

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS
TIDUR PADA *FAMILY CAREGIVER* PENDERITA
KANKER**

SKRIPSI



OLEH:

Lidya Costansa Wihelmina Oraplawal
NRP: 9103018038

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2022**

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR *FAMILY CAREGIVER* PENDEKITA KANKER

SKRIPSI

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



OLEH

Lidya Costansa Wihelmina Oraplawal
NRP : 9103018038

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2022**

SURAT PERNYATAAN

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Lidya Costansa Wihelmina Oraplawal

NRP : 9103018038

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul:

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR PADA *FAMILY CAREGIVER* PENDERITA KANKER

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 pembatalan kelulusan dan/atau pencebutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya 28 Agustus 2022
Yang Membuat Pernyataan



Lidya. C. W. Oraplawal
NRP. 910301803

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASIH ILMIAH

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas
Katolik Widya Mandala Surabaya

Nama : Lidya Costansa Wihelmina Oraplawal

NRP : 9103018038

Menyetujui skripsi / karya ilmiah:

Judul : **Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada *Family Caregiver* Penderita Kanker**

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 surat pernyataan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenar –
benarnya

Surabaya, 26 Agustus 2022

Yang menyatakan



Lidya Costansa W.O


HALAMAN PERSETUJUAN


SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR PADA *FAMILY CAREGIVER* PENDERITA KANKER

Oleh
Lidya Costansa Wihelmina Oraplawal
9103018038

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penilaian seminar skripsi

1. Pembimbing Utama: Ni Putu Wulan Purnama Sari.,S.Kep.,Ns.,M.Kep ()

2. Pembimbing Pendamping: Made Indra Ayu Astarini.,S.Kep.,Ns.,M.Kep ()





Surabaya, 26 Agustus 2022

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR PADA *FAMILY CAREGIVER* PENDERITA KANKER

Skripsi yang ditulis oleh Lidya Costansa Wihelmina Oraplawal telah diuji dan di setujui tim penguji skripsi pada tanggal : Jumat, 02 September 2022 dan telah dinyatakan lulus oleh

- | | | |
|---------------|--|---|
| 1. Ketua | : Yesiana Dwi Wahyu Werdani S.Kep.,Ns.,M.Kep | () |
| 2. Sekretaris | : Nia Novita Sari,S. Kep., Ns., M.Kes | () |
| 3. Anggota | : Ni Putu Wulan Purnama Sari, S. Kep., Ns., M.Kep. | () |
| 4. Anggota | : Made Indra Ayu Astarini,S.Kep.,Ns.,M.Kep. | () |

Mengesahkan
di
Sekan Fakultas Keperawatan.

Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep.,Ns.,M.Kep.
11.06.0600



HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

Tuhan Yesus yang telah memberikan saya kekuatan, kesehatan, dan berkatnya
dalam setiap langkah hidup saya

Keluarga saya yaitu Almarhum Ayah Saya: Stevenson B Oraplawal, Mama:
Paskalina Rankoli, dan Kaka saya : Marlin Juliet Oraplawal dan keluarga besar
saya.

Dosen Pembimbing, penguji saya yang selalu memberikan saran dan motivasi
kepada saya, dan orang-orang yang mengasihi saya dan membantu saya dalam
penyusunan skripsi ini.

HALAMAN MOTTO

Karena masa depan sungguh ada dan harapan tidak akan hilang

(Amsal 23:18)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis junjatkan kepada Tuhan Yang Maha Kuasa atas Berkat dan Karunia-Nya sehingga penulis yang juga sebagai peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada *Family Caregiver* Penderita Kanker"

Penulis menyadari bahwa tidak dapat menyelesaikan penulis skripsi dengan baik tanpa adanya bimbingan, masukan, saran, bantuan dan motivasi dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Yesiana Dwi Wahyu Werdani. S. Kep., Ns., M.Kep. selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katholik Widya Mandala Surabaya dan selaku penguji utama yang telah sudah memberikan waktu untuk menguji dan saran kepada penulis
2. Ibu Ni Putu Wulan Purnama Sari, S. Kep., Ns., M.Kep. selaku pembimbing satu atas kesabarannya dan kelembutannya dalam membimbing, memberikan masukan, arahan dan motivasinya serta waktunya yang telah diberikan kepada saya selama penyusunan skripsi.
3. Ibu Made Indra Ayu Astarini, S.Kep.,Ns.,M.Kep. selaku pembimbing dua sekaligus Dosen pembimbing akademik yang selalu memberikan masukan, arahan, motivasi, perhatian dan memberikan dorongan.
4. Ibu Nia Novita Sari. S. Kep., Ns., M.Kes. selaku dosen penguji pendamping, atas saran dan masukan yang diberikan
5. Seluruh bapak dan ibu Dosen serta staf Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang memberikan motivasi

6. Semua Petugas Puskesmas Pacar Keling, Puskesmas Pucang Sewu, dan Puskesmas Kedungdoro Surabaya yang telah memberikan kesempatan untuk peneliti dan telah memberikan informasi yang penulis butuhkan
7. Semua responden yang telah berpartisipasi membantu penulis dalam melakukan penelitian.
8. Mama tercinta, saudara kandung, sepupu yang telah memberikan saya kasih sayang, motivasi, semangat dan dukungan baik dalam bentuk moril maupun finansial
9. Teman-teman komunitas *east youth* 118 dan juga Nona Mellanny Udju, Dessy dan Cristin yang selalu memberikan dukungan doa.

Penulis menyadari masih banyak kelemahan dan kekurangan, baik isi maupun tata bahasa dalam penyusunan skripsi ini. Maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca demi kesempurnaan dan perbaikan skripsi ini sehingga dapat memberikan manfaat penelitian ini untuk peneliti selanjutnya

Surabaya, 26 Agustus 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	iii
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI ILMIAH	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
HALAMAN MOTTO	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN	xix
ABSTRAK	xx
ABTRACK	xxi
xvi	
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1. Konsep Stres	6
2.1.1. Definisi Stres	6

2.1.2	Penyebab Stres	6
2.1.3	Tanda dan gejala stres	6
2.1.4	Tahapan-tahapan stres	7
2.1.5	Responden fisiologi terhadap stres.....	9
2.1.6	Faktor-faktor yang mempengaruhi stres	11
2.1.7	Pengukur stres	11
2.2.	Konsep Kualitas Tidur	11
2.2.1	Definisi kualitar tidur	11
2.2.2	Tahapan siklus tidur	12
2.2.3	Mekanismes tidur	13
2.2.4	Faktor-faktor mempengaruhi kualitas tidur	14
2.2.5	Hormon-hormon mempengaruhi kualitas tidur.....	15
2.2.6	Gangguan-gangguan tidur.....	16
2.2.7	Komponen-komponen kualitas tidur.....	17
2.2.8	Pengukur kualitas tidur	18
2.3	Konsep <i>Family Caregiver</i>	19
2.3.1	Definisi Family caregiver.....	19
2.3.2	Jenis.....	19
2.3.3	Jam Perawatan.....	20
2.3.4	Peran <i>caregiver</i>	20
2.3.5	Dampak negativ pada <i>caregiver</i>	21
2.4	Konsep Kanker.....	21
2.4.1	Definisi Kanker	21
2.4.2	Jenis-jenis kanker	21
2.4.3	Jenis kanker berdasarkan organ yang diserang	22
2.4.4	Penyebab kanker	24
2.4.5	Mekanisme kanker	25
2.4.6	Fase - fase kanker	26
2.4.7	Gejala kanker	27
2.4.8	Klasifikasi kanker.....	28
2.4.9	Stadium kanker.....	29
2.4.10	Pemeriksaan Penunjang	29
2.4.11	Pengobatan	31
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAN DAN HIPOTESIS		32
3.1	Kerangka konsep	32
3.2.	Hubungan Tingkat stres dengan Kualitas Tidur Pada Family Caregiver Penderita kanker.....	33
3.3	Hipotesis	34
BAB 4 METODE PENELITIAN		35
4.1.	Desain penelitian.....	35
4.2.	Identifikasi variabel	35
4.2.1	Variabel bebas.....	35
4.2.2	Variabel terikat.....	36
4.3	Definisi operasional	36
4.4	Populasi, sampel dan teknik sampling	36

4.4.1	Populasi	36
4.4.2	Sampel.....	37
4.4.3	Teknik sampling.....	37
4.5	Kerangka kerja	39
4.6	Metode pengumpulan data	40
4.6.1	Pengumpulan data	40
4.7	Instrumen	41
4.7.1	Instrumen tingkat stres	41
4.7.2	Instrumen kualitas tidur.....	42
4.8	Waktu dan lokasi penelitian	43
4.9	Validitas dan realibilitas.....	43
4.9.1	Validitas	43
4.9.1.1	Hasil uji validitas PSS	43
4.9.1.2	Hasil uji validitas PSQI.....	43
4.9.2	Realibilitas	43
4.9.2.1	Hasil uji realibilitas PSS	44
4.9.2.2	Hasil uji reaslibilitas PSQI	44
4.10	Teknik analisa data.....	44
4.10.1	<i>Editing</i>	44
4.10.2	<i>Scoring</i>	44
4.10.3	<i>Coding</i>	47
4.10.4	<i>Tabulating</i>	48
4.10.5	Uji hipotesis	48
4.11	Etika Penelitian	49
4.11.1	Hak Asasi Manusia	49
4.11.1.1	Hak untuk ikut/tidak menjadi responden	49
4.11.1.2	<i>Informend consent</i>	49
4.11.2	Hak Keadilan	50
4.11.2.1	Hak di jaga kerahasiaan	50
4.11.2.2	Tanpa nama	50
BAB 5 HASIL PENELITIAN		51
5.1	Karakteristik lokasi penelitian.....	51
5.1.1	Puskesmas Pacar Keling	51
5.1.2	Puskesmas Pucang Sewu.....	52
5.1.3	Puskesmas Kedungdoro	53
5.2.	Hasil Penelitian	53
5.2.1	Data Umum	53
5.2.2	Data Khusus	58
5.2.3	Hubungan Tingkat Stres dan Kualitas Tidur pada <i>Family Caregiver</i> Penderita Kanker	59
BAB 6 PEMBAHASAAN		61
6.1	Tingkat Stres	61
6.2	Kualitas Tidur.....	63
6.3	Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Pada <i>Family Caregiver</i> Penderita Kanker	64

6.4. Keterbatasan Penelitian	66
BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN	67
7.1 Kesimpulan	67
7.2 Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN.....	75
ARTIKEL	110

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Klasifikasi Tumor	28
Tabel 2.2 Klasifikasi Nodus	28
Tabel 2.3 Klasifikasi Metastasis	28
Tabel 2.4 Stadium Kanker.....	29
Tabel 4.1 Definisi Operasional	36
Tabel 4.2 Kisi – Kisi PSS.....	42
Tabel 4.3 Kisi – Kisi PSQI.....	42
Tabel Penilaian Pertanyaan Negatif	44
Tabel Penilaian Pertanyaan Positif	45
Tabel Kualitas tidur subjektif (Pertanyaan No 8)	45
Tabel LatensiTidur (Pertanyaan No 2 dan 5a)	45
Tabel Durasi Tidur (Pertanyaan No 4).....	46
Tabel Efisiensi Tidur (Pertanyaan No 1,2,3)	46
Tabel Gangguan Selama Tidur (Pertanyaan No 5b-5j).....	46
Tabel Pengguna Obat tidur (Pertanyaan No 6)	47
Tabel Disfungsi Siang Hari (Pertanyaan No 7 dan 9).....	47
Tabel Silang Stres dan Kualitas tidur..... pada <i>family caregiver</i> penderita kanker	59
Tabel Uji Hipotesis	60

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Siklus Tidur	13
Gambar 3.1 Kerangka Konsptual	32
Gambar 4.1 Kerangaka Kerja Penelitian.....	39
Gambar 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Pada Puskesmas Pacar Keling, Pucang Sewu dan Kedungdoro	54
Gambar 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Puskesmas Pacar Keling, Pucang Sewu dan Kedungdoro	55
Gambar 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Pada Puskesmas Pacar Keling, Pucang Sewu dan Kedungdoro	55
Gambar 5.4 Karakteristik Responden Berdarkan Pekerjaan Pada Puskesmas Pacar Keling, Pucang Sewu dan Kedungdoro	55
Gambar 5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Durasi Merawat Per Hari Pada Puskesmas Pacar Keling, Pucang Sewu dan Kedungdoro	56
Gambar 5.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Merawat Dalam Tahun Pada Puskesmas Pacar Keling, Pucang Sewu dan Kedungdoro	56
Gambar 5.7 Karakteristik Responden Berdasarkan Hubungan dengan Penderita Pada Puskesmas Pacar Keling, Pucang Sewu dan Kedungdoro	57
Gambar 5.8 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Menikah Pada Puskesmas Pacar Keling, Pucang Sewu dan Kedungdoro	57

Gambar 5.9
Karakteristik Responden Berdasarkan Bekerja di Luar Rumah Pada Puskesmas
Pacar Keling, Pucang Sewu dan Kedungdoro57

Gambar 5.10
Karakteristik Responden Berdasarkan Jam Bekerja di Luar Rumah di Puskesmas
Pacar Keling, Pucang Sewu dan Kedungdoro58

Gambar 5.11
Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Stres Pada Puskesmas Pacar
Keling, Pucang Sewu dan Kedungdoro59

Gambar 5.12
Karakteristik Responden Berdasarkan Kualitas Tidur Pada Puskesmas Pacar
Keling, Pucang Sewu dan Kedungdoro59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Penjelasan Menjadi Responden	75
Lampiran 2. <i>Informend Consend</i>	77
Lampiran 3. Kuisiener Data Demografi	78
Lampiran 4. Kuisiener PSS.....	79
Lampiran 5. Kuisiener PSQI.....	82
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian	86
Lampiran 7. Hasil Uji Validitas	87
Lampiran 8. Hasil Uji Realibilitas	90
Lampiran 9. Hasil Uji Tabel Silang dan Uji <i>Rank Spearmen</i>	91
Lampiran 10. Karakteristik Responden.....	92
Lampiran 11. Rekapitulasi Data Khusus.....	93
Lampiran 12. Surat Pengantar Ke DPMDPTSP	96
Lampiran 13. Surat Pengantar Ke Dinas Kesehatan	98
Lampiran 14 Surat Pengantar Ke Puskesmas	100
Lampiran 15 Surat Balasan DPMDPTSP	104
Lampiran 16 Surat Balasan Dinas Kesehatan	106
Lampiran 17 Surat Balasan Puskesmas.....	108

DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN

HALAMAN JUDUL.....	111
HALAMAN PERSETUJUAN	112
ABSTRAK	113
<i>ABSTRACT</i>	113
PENDAHULUAN	114
METODE PENELITIAN	116
HASIL DAN PEMBAHASAAN.....	116
KESIMPULAN DAN SARAN.....	120
DAFTAR PUSTAKA	120
BIODATA PENULIS	121

ABSTRAK
HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR PADA
***FAMILY CAREGIVER* PENDERITA KANKER**

Oleh: Lidya Costansa Wihelmina Oraplawal

Tingginya ketergantungan pasien kanker pada pengasuh keluarga menyebabkan pengasuh keluarga melakukan pengasuhan total atau sebagian sehingga pengasuh keluarga merasa terbebani dan mengalami stres. Stres merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas tidur. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat stres dan kualitas tidur pada pengasuh keluarga dengan kanker. Desain penelitian adalah *Cross Sectional*, variabel independen adalah tingkat stres dan variabel dependen adalah kualitas tidur, populasi adalah 149 *family caregiver* penderita kanker di Puskesmas Pacar Keling, Pucang Sewu dan Kedungodoro Surabaya, sampel adalah 32 orang yang memenuhi kriteria inklusi. teknik sampling yang digunakan *Purposive Sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuisioner *Perceived Stress Scale* (PSS) dan kuisioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) yang terbukti valid dan reliabel. Stres pada *family caregiver* adalah stres sedang 17 orang (53%) dengan kualitas tidur baik 29 orang (91%) dan Analisis data menggunakan uji korelasi *Rank Spearman*. Hasil uji hipotesis menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kualitas tidur pada *family caregiver* penderita kanker ($p = 0,032$). Stres akan menurunkan pelepasan *hormone melatonin* sehingga menghambat siklus *Reticular Activating System* (RAS) dan *Bulbar Synchronizing Region* (BSR) pada batang otak sehingga terjadi gangguan irama sirkadian yang menyebabkan gangguan pada kualitas tidur.

Kata Kunci: *Family Caregiver*, Kualitas Tidur, Kanker, Stres

ABSTRACT
THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND SLEEP QUALITY
IN FAMILY CAREGIVERS WITH CANCER PATIENTS

By: Lidya Costansa Wihelmina Oraplawal

The high dependence of cancer patients on family caregivers causes family caregivers to carry out total or partial caregivers so that family caregivers feel burdened and experience stress. Stress is one of the factors that affect sleep quality. This study aims to analyze the relationship between stress levels and sleep quality in 149 family caregivers with cancer. The design of the study was Cross Sectional, the independent variable was stress level and the dependent variable was sleep quality. The population is 149 wick kanker in health Pacar Keling, Pucang Sewu dan Kedungodoro Surabaya . The sample was 32 people who met the inclusion criteria. The sampling technique used by Purposive Sampling. The instruments used were the Perceived Stress Scale (PSS) questionnaire and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire which proved to be valid and reliable. Data analysis using correlation test Rank Spearman. Stress in family caregivers was moderate stress 17 people (53%) with good sleep quality 29 people (91%) and The results of the hypothesis test showed that there was a significant relationship between stress levels and sleep quality in family caregivers with cancer ($p = 0.032$). Stress will reduce the release of the hormone melatonin so that it inhibits the Cycle of Reticular Activating System (RAS) and Bulbar Synchronizing Region (BSR) in the brainstem so that circadian rhythm disturbances occur which cause disturbances in sleep quality.

Keywords: Family Caregiver, Cancer Stress , Sleep Quality