

Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan Keterampilan Motorik Halus pada Anak Usia Dini di PAUD = The Relationship Between Sleep Quality and Fine Motor Skills in Early Childhood at a Child Development Center

Siagian, Joice Vania Arista, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920577248&lokasi=lokal>

Abstrak

Kualitas tidur merupakan salah satu faktor penting dalam mendukung perkembangan anak usia dini, termasuk keterampilan motorik halus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur dan keterampilan motorik halus pada anak usia 4–6 tahun di PAUD di DKI Jakarta. Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan teknik pengambilan sampel purposive sebanyak 52 anak. Instrumen yang digunakan adalah Children's Sleep Habits Questionnaire (CSHQ) untuk mengukur kualitas tidur dan Beery-Buktenica Developmental Test of Visual-Motor Integration (Beery VMI) untuk mengukur keterampilan motorik halus. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki kualitas tidur yang kurang baik dan keterampilan motorik halus pada kategori cukup. Uji korelasi Pearson menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kualitas tidur dan keterampilan motorik halus ($r = -0,403$; $p = 0,001$). Artinya, semakin buruk kualitas tidur anak, semakin rendah pula keterampilan motorik halus yang dimiliki. Temuan ini menegaskan pentingnya perhatian terhadap kebiasaan tidur anak usia dini sebagai bagian dari upaya mendukung perkembangan visual-motorik dan kesiapan belajar anak.

.....Sleep quality is one of the key factors that support early childhood development, including fine motor skills. This study aims to examine the relationship between sleep quality and fine motor skills among children aged 4–6 years in early childhood education centers (PAUD) in Jakarta. This quantitative correlational study involved 52 children selected using purposive sampling. Instruments used include the Children's Sleep Habits Questionnaire (CSHQ) to assess sleep quality and the Beery-Buktenica Developmental Test of Visual-Motor Integration (Beery VMI) to measure fine motor skills. The results showed that most children had poor sleep quality and moderate fine motor skill levels. Pearson correlation test indicated a significant negative relationship between sleep quality and fine motor skills ($r = -0.403$; $p = 0.001$). This means that poorer sleep quality is associated with lower fine motor abilities. These findings highlight the importance of paying attention to children's sleep habits as part of supporting their visual-motor development and school readiness.