

**NASKAH PUBLIKASI**

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KECEMASAN PADA PASIEN DI  
RUANG ICU RSUD Dr. TJITROWARDOJO PURWOREJO**

Disusun Guna Memenuhi Sebagian Syarat dalam Mencapai Gelar Sarjana  
di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan  
Universitas Alma Ata Yogyakarta



Oleh :

**Ririn Dian Ari Purwanti**  
**150100728**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS ALMA ATA**  
**YOGYAKARTA**  
**2017**

**Lembar Persetujuan**

**Naskah Publikasi**

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KECEMASAN PADA PASIEN DI  
RUANG ICU RSUD Dr. TJITROWARDOJO PURWOREJO**

Telah Memenuhi Diseminarkan dan Dipertahankan di Depan Dewan Penguji  
Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan  
Pada Tanggal Juni 2017

Diajukan oleh:

**Ririn Dian Ari Purwanti**

150100728

**Pembimbing I**

Mahfud, S.Kep., MMR

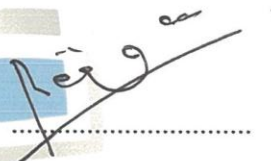
Tanggal.....



**Pembimbing II**

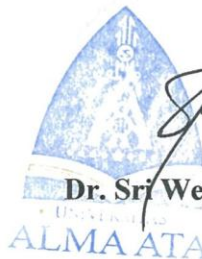
R. Agus Siswanto, S.Kep., M.HKes

Tanggal.....



Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan  
Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan  
Universitas Alma Ata Yogyakarta



**Dr. Sri Werdati, SKM, M.Kes**



**LEMBAR PENGESAHAN**

**Naskah Publikasi**

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KECEMASAN PADA PASIEN DI  
RUANG ICU RSUD Dr. TJITROWARDOJO PURWOREJO**

Telah Diseminarkan dan Dipertahankan di Depan Dewan Pengaji  
Untuk Mendapat Gelar Sarjana Keperawatan  
Pada Tanggal Juni 2017

Diusun oleh:

**Ririn Dian Ari Purwanti**  
150100728

**Pembimbing I**

Mahfud, S.Kep., MMR

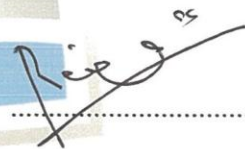
Tanggal.....



**Pembimbing II**

R. Agus Siswanto, S.Kep., M.HKes

Tanggal.....



Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan  
Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan  
Universitas Alma Ata Yogyakarta



**Dr. Sri Werdati, SKM, M.Kes**

ALMA ATA

## PERNYATAAN

Dengan ini selaku pembimbing skripsi mahasiswa Program Studi Pendidikan S1 Keperawatan Universitas Alma ata Yogyakarta:

Nama : Ririn Dian Ari Purwanti

NIM : 150100728

Judul : HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KECEMASAN PADA PASIEN DI RUANG ICU RSUD DR TJITROWARDOJO PURWOREJO


Setuju/tidak setuju\*) naskah ringkasan penelitian yang disusun oleh mahasiswa yang bersangkutan dipublikasikan dengan/ tanpa\*) mencantumkan nama pembimbing sebagai *co-author*. Demikian pernyataan ini dibuat untuk dikoreksi bersama.

Yogyakarta, Juni 2017

Pembimbing I

Pembimbing II

  
(Marnad, S.Kep., MMR)

  
(R. Agus Siswanto, S.Kep., M.HKes)

coret yang tidak perlu

# HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KECEMASAN PADA PASIEN DI RUANG ICU RSUD Dr. TJITROWARDOJO PURWOREJO

Ririn Dian Ari Purwanti<sup>1</sup>, Mahfud<sup>2</sup>, R. Agus Siswanto<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Alma Ata Yogyakarta  
Jalan Ringroad Barat Daya No 1 Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta  
Email: ririn.nayard@gmail.com

## INTISARI

**Latar Belakang :** Kecemasan adalah sesuatu yang menimpa hampir setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur buruk dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologi dan psikologi. Dampak fisiologi meliputi penurunan aktivitas sehari-hari, rasa lelah, lemah, daya tahan tubuh menurun dan ketidakstabilan tanda-tanda vital. Dampak psikologis meliputi depresi, cemas dan tidak konsentrasi. Kurang tidur dapat mempengaruhi konsentrasi dan merusak kemampuan untuk melakukan kegiatan yang melibatkan memori, belajar, pertimbangan logis, dan penghitungan matematis. Pasien yang dirawat di ruang ICU sering terjaga dan tidak mencapai tidur REM karena kondisinya.

**Tujuan penelitian :** Mengetahui hubungan kualitas tidur dengan kecemasan pada pasien di Ruang ICU RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo.

**Metode :** Desain penelitian deskriptif korelasi, yaitu penelitian diarahkan untuk menjelaskan suatu keadaan atau situasi. Jumlah sampel 47 pasien. Instrumen penelitian berupa lembar observasi dan analisis data menggunakan korelasi *Kendal Tau*.

**Hasil :** Hasil menunjukkan bahwa dari 47 responden 51,1% memiliki kriteria baik pada kualitas tidur dan 42,6% memiliki kriteria ringan pada kecemasan pasien. Analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kualitas tidur dan kecemasan pasien di Ruang ICU dengan nilai *Kendall Tau* -0,460.

**Kesimpulan :** Terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan kecemasan pada pasien di Ruang ICU RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo.

Kata Kunci : Kualitas Tidur, Kecemasan, Ruang ICU

- 
- 1) Mahasiswa Universitas Alma Ata Yogyakarta
  - 2) Dosen Universitas Alma Ata Yogyakarta
  - 3) Dosen Universitas Alma Ata Yogyakarta

THE RELATIONSHIP SLEEP QUALITY WITH AN ANXIETY ON PATIENTS IN  
ICU ROOM Dr. TJITROWARDOJO PURWOREJO

Ririn Dian Ari Purwanti<sup>1</sup>, Mahfud<sup>2</sup>, R. Agus Siswanto<sup>3</sup>

1,2,3University of Alma Ata Yogyakarta  
West Ringroad Street No 1 Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta  
Email: [ririn.nayard@gmail.com](mailto:ririn.nayard@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background :** Anxiety is something that affects almost everyone at any given time of their lives. Inadequate sleep and poor sleep quality can impact to physiological and psychological balance. Physiological effects include decreased daily activity, fatigue, weakness, decreased body resistance and instability vital signs. Psychological effects include depression, anxiety and not concentration. Lack of sleep can affect concentration and impair the ability to perform activities that involve memory, learning, logical reasoning, and mathematical calculations. Patients treated in the ICU room are often awake and do not reach REM sleep because condition of the illness.

**Objective :** To determine the relationship of sleep quality with anxiety patients in ICU Room Dr. Tjitrowardojo Purworejo.

**Methods :** Descriptive correlation research design, research directed to explain a situation. Total of samples 47 patients. The research instrument was questionnaire and data analysis using Kendal Tau correlation.

**Result :** The result showed that 51,1% of 47 respondents had good criteria on sleep quality and 42,6 had moderate criteria on anxiety patients. The analysis showed that there was a relationship between sleep quality with anxiety patients in ICU room with a value of Kendall Tau -0,460.

**Conclusion.** There was a relationship between sleep quality with anxiety patients in ICU Room Dr. Tjitrowardojo Purworejo.

*Keywords : sleep quality, anxiety, ICU room*

- 
- 1) University Students Alma Ata Yogyakarta
  - 2) Lecturer of Alma Ata University Yogyakarta
  - 3) Lecturer of Alma Ata University Yogyakarta

## PENDAHULUAN

Kecemasan adalah sesuatu yang menimpa hampir setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Kecemasan merupakan suatu reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seseorang, dan karena itu berlangsung tidak lama. Kecemasan bisa muncul sendiri atau bergabung gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi. Kecemasan merupakan suatu "tanda bahaya" yang membuat orang yang bersangkutan waspada dan bersiap diri melakukan upaya untuk mengatasi ancaman yang bersifat internal tidak jelas dan konfliktual (1).

Kecemasan sebagai salah satu dampak deprivasi tidur yang paling penting, pertama kali dilaporkan pada percobaan yang dilakukan dengan deprivasi Rapid Eye Movement (REM) sleep pada manusia. Dalam penelitian ini pada individu-individu yang mengalami deprivasi REM sleep, tercatat adanya triad komorbiditas neurobehavioral yang terdiri atas peningkatan kecemasan dengan defisit pemusatan perhatian dan agresivitas. Selain itu kecemasan, terutama dalam bentuk gangguan kecemasan menyeluruh, merupakan konsekuensi yang penting dari deprivasi tidur, baik deprivasi tidur secara

keseluruhan maupun yang terbatas pada deprivasi REM saja (2).

Pada keadaan sakit dan dirawat dirumah sakit atau fasilitas kesehatan lainnya sering kali terjadi dua hal yang berlawanan, disatu sisi individu yang sakit mengalami peningkatan kebutuhan tidur. Sementara disisi yang lain pola tidur seseorang yang masuk dan dirawat dirumah sakit dapat dengan mudah berubah atau mengalami gangguan pola tidur sebagai akibat kecemasan yang kondisinya atau rutinitas rumah sakit (3). Gangguan pola tidur secara umum merupakan keadaan dimana individu mengalami perubahan jumlah dan kualitas pola istirahat yang menyebabkan ketidaknyaman dan mengganggu gaya hidup yang diinginkan (4). Pada keadaan cemas meningkatkan kinerja saraf simpatis yang dapat mengganggu tidurnya(5).

Tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur buruk dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologi dan psikologi. Dampak fisiologi meliputi penurunan aktivitas sehari-hari, rasa lelah, lemah, daya tahan tubuh menurun dan ketidakstabilan tanda-tanda vital. Dampak psikologis meliputi depresi, cemas dan tidak konsentrasi . Kurang tidur dapat

mempengaruhi konsentrasi dan merusak kemampuan untuk melakukan kegiatan yang melibatkan memori, belajar, pertimbangan logis, dan penghitungan matematis. Gangguan tidur dapat mengakibatkan kemerosotan mutu hidup. Misalnya, gangguan tidur dapat menyebabkan kelelahan pada siang hari dan mempengaruhi status fungsional dan mutu hidup (3).

Gangguan tidur dan pasien kritis adalah dua hal yang tidak dapat dipisahkan, karena sebagian besar pasien kritis yang dirawat di ruang ICU mempunyai masalah dalam memenuhi kebutuhan tidur. Pada saat sakit orang membutuhkan waktu tidur yang lebih banyak dari biasanya, sehingga pasien yang dirawat di ruang ICU memerlukan lebih banyak tidur dan kualitas tidur yang baik untuk membantu proses penyembuhannya. Berdasarkan hal tersebut gangguan tidur pada pasien yang dirawat di ruang ICU harus segera diatasi, karena kualitas tidur yang buruk dapat mempengaruhi proses penyembuhan dan memperburuk kondisi sakitnya.

Gejala-gejala kecemasan antara lain cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung, merasa tegang, tidak tenang, gelisah, mudah terkejut, gangguan pola tidur, gangguan konsentrasi dan daya ingat, takut sendirian,

takut keramaian dan takut banyak orang maupun mengalami keluhan somatic (6).

Hasil survei observasi pendahuluan yang dilaksanakan tanggal 5 Mei 2017 menggunakan wawancara non formal terhadap 5 pasien yang memiliki pola tidur kurang dari waktu kebutuhan standar terlihat mengalami tanda-tanda kecemasan yaitu tidak konsentrasi, merasa gelisah, mudah tersinggung, dan mudah lupa. Berdasarkan hasil survei tersebut menunjukkan bahwa kualitas tidur yang kurang baik salah satunya dapat mengakibatkan kecemasan pada pasien di ruang ICU. Hasil ini sesuai penelitian Novitasari Rohmaningsih (2013) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kualitas tidur dengan kecemasan.

## **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan waktu *cross sectional*. Lokasi penelitian ruang ICU RSUD DR. Tjitrowardojo Purworejo pada bulan Juni 2017. Populasi adalah semua pasien yang dirawat di ruang ICU RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo rata-rata per bulan 90 orang dengan sampel 47 orang. Variabel bebas adalah kualitas tidur dan variabel terikat kecemasan.

Data primer berupa data kualitas tidur dan kecemasan pasien. Pengukuran



data kualitas tidur menggunakan metode observasi menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*, sedangkan data kecemasan pasien menggunakan skala pengukuran kecemasan HRS-A. Jumlah populasi pasien ICU diperoleh menggunakan metode dokumentasi berupa data rekam medis pasien ICU di RSUD Dr Tjitrowardojo Purworejo. Analisis Statistic menggunakan uji *Kendall Tau* dengan tingkat signifikansi 5%.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1 Karakteristik Responden**

Karakteristi k	Frekuensi i	Persentase(%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	25	53,2
Perempuan	22	46,8
Total	47	100,0
Usia		
<30 tahun	14	23,4
30-50 tahun	32	68,1
51-60 tahun	4	8,5
Pendidikan		
SD	17	36,2
SMP	16	34,0
SMA	3	6,4
Perguruan Tinggi	11	23,4
Total	47	100,0

Jenis kelamin yang peneliti temukan paling banyak laki- laki. Jenis kelamin sangat berhubungan dengan gaya hidup. Dimana gaya hidup perokok cenderung mengalami kesulitan untuk

tidur. Jenis kelamin sangat berhubungan dengan gaya hidup. Dimana gaya hidup perokok lebih cenderung melaporkan beberapa keluhan kesulitan untuk tertidur, keluhan terhadap perasaan mengantuk disiang hari. Dalam penelitian ini juga ditemukan pasien yang mengalami ketergantungan alkohol juga memperlihatkan penurunan dalam tidur pada tahap 4 (6).

Hasil penelitian didapatkan kemarin kebanyakan responden usia 30-50 tahun. Hal ini disebabkan karena usia menjadi salah faktor yang mempengaruhi tidur dan kebutuhan tidur seseorang. Kebutuhan tidur berkurang sesuai bertambahnya usia. Kebutuhan tidur berkurang sesuai dengan pertambahan usia. Kebutuhan tidur anak-anak berbeda dengan kebutuhan tidur dewasa. Kebutuhan tidur dewasa juga akan berbeda dengan kebutuhan tidur lansia . Seseorang yang mempunyai umur lebih muda ternyata lebih mudah mengalami gangguan akibat kecemasan daripada seseorang yang lebih tua, tetapi ada juga yang berpendapat sebaliknya (4).

Dari data responden, banyaknya pendidikan responden adalah SMP Tingkat pendidikan yang rendah pada seseorang akan menyebabkan orang tersebut mudah mengalami kecemasan, tingkat pendidikan seseorang atau individu akan berpengaruh terhadap kemampuan

berpikir, semakin tinggi tingkat pendidikan akan semakin mudah berpikir secara rasional dan menangkap informasi baru termasuk dalam menguraikan masalah baru (8).

Orang berpendidikan tinggi lebih baik dalam manajemen waktu dan manajemen diri dibandingkan orang berpendidikan rendah. Orang berpendidikan tinggi memiliki kemampuan untuk mengadaptasikan dirinya terhadap lingkungan yang ada dan membuat keputusan bagaimana cara mengatasi permasalahan termasuk gangguan tidur. Orang yang berpendidikan rendah cenderung hanya menerima keadaan dan mengeluh bila terjadi gangguan tidur pada dirinya termasuk gangguan tidur pada saat dirawat di rumah sakit (9).

**Tabel 2. Analisis Bivariat**

Kualitas Tidur	Kecemasan (%)					Total
	Tidak Cemas	Ringan	Sedang	Berat	Sangat Berat	
Baik	14 (58,3%)	9 (37,5%)	1 (4,2%)	0 (0)	0 (0)	24 (100)
Buruk	4 (17,4%)	11 (47,8%)	7 (30,4%)	1 (4,3%)	0 (0)	23 (100)

Korelasi Kendall Tau = -0,460 p=0,000

Sumber : Data primer Tahun 2017

Berdasarkan Tabel 2 diketahui responden yang memiliki kualitas tidur baik 14 responden (58,3%) tidak mengalami kecemasan dan responden dengan kualitas tidur buruk 11 orang (47,8%) mengalami kecemasan ringan. Jadi semakin baik kualitas tidur maka

responden cenderung mengalami kecemasan semakin ringan, sedangkan jika kualitas buruk cenderung terjadi kecemasan. Pengujian hipotesis menggunakan uji korelasi Kendall Tau diperoleh korelasi Kendall Tau = -0,460 dan p=0,000. Karena p<0,05 maka Ho ditolak dan Ha diterima. Artinya ada hubungan kualitas tidur dengan kecemasan pasien di Ruang ICU RSUD Dr. Trowardojo Purworejo. Nilai = -0,460 berada diantara 0,400-0,599 artinya kekuatan hubungan antara kualitas tidur dan kecemasan termasuk kategori sedang dan mempunyai arah negatif.

Fungsi tidur adalah memperbaiki kembali organ-organ tubuh, pertumbuhan dan perkembangan, meringankan stress dan kegelisahan, memulihkan kemampuan untuk mengatasi dan konsentrasi pada kegiatan sehari-hari. (9) Kualitas tidur yang baik dapat mengurangi dapat mengurangi kecemasan karena dalam tidur yang baik terjadi relelaksi kerja otak dan perbaikan fungsi organ secara keseluruhan. Pada anxiety terjadi sistem saraf otonom dari beberapa pasien dengan gangguan kecemasan, terutama mereka dengan gangguan panik, menunjukkan nada simpatik meningkat, beradaptasi perlahan terhadap rangsangan berulang, dan merespon berlebihan terhadap rangsangan

moderat. Hal ini dapat terjadi jika kualitas tidur rendah.(9)

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut: Kualitas tidur pasien di Ruang ICU RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo 51,1% termasuk kategori baik. Kecemasan pasien di Ruang ICU RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo 42,6% termasuk kecemasan ringan. Pengujian hipotesis menunjukkan ada hubungan kualitas tidur dengan kecemasan pasien di Ruang ICU RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo dengan tingkat sedang.

Saran yang penelitian berikan adalah rumah sakit memperhatikan pengendalian kualitas sangat diperlukan untuk meningkatkan mutu pelayanan kesehatan yang ada misalnya dengan penempatan sarana dan prasarana yang tidak mengganggu tidur pasien. Pasien disarankan untuk menjaga kualitas tidur sebagai salah satu cara mengurangi kecemasan yang dapat menambah lama waktu perawatan di rumah sakit. Peneliti lain dapat menggunakan hasil penelitian sebagai referensi yang dapat dikembangkan dalam rangka meningkatkan mutu layanan kesehatan.

## RUJUKAN

1. Savitri. *Kecemasan*. Jakarta: Pustaka Popular Obor ; 2003
2. Novitasari Rohamaningsih. *Hubungan Kualitas Tidur dengan Kecemasan*. Semarang :Undip;2013 Tersedia : <http://eprint.undip.ac.id> Diakses Tanggal 20 April 2017.
3. Potter and Perry.. *Fundamental of Nursing*. Mosbi St Loius, 2010
4. Aziz Alimul Hidayat. *Pengantar Kebutuhan Manusia*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika; 2014
5. Tarwoto dan Wartonah. *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika; 2014
6. Dadang Hawari. *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*. Jakarta: FK Universitas Indonesia; 2016
7. Maas, L.Meridean. *Asuhan Keperawatan Geriatrik : Diagnosis NANDA, Kriteria hasil NOC, & Intervensi NIC*. Jakarta : ECG;2011
8. Stuart, Gail W.2006. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta : ECG
9. Sarwiji. *Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pola Tidur Pasien Rawat Inap di RS Margono Soekarjo Purwokerto*. Gombang: Stikes Muhammadiyah Gombang; 2010