

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Deskripsi Data

Penelitian dilakukan di Griya Asih Yayasan Diakonia GPIB Rumah Asuh Anak & Lansia (RAAL) Jl. Ngamarto Selatan No.628, Lawang, Kec. Lawang, Malang, Jawa Timur. Griya Asih merupakan rumah asuh anak dan lansia yang terdapat 26 orang wanita Lansia yang usianya antara 60-90 tahun sedangkan di Panti Asuhan ini terdapat anak yang berjumlah 18 orang yang sedang belajar mulai dari tingkat TK – SMA. Screening awal subjek penelitian dilakukan pada 26 wanita lansia. Skala ISI diberikan kepada para lansia yang mengalami gangguan tidur. Setelah itu dipilih 20 lansia yang memiliki kategori insomnia sedang sampai berat yang pada akhirnya dijadikan sebagai subjek penelitian dan dibagi menjadi dua kelompok yaitu eksperimen dan kontrol.

Penyajian data berupa penjelasan usia, pendidikan terakhir dan pekerjaan.

	Kelompok	
	Eksperimen (N=10)	Kontrol (N=10)
Jenis Kelamin :		
Perempuan	10 (100%)	10 (100%)
Usia :		
60-90 Tahun	10 (100%)	10 (100%)
Pendidikan :		
SD	0 (0%)	0 (0%)
SMP	2 (20%)	2 (20%)
SMA	2 (20%)	3 (30%)
Sarjana	6 (60%)	5 (50%)

Tabel 4.1 Perbandingan Karakteristik antar kelompok

Subjek penelitian dari kelompok kontrol dan eksperimen semua berjenis kelamin perempuan, karena di Yayasan DIAKONIA GPIB Rumah Asuh anak dan lansia adalah semua lansia berjenis kelamin perempuan. Kepustakaan menyebutkan bahwa prevalensi insomnia pada wanita lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hal ini menunjukkan bahwa faktor jenis kelamin memiliki peranan dalam prevalensi insomnia, hal ini sejalan dengan penelitian Holbrook *et al* yang menyebutkan bahwa wanita memiliki angka kejadian 1,4 kali lebih tinggi menderita insomnia dan perbandingan ini meningkat 1,7 kali lebih besar pada usia diatas 45 tahun (Halbrook,

2000). Usia subjek penelitian berkisar antara 60 – 90. Strata pendidikan terbanyak adalah sarjana, dari hasil wawancara beberapa subjek didapatkan bahwa beberapa lansia dulunya bekerja sebagai guru.

Kelompok Kontrol		Kelompok Eksperimen	
Pre	Post	Pre	Post
25	24	25	15
24	23	24	17
26	26	26	16
27	26	27	16
23	23	23	17
26	25	26	14
23	22	23	16
22	22	22	15
28	27	28	15
25	24	25	12

Tabel 4.2 Perbandingan Skor ISI antar Kelompok

Tabel diatas menampilkan hasil skor ISI antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen setelah diberikan terapi akupunktur dan sebelum diberikan terapi akupunktur. Dari hasil *pre-post* yang telah dilakukan didapat hasil skor rata-rata masing-masing kelompok sebagai berikut:

Kelompok	SKOR ISI	
	Z	P
Kontrol	-2,646	0,008
Eksperimen	-2,814	0,005

Tabel 4.3 Perbedaan Skor ISI Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Setelah dilakukan terapi akupunktur selama sepuluh kali, terlihat adanya perbedaan bermakna secara statistik, hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen terdapat perbedaan signifikan antara skor *post test* dan *pretest* ($p=0,005$). Sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh nilai $p= 0.008$ yang berarti tidak ada perbedaan yang signifikan antara skor *pretest* dan *posttest*. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan penurunan skor ISI antara kelompok kontrol dan eksperimen, hal tersebut karena akupunktur memberikan pengaruh berupa efek perbaikan insomnia pada lansia yang menderita insomnia.

Kelompok Kontrol	Pre-Post	Kategori	Kelompok Eksperimen	Pre-Post	Kategori
1	25 - 24	Berat - Berat	1	25 - 15	Berat - Ringan
2	24 - 23	Berat - Berat	2	24 - 17	Berat - Ringan
3	26 -26	Berat - Berat	3	26 - 16	Berat - Ringan
4	27- 26	Berat - Berat	4	27 - 16	Berat - Ringan
5	26- 25	Berat - Berat	5	23 - 17	Berat - Ringan
6	30- 16	Berat - Berat	6	22 - 15	Berat - Ringan
7	23-22	Berat - Berat	7	23 - 16	Berat - Ringan
8	22 - 22	Berat - Berat	8	22 - 16	Berat - Ringan
9	28 - 27	Berat - Berat	9	28 - 15	Berat - Ringan
10	25 -24	Berat - Berat	10	25 - 12	Berat - Ringan

Tabel 4.4 Skor Perubahan Setelah diberikan Terapi Antara Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa perubahan yang terjadi pada kelompok eksperimen mengalami penurunan skor ISI. Sedangkan pada kelompok kontrol tidak terdapat perubahan yang signifikan pada skor ISI.

Penusukan titik Sisenchong dapat meregulasi otak melalui fasilitasi parasimpatis serta hambatan simpatis sistem saraf otonom pusat (Wei Huang, 2011). Dampak hipnotik terhadap insomnia yang dihasilkan oleh tindakan akupunktur pada kelompok eksperimen berbanding lurus dengan penurunan skor ISI yang signifikan. Sedangkan hal tersebut tidak terjadi pada kelompok kontrol dimana tidak dilakukan sama sekali penusukan titik akupunktur. Akupunktur dapat berefek sinergis terhadap antidepresan terutama terhadap serotonin sehingga hasil penelitian ini sesuai dengan suatu literatur yang menjelaskan bahwa akupunktur menstimulasi peningkatan pengeluaran serotonin dari nukleus *accumben* tikus percobaan (Yueng, 2009).