

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian *family caregiver* penderita kanker mayoritas memiliki tingkat stres sedang dengan kualitas tidur yang baik dan terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kualitas tidur pada *family caregiver* penderita kanker dimana sifat hubungan searah dan lemah.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi responden

Family caregiver diharapkan mengatasi stres agar kualitas tidur membaik

7.2.2 Bagi Penderita Kanker

Penderita kanker diharapkan dapat membantu *family caregiver* dengan melakukan aktivitas yang bisa dilakukan secara mandiri

7.2.3 Bagi Keluarga yang merawat (yang lain)

Keluarga diharapkan meminimalkan stres yang dirasakan agar memiliki kualitas tidur yang baik

7.2.4. Bagi Tempat Penelitian

Tempat penelitian diharapkan dapat memperhatikan keluarga yang merawat penderita kanker agar keluarga kanker tidak mengalami stres

7.2.5. Bagi Perawat Paliatif

Perawat *paliatif* diharapkan dapat menyediakan program untuk mengatasi stres pada keluarga yang merawat penderita kanker atau *family caregiver* penderita kanker dan juga kualitas tidur *family caregiver* membaik.

7.2.6 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian terhadap tingkat stres dengan kualitas tidur dengan responden seperti hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada orang yang bekerja.

DAFTAR PUSTAKA

1. Cancer [Internet]. [cited 2022 Apr 18]. Available from: <https://www.who.int/health-topics/cancer> (Access April 2022)
2. Werdani YDW. Effect of Cancer Related Fatigue To The Level of Independence of Cancer Patients and Caregiver Stress Level. *Folia Medica Indones.* 2018;54(2):108.
3. S. Zalmi, Y. Dewi,J.Jumiani (2020) Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Keluarga Dalam Merawat Penderita Kanker Serviks Volume 10 Issue 2 Pages 145 *Jurnal Ners Indonesia.*
4. R Tumanggor, Y. Marhamah Stres dan Kualitas Tidur Caregiver dalam Merawat Pasien Skizofrenia di Poliklinik RSJ Bina Karsa Volume 6 Issue 3 , Kota Medan *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah.*
5. N.AARP (2020).Caregiving in the U . S .Issue November Pages 1-75 America,National Allience Caregiving. Available from: <https://www.caregiving.org/caregiving-in-the-us-2020/>
6. Roszah S, Leometa CH, Santoso RP. Dukungan sosial dengan resiliensi family caregiver anak penyintas kanker. 2022;1:34–8.
7. Werdani YDW. Length of caring duration increases burden and reduces health status of cancer patient family caregivers in Surabaya, Indonesia. *Public Heal Prev Med Arch.* 2020;8(1):53.
8. Werdani YDW. Pengaruh caregiving pada pasien kanker terhadap tingkat caregiver burden. *J Ners dan Kebidanan (Journal Ners Midwifery).* 2018;5(3):249–56.
9. U.Fuanida, S. Natalia (2020).Pengalaman Family Caregiver dalam Merawat Anggota Keluarga yang Menderita Kanker di Rumah Sakit Awal

Bros Volume 6 Issue 1 Pages 59-65 Batam Procceding Seminar Nasional Keperawatan. Available from:

<http://www.conference.unsri.ac.id/index.php/SNK/article/view/1737>

10. Potter Perry (2019) Fundamentals of Nursing Vol 1- 9th Indonesian Elsevier Health Siences [Internet]. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=u-z3DwAAQBAJ>
11. Potter PA, Stockert PA, Hall A, Perry AG. Perry Potter (2019) Fundamentals of Nursing Vol 2- 9th Indonesian Elsevier Health Sciences [Internet]. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=u-z3DwAAQBAJ>
12. K.Han, L.Kim, I. Shim (2012) Stress and Sleep Disorder. Volume 21, Issue 4, Pages 141 Experimental Neurobiologi. Dec [cited 2022 Jan 10]; Available from: [/pmc/articles/PMC3538178/](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3538178/)
13. Alifia M. M.Alf.(2021) Strategi Coping Dan Dukungan Sosial Terhadap Psschological Distress pada family caregiver cancer. volume 7.Issue 2 Pages 6.Surabaya.Jurnal Ilmiah Indonesia. 2021;7(2):6.
14. Boostaneh M. Burden of Care and Its Relationship with Sleep Quality of Cancer Patients ' Caregivers. Res Sq. 2021;
15. Feeley CA, Turner-Henson A, Christian BJ, Avis KT, Heaton K, Lozano D, et al. Sleep quality, stress, caregiver burden, and quality of life in maternal caregivers of young children with bronchopulmonary dysplasia. J Pediatr Nurs. 2014;29(1):29–38.
16. S. Yildrim, P. Karakurt, S. Yildrim et al (2020) Identification of the Perceived Stress Levels and Sleep Quality among Caregivers of Patients Hospitalized in the Palliative Care Clinic. Volume 9 Issue 4 Pager 1-20 Open Access Library Journal. Available from: <http://www.scirp.org/journal/PaperInformation.aspx?PaperID=116625>
17. P2PTM (2020). Stres. Kemenkes RI. [Internet]. [cited 2022 Jul 12].

- Available from: <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/stress/apakah-yang-dimaksud-stres-itu>
18. Ambrati dkk (2019) Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa, Volume 5, Issue 1, Pages 40 , Jurnal Keperawatan Jiwa.
 19. Sumaryo Drs (2004), Psikologi untuk keperawatan ,Jakarta Egc [Internet]. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=6GzU18bHfuAC>
 20. Rahmi Imelisa, Setya, R. A Wisnusakti, Khrisna , Ayu, Inggrit Restika dan Nia, Restiana.Kafkaylea, A dan Premium C. Keperawatan Jiwa Psikososial [Internet]. 2021. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=kMtMEAAAQBAJ>
 21. Rasmun, SKP (2004).Stres,Koping Dan Koping.Jakarta: Sagung Seto.
 22. Program State of New Hampshire Employee Assistance. Perceived Stress Scale Score Cut Off. State New Hampsh Empl Assist Progr. 2020;2.
 23. Indira IE. Stress Questionnaire: Stress Investigation From Dermatologist Perspective. Psychoneuroimmunology in Dermatology. 2016;141–2.
 24. Sukmawati NMH, Putra IGSW. Reliabilitas Kusioner Pittsburgh Sleep Quality Index (Psqi) Versi Bahasa Indonesia Dalam Mengukur. J Lngkungan dan Pembang. 2019;3(2):30–8.
 25. Resti Dewi Nanda Demur D, Studi Sarjana Keperawatan STikes Perintis Padang P. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii. Pros Semin Kesehat Perintis E. 2018;1(1):2622–2256.
 26. Prasadja A. Ayo Bangun [Internet]. PT Mizan Publika; 2009. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=OKtvxXpVHukC>
 27. Buysse DJ, Reynolds CF, Monk TH, Berman SR, Kupfer DJ. PSQI article.pdf. Vol. 28, Psychiatry Research. 1998. p. 193–213.

28. Afriyeni N, Sartana. Keluarga Sebagai Caregiver. *J Ecopsy*. 2016;3(3):115–20.
29. Hartati J. Perilaku Family Caregiver Dalam Merawat Penderita Paska Stroke Dirumah. 2013;1.
30. Whitbourne SK. The Encyclopedia of Adulthood and Aging, 3 Volume Set [Internet]. Wiley; 2016. (The Encyclopedia of Adulthood and Aging). Available from: https://books.google.co.id/books?id=zU1%5C_BwAAQBAJ
31. Caregiving in the US 2020 | The National Alliance for Caregiving [Internet]. [cited 2022 Feb 1]. Available from: <https://www.caregiving.org/caregiving-in-the-us-2020/>
32. Anggraeni,M,D (2010). Hubungan Ingritas Diri Dengan Family Support Pasien Post Radical Mastektomi Kanker Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing), Volume 5, No.2, Juli 2010. :105–14.
33. Nuraini A, Hartini N. Peran Acceptance and Commitment Therapy (Act) untuk Menurunkan Stres pada Family Caregiver Pasien Kanker Payudara. *J Ilmu Kel dan Konsum*. 2021;14(1):27–39.
34. Ariani, Sofi.(2015).Stop kanker.Yogjakarta: Istana media. Vol. 1, Gastronomía ecuatoriana y turismo local. 1967. 5–24 p.
35. CancerHelps T. Stop Kanker: Panduan Deteksi Dini \& Pengobatan Menyeluruh Berbagai Jenis Kanker [Internet]. AgroMedia; 2010. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=8ErRCgAAQBAJ>
36. Agustina R. Peran Derajat Differensiasi Histopatologik dan Stadium Klinis Pada Rekurensi Kanker Payudara. *Majority* [Internet]. 2015;4(7):129–34. Available from: <http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/1461>

37. Nursalam. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis. Edisi 4. Jakarta : Salemba Medika. ISBN: 978-602-7670-27-3; 2013. :5.
38. Nursalam. Konsep & Metode Keperawatan (ed. 2) - Nursalam - Google Buku. Salemba Medika. 2016. p. 55.
39. Cohen S. Skala stres yang diciptakan. 1994;
40. S.Cohen. Cohen Perceived Stress. Volume 24. Issue 24 Pages 2 J Health Soc Behav 1983. Available from: <http://podcast.uctv.tv/webdocumentsSoldenCohenScale.pdf>
41. Ono S. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur SG Posture Evaluation. J Keterampilan Fis. 2020;5(1):55–61.
42. Hidayat AA. Menyusun Instrumen Penelitian \& Uji Validitas-Reliabilitas [Internet]. Health Books Publishing; 2021. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=0dAeEAAAQBAJ>
43. H. Anang Setiana SKMMKM. Riset Terapan Kebidanan ; Buku Lovrinz Publishing [Internet]. LovRinz Publishing; 2021. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=m4sfEAAAQBAJ>
44. Harianto D, M.K (2021) Gambaran Stres Keluarga dalam Merawat Anggota Keluarga yang Menjalani Kemoterapi di Rumah Sakit Tingkat III Baladhika Husada .Volume 2, Jember Jurnal Ilmiah Ners Indonesia.
45. Purnomo F dkk (2020) Hubungan Dukungan Sosial Dengan tingkat Stres Keluarga Dalam Merawat Pasien Skrizofrenia Di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping 2 Vol 8 Issue no 2 Pages 41-47 Journal Ilmu Kesehatan. Available from: <https://bimiki.e-journal.id/bimiki/article/view/127>
46. Ph, Livana dkk (2018) Relaksasi Otot Progresif Menurunkan Stres Keluarga Yang Merawat Pasien Gangguan Jiwa volume 21,Issue 1,Pages 51-59 Journal Keperawatan Indonesia.

47. M. Ismail, M Safrudin (2020) Pengaruh Aromaterapi Lavender dengan Kualitas Tidur Pelaku Rawat (Caregiver) Keluarga dengan Stroke di Wilayah Kerja PUSKESMAS Volume 1 Issue 3 Pages 2020 Sempaja Journals.Umkt,Ac.Id. Available from: <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/download/1179/473>
48. Anak Agung ES, Lesmana Cokorda BJ, IGN B. Prevalensi kualitas tidur pada pendamping pasien (caregiver) di Ruang Mawar RSUP sanglah. *Medicina (B Aires)*. 2020;51(1):50–3.
49. Sanprakhon P, Chaimongkol N, Hengudomsub P. Hubungan antara stres pengasuhan dan kualitas tidur di antara pengasuh keluarga orang dewasa yang lebih tua dengan demensia di Thailand. 2022;8:229–34
50. Tidur Berkualitas dan Kesehatan Psikologis – P2TKP [Internet]. [cited 2022 Jul 26]. Available from: <https://usd.ac.id/pusat/p2tkp/tidur-berkualitas-dan-kesehatan-psikologis/>