

HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA PASIEN ASMA DI POLI PARU RSUD BENDAN KOTA PEKALONGAN

Nur Laili Fabya, Dian Kartikasari*

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Jalan. Tondano no.14, Kota Pekalongan, Indonesia

*corresponding author: dian.kartikasari1989@gmail.com 

Informasi Artikel	Abstrak
<p>Submit: 11/05/2023 Revisi: 31/05/2023 Accepted: 10/06/2023</p> <p>Kata kunci: Asma, Kecemasan, Kualitas Tidur</p>	<p>Asma adalah penyakit inflamasi kronis pada saluran pernapasan yang ditandai dengan serangan yang berulang berupa sesak napas dan mengi. Keadaan ini sangat bervariasi dalam tingkat keparahan dan frekuensi dari setiap individu. Kecemasan pada penderita asma dapat memicu terjadinya serangan asma secara tiba-tiba. Sedangkan kecemasan itu sendiri adalah sesuatu yang menimpa hampir setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Penderita asma sering mengalami gangguan kualitas tidur yang disebabkan karena serangan asma yang sering terjadi pada malam hari, tidur merupakan salah satu kebutuhan fisiologis yang sangat penting yang merupakan kebutuhan dasar manusia baik yang sehat maupun yang sakit, tidak terkecuali pada penderita asma tidur bagian dari masa pemulihan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien asma. Jenis penelitian ini menggunakan deskripsi kuantitatif, teknik yang dipakai adalah teknik accidental dengan kriteria pasien yang menderita asma yang berusia 15-77 tahun menggunakan kuesioner kuesioner Zung Self-rating Anxiety Scale (ZSAS) untuk mengetahui tingkat kecemasan dan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) untuk mengetahui kualitas tidur. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien asma. Nilai P value sebesar $0,00 < 0,05$, nilai tersebut membuktikan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima dalam penelitian ini. Pasien yang mengalami asma akan menimbulkan kecemasan saat asma sedang terjadi dan akan mempengaruhi kualitas tidurnya. Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas responden yang mempunyai penyakit asma mengalami kecemasan sehingga sangat mempengaruhi kualitas tidurnya. Selain itu, dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien asma.</p>
<p>Keywords: asthma, anxiety, sleep quality</p>	<p>Abstract</p> <p>Asthma is a chronic inflammatory disease of the respiratory tract characterized by repeated attacks of shortness of breath and wheezing. In each individual, the severity and frequency vary greatly. It can be caused by allergies to something, such as cold or hot air, smoke, dust, dander, and is usually hereditary or due to genetic factors. Other causes include the work environment, weather changes, respiratory infections, and psychological disorders. Besides, anxiety in a patient with asthma can trigger an attack suddenly. Asthma sufferers often get lack sleep and it affects their recovery time. It aims to determine the correlation between anxiety and sleep quality in asthma patients. Samples: patients with asthma aged 15-77 years were chosen as the samples using the accidental technique. It stated there is a correlation between anxiety and sleep quality in patients with asthma. It obtained P value $0,00 < 0,05$. It proved H_0 was rejected and H_a was accepted into the study. Patients who experience asthma will feel anxious when an attack occurs and this will affect the quality of their sleep. The results stated most respondents get anxiety which affects their sleep quality.</p>

PENDAHULUAN

Asma adalah penyakit inflamasi kronis pada saluran pernapasan yang ditandai dengan serangan yang berulang berupa sesak napas dan mengi. Keadaan ini sangat bervariasi dalam tingkat keparahan dan frekuensi dari setiap individu (WHO,2013). Gejala asma yang

sering berulang dapat menyebabkan gangguan sulit tidur, rasa lelah pada keesokan hari, tingkat aktivitas menjadi berkurang, prestasi sekolah dan absensi kerja menurun (Fitriani *et al*, 2011). Pada tahun 2016 *Global Initiative For Asthma* (GINA) menyatakan bahwa perkiraan jumlah penderita asma diseluruh dunia

adalah 325 juta orang (GINA, 2016). Menurut data laporan dari (GINA) pada tahun 2017 menyatakan bahwa angka kejadian asma dari berbagai negara yaitu 1-18% sehingga diperkirakan 300 juta penduduk di dunia menderita penyakit asma.

Prevalensi asma menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2016 memperkirakan 235 juta penduduk dunia saat ini menderita penyakit asma dan kurang terdiagnosis dengan angka kematian kurang lebih 80% di berbagai Negara yang berkembang. Prevalensi asma di Indonesia pada tahun 2018 adalah 57% dan provinsi Jawa Tengah menduduki peringkat ke 24 dari 34 provinsi dan prevalensi data penyakit asma di Kota Pekalongan pada tahun 2017 sebesar 4049 penderita mengalami peningkatan pada tahun 2018 sebesar 4220 penderita, pada tahun 2019 juga mengalami peningkatan menjadi 4405 penderita sedangkan pada tahun 2020 penderita asma mengalami penurunan menjadi 2173 penderita. Hasil tersebut didapatkan dari laporan puskesmas-puskesmas dan rumah sakit yang ada di Kota Pekalongan (Dinkes Kota Pekalongan, 2020). Prevalensi data penyakit asma di RSUD Benda Kota Pekalongan pada tahun 2022 rawat jalan dibulan february sebesar 41 penderita.

Salah satu permasalahan yang sangat mendasar pada penyakit asma adalah jalan napas obstruktif intermiten *reversible* dimana trakhea dan *bronchi* berespon secara hiperaktif terhadap stimulus tertentu, sehingga menimbulkan gejala berulang berupa *wheezing*, sesak napas, dada terasa berat dan juga batuk yang sering terjadi pada malam hari sehingga membuat kualitas tidur pada pasien asma menjadi terganggu (Daud dkk, 2017). Terjadinya serangan asma dapat disebabkan oleh alergi terhadap sesuatu, seperti udara dingin atau panas, asap, debu, bulu, dan alergi ini biasanya bersifat menurun atau faktor gen (Daud dkk, 2017). Penyebab lainnya yaitu lingkungan kerja, perubahan cuaca, infeksi saluran napas serta gangguan psikis (Tumigolong dkk, 2016).

Kecemasan pada penderita asma dapat memicu terjadinya serangan asma secara tiba-tiba (Daud, 2017). Kecemasan adalah respon emosional terhadap gambaran suatu keadaan kekhawatiran, tidak tenang yang disertai keluhan fisik (Annisa, 2016). Sedangkan kecemasan adalah sesuatu yang menimpa hampir setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya (Putra dkk, 2016).

Kecemasan dapat memicu dilepaskannya zat histamin yang menyebabkan terjadinya kontraksi otot polos yang meningkatkan pembentukan lendir secara berlebihan (tumigolong, 2016). Pembentukan lendir yang berlebihan membuat diametersaluran nafas menyempit (*bronko-kontriksi*). *Bronkokontriksi* dapat menyebabkan penderita asma sulit untuk bernafas sehingga memicu terjadinya serangan asma (Putra, dkk 2016) Kecemasan dapat menyebabkan perubahan fisiologis yang dapat menimbulkan serangan asma, selama periode kecemasan serangan asma lebih sering terjadi dan kontrol asma lebih sulit (Putra dkk, 2018).

Penderita asma sering mengalami gangguan kualitas tidur yang disebabkan karena serangan asma yang sering terjadi pada malam hari, tidur merupakan salah satu kebutuhan fisiologis yang sangat penting yang merupakan kebutuhan dasar manusia baik yang sehat maupun yang sakit, tidak terkecuali pada penderita asma tidur bagian dari masa pemulihan (Kusumaningsari, 2016). Pola tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur yang buruk dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologis dan psikologis. Dampak fisiologis meliputi penurunan aktivitas sehari-hari, tubuh merasa lelah dan lemah, tanda-tanda vital yang tidak stabil sedangkan dampak psikologisnya meliputi cemas dan tidak dapat berkonsentrasi (Potter & Perry, 2010). Gejala asma sering dikeluhkan para penderita asma pada malam hari yang menyebabkan kualitas tidur pasien asma menjadi terganggu dan mengalami penurunan (Wijaya, 2019).

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan deskripsi kuantitatif. Penelitian deskriptif bertujuan untuk membuat suatu gambaran tentang keadaan secara objektif. Total populasi pada penelitian ini adalah 41 orang yang menderita asma yang berada dipoli paru RSUD Bendan Kota Pekalongan dengan kriteria pasien yang menderita asma yang berusia 15-77 tahun dan dilakukan pada tanggal 04 Agustus 2022 sampai 18 Agustus 2022. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini digunakan metode accidental sampling sebagai teknik penentuan sampel, dikarenakan populasi yang random dan terbatas dan juga teknik penentuan sampel dengan metode accidental sampling ini kerap digunakan dalam berbagai penelitian di bidang kesehatan. Penelitian ini menggunakan kuesioner Zung Self-rating Anxiety Scale (ZSAS) untuk mengetahui tingkat kecemasan dan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) untuk mengetahui kualitas tidur. Pada penelitian ini peneliti melakukan penelitiannya dengan cara membagikan kuesioner Zung Self-rating Anxiety Scale (ZSAS) dan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) pada saat jam kerja sesuai arahan coordinator perawat Poli Paru RSUD Bendan Kota Pekalongan.

Pada penelitian ini peneliti tidak melakukan uji validitas karena kuesioner yang digunakan diadopsi dari kuesioner baku yaitu : *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) untuk kualitas tidur, memiliki konsistensi internal dan koefisien reliabilitas (*alpha cronbach*) sebesar 0,83 dan *Zung Self-rating Anxiety Scale* (ZSAS) untuk tingkat kecemasan memiliki konsisten internal (*alpha cronbach*) sebesar 0,85 dan koefisien reliabilitas total 0,79. Dalam penelitian ini sudah dilakukan Uji Etik dan sudah berlaku mulai tanggal 16 Agustus 2022 dengan No. 171/B.02.01/KEPK/VIII/2022.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa mayoritas responden di Poli Paru RSUD Bendan Kota Pekalongan berusia 15-35 tahun (43,9%), jenis kelamin mayoritas responden di Poli Paru RSUD Bendan Kota Pekalongan laki-laki (61,0%), pendidikan mayoritas responden di Poli Paru RSUD Bendan Kota Pekalongan SMA (68,3%), pekerjaan mayoritas responden di Poli Paru RSUD Bendan Kota Pekalongan buruh (56,3%). Adapun hasil distribusi frekuensi dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 1. Karakteristik responden Pada Pasien di Poli Paru RSUD Bendan Kota Pekalongan

	n	%
Usia		
15-35 tahun	18	43.9
36-56 tahun	15	36.6
57-77 tahun	8	19.5
Jenis kelamin		
Laki-laki	25	61.0
Perempuan	16	39.0
Pendidikan		
SD	1	2.4
SMP	4	9.8
SMA	28	68.3
Perguruan tinggi	8	19.5
Pekerjaan		
Tidak bekerja	8	19.5
Wiraswasta	6	14.6
Buruh	23	56.1
IRT	4	9.8

Tabel 2. Tingkat Kecemasan Pada Pasien di Poli Paru RSUD Bendan Kota Pekalongan

	n	%
Normal	13	31.7
Sedang	27	65.9
Ekstrem	1	2.4

Tabel 3. Kualitas Tidur Pada Pasien di Poli Paru RSUD Bendan Kota Pekalongan

	n	%
baik	8	19.5
buruk	33	80.5

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi

		ZSAZ	PSQI
ZSAS	Pearson Correlation	1	649
	sig. (2-tailed)		000
	N	41	41
PSQI	Pearson Correlation	649	1
	sig. (2-tailed)	000	
	N	41	41

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa responden memiliki tingkat kecemasan normal sebesar (31,7%) sedangkan mayoritas responden memiliki tingkat kecemasan sedang sebesar (65,9%) dan responden yang memiliki tingkat kecemasan ekstrem sebesar (2,4%).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kualitas tidur baik (19,5%) dan mayoritas responden memiliki kualitas tidur buruk (80,5%).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa data responden yang memiliki kecemasan normal mengalami kualitas tidur buruk yang berjumlah 6 responden, sedangkan responden yang memiliki kecemasan sedang mengalami kualitas tidur buruk berjumlah 26 responden dan responden yang memiliki kecemasan ekstrem mengalami kualitas tidur buruk berjumlah 33 responden.

Kecemasan merupakan kondisi individu yang dipenuhi rasa khawatir dan takut akan sesuatu yang belum pasti terjadi (Musyasaroh, 2020). Kecemasan adalah suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menimbulkan efek kegelisahan sehingga tidak mampu mengatasi suatu masalah atau tidak merasa

nyaman. Perasaan yang tidak menentu akan menimbulkan perubahan fisiologis dan psikologis (Rochman, 2010).

Berdasarkan tingkat kecemasan dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa responden yang mengalami tingkat kecemasan normal berjumlah 13 orang (31,7%) sedangkan responden yang mengalami tingkat kecemasan sedang berjumlah 27 orang (65,9%) dan responden yang mengalami tingkat kecemasan ekstrem berjumlah 1 orang (2,4%). Hal ini dimenunjukkan bahwa pasien yang sedang berada di Poli Paru RSUD Bendan Kota Pekalongan mengalami tingkat kecemasan dikarenakan keadaan yang sedang dialami, suasana dirumah sakit yang ramai, memikirkan biaya yang akan dikeluarkan, hal ini yang sebagian besar biasanya memicu keadaan cemas yang dialami oleh pasien dipoli paru.

Tidur merupakan suatu keadaan individu yang tidak sadar dan relatif lebih responsif pada rangsangan internal. Tidur juga sangat penting bagi setiap individu dan tidur juga merupakan kebutuhan dasar yang tidak dapat dihilangkan, dengan tidur juga tubuh dapat membangun keseimbangan organ tubuh (Setyawan, 2017).

Berdasarkan kualitas tidur dalam penelitian ini didapatkan hasil responden

yang memiliki kualitas tidur baik sebesar 8 responden (19,5%) dan responden yang memiliki kualitas tidur buruk sebesar 33 responden (80,5%). Hal ini menunjukkan bahwa pasien yang dijadikan responden mayoritas mengalami kualitas tidur yang buruk karena terganggu dengan penyakit yang sedang dialami. Kebutuhan tidur juga sangat penting bagi kualitas hidup pada seseorang karena pada keadaan seorang yang sedang mengalami sakit membutuhkan banyak waktu untuk beristirahat dalam pemeliharannya.

Berdasarkan data dalam penelitian ini menggunakan uji Pearson correlations yang didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien asma di poli paru RSUD Bendan Kota Pekalongan yang ditunjukkan dengan nilai P value sebesar 0,00 sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien asma diterima.

Secara keseluruhan dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa para pasien asma di poli paru RSUD Bendan Kota Pekalongan mengalami kecemasan normal dan kualitas tidur buruk. Hal ini dapat disimpulkan bahwa kecemasan dapat mempengaruhi kualitas tidur pada seseorang sedangkan pada keadaan atau kondisi pasien yang lagi sakit membutuhkan cukup waktu beristirahat untuk memulihkan keadaan sakit yang sedang dialami.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan dari hasil pembahasan yang telah diuraikan pada sebelumnya, dapat ditarik kesimpulannya bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini berusia 15-35, berjenis kelamin laki – laki dan rata – rata berpendidikan SMA, Tingkat kecemasan dalam penelitian ini didapatkan hasil mayoritas responden mengalami tingkat kecemasan sedang dengan hasil sebanyak 27 responden (65,9%), Kualitas tidur dalam penelitian ini didapatkan hasil responden yang mengalami kualitas tidur baik sebanyak 8 responden (19,5%) dan responden yang

mengalami kualitas tidur buruk sebanyak 33 responden (80,5%) dan hasil analisa dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien asma di poli paru RSUD Bendan Kota Pekalongan dengan taraf signifikan (P value) 0,00.

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dijalankan, disarankan untuk beberapa hal seperti disarankan kepada pihak Rumah sakit untuk dapat menciptakan suasana yang nyaman, Bagi institusi pendidikan penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi untuk meningkatkan pembelajaran khususnya yang terkait dengan pengembangan konsep asuhan keperawatan pada kecemasan dan kebutuhan istirahat tidur pasien, Bagi peneliti lain dari hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar pengembangan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma, Bagi peneliti dapat memperoleh pengetahuan dan wawasan mengenai hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfi, W. N., & Yuliwar, R. (2018). The Relationship between Sleep Quality and Blood Pressure in Patients With Hypertension. *Jurnal Berkala Epidemiologi : Vol 6, No 1 (2018) : Jurnal Berkala Epidemiologi DO-10.20473/Jbe..V6II2018.18-26*.
- Annisa, L. M., Suryani, S., & Mirwanti, R. (2018). Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Dalam Menghadapi Ujian Berbasis Computer Bsed Test. *Medisains*, 16(2), 67.
- Budiawan, W., Prastawa, H., Kusumaningsari, A., & Sari, D. N. (2016). Pengaruh Monoton, Kualitas Tidur, Psikofisiologi, Distraksi, Dan Kelelahan Kerja Terhadap Tingkat Kewaspadaan. *J@Ti Undip : Jurnal Teknik Industri*.
- Daud, 2017. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Asma Pada Pasien

- Asma Bonkial di Wilayah Kerja Puskesmas Kuin Raya Banjarmasin. *Journal Dinamika Kesehatan, Vol. 8 No. 1, Juli 2017.*
- Dinas Kesehatan Kota Pekalongan. (2021). Hasil Rekap Tahunan 2021.
- Fitria, L., & Ifdil, I. (2020). Kecemasan remaja pada masa pandemi Covid-19, *Jurnal EDUCATION : Jurnal Pendidikan Indonesia*, 6(1), 1-4
- GINA, C. Cientifico de I. (2016). Global Strategy for Asthma Management and Prevention (2016 update). *Guia Gina Actualizacion.*
- Global Initiative for Asthma. (2018). 2019 GINA Report: Global Strategy for Asthma Management and Prevention 2019. *In Global Initiative for Asthma.*
- Global Initiative For Astma (GINA). 2016. Global Initiative For Astma (GINA) Teaching Slide Set 2016.
- Hidayat, A. A. 2010. *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data.* Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat, S., & Mumpuningtias, E. D. (2018). Terapi Kombinasi Sugesti Dan Dzikir Dalam Peningkatan Kualitas Tidur Pasien. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan.*
- kartika, I. i. (2017). *dasar dasar riset keperawatan dan pengolahan data statistik.*
- Kemkes RI. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.*
- Kuswardani, K., Purnomo, D., & Amanati, S. (2018). Pengaruh Nebulizer, Infra Red dan Chest Therapy terhadap Asma Bronchiale. *Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi.*
- Martini, S., Roshifanni,S., & Marzela, F. (2018). Pola Tidur yang Buruk Meningkatkan Risiko Hipertensi. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(3 SE-), 297-303.
- Muyasaroh, H (2020). *Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19.3.*
- PDPI, (2016). Perhimpunan Dokter Paru Indonesia (PDPI) tahun 2016. *Care : Pedoman Diagnosis Penatalaksanaan di Indonesia.*
- PDPI, (2019). Perhimpunan Dokter Paru Indonesia (PDPI) tahun 2019. *Care : Pedoman Diagnosis Penatalaksanaan di Indonesia.*
- Potter dan Perry. 2010. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses dan Praktik.* Jakarta : EGC.
- Potter dan Perry. 2010. *Fundamental of Nursing.* Mosby.st.Louis.
- Prabowo, I. A., Remawati, D., & Wardana, A. P. W. (2020). Klasifikasi Tingkat Gangguan Tidur Menggunakan Algoritma Naive Bayes. *Jurnal Teknologi Informasi Dan Komunikasi (TIKOMSiN)*, 8(2).
- Reza, R. R., Berawi, K., Karima, N., & Budiarto, A. (2019). Fungsi Tidur dalam Manajemen Kesehatan. *Medical Journal Of Lampung University*, 8(2), 247-253.
- Setyawan, A. (2017). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pasien Preoperasi Di Ruang Angsoka Rumah Sakit Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. *Jurnal Ilmiah Sehat Bebaya*, 1, 110-116.
- Syamsiyah, Siti., Sylvie Puspita., & Elly Rustanti. (2019). “*Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Penderita Asma Di Paviliun Cempaka RSUD Kabupaten Jombang*”. Volume I nomer 3 : Desember2019. Jombang : Media Pendidikan Keperawatan.
- Sri, Satiti Budayani., 2015. “ *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Penderita Asma Bronkhial di RSUD Kabupaten Karanganyar*” tahun 2015.
- Tomigolung, G. T.,2016. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Serangan Asma pada Penderita Asma Dikelurahan Mahakeret Barat Dan Mahakeret Timur Kota Manado. *E-jurnal Keperawatan (e-Kp) Volume 4 nomor 2, November 2016.*

- Widiyanto, A. H. S. (2016). Perbedaan Pola Tidur Antara Kelompok Terlatih Dan Tidak Terlatih. *Medikora*, 15(1), 85-95.
- Witri Artaty, Meita. (2019). “ *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Penderita Asma Bronkhial di Instalasi Rawat Inap RSUD*

- Kabupaten Bintan Tahun 2019”*. Tahun 2019.
- World Health Organization., 2016. *Asthma Cronic Respiratory Diseseases*.
- World Health Organization. (2016). World Health For The SDGs. *World Health Organization*.