

IR – PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

SKRIPSI

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN METODE *STORYTELLING*
MEDIA BONEKA TANGAN (*HAND PUPPET*) TERHADAP PERILAKU
SLEEP HYGIENE ANAK USIA SEKOLAH PENGGUNA *GADGET***

PENELITIAN QUASY EXSPERIMENTAL



MIFTA KUMALASARI

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

SURABAYA

2022

IR – PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

SKRIPSI

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN METODE *STORYTELLING*
MEDIA BONEKA TANGAN (*HAND PUPPET*) TERHADAP PERILAKU
SLEEP HYGIENE ANAK USIA SEKOLAH PENGGUNA *GADGET***

PENELITIAN QUASY EXPERIMENTAL

Untuk memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Pada Program Studi Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga



MIFTA KUMALASARI

131811133116

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA**

2022

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa skripsi ini adalah hasil dari karya sendiri dan belum pernah dipublikasikan atau dikumpulkan sebelumnya oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai pendidikan Perguruan Tinggi manapun.

Surabaya, 27 Oktober 2022

Yang Menyatakan



Mifta Kumalasari
NIM. 131811133116

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Saya sebagai sivitas akademik Universitas Airlangga, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mifta Kumalasari

NIM : 131811133116

Program studi : S1 Keperawatan

Fakultas : Keperawatan

Judul karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Airlangga Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya berjudul:

“Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode *Storytelling* Media Boneka Tangan (*Hand Puppet*) terhadap Perilaku *Sleep Hygiene* Anak Usia Sekolah Pengguna *Gadget*”.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Airlangga berhak menyimpan, alih media/format, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 27 Oktober 2022

nyatakan

Mifta Kumalasari

NIM. 131811133116

SKRIPSI

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN METODE *STORYTELLING*
MEDIA BONEKA TANGAN (*HAND PUPPET*) TERHADAP PERILAKU
SLEEP HYGIENE ANAK USIA SEKOLAH PENGGUNA *GADGET***

Oleh :

Mifta Kumalsari


NIM. 131811133116

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI

TANGGAL 27 OKTOBER 2022

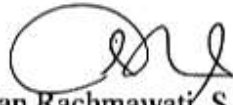
Oleh

Pembimbing Ketua



Nuzul Qur'aniati, S.Kep.,Ns.,M.Ng,Ph.D
NIP. 197802082014092001

Pembimbing



Praba Diyan Rachmawati, S.Kep.,Ns., M.Kep
NIP. 198611092015042002

Mengetahui

dan Dekan Fakultas Keperawatan

Universitas Airlangga

wakil Dekan I



Dr. Ika Yuni Widayanti, S.Kep., Ns., M.Kep., Ns.Sp.Kep.MB
NIP. 197806052008122001

SKRIPSI

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN METODE *STORYTELLING*
MEDIA BONEKA TANGAN (*HAND PUPPET*) TERHADAP PERILAKU
SLEEP HYGIENE ANAK USIA SEKOLAH PENGGUNA *GADGET***

Oleh :

Mifta Kumalasari

NIM. 131811133116

Telah diuji

Pada tanggal, 1 November 2022

PANITIA PENGUJI

Ketua : Elida Ulfiana, S.Kep.,Ns., M.Kep
197910132010122001

(.....)

Anggota : 1. Nuzul Qur'aniati, S.Kep.,Ns.,M.Ng,Ph.D
197802082014092001

(.....)

2. Praba Diyan Rachmawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep
198611092015042002

(.....)

Mengetahui

a.n Dekan Fakultas Keperawatan

Universitas Airlangga

Wakil Dekan I



Dr. Ika Yuni Widyanawati, S.Kep., Ns., M.Kep., Ns.Sp.Kep.MB
NIP. 197806052008122001

MOTTO

“Kita tak pernah tau berapa lama kita diberi waktu,
jika aku pergi lebih dulu jangan lupakan aku”

-Tulus-

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas rahmat dan karunia-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode *Storytelling* Media Boneka Tangan (*Hand Puppet*) terhadap Perilaku *Sleep Hygiene* Anak Usia Sekolah Pengguna *Gadget*”**. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep.) pada Program Studi Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.

Bersama ini, perkenankan saya untuk mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Prof. Dr. AH. Yusuf S., S.Kp., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi Sarjana Keperawatan.
2. Dr. Ika Yuni Widyawati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB selaku Wakil Dekan I Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang telah memberikan kesempatan dan dorongan untuk menyelesaikan Program Studi Sarjana Keperawatan.
3. Dr. Yuni Sufyanti Arief, S.Kp., M.Kes. selaku ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang telah memberikan fasilitas untuk menyelesaikan skripsi ini.

4. Nuzul Qur'aniati, S.Kep.Ns.,M.Ng.,Ph.D selaku dosen pembimbing ketua yang telah memberikan bimbingan, masukan, dan arahan sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Praba Diyan Rachmawati, S.Kep.,Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah memberikan waktu, arahan, masukan, dan bimbingan untuk skripsi ini sehingga dapat terselesaikan.
6. Elida Ulfiana, S.Kep.,Ns., M.Kep selaku dosen penguji seminar proposal dan seminar hasil skripsi yang telah memberikan saran dan masukan yang bermanfaat dalam penyempurnaan skripsi ini.
7. Ita Mualidiawati, S.Kep.,Ns., M.Kep selaku dosen penguji seminar proposal skripsi yang telah memberikan saran dan masukan yang bermanfaat dalam penyempurnaan skripsi ini.
8. Prof. Dr. Nursalam, M.Nurs (Hons) selaku dosen wali yang telah memberikan bimbingan dan motivasi selama di bangku perkuliahan.
9. Seluruh Dosen beserta Staf Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang telah mendidik, membimbing dan memberikan ilmu serta bantuan selama perkuliahan.
10. Kepala SDN Mulur 3 dan Kepala SDN Mulur 4 beserta para guru yang telah memberikan izin dan waktu untuk saya melakukan penelitian.
11. Responden siswa-siswi SDN Mulur 3 dan SDN Mulur 4 yang telah bersedia dan berpartisipasi dalam proses pengambilan data skripsi.
12. Bapak Eko Budi Santoso dan Ibu Dwi Wahyuni selaku orang tua dan kakak Tyas yang selalu memberikan kasih sayang, motivasi, semangat, bantuan, kepercayaan, nasihat serta dukungan baik moral maupun finansial.

13. Realvan Margaret Eindhitya yang telah memberikan semangat, bantuan, motivasi, dan meluangkan waktu untuk mendengarkan keluh kesah selama berproses sejauh ini.
14. Sahabat seperjuangan Kiki, yang telah bersama berjuang dan saling memberikan motivasi dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
15. Seluruh teman kelas A1 dan seluruh teman Angkatan 2018 yang telah berjuang melewati dan menempuh pendidikan di Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.
16. Mario Irwinsyah selaku penggagas kartun Nussa dan Rara yang telah menginspirasi karakter tokoh boneka tangan yang digunakan pada penelitian ini.
17. Lion El Milky kucing kesayangan saya yang telah menjadi *mood booster* saat saya lelah mengerjakan skripsi.
18. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah membantu dalam kelancaran pembuatan skripsi ini.

Penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, diharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan skripsi ini.

Akhir kata semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca perkembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu keperawatan.

Surabaya, 27 Oktober 2022

Penulis

ABSTRAK

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN METODE *STORYTELLING* MEDIA BONEKA TANGAN (*HAND PUPPET*) TERHADAP PERILAKU *SLEEP HYGIENE* ANAK USIA SEKOLAH PENGGUNA *GADGET*

Penelitian *Quasy Eksperimental*

Oleh: Mifta Kumalasari

Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga

Pendahuluan: Penerapan perilaku anak usia sekolah pengguna gadget mengenai *sleep hygiene* masih kurang, karena terbatasnya informasi mengenai pentingnya perilaku *sleep hygiene*. Upaya penyuluhan perlu dilakukan untuk meningkatkan perilaku *sleep hygiene* anak yaitu dengan metode *storytelling* media boneka tangan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan metode *storytelling* media boneka tangan terhadap pengetahuan, sikap, dan tindakan *sleep hygiene* pada anak usia sekolah. **Metode:** Desain *quasy-experimental pre-test-post-test with control group design*. Populasi adalah siswa berusia 9-10 tahun di SDN Mulur 3 dan SDN Mulur 4 sebanyak 54 siswa dengan teknik *simple random sampling*. Besar sampel sebanyak 38 siswa, kelompok perlakuan (n=19) dan kelompok kontrol (n=19). Variabel independen dalam penelitian ini adalah pendidikan kesehatan *storytelling* media boneka tangan, dan variabel dependen adalah perilaku (pengetahuan, sikap, dan tindakan) tentang *sleep hygiene*. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dan uji *Mann Whitney U Test* ($\alpha=0,05$). **Hasil:** Ada pengaruh pendidikan kesehatan metode *storytelling* media boneka tangan terhadap pengetahuan (p=0,000), sikap (p=0,000), dan tindakan (p=0,005). **Diskusi:** Perawat anak dan komunitas dapat menerapkan metode pendidikan kesehatan *storytelling* media boneka tangan sebagai salah satu alternatif pilihan metode penyuluhan terkait *sleep hygiene* pada anak usia sekolah.

Kata Kunci: anak usia sekolah, pengetahuan, sikap, tindakan, pendidikan kesehatan, *sleep hygiene*

ABSTRACT

**THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION BY *STORYTELLING* METHOD
WITH HAND PUPET MEDIA TO SLEEP HYGIENE BEHAVIOR IN
SCHOOL AGE CHILDREN *GADGET* USERS**

Quasy Exsperimental Research

By: Mifta Kumalasari

Faculty of Nursing Universitas Airlangga

Introduction: The behavioral application of sleep hygiene in school-aged children remains inadequate due to limited information on the behavioral importance of sleep hygiene. Sleep hygiene behaviors in children need to be improved through storytelling with hand puppets. The purpose of this study was to determine the effect of the storytelling health education method with hand puppet media on school-age children's knowledge, attitudes, and practice of sleep hygiene. **Methods:** quasi-experimental pretest posttest design and control group design. The population was student 9-10 year at SDN Mulur 3 and SDN Mulur 4. The sampling technique used in this study was simple random sampling. The sample consisted of 38 students, the treatment group (n=19) and the control group (n=19) The independent variable in this study was health education through storytelling method using hand puppet media and dependent variable was knowledge, attitude, and practice sleep hygiene. The instrument used quitionnaire. Data analysis was performed using the Wilcoxon signed-rank test with a significance level of $p \leq 0.05$ and the Mann-Whitney U test. **Results:** Results showed the storytelling health education method with hand puppet was influenced knowledge ($p=0.000$), attitude ($p=0.000$) and practice ($p=0.005$).

Discussion: Pediatric and community nurses can apply the storytelling health education method using hand puppets as an alternative choice of health education methods related to sleep hygiene in school-age children.

Keywords: children age-school, knowledges, attitudes, practices, health education, sleep hygiene

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
LEMBAR PENETAPAN PENGUJI	v
MOTTO	vi
UCAPAN TERIMAKASIH	vii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
DAFTAR SINGKATAN	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis.....	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep Pendidikan Kesehatan.....	8
2.1.1 Pengertian pendidikan kesehatan.....	8
2.1.2 Tujuan pendidikan kesehatan	8
2.1.3 Ruang lingkup pendidikan kesehatan	9
2.1.4 Media pendidikan kesehatan	10
2.1.5 Faktor yang Mempengaruhi Pendidikan Kesehatan.....	10
2.2 Konsep <i>Storytelling</i>	12
2.2.1 Pengertian <i>storytelling</i>	12
2.2.2 Jenis-jenis <i>storytelling</i>	12
2.2.3 Tahapan tahapan <i>storytelling</i>	13

2.3	Boneka Tangan (<i>Hand Puppet</i>).....	16
2.3.1	Pengertian boneka tangan (<i>hand puppet</i>)	16
2.3.2	Jenis-jenis boneka tangan	16
2.3.3	Kelebihan boneka tangan.....	17
2.4	Konsep Anak Usia Sekolah.....	18
2.4.1	Pengertian anak usia sekolah	18
2.4.1	Karakteristik anak usia sekolah	18
2.4.2	Perkembangan kognitif anak usia sekolah.....	19
2.4.3	Tugas perkembangan usia sekolah	21
2.5	Konsep <i>Sleep Hygiene</i>	21
2.5.1	Definisi <i>sleep hygiene</i>	21
2.5.3	Komponen <i>sleep hygiene</i>	22
2.5.4	Manfaat pentingnya <i>sleep hygiene</i>	24
2.5.5	Penerapan <i>sleep hygiene</i> untuk anak	25
2.6	Media Boneka Tangan (<i>Hand puppet</i>).....	26
2.6.3	Pengertian boneka tangan (<i>hand puppet</i>)	26
2.6.4	Jenis-jenis boneka tangan	26
2.6.5	Kelebihan boneka tangan.....	27
2.7	<i>Gadget</i>	28
2.5.1	Pengertian <i>gadget</i>	28
2.5.2	Fungsi dan Manfaat <i>Gadget</i>	29
2.5.3	Dampak penggunaan <i>gadget</i> pada anak usia sekolah.....	30
2.8	Konsep Perilaku	32
2.9	Konsep Perilaku Kesehatan Berdasarkan Teori <i>Precede – Procede</i>	40
2.10	Keaslian Penelitian.....	44
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN		52
3.1	Kerangka Konsep Penelitian	52
3.2	Hipotesis Penelitian.....	53
BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN		54
4.1	Desain Penelitian.....	54
4.2	Populasi, Sampel, Sampling.....	54
4.2.1	Populasi	54
4.2.2	Sampel	55
4.2.3	Besar Sampel	56
4.2.4	Sampling.....	57
4.3.1	Variabel Independen (Bebas)	57

4.3.2 Variabel Dependen (Tergantung)	58
4.3 Definisi Operasional.....	58
4.4 Instrumen Penelitian.....	61
4.4.1 Instrumen Variabel Independen.....	61
4.4.2 Instrumen Variabel Dependen	61
4.5 Uji Validitas dan Reliabilitas	65
4.5.1 Uji Validitas.....	65
4.5.2 Uji Reliabilitas	67
4.6 Lokasi dan Waktu Penelitian	68
4.7 Prosedur Pengambilan atau Pengumpulan Data	68
4.8 Cara Analisa Data	71
4.9 Kerangka Kerja.....	77
4.10 Etik Penelitian	77
4.11 Keterbatasan Penelitian.....	78
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN	79
6.1 Hasil Penelitian	79
5.1.1 Gambaran umum lokasi penelitian	79
5.1.2 Data umum karakteristik responden	80
5.1.3 Variabel yang diukur	83
5.2 Pembahasan.....	90
5.2.1 Analisis pengaruh pendidikan kesehatan metode <i>storytelling</i> media boneka tangan (<i>hand puppet</i>) terhadap pengetahuan <i>sleep hygiene</i> ..	90
5.2.2 Analisis pengaruh pendidikan kesehatan metode <i>storytelling</i> media boneka tangan (<i>hand puppet</i>) terhadap sikap <i>sleep hygiene</i>	96
5.2.3 Analisis pengaruh pendidikan kesehatan metode <i>storytelling</i> media boneka tangan (<i>hand puppet</i>) terhadap tindakan <i>sleep hygiene</i>	100
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	104
6.1 Kesimpulan	104
6.2 Saran.....	104
DAFTAR PUSTAKA	106
LAMPIRAN.....	112

DAFTAR TABEL

Tabel 2 1 Tahapan Perkembangan Kognitif.....	19
Tabel 2 2 Keaslian Penelitian Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode <i>Storytelling</i> Media Boneka Tangan (<i>Hand puppet</i>) Terhadap Perilaku <i>Sleep Hygiene</i>	45
Tabel 4 1 Rancangan Penelitian Quasi-eksperimental <i>pre-post-test with control</i> <i>group design</i> (Pollit, 2005).....	54
Tabel 4 2 Definisi Operasional Variabel Pendidikan Kesehatan Dengan Media Boneka Tangan (<i>Hand puppet</i>) Terhadap Perilaku <i>Sleep hygiene</i> Anak Usia Sekolah Pengguna <i>Gadget</i>	58
Tabel 4 3 <i>Blue print</i> kuesioner pengetahuan.....	62
Tabel 4 4 <i>Blue Print</i> Kuisisioner Sikap	63
Tabel 4 5 Kategori Nilai Sikap.....	63
Tabel 4 6 <i>Blue Print</i> Kuisisioner Tindakan	64
Tabel 4 7 Tabel Hasil Uji Validitas Variabel Pengetahuan	65
Tabel 4 8 Hasil Uji Validitas Variabel Sikap.....	66
Tabel 4 9 Hasil Validitas Variabel Tindakan.....	66
Tabel 4 10 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen.....	68
Tabel 4 11 Kerangka kerja pengaruh pendidikan kesehatan metode <i>storytelling</i> dengan media boneka tangan (<i>hand puppet</i>) terhadap perilaku <i>sleep</i> <i>hygiene</i> anak usia sekolah pengguna <i>gadget</i>	76
Tabel 5 1 Distribusi responden kelompok perlakuan dan kelompok kontrol di SDN Mulur 3 dan SDN Mulu 4 pada 12 September 2022 (n=38)	81
Tabel 5 2 Tabel distribusi pengetahuan responden tentang <i>sleep hygiene</i> sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan metode <i>storytelling</i> media boneka tangan (<i>hand puppet</i>) di SDN Mulur 3 dan SDN Mulur 4 pada 12-23 September 2022 (n=38).....	83
Tabel 5 3 Parameter pengetahuan dan jumlah responden yang menjawab tepat..	84
Tabel 5 4 Tabel tingkat sikap responden tentang <i>sleep hygiene</i> sebelum dan sesudah diberikan intervensi pendidikan kesehatan metode <i>storytelling</i>	

media boneka tangan (<i>hand puppet</i>) di SDN Mulur 3 dan SDN Mulur 4 pada tanggal 12-23 September 2022 (n=38).....	85
Tabel 5 5 <i>Parameter</i> sikap dan jumlah nilai responden yang menjawab tepat...	86
Tabel 5 6 Tabel distribusi kategori tingkat tindakan responden tentang <i>sleep hygiene</i> sebelum dan sesudah diberikan intervensi pendidikan kesehatan metode <i>storytelling</i> media boneka tangan (<i>hand puppet</i>) di SDN Mulur 3 dan SDN Mulur 4 pada tanggal 12-23 September 2022 (n=38).....	87
Tabel 5 7 <i>Parameter</i> tindakan yang menjawab dilakukan.....	88

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2 1 <i>Preceed Proceed model</i> (Green & Kreuter, 1991).....	44
Gambar 3 1 Kerangka Konseptual Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Boneka Tangan (<i>Hand puppet</i>) Berdasarkan Konsep Teori Lawrence Green Oleh (Green LW. & Kreuter MW, 1991)	52
Gambar 4 1 Kerangka kerja pengaruh pendidikan kesehatan metode <i>storytelling</i> dengan media boneka tangan (<i>hand puppet</i>) terhadap perilaku <i>sleep hygiene</i> anak usia sekolah pengguna <i>gadget</i>	76

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Fasilitas Pengambilan Data Penelitian (Kelompok Perlakuan)	112
Lampiran 2 Surat Permohonan Fasilitas Pengambilan Data Penelitian (Kelompok Kontrol)	113
Lampiran 3 Sertifikat Uji Etik.....	114
Lampiran 4 Penjelasan Penelitian Bagi Responden Kelompok Perlakuan	115
Lampiran 5 Penjelasan Penelitian Bagi Responden Penelitian Kelompok Kontrol	118
Lampiran 6 Permohonan Menjadi Responden Penelitian	120
Lampiran 7 Permohonan Menjadi Responden Penelitian (Kelompok Kontrol) ..	121
Lampiran 8 <i>Informed Consent</i>	122
Lampiran 9 Data Demografi	122
Lampiran 10 Kuesioner Perilaku <i>Sleep hygiene</i>	124
Lampiran 11 Izin Penggunaan Kuesioner	128
Lampiran 12 Satuan Acara Penyuluhan (SAP) Pertemuan 1	129
Lampiran 13 Satuan Acara Penyuluhan (SAP) Pertemuan Ke-2.....	137
Lampiran 14 Materi <i>Sleep hygiene</i>	142
Lampiran 15 <i>Prisma Study Flow Diagram</i>	147
Lampiran 16 Standar Operasional Prosedur (SOP) <i>Storytelling</i> dengan Media Boneka Tangan.....	148
Lampiran 17 Uji Statistik.....	149
Lampiran 18 Dokumentasi Kegiatan Penelitian	154

DAFTAR SINGKATAN

COVID-19	: <i>Corona Virus Disease -2019</i>
NREM	: <i>Non Rapid Eye Movement</i>
PEFR	: <i>Peak Expiratory Flow Rate</i>
PRECEDE	: <i>Predisposing, Reinforcing, Enabling Constructs in Educational/Environmental Diagnosis and Evaluation</i>
PROCEED	: <i>Policy, Regulatory, Organizational, Construct, in Educational and Environmental Development</i>
RAS	: <i>Retricular Activating System</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
SCN	: <i>Supra Chiasmatic Nucleus</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>