

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.2.1 Kesimpulan

Berdasarkan 10 artikel besar potensi hubungan antar variabel yang menyatakan bahwa mayoritas stres dapat mengganggu kualitas tidur, begitupun dengan cemas dan depresi juga dapat mengganggu kualitas tidur pada orang yang sakit maupun tidak sakit.

7.2.2 Saran

Hubungan antara stres dengan kualitas tidur sudah sering diteliti pada masyarakat maupun pasien penyakit kronis namun, pada *caregiver* belum ada yang meneliti. Stres memiliki banyak dampak, saran peneliti untuk peneliti lain adalah meneliti pengaruh *mindfulness meditation* untuk mengurangi tingkat stres *caregiver*

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, N. D., & Ekowati, W. (2010). Peran Keluarga Dalam Memberikan Dukungan Terhadap Pencapaian Integritas Diri Pasien Kanker Payudara Post Radikal Mastektomi. *Jurnal Keperawatan Sudirman*, 5(2), 105-114, Doi:Doi: 10.20884/1.Jks.2010.5.2.277
- Apriani, R., Sudyasih, T., (2018). Hubungan tingkat depresi dengan kejadian insomnia pada lansia di dusun depok ambarketawang gamping Sleman Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, Vol 5, No 2, Hal 68-71
- Aslam, M. S., Naveed, S., Ahmed, A., Abbas, Z., Gull, I., & Athar, M. A. (2014). Side Effects of Chemotherapy in Cancer Patients and Evaluation of Patients Opinion about Starvation Based Differential Chemotherapy. *Journal of Cancer Therapy*, 05(08), 817–822. <https://doi.org/10.4236/jct.2014.58089>
- Ariani, S. (2015). *Stop Kanker*. Yogyakarta: Istana Media.
- Barre, P, V ., Padmaja, G., Rana, S. , & Tiamongla ., (2018). Stress and quality of life in cancer patient : Medical Psychological Intervention. *Indian journal of psychological medicine* , Vol 40, No 3, Hal 232-238
- Buysse, DJ, Reynolds CF, Monk TH, Berman SR, Kupfer DJ. (1988). The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI): *A new instrument for psychiatric research and practice*. *Psychiatry Research* 28:193-213
- Cancerhelps, Tim. (2019). *Stop Kanker. Kanker Bukan Lagi Vonis Mati*. Jakarta: PT AgroMedia Pustaka
- Christine., et al (2013). Sleep Quality, Stress Caregiver Burden, and Quality of Life in Maternal Caregivers of Young Children With Broncopulmonary Dysplasia. *Journal of Pediatric Nurs*, Vol 29, No 1, Hal 29-38
- Chui, P. (2019). Cancer- and Chemotherapy-Related Symptoms and the Use of Complementary and Alternative Medicine. *Asia-Pacific Journal of Oncology Nursing*, 6(1), 4. https://doi.org/10.4103/apjon.apjon_51_18
- Cohen, S., (1994). *Perceived Stress Scale*. USA : Mind Garden, Inc.
- Dwijayanti, K. A., & Sukarja, M. I. (2015). Pengalaman Caregiver Keluarga Dalam Merawat Pasien Kanker Payudara. *Coping(Community Of Publishing In Nursing)*, 3(1), 1298-1309
- Ekawarna. (2018). *Manajemen Konflik dan stres*. Jakarta Timur: PT Bumi Aksara.

- Fajriyati, Y. N., & Asyanti, S., (2017). Coping Stres pada Caregiver Pasien Stroke. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(1), 96–105. Retrieved from <http://journals.ums.ac.id/index.php/indigenous/article/view/5460/3759>
- Fauziyah, H., & Gayatri, D. (2018). Pain, stress, and sleep quality in chronic wound patients. *Enfermería Clínica*, 28(4), 176–179. doi:10.1016/s1130-8621(18)30062-7
- Han, K. S., Kim, L., & Shim, I. (2012). Stress and Sleep Disorder. *Experimental Neurobiology*, 21(4), 141.-150. <https://doi.org/10.5607/en.2012.21.4.141>
- Haswita & Sulistyowati, R. (2017). *Kebutuhan Dasar Manusia Untuk Mahasiswa Keperawatan dan Kebidanan*. Jakarta: TIM.
- Hidayat. (2008). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia :Aplikasi konsep dan proses keperawatan*. jakarta: salemba medika.
- Hidayat, A. A. (2017). *Metode Penelitian Keperawatan dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Hindriyastuti, S., & Zuliana, I. (2018). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Lansia Di Rw 1 Desa Sambung Kabupaten Kudus. *JKM (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Cendekia Utama*, 6(1), 91-102. <https://doi.org/10.31596/jkm.v6i1.244>
- Hiremath, P., Mohite, V. R., Naregal, P., Chendake, M., Mulani, A., & More, U. R. (2017). Family burden and stress among caregiver of oral cancer patients at krishna hospital Karad. *Asian Journal of Pharmaceutical and Clinical Research*, 10(3), 201–206. <https://doi.org/10.22159/ajpcr.2017.v10i3.16010>
- International Agency for Research on Cancer (IARC). (2018). Latest global cancer data, 2018. *World Health Organization*, (September), 13–15. Retrieved from <http://www.who.int/cancer/PRGlobocanFinal.pdf>
- Islamiyah, W R. (2018). *Panduan Tata Laksana Tidur.Edisi 2*. Jakarta: CV. Sagung Seto.
- Jasna., Bukimiric, Z., Edvin., Bijana., Branizlav., dan Nestic, D., (2014). Depression and Quality of Sleep in Maintenance Hemodialysis Patients. *National Library Of Medicine*, Vol 142, No 8, Hal 437-443
- Kementerian Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018 Kesehatan*. 20–21. Retrieved from http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/materi_rakorpop_2018/Hasil_Riskesdas_2018.pdf

- Kurniawan, P. (2014). Proses metastasis pada keganasan kepala dan leher. *Jurnal THT - KL* Vol.7, No.1. 37-46
- Lin, F., Fee, H. R., Shengwu, H. (2012). Negative and Positive Caregiving Experiences: A Closer Look at The Intersection of Gender and Relationships. *Journal National Institute of Health*. 1:61(2):343-358
- Longacre, M. L., Ross, E. A., & Fang, C.Y. (2013). Caregiving Choice and Emotional Stress Among Cancer Caregivers. *Western Journal of Nursing Research*. Vol 36, No.6, Hal 801-824
- Mahadevan, R., Jaafaraafar, N. R. N., Din, S. H. S., Ahmad, S. N. A., Baharuddin, A., & Razali, R. (2013). The stress of caregiving: A study of family caregivers of breast cancer patients receiving oncologic treatment at a Malaysian general hospital. *Sains Malaysiana*, 42(7), 1019–1026.
- Maldonado, G. (2019). *Kehidupan yang Bebas dari Stress*. Unites States of America. Ed. Terjemahan: Magnolia Writting Agency. Light Publishing.
- McEwen, B. S., et al (2015). Mechanisms of stress in the brain. HHS Public Access. *Nat Neurosci*; 18(10): 1353–1363. doi:10.1038/nn.4086.
- Mohile, S. G., et al (2009). Association of a Cancer Diagnosis With Vulnerability and Frailty in Older Medicare Beneficiaries. *JNCI Journal of the National Cancer Institute*, 101(17), 1206–1215. <https://doi.org/10.1093/jnci/djp239>
- National Cancer Institute. (2019). *Types Of Cancer Threatment*. Retrieved October 16, 2019, from <https://www.cancer.gov/>
- Northouse, L, Williams, A., Given, B., & Mccorkle. (2012). Psychosocial Care For Family Caregivers Of Patients. *Journal Of Clinical Oncology*, 30, 1227-1234. Doi:Doi:10.1200/Jco.2011.39.5798.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis* (4th Ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Park, J. Y., (2010). Relationship between Stress and Quality of Life of Family Caregivers of Patient with Lung Cancer. *Journal of Korean Oncology Nurs* Vol.10 No.2, 129-136
- Potter P. A & Perry A.G. (2010). *Fundamental Keperawatan, Edisi 7 Buku 3*. Indonesia: Salemba Medika.
- Prasadja, A. (2009). *Ayo Bangun! dengan Bugar karena Tidur yang Benar*. Jakarta Selatan: PT Mizan Publika.
- Priyoto. (2019). *Konsep Manajemen Stress*. Yogyakarta: Nuha Medika

- Ramadan, H., Puspita T., Budhiaji, P., & Sulhan, M. S., (2020) Hubungan tingkat kece masan dengan kualitas tidur pada lansia penderita hipertensi. *Jurnal Aisyah*, Vol 6, No 2, Hal 53-58.
- Ruff , S., Dirksen., Epstein, D. R. , & Hoyt, M, A., (2010). Insomnia, Depression, and Distress Among Out Patient With Prostate Cancer. *National Library Of Medicine*, Vol 22, No 3, Hal 154-158
- Safruddin, Ahmad, M., & Radjah, A. P., (2014) Hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. *Jurnal Ners Indonesia*, Vol, 30 No 2, Hal 99-105
- Shaffer, K.M., Garland, S.N., Mao, J.J., Applebaum, A.j., (2018) Insomnia among Cancer Caregivers: A Proposal for Tailored Cognitive Behavioral Therapy. *Journal of National Institute of Health*. 28(3), 275-291. <http://psycnet.apa.org/fulltext/2018-46288-002.html>.
- Sim, E. S., et al (2017). Family Caregivers Quality of Sleep Depression Accrding to Symptom Control of Hospice Patient. *Korean Journal*. Vol 29, No 1, Hal 29-38
- Sugiyono. (2016). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Supriyanto, W. (2014). *Kanker: Deteksi Dini, Pengobatan dan Penyembuhan*. Yogyakarta: Parama Ilmu.
- The National Alliance For Caregiving (NAC). (2015). *Caregiving in The U.S. America*. Public Policy Institute.
- Werdani, Y. D. W. (2018). Pengaruh caregiving pada pasien kanker terhadap tingkat caregiver burden. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 5(3), 249–256. <https://doi.org/10.26699/jnk.v5i3.art.p249-256>
- Whitbourne, S. K. (2016). *The Encyclopedia of Adulthood and Aging, 3 Volume Set*. America: Wiley-Blackwell
- Yanra, K., Carolina, M., Kusuma, W., (2016). Hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada pasien Congestive Heart Failure (CHF) diruang ICU. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, Vol 7, No 1, Hal 241-246
- Yuniati, F. (2017). Pengalaman Caregiver dlam Merawat Lanjut Usia dengan Penurunan Daya Ingat. *Jurnal Bahana Kesehatan Masyarakat*. Vol 1, No.1. 27-42