HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PENDERITA ASMA DI PUSKESMAS KOTA TIMUR KOTA GORONTALO

Jurnal

ANNISATURAHMA NAUKO

NIM. C01418017

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

JURUSAN KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GORONTALO

GORONTALO

2022

PENGESAHAN JURNAL

Judul Penelitian	:	Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Penderita Asma Di Puskesmas Kota Timur Kota Gorontalo
Nama	:	Annisaturahma Nauko
Nim	:	C01418017
Program studi	:	Ilmu Keperawatan

Disetujui Pembimbing:

Pembimbing I	Pembimbing II
Ns. Firmawati . M.Kep	Ns. Abdul Wahab Pakaya S.Kep.MM.MKep
NIDN: 0925018901	NIDN :1828876

Mengetahui

Pengelolah Jurnal

Ns. Dewi Modjo., S.Kep., M.Kep
NIDN: 0903099102

Zaitun
Jurnal Ilmu Kesehatan
Vol. x No. x (2022)
DOI:

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PENDERITA ASMA DI PUSKESMAS KOTA TIMUR KOTA GORONTALO

THE RELATIOSHIP BETWEEN ANXIETY LEVELS AND THE QUALITY OF SLEEP OF ASTHMATICS IN PUSKESMAS KOTA TIMUR KOTA GORONTALO

Firmawati[1], **Abdul Wahab Pakaya**[2], **Annisaturahma Nauko**[3]
Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo
e-mail: naukoannisa@gmail.com

ABSTRAK

Asma adalah suatu keadaan dimana saluran nafas mengalami penyempitan karena hiperaktifitas terhadap ransangan tertentu yang menyebabkan peradangan. Asma dapat menimbulkan kecemasan, karena sesak yang sering kambuh secara tiba-tiba sehingga dapat mengganggu tidur. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma. Desain penelitian menggunakan deskriptif korelasional dengan pendekatan secara cross sectional. Populasi penelitian ini pasien di Puskesmas Kota Timur Kota Gorontalo yakni 70 responden. Sampel penelitian menggunakan total sampling. Pengumpulan data menggunakan kuisioner. Hasil penelitian antara hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma terdapat 70 responden (100%). Kecemasan ringan 1 responden (1,4%) kecemasan sedang 16 responden (22,9%) kecemasan berat 53 responden (75,7%) kualitas tidur baik 15 responden (21,43%) kualitas tidur kurang baik 55 responden (78,57%). Hasil uji statistik chi-square didapatkan nilai *p*=0,00 lebih kecil dari nilai a=0,05 yang berarti Ho ditolak dan Ha diterima maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada penderita asma dipuskesmas Kota Timur Kota Gorontalo.

Kata kunci : Asma, Kecemasan, Tidur

ABSTRACT

Asthma is a condition in which the airways are narrowed due to hyperactivity of certain disorders that cause inflammation. Asthma can cause anxiety, due to tightness that often recurs suddenly so that it can interfere with sleep. The purpose of the study was to determine the relationship between anxiety levels and the sleep quality of asthmatics. The research design uses correlational descriptive with a cross-sectional approach. The population of this study was patients at the Puskesmas Kota Timur, Gorontalo City, which was 70 respondents. The study sample used total sampling. Data collection using questionnaires. The results of the study between the relationship between anxiety levels and sleep quality of asthmatics were 70 respondents (100%). Mild anxiety 1 respondent (1.4%) moderate anxiety 16 respondents (22.9%) severe anxiety 53 respondents (75.7%) good sleep quality 15 respondents (21.43%) poor sleep quality 55 respondents (78.57%). The results of the chi-square statistical test obtained a p value = 0.00 smaller than the value of a = 0.05 which means that Ho was rejected and Ha was accepted, so it can be concluded that there is a significant relationship between anxiety levels and sleep quality in asthmatics in the East City of Gorontalo City.

***Keywords** : Asthma, Anxiety, Sleep*

PENDAHULUAN

Menurut *Worth Health Organization* (WHO) terdapat 235 juta orang menderita asma di dunia, 80% di antaranya berada di Negara dengan pendapatan rendah dan menengah, termasuk Indonesia. Di Indonesia angka kematian akibat asma adalah sebanyak 63.584 orang (Depkes RI, 2014). Asma di Indonesia termasuk dalam 10 penyebab terbesar kesakitan. Penyakit asma masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di dunia tidak terkecuali di Indonesia.

Beberapa tahun terakhir, penyakit ini telah menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan, menurut data riset kesehatan dasar tahun 2018 prevelensi penyakit asma di Indonesia dengan penderita asma terbanyak adalah perempuan dengan jumlah penderita mencapai 4,6 % dan laki-laki sebanyak 4,4 % dari 1.027.763 total sampel yang di ambil. Terdapat 18 provinsi yang mempunyai prevelensi penyakit asma melebihi angka nasional sebanyak 7,3% (Kemenkes RI, 2018).

Menurut dinas kesehatan Provinsi Gorontalo berdasarkan data rekapan terbanyak penyakit tidak menular adalah di tahun 2018, di laporkan bahwa jumlah kasus baru penyakit asma sebanyak 2.431 kasus yang terdiri dari 1.174 laki-laki dan 1.275 perempuan, untuk kasus lama 2.505 yang terdiri dari 1.080 penderita laki-laki dan 1.427 perempuan, sedangkan untuk kasus kematian ada 86 orang yang terdiri dari 42 penderita laki-laki dan 44 penderita perempuan.

Penderita asma cenderung memiliki masalah gangguan kecemasan. Kecemasan pada penderita asma dapat memicu terjadinya serangan asma secara tiba-tiba (Daud et al., 2017). Keadaan cemas dapat menimbulkan rasa takut dan khawatir yang berlebihan yang sering mereka alami di karenakan oleh sesak yang sering kambuh secara tiba-tiba dan dapat mengakibatkan kematian sehingga dapat mengganggu kualitas tidurnya (Maramis, 2015).

Kualitas tidur penderita asma sering mengalami gangguan karena di sebabkan oleh serangan asma yang sering terjadi pada malam hari, sedangkan tidur merupakan salah kebutuan fisiologis yang sangat penting karena merupakan kebutuhan dasar manusia baik yang sehat maupun yang sakit (Anggraini et al., 2014). Kualitas tidur yang tidak adekuat dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologi dan psikologi, dampak fisiologi meliputi penurunan aktivitas sehari-hari, rasa lelah, lemah, daya tahan tubuh menurun dan dampak psikologis meliputi depresi, cemas, dan tidak konsentrasi (Schroeder, 2015).

Dari observasi data awal yang di lakukan peneliti di Puskesmas Kota Timur Kota Gorontalo pada bulan April 2022 di dapatkan data pasien asma di Puskesmas Kota Timur pada tahun 2022 sebanyak 70 penderita asma yang semua merupakan penderita lama maupun penderita baru Pada penderita asma ini paling banyak terjadi pada usia produktif yaitu usia 20 – 60 tahun ke atas. Dari hasil observasi data awal peneliti melakukan wawancara kepada 5 orang pasien asma yang datang berobat ke puskesmas kota timur bahwa mereka cenderung memiliki masalah gangguan kecemasan. Mereka merasa cemas dengan keadaan yang mereka alami, mereka mengeluh cemas dan takut pada saat terjadi serangan asma sehingga dengan kondisi itu

kualitas tidur penderita asma tidak terpenuhi secara optimal

Berdasarkan uraian di atas, maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma di Puskesmas Kota Timur Kota Gorontalo.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian kuantitatif yaitu pra eksperimen dengan metode secara deskriptif korelasional untuk menganalisis hubungan dua variabel penelitian ini. Populasi penelitian adalah pasien asma di Puskesmas Kota Timur Kota Gorontalo, sampel sejumlah 70 penderita asma dengan teknik pengambilan sampel adalah *total sampling*.

Instrumen penelitian yang digunakan yaitu HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) untuk mengukur tingkat kecemasan dan PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*) untuk mengukur kualitas tidur, analisa data menggunakan uji *chi-square*.

HASIL

Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi Hubungan Tingkat Kecemasan Penderita Asma Di Puskesmas Kota Timur Kota Gorontalo

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Presentase
1	Ringan	1	1,4 %
2	Sedang	16	22,9 %
3	Berat	53	75,7 %
	Total	70	100 %

Sumber Data. 2022

Tabel 1 dapat dilihat bahwa berdasarkan tingkat kecemasan ditemukan penderita asma dengan tingkat kecemasan ringan sebanyak 1 orang atau sebesar (1,4%). tingkat kecemasan sedang sebanyak 16 orang atau sebesar (22,9%). dan tingkat kecemasan berat sebanyak 53 orang atau sebesar (75,7%).

Tabel 2. Distribusi Kualitas Tidur Penderita Asma Dipuskesmas Kota Timur Kota Gorontalo

	Kualitas Tidur	Frekuensi	Presentase
1	Baik	15	21,43%
2	Kurang Baik	55	78,57%
	Total	70	100 %

Sumber Data, 2022

Tabel 2 dapat dilihat bahwa penderita asma yang dalam kategori kualitas tidur baik sebanyak 15 orang atau sebesar (21,43%). Kemudian penderita asma yang dalam kategori kualitas tidur yang kurang baik sebanyak 55 orang atau sebesar (78,57%) dari total sampel penelitian.

Analisa Bivariat

Tabel 3.Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Penderita Asma Di Puskesmas Kota Timur

Variabel tingkat kecemasan	Kualitas Tidur				Total		p-Value
	Baik		Kurang Baik				
	N	%	N	%	N	%	
Berat	4	5,7	49	70	53	75,7	0,00
Sedang	10	14,3	6	8,6	16	22,9	
Ringan	1	1,4	0	0	1	1,4	
Total	15	21,4	55	78,6	70	100	

Sumber Data, 2022

Berdasarkan hasil penelitian antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur dapat dilihat bahwa dari 53 responden memiliki kecemasan berat atau sebesar (75,7 %), 16 responden memiliki kecemasan sedang sebesar (22,9%) dan 1 responden memiliki kecemasan ringan atau sebesar (1.4%). Dan sebanyak 4 responden (5,7%) memiliki kualitas tidur yang baik, 49 responden (70%) memiliki kualitas tidur

yang kurang baik, 10 responden (14,3%) memiliki kualitas tidur yang baik, dan 6 responden (8,6%) memiliki kualitas tidur yang kurang baik.

Hasil uji statistik chi-square didapatkan nilai *p*=0,00 lebih kecil dari nilai a=0,05 yang berarti Ho ditolak dan Ha diterima maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada penderita asma dipuskesmas Kota Timur Kota Gorontalo.

PEMBAHASAN

1. Tingkat Kecemasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penderita asma dengan tingkat kecemasan kategori ringan sebanyak 1 orang atau sebesar 1,43%. Penderita asma dengan tingkat kecemasan kategori sedang sebanyak 16 orang atau sebesar 22,86%. Penderita asma dengan tingkat kecemasan kategori berat sebanyak 53 orang atau sebesar 75,7%.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Tumigolung et al (2016) bahwa kecemasan merupakan bagian kehidupan sehari-hari dan merupakan gejala yang normal pada manusia. Bagi orang dengan penyesuaian yang baik, kecemasan dapat segera diatasi dan ditanggulangi. Sedangkan bagi orang yang penyesuaiannya kurang baik, maka kecemasan merupakan bagian terbesar dalam kehidupannya.

Kecemasan dapat dikatakan sebagai sinyal suatu dorongan untuk mendapatkan suatu kesadaran dalam mengambil sebuah tindakan yang defensif terhadap adanya tekanan dari dalam diri seseorang, selain itu kecemasan timbul karena adanya kekhawatiran dan ketakutan yang berasal dari pikiran itu sendiri (Kaplan & Sadock, 2010).

Peneliti berasumsi bahwa semakin rendah kecemasan seseorang atas penyakit asmanya maka akan semakin baik kualitas tidurnya dan begitupun sebaliknya, sehingga kualitas tidur dapat dioptimalkan dengan manajemen kecemasan dan manajemen stres bagi penderita asma.

2. Kualitas Tidur

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penderita asma yang dalam kategori baik atas kualitas tidur sebanyak 15 orang atau sebesar 21,43%. Kemudian penderita asma yang dalam kategori kurang baik atas kualitas tidurnya sebanyak 55 orang atau sebesar 78, 57% dari total sampel penelitian. Pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa penderita asma di Puskesmas Kota Timur Kota Gorontalo cenderung memiliki kualitas tidur yang buruk karena ketika penyakit asma kambuh maka akan sulit tidur terlebih lagi jika adanya kecemasan atas gejala lanjutan dari penyakit asma .

Penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Puspita et al (2021) kualitas tidur didefinisikan sebagai kepuasaan seseorang terhadap tidurnya, dilihat dari aspek memulai tidur, mempertahankan tidur, kuantitas tidur dan perasaan segar setelah bangun. Pola tidur yang tidak menetap akan memberikan dampak terhadap kekurangan tidur sehingga akan mempengaruhi kondisi fisik dan psikis seseorang Setiap orang memerlukan kebutuhan istirahat atau tidur yang cukup agar tubuh dapat berfungsi secara normal. Pada kondisi istirahat dan tidur, tubuh melakukan proses pemulihan untuk mengembalikan stamina tubuh hingga berada dalam kondisi yang optimal .

Menurut teori yang dikemukakan oleh Maramis (2015) bahwa kualitas tidur yang dominan buruk ini karena adanya tingkat kecemasan yang berlebihan dari penderita asma. Keadaan cemas dapat menimbulkan rasa takut dan khawatir yang berlebihan yang sering mereka alami di karenakan oleh sesak yang sering kambuh secara tiba-tiba dan dapat mengakibatkan kematian sehingga dapat mengganggu kualitas tidurnya. semakin berat tingkat kecemasan semakin buruk kualitas tidurnya. Gangguan mental yang erat yang hubungannya dengan kecemasan adalah gangguan tidur. Adanya kecemasan dapat menyebabkan timbulnya gejala psikologis seperti sulit berkonsentrasi, mudah lupa,pikiran kosong, merasa tegang dan gelisah, cepat marah, sensisitif, tidak sabaran, dan kesulitan tidur.

Peneliti berasumsi bahwa penderita asma di Puskesmas Kota Timur Kota Gorontalo cenderung memiliki kualitas tidur yang kurang baik karena ketika penyakit asma kambuh maka akan sulit untuk memulai tidur.

Analisa Bivariat

Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Penderita Asma Di Puskesmas Kota Timur

Berdasarkan hasil penelitian antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur dapat dilihat bahwa dari 53 responden memiliki kecemasan berat atau sebesar (75,7 %), 16 responden memiliki kecemasan sedang sebesar (22,9%) dan 1 responden memiliki kecemasan ringan atau sebesar (1.4%). Dan sebanyak 4 responden (5,7%) memiliki kualitas tidur yang baik, 49 responden (70%) memiliki kualitas tidur yang kurang baik, 10 responden (14,3%) memiliki kualitas tidur yang baik, dan 6 responden (8,6%) memiliki kualitas tidur yang kurang baik. Dalam penelitian didapatkan nilai p *value* =0,00 <a 0,05 menunjukkan bahwa ada kecenderungan yang signifikan yang mana semakin berat tingkat kecemasan seseorang maka semakin buruk kualitas tidurnya.

Dari 53 responden yang memiliki kecemasan berat tetapi 4 diantaranya memiliki kualitas tidur yang baik karena 4 responden ini termasuk dalam usia 16 tahun - 36 tahun. Dimana usia tersebut masih tergolong usia remaja dan dewasa. Dan penelitian ini diperkuat oleh teori menurut Riskesdas 2007 bahwa semakin bertambahnya usia seseorang dapat mengalami gangguan tidur seperti susah tidur, bangun pada malam hari untuk kekamar mandi, bangun terlalu pagi dan sebagainya. Ada juga beberapa faktor pendukung menurut Potter & Perry (2012) mengatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur diantaranya termasuk faktor stress emosional, lingkungan, latihan dan kelelahan, yang artinya dari 4 responden ini menjawab beberapa pertanyaan kuisioner yang tidak sesuai dengan keadaan yang mereka alami.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Puspita et al (2021) tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada penderita asma bahwa hasil penelitian ini adalah penyakit asma tidak hanya memberi kekhawatiran terhadap kondisi fisik atau ketidaknyamanan akibat kurangnya pasokan udara namun dapat menimbulkan dampak lain seperti berkurangnya

produktifitas penderitanya, hal ini akan menimbulkan kecemasan pada penderitanya dimana kekhawatiran atau kecemasan tersebut dapat mempengaruhi kualitas tidur seseorang. Selain itu berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar responden mengatakan mengalami gejala asimtimatis yang membuat rasa tertekan dan ketakutan akan penderitaan akibat rasa tertekan dan tertarik didada, nafas pendek dan nyeri dada. Jika hal ini mulai dirasakan maka rasa kecemasan pada penderita asma akan meningkat. Hal inilah yang mendasari adanya kecemasan.

Sejalan dengan penelitian oleh Syamsiyah et al (2019) tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma di Paviliun Cempaka bahwa disebutkan tingkat kecemasan penderita yang paling dominan kriteria berat dan kualitas tidur penderita kriteria buruk. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa semakin berat tingkat kecemasan maka semakin buruk kualitas tidurnya. Gangguan mental yang erat hubungannya dengan gangguan tidur adalah kecemasan. Oleh karena itu, pegawai kesehatan khususnya perawat dapat memberikan konseling informasi dan edukasi mengenai pencegahan kekambuhan penyakit asma yang salah satunya adalah cara menghindari rasa cemas yang dialaminya, agar pemenuhan kebutuhan tidur pasien membaik pula. Dari hasil penelitian juga membuktikan bahwa ada hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma di paviliun cempaka.

Hasil penelitian dilakukan oleh peneliti pada penderita asma di Puskesmas Kota Timur Kota Gorontalo didapatkan bahwa ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur, menurut asumsi peneliti mengapa dikatakan ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur karena kecemasan merupakan salah satu penyebab dari kekambuhan asma. Ketika penderita mengalami kecemasan akan memicu pederita asma untuk merasakan ketakutan dan stress berat. para penderita asma yang mengalami kecemasan sering mengalami gangguan tidur. Penderita asma yang semakin tidak cemas dalam penyakit asmanya maka semakin baik kualitas tidurnya. tetapi jika semakin berat tingkat kecemasan penderita asma maka semakin buruk kualitas tidurnya.

PENUTUP

Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan yaitu penderita asma di Puskesmas Kota Timur Kota Gorontalo cenderung memiliki kecemasan yang berat yakni sebanyak 53 orang atau sebesar 75,7%. Penderita asma yang dalam kategori baik atas kualitas tidur sebanyak 15 orang atau sebesar 21,43% dan kategori kurang baik atas kualitas tidur sebanyak 55 orang atau sebesar 78,57%. Tingkat kecemasan memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas tidur penderita asma di Puskesmas Kota Timur Kota Gorontalo dengan nilai p *value*=0,00 < a 0,05

Saran

Diharapkan petugas kesehatan di Puskesmas Kota Timur Kota Gorontalo mengoptimalkan manajemen kecemasan bagi penderita asma karena dengan manajemen kecemasan ini. Anggota keluarga juga tetap berusaha untuk mampu mengatasi kecemasan

yang dialami dan mampu memenuhi kebutuhan tidurnya agar menciptakan kualitas tidur yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Depkes RI. (2014). *Tujuan Pembangunan Kesehatan*. Jakarta.
2. Kemenkes RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI.
3. Daud, I., Mauriefle, A., & Yanti, E. D. (2017). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kejadian Asma Pada Pasien Asma Bronkial Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuin Raya Banjarmasin. *Dinamika Kesehatan*, *8*(1), 219–229.
4. Maramis. (2015). *Gangguan Neurotik, Gangguan Somatoform dan Gangguan Terkait Stress*. Surabaya: Airlangga University Press.
5. Anggraini, M. T., Rihadini, & Festi Tsaqofah. (2014). Tingkat Kecemasan Mempengaruhi Kualitas Tidur pada Penderita Asma Bronkial Usia Lanjut. *Jurnal Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang*, *3*(2). Retrieved from https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/kedokteran/article/view/2560
6. Schroeder, F. (2015). Bringing practice closer to research – seeking integrity, sincerity and authenticity. *International Journal of Education Through Art*, *11*(3), 343–354. https://doi.org/10.1386/eta.11.3.343_1
7. Tumigolung, G. T., Kumaat, L., Onibala, F., Studi, P., Keperawatanfakultas, I., Sam, U., & Manado, R. (2016). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Serangan Asma Pada Penderita Asma Di Kelurahan Mahakeret Barat Dan Mahakeret Timur Kota Manado. *Jurnal Keperawatan*, *4*(November), 1–8. Retrieved from https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/14071
8. Kaplan, H. I., & Sadock, B. J. (2010). *Retardasi Mental dalam Sinopsis Psikiatri*. Tangerang: Binarupa Aksara.
9. Puspita, T., Ramadan, H., Budhiaji, P., & Sulhan, M. H. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, *6*(2), 53–58. https://doi.org/10.33867/jka.v6i2.141
10. Kemenkes RI. (2007). *Riset Kesehatan Dasar Nasional*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
11. Potter, P. A., & Perry, A. G. (2012). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Jakarta: EGC.
12. Syamsiyah, S., Puspita, S., & Rustanti, E. (2019). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Penderita Asma Di Paviliun Cempaka RSUD Kabupaten Jombang. *Media Pendidikan Keperawatan*, *I*(3), 65–79.

e-ISSN 2964-9005
p-ISSN : 2301-5691