan presentase 23,4%, kategori IMT kurus tingkat ringan dengan presentase 15,3%, kategori IMT normal dengan presentase 55%, kategori IMT gemuk tingkat ringan dengan presentase 4,1%, kategori IMT gemuk tingkat berat dengan presentase 1,4% dan kategori IMT obesitas dengan presentase 0,9%. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar siswa SMPN 9 Depok memiliki IMT dengan nilai normal. Mereka yang mengalami obesitas bisa memiliki resiko yang lebih besar akan mengalami kualitas tidur yang kurang baik (Liza et al., 2021).

V.2 Hubungan antara Nyeri Punggung Bawah dengan Kualitas Tidur

Diketahui hasil dari data penelitian sebanyak 86% responden memiliki kualitas tidur yang sangat baik. Posisi tidur dan kondisi tempat tidur merupakan salah satu penyebab yang mempengaruhi kualitas tidur setiap orang. Kedua hal tersebut juga dapat menyebabkan keluhan gangguan muskuloskeletal.

Posisi tidur dan kondisi tempat tidur yang salah dapat menyebabkan keluhan gangguan muskuloskeletal, seperti nyeri punggung bawah. Tempat tidur yang empuk secara tidak langsung dapat mengakibatkan tulang belakang melengkung secara tidak normal (Herman, 2016).

PSQI Test telah banyak digunakan oleh para peneliti dalam penelitian untuk mengetahui prevalensi kualitas tidur seseorang. Berdasarkan hasil data penelitian yang diperoleh didapatkan pada PSQI kategori sangat baik memiliki presentase terbesar yaitu sebanyak 86%, lalu untuk kategori baik berjumlah 13,5%, dan untuk kategori kurang baik memiliki presentase yang paling rendah yaitu sebanyak 0,5%.

Kuesioner PSQI digunakan guna menghitung kualitas tidur di segala macam kelompok demografis di negara di seluruh dunia. Kuesioner PSQI menggunakan bahasa asing seperti bahasa Inggris, kuesioner PSQI juga ditulis dalam bahasa Spanyol, Portugis, Jepang, Korea, Italia dan bahasa yang lain. Walaupun di Indonesia kuesioner PSQI ini sudah sering digunakan dalam penelitian, terlebih lagi digunakan pada kelompok usia remaja, dewasa juga lansia (Sukmawati & Putra, 2019).

Berdasarkan uji statistik non parametrik uji korelasi *Spearman's rho* dapat disimpulkan adanya hubungan antara nyeri punggung bawah dengan kualitas tidur. Dengan hasil *correlation coefficient* nyeri punggung bawah dengan PSQI sebesar 0,322 yang menandakan bahwa adanya hubungan yang cukup kuat.

V.3 Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini mempunyai sedikit keterbatasan diantaranya tidak dapat mengeksplor jauh lebih dalam terhadap responden, seperti melakukan pemeriksaan inspeksi statis dan dinamis, serta quick test untuk mengetahui gejala nyeri punggung bawah.