

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR
PADA PASIEN KANKER PAYUDARA STADIUM 3-4
DI PUSKESMAS PUCANG SEWU SURABAYA**

SKRIPSI



OLEH:

Victoria Zepa Zada

NRP: 9103012039

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2020**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR
PADA PASIEN KANKER PAYUDARA STADIUM 3-4
DI PUSKESMAS PUCANG SEWU SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Untuk
Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan



OLEH:
Victoria Zepa Zada
NRP: 9103012039

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2020**

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Victoria Zepa Zada

NRP : 9103012039

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul:

“HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR PADA PASIEN KANKER PAYUDRA STADIUM 3-4 DI PUSKESMS PUCANG SEWU SURABAYA”

Benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatasan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, Januari 2020

Yang membuat pernyataan,



Victoria Zepa Zada

**PERNYATAAN PERSETUJUAN
PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas

Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Victoria Zepa Zada

NRP : 9103012039

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya:

Judul :

Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Payudara Stadium 3-4 Di Puskesmas Pucang Sewu Surabaya.

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lainnya (Digital Library Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, Januari 2020
Yang menyatakan

A green revenue stamp with the text "METERAI TEMPEL" at the top, a serial number "DFA80AHF238564297", and the value "6000 ENAM RIBURUPIAH" at the bottom. A handwritten signature is written over the stamp.

Victoria Zepa Zada

HALAMAN PERSETUJUAN


SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR PADA
PASIEN KANKER PAYUDARA STADIUM 3-4 DI PUSKESMAS PUCANG
SEWU SURABAYA

OLEH

Victoria Zepa Zada

NRP: 9103012039

Pembimbing Utama: Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep.,Ns.,M.Kep. ()

Pembimbing Pendamping: Ninda Ayu Prabasari P, S.Kep.,Ns.M.Kep. ()

Surabaya, Januari 2020

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR PADA
PASIEN KANKER PAYUDARA STADIUM 3-4 DI PUSKESMAS PUCANG
SEWU SURABAYA

Skripsi yang ditulis oleh Victoria Zepa Zada NRP. 9103012039 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 23 Januari 2020 dan telah dinyatakan lulus oleh,

Tim Penguji

1. Ketua : Linda Juwita, S.Kep., Ns., M.Kep. (.....)
2. Sekretaris : Natalia Liana Susanti, SKM (.....)
3. Anggota : Yesiana Dwi Wahyu W., S. Kep., Ns. M.Kep. (.....)
4. Anggota : Ninda Ayu Prabasari P., S.Kep., Ns.,M.Kep. (.....)



HALAM PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya Bapak Alm Paulus Ngongo Bora dan Ibu Dorkas Wini Wolla Gole, serta kaka pertama saya Puspa Sianus Beli Bora, kaka kedua saya Nuriani Trisani Ballu, kaka ketiga Oktawijaya Kusuma Kalbu, kaka keempat Berlian Mawu Ate, dan kaka kelima Megawati Mori Umma, serta adik saya Christian Lende Kalli yang selalu memberikan dukungan kepada saya

HALAM MOTTO

Jangan pernah menyerah meraih impian walau rintangan dan cobaan menghampirimu. Jangan pernah putus asa pada sesuatu yang belum pasti semasih ada waktu dan usaha, berjuanglah dengan sekuat tenaga karena pada akhirnya kebahagiaan akan menantimu.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan yang Maha Esa, karena atas berkat dan kasihNya, penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik.

Penyusun skripsi dengan judul “HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR PADA PASIEN KANKER PAYUDRA STADIUM 3-4 DI PUSKESMAS PUCANG SEWU SURABAYA” ini disusun sebagai salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan yang sangat berguna bagi penulis. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. dr. Bonaventura Handoko Daeng, Sp.KJ(K). Selaku dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
2. Ibu Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep.,Ns.,M.Kep. Selaku pembimbing utama yang dengan sabar mendampingi, mencurahkan pikiran, meluangkan waktu, dan tenaga untuk membantu dan mengarahkan penulis dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Ninda Ayu Prabasari P, S.Kep.,Ns.M.Kep. Selaku pembimbing pendamping yang dengan sabar mendampingi, mencurahkan pikiran,

meluangkan waktu, dan tenaga untuk membantu dan mengarahkan penulis dalam penyusunan skripsi ini.

4. Segenap Dosen Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
5. Semua petugas di Puskesmas Pucang Sewu Surabaya yang telah memberikan kesempatan untuk saya melakukan survei awal serta telah memberikan informasi yang saya butuhkan.
6. Responden yang sudah berpartisipasi dalam penelitian ini dalam membantu penulis menyelesaikan skripsi
7. Keluarga tercinta yang selalu memberikan dukungan doa, nasihat-nasihat, motivasi, biaya, serta kasih sayang yang selalu tercurah selama ini.
8. Semua teman-teman kuliah dan kos-kosan yang telah memberikan dukungan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan dan perbaikan skripsi ini.

Tuhan Yesus Memberkati

Surabaya, 21 Januari 2020

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN.....	iii
PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIA	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
HALAMAN MOTTO	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN	xvii
ABSTRAK	xviii
ABSTRACT	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Stres	6
2.1.1 Pengertian stres	6
2.1.2 Penyebab stres	6
2.1.3 Tingkat stres	7
2.1.4 Jenis stres	8
2.1.5 Dampak stres	9

2.1.6	Kategori stressor.....	10
2.1.7	Faktor yang memengaruhi respons terhadap stres	10
2.1.8	Sumber-sumber stres	12
2.1.9	Mekanisme stres secara fisiologis.....	13
2.1.10	Respon stres	13
2.1.11	Faktor yang memengaruhi penilaian terhadap stres.....	14
2.1.12	Pengukuran stres	15
2.2	Konsep Kualitas Tidur	16
2.2.1	Definisi Tidur	16
2.2.2	Tujuan Tidur.....	16
2.2.3	Fisiologi Tidur.....	17
2.2.4	Tahap Tidur.....	19
2.2.5	Pola Tidur.....	22
2.2.6	Kualitas Tidur.....	23
2.2.7	Komponen Kualitas Tidur.....	24
2.2.8	Alat Ukur Kualitas Tidur	25
2.2.9	Faktor-faktor yang Memengaruhi Tidur	25
2.2.10	Masalah-masalah Tidur.....	27
2.3	Konsep Kanker Payudara.....	28
2.3.1	Defenisi Kanker Payudar	28
2.3.2	Jenis-jenis Kaker Payudara	28
2.3.3	Gejala dan Tanda Klinis.....	29
2.3.4	Faktor Resiko Kanker Payudara	30
2.3.5	Penentuan Stadium Kanker Payudara	31
2.3.6	Penatalaksanaan Kanker Payudara	32
 Bab 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS		 35
3.1	Kerangka Konseptual	35
3.2	Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur.....	36
3.3	Hipotesis.....	37
 Bab 4 METODE PENELITIAN		 38
4.1	Desain Penelitian.....	38
4.2	Identifikasi Variabel Penelitian.....	38
4.3	Definisi Operasional Penelitian.....	39
4.4	Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel	40
4.5	Kerangka Kerja Penelitian	42
4.6	Metode Pengumpulan Data	42
4.7	Validitas dan Reabilitas Alat Ukur	45
4.8	Teknik Analisis Data.....	47
4.9	Etika Penelitian	52
 Bab 5 HASIL PENELITIAN		 54
5.1	Karakteristik Lokasi Penelitian	54
5.2	Hasil Penelitian	56
 Bab 6 PEMBAHASAN.....		 63
6.1	Tingkat Stres	63

6.2	Kualitas Tidur.....	65
6.3	Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien kanker Payudara Stadium 3-4	67
Bab 7 KESIMPULAN DAN SARAN		69
7.1	Kesimpulan	69
7.2	Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA		71
LAMPIRAN.....		75
ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN		100

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1. Pola Tidur Normal Berdasarkan Usia	22
Tabel 2.2. Stadium Kanker Payudara.....	32
Tabel 4.1. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	40
Tabel 4.2. Kisi-kisi Kuisisioner Tingkat stres	44
Tabel 4.3. Kisi-kisi Kuisisioner Kualitas Tidur	45
Tabel 5.1 Tabulasi Silang Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Payudara Stadium 3-4.....	61

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Siklus Tidur Yang Normal	22
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Hubungan Tingkat Stres dan Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Payudara Stadium 3-4	36
Gambar 4.1 Kerangka Kerja Penelitian Hubungan Tingkat Stres dan Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Payudara Stadium 3-4	43
Gambar 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Di Puskesmas Pucang Sewu Surabaya Pada Tanggal 18 Desember – 5 Januari 2020..	56
Gambar 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Di Puskesmas Pucang Sewu Surabaya Pada Tanggal 18 Desember – 5 Januari 2020 ..	57
Gambar 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Di Puskesmas Pucang Sewu Surabaya Pada Tanggal 18 Desember– 5 Januari 2020 ...	57
Gambar 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pekawinana Di Puskesmas Pucang Sewu Surabaya Pada Tanggal 18 Desember – 5 Januari 2020	58
Gambar 5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Stadium Kanker Di Puskesmas Pucang Sewu Surabaya Pada Tanggal 18 Desember – 5 Januari 2020	58
Gambar 5.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menderita Kanker Di Puskesmas Pucang Sewu Surabaya Pada Tanggal 18 Desember – 5 Januari 2020	59
Gambar 5.7 Karakteristik Responden Berdasarkan Terapi Yang Dijalankan Di Puskesmas Pucang Sewu Surabaya Pada Tanggal 18 Desember – 5 Januari 2020	59
Gambar 5.8 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Stres Di Puskesmas Pucang Sewu Surabaya Pada Tanggal 18 Desember – 5 Januari 2020	60

Gambar 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Kualitas Tidur Di Puskesmas Pucang Sewu Surabaya Pada Tanggal 18 Desember – 5 Januari 2020	61
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Penjelasan Menjadi Responden.....	75
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden	76
Lampiran 3. Lembar Kuisisioner Data Umum	77
Lampiran 4. Lembar Kuesioner Tingkat Stres	78
Lampiran 5. Lembar Kuesioner Kualitas Tidur	80
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas Kusioner.....	82
Lampiran 7. Hasil Uji Reliabilitas kusioner	86
Lampiran 8. Hasil Uji Hipotesis <i>Rank Sperman</i>	88
Lampiran 9. Rekapitulasi Data Umum Penelitian.....	89
Lampiran 10. Rekapitulasi Nilai Kuesioner	91
Lampiran 11. Surat Pengantar Permohonan Ijin Survei Awal dan Penelitian	95
Lampiran 12. Surat Pengantar Badan Kesatuan Bangsa, Politik, dan Perlindungan Masyarakat.....	96
Lampiran 13. Surat Pengantar Dinas Kesehatan Kota Surabaya	97
Lampiran 14. Surat Keterangan Uji Validitas.....	98
Lampiran 15. Surat Keterangan Penelitian	99

DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN

HALAMAN JUDUL.....	100
HALAMAN PERSETUJUAN.....	101
ABSTRAK	102
<i>ABSTRACT</i>	102
METODE PENELITIAN.....	104
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	105
KESIMPULAN DAN SARAN.....	108
KEPUSTAKAAN	109
BIODATA PENULIS	110

ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR PADA PASIEN KANKER PAYUDARA STADIUM 3-4 DI PUSKESMAS PUCANG SEWU SURABAYA

Oleh: Victoria Zepa Zada

Pasien kanker payudara stadium 3-4 akan menjalani pengobatan medis yang kompleks dalam jangka waktu yang panjang. Efek samping dari pengobatan tersebut menimbulkan dampak pada fisik dan psikologis pada pasien sehingga menimbulkan stres. Stres yang dialami dapat mengakibatkan kualitas tidur terganggu. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada pasien kanker payudara stadium 3-4. Desain penelitian yaitu korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Variabel independen tingkat stres dan variabel dependen kualitas tidur. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien kanker payudara stadium 3-4 di wilayah kerja Puskesmas Pucang Sewu Surabaya sebanyak 32 orang yang semuanya menjadi sampel dengan teknik sampling, *total sampling*. Alat ukur berupa kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS) untuk tingkat stres dan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) untuk kualitas tidur. Uji hipotesis menggunakan *Rank Spearman*, diperoleh nilai $p = 0,003$ berarti ada hubungan signifikan antara tingkat stres dengan kualitas tidur dan koefisien korelasi negatif sebesar 0,502 yang artinya kekuatan sedang dan berlawanan arah, berdasarkan arah tersebut berarti jika tingkat stres berat maka kualitas tidurnya buruk. Terapi pengobatan yang dijalani dan kondisi kanker payudara stadium 3-4 dapat berpengaruh terhadap tingkat stres selanjutnya akan mempengaruhi kualitas tidur. Oleh karena diperlukan pelayanan keperawatan paliatif dengan memberikan *health education* kepada pasien dan keluarga tentang upaya menangani stres dalam memenuhi kualitas tidur yang efektif

Kata Kunci : Tingkat stres, Kualitas tidur, dan Kanker Payudara.

ABSTRACT

RELATIONSHIP OF STRESS LEVEL WITH SLEEP QUALITY IN TIERS BREAST CANCER PATIENTS STAGE 3-4 IN PUSKESMAS PUCANG SEWU SURABAYA

By: Victoria Zepa Zada

Stage 3-4 breast cancer patients will undergo complex medical treatment for a long period of time. Side effects of these treatments have an impact on the physical and psychological in patients, causing stress. Stress experienced can result in disturbed sleep quality. This study aims to analyze the relationship between stress levels and sleep quality in stage 3-4 breast cancer patients. The research design is correlational with cross sectional approach. The independent variable is stress level and the dependent variable is sleep quality. The population in this study were patients with stage 3-4 breast cancer in the working area of Pucang Sewu Health Center Surabaya as many as 32 people, all of whom were sampled by sampling technique, total sampling. Measuring instruments such as the Perceived Stress Scale (PSS) questionnaire for stress levels and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire for sleep quality. Hypothesis testing using the Spearman Rank, obtained $p = 0.003$ means that there is a significant relationship between stress levels and sleep quality and a negative correlation coefficient of 0.502, which means moderate strength and opposite direction, based on the direction means that if the stress level is severe then the quality of sleep is poor. Treatment therapies and conditions of breast cancer stdium 3-4 can affect the level of stress which in turn will affect the quality of sleep. because it requires palliative nursing services by providing health education to patients and families about efforts to deal with stress in meeting effective sleep quality

Keywords: Stress level, Sleep quality, and Breast Cancer