

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PENDERITA ASMA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PAUH KAMBAR

The Relationship between Anxiety Levels and Sleep Quality of Asthma Patients in the Work Area of Pauh Kamar Health Center

Linda Andriani

¹ STIKes Pila Sakti Pariaman

Jl. Diponegoro, Kp. Pd., Pariaman Tengah, Kota Pariaman, Sumatera Barat
25512 HP: 081311331365 Email: lindaandriani1402@gmail.com

ABSTRACT

Asthma is a chronic respiratory disease. This condition is caused by inflammation of the airways that causes bronchial hypersensitivity to stimuli and obstruction of the airways. Based on the WHO report in December 2016, it was recorded that in 2015 as many as 383,000 people died of asthma. Meanwhile, based on the National Basic Health Research report in 2018, the number of asthma patients in Indonesia was 2.4%. Data from the Padang Pariaman District Health Office in 2022 it was found that from 25 health centers in Padang Pariaman Regency, it was found that the highest asthma incidence rate was occupied by the Pauh Kamar Public Health Center with 68 asthma cases with details of 61 people suffering from asthma. adults and 7 suffered by children (age < 12 years). The purpose of this study was to determine the relationship between anxiety levels and sleep quality of asthmatics in the work area of the Pauh Kamar Public Health Center.

This type of analytical descriptive research with a research design using a Cross Sectional approach, this research was conducted in the working area of the Pauh Kamar Public Health Center in August 2021, the population in this study was 61 people, and total sampling was carried out with a sample of 61 respondents. Data collection tools are carried out using questionnaires that are distributed to respondents to be filled in, and data processing is carried out in a computerized system, data analysis using the chi-square test

Based on the results of the study, it was found that most of the respondents (36.1%) had moderate levels of anxiety, most of the respondents had good sleep quality (52.5%), and there was a significant relationship between anxiety levels and sleep quality of patients. asthma in the working area of the Pauh Kamar Public Health Center (p value = 0.000 < 0.05)

Respondents are expected to find out more about how to deal with asthma so that by increasing the knowledge of respondents, they can suppress their anxiety so that they do not disturb the mind which has an impact on sleep patterns at night. This information can be obtained from health service counseling and mass media such as books, magazines, and the internet.

ABSTRAK

Asma merupakan penyakit pada saluran pernafasan yang bersifat kronis. Kondisi ini disebabkan oleh peradangan saluran pernafasan yang menyebabkan hipersensitivitas bronkus terhadap rangsang dan obstruksi pada jalan nafas. Berdasarkan laporan WHO Desember 2016, tercatat pada tahun 2015 sebanyak 383.000 orang meninggal karena asma. Sedangkan berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar Nasional pada tahun 2018 jumlah pasien asma di Indonesia sebesar 2,4 %. data Dinas Kesehatan Kabupaten Padang Pariaman tahun 2022 di dapatkan bahwa dari 25 puskesmas yang ada di Kabupaten Padang Pariaman didapatkan bahwa angka kejadian asma tertinggi perpuskesmas di duduki oleh puskesmas Pauh Kamar dengan jumlah kasus asma sebanyak 68 orang dengan rincian 61 orang penyakit asma yang di derita orang dewasa dan 7 orang diderita oleh anak-anak (usia < 12 tahun). Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma di wilayah kerja puskesmas pauh kamar.

Jenis penelitian *deskriptif analitik* dengan desain penelitian menggunakan pendekatan *Cross Sectional*, penelitian ini di lakukan di wilayah kerja puskesmas pauh kamar pada bulan Agustus 2021, populasi dalam

penelitian ini sebanyak 61 orang, dan pengambilan sampel di lakukan secara *total sampling* dengan jumlah sampel 61 responden. Alat pengumpulan data di lakukan dengan menggunakan kuesioner yang di bagikan kepada responden untuk di isi, dan pengolahan data dilakukan secara sistem komputerisasi, analisis data menggunakan uji chi-square.

Berdasarkan hasil penelitian yang di peroleh bahwa Sebagian besar dari responden (36,1%) memiliki tingkat kecemasan sedang, Sebagian besar dari responden memiliki kualitas tidur yang baik (52,5%), dan Adanya hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma di wilayah kerja puskesmas pauh kamar ($p \text{ value} = 0.000 < 0.05$).

Kepada responden diharapkan lebih mencari tahu lagi tentang bagaimana cara menangani penyakit asma sehingga dengan meningkatkan pengetahuan responden dapat menekan rasa cemas yang dimiliki sehingga tidak mengganggu pikiran yang berdampak terhadap pola tidur dimalam hari. Informasi ini bisa didapatkan dari penyuluhan pelayanan kesehatan dan media masa seperti buku, majalah, dan internet.

Kata Kunci: *Tingkat Kecemasan, Kualitas Tidur*

PENDAHULUAN

Asma merupakan masalah kesehatan yang banyak ditemukan di masyarakat dan memiliki angka kesakitan dan kematian yang tinggi. Asma tidak hanya menyerang anak-anak melainkan seluruh kelompok usia. Saat ini diperkirakan sebanyak 235 juta orang menderita asma didunia dan diperkirakan akan terus meningkat hingga 400 juta pada tahun 2025 (GINA, 2018).

Berdasarkan laporan WHO Desember 2016, tercatat pada tahun 2015 sebanyak 383.000 orang meninggal karena asma. Sedangkan berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar Nasional pada tahun 2018 jumlah pasien asma di Indonesia sebesar 2,4 % (Balitbangkes 2018).

Asma dapat bersifat menetap dan

mengganggu aktivitas bahkan dapat menyebabkan kehilangan hari-hari sekolah dan hari kerja produktif, yang berarti juga berdampak pada menurunnya aktivitas sosial seseorang bahkan berpotensi mengganggu pertumbuhan dan perkembangan seseorang, pada beberapa kasus asma juga dapat menyebabkan kematian (Depkes, 2015).

Terjadinya peradangan Asma dapat disebabkan oleh alergi terhadap sesuatu, seperti udara dingin atau panas, asap, debu, bulu, atau karena gangguan psikis, alergi ini biasanya bersifat menurun atau faktor gen (Surtiretna, 2013). Penyebab pencetus asma yaitu alergen, stres, lingkungan kerja, perubahan cuaca, dan infeksi saluran napas. Stres atau gangguan emosi dapat menjadi pencetus asma pada beberapa individu,

selain itu juga bisa memperberat serangan asma yang sudah ada. Salah satu respon terhadap stress adalah cemas. (Hostiadi, 2015)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Merry Tyas Anggraini (2018) tentang tingkat kecemasan mempengaruhi kualitas tidur pada penderita asma bronchial usia lanjut, dimana didapatkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan terhadap kualitas tidur yaitu $p\text{-value} = 0.01 < 0.05$, dan juga hasil penelitian yang dilakukan oleh Sri Satiti Budayani (2020) tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma di RSUD Kabupaten Karanganyar juga menunjukkan hasil yang sama, dimana diketahui bahwa adanya hubungan antara tingkat kecemasan terhadap kualitas tidur penderita asma ($p=0,000 < 0,05$).

Riskesdas nasional tahun 2018 menyatakan bahwa angka kejadian asma di Sumatera Barat adalah 2,7%. Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat

menyatakan bahwa pada tahun 2017 jumlah penderita asma yang ditemukan sebesar 3,58%. Jumlah kunjungan penderita asma di seluruh rumah sakit dan puskesmas di Sumatera Barat sebesar 12.456 kali di tahun 2015. Data dari Profil Kesehatan Dinas Kesehatan provinsi Sumatera Barat penyakit asma termasuk ke dalam daftar 10 penyebab kematian terbanyak di kota / kabupaten tahun 2015, dengan angka kematian 71 orang perempuan dan 20 orang laki-laki, terlihat bahwa angka kejadian asma di Indonesia khususnya di Sumatera Barat masih tinggi dan perlu mendapatkan penanganan yang signifikan agar penderita asma mampu memiliki kualitas hidup yang baik.

Hasil pengambilan data Dinas Kesehatan Kabupaten Padang Pariaman tahun 2021 di dapatkan bahwa dari 25 puskesmas yang ada di Kabupaten Padang Pariaman didapatkan bahwa angka kejadian asma tertinggi perpuskesmas di duduki oleh puskesmas Pauh Kamar dengan jumlah kasus asma sebanyak 68 penderita dengan

total kunjungan ke puskesmas sebanyak 467 kunjungan pada tahun 2021

Dari hasil observasi dan wawancara yang peneliti lakukan selama 3 hari di puskesmas Pauh Kamar didapatkan data bahwa dari 5 orang yang diwawancarai tersebut, 4 orang mengaku susah tidur di saat malam hari. Saat ditanya lebih jauh kenapa mengalami susah tidur dimalam hari mereka menjawab bahwa sesak mereka sering kambuh dimalam hari, hal ini dikarenakan pengaruh cuaca yang mereka rasakan, dikarenakan malam hari yang terasa dingin sering membuat asma mereka kambuh. Selain itu, jika sesak mereka kambuh dimalam hari maka pelayanan kesehatan yang bisa mereka gunakan adalah rumah sakit, dan jarak rumah sakit yang jauh dari tempat tinggal mereka membuat mereka sering memikirkan hal tersebut yang bakal terjadi. Inilah yang membuat gangguan pada pikiran mereka sehingga membuat mereka

cemas dan susah untuk tidur dimalam hari.

Dari latar belakang inilah maka penulis tertarik untuk mengetahui lebih jauh tentang “hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma di wilayah kerja puskesmas pauh kamar

METODOLOGI

Jenis penelitian *deskriptif analitik* dengan desain penelitian menggunakan pendekatan *Cross Sectional*, penelitian ini di lakukan di wilayah kerja puskesmas pauh kamar pada bulan agustus 2022, populasi dalam penelitian ini sebanyak 61 orang, dan pengambilan sampel di lakukan secara *total sampling* dengan jumlah sampel 61 responden. Alat pengumpulan data di lakukan dengan menggunakan kuesioner analisis data menggunakan uji chi-square

Analisa data menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square*. Untuk melihat kemaknaan perhitungan statistik digunakan batas kemaknaan 0,05 sehingga jika nilai $P \leq 0,05$ maka secara statistik disebut bermakna, jika $P > 0,05$ maka hasil hitung tersebut tidak bermakna.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisa Univariat

1. Gambaran Tingkat Kecemasan

Tabel. 1.1
Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Penderita Asma di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kamar

Tingkat Kecemasan	f	%
Tidak ada kecemasan	15	24,6
Kecemasan ringan	20	32,8
Kecemasan sedang	22	36,1
Kecemasan berat	4	6,6
Jumlah	61	100

Berdasarkan tabel 1.1 dapat diketahui bahwa hampir setengah dari responden (36,1%) memiliki tingkat kecemasan sedang.

2. Gambaran Kualitas Tidur

Tabel. 1.2
Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Penderita Asma di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kamar

Kualitas Tidur	f	%
Baik	32	52,5
Buruk	29	47,5
Jumlah	61	100

Berdasarkan tabel 1.2 dapat diketahui bahwa Sebagian besar dari responden memiliki kualitas tidur yang baik (52,5%).

B. Analisa bivariat

Merupakan teknik analisa data untuk mengetahui hubungan antara dua variable yang telah diketahui karakteristik masing-masingnya dengan menggunakan prosedur pengujian statistik uji hipotesa dengan menggunakan analisis uji *chi-Square*. Dalam hal ini

untuk melihat hubungan tersebut dilakukan statistic dengan derajat kepercayaan (α) 0.05%. Jika probabilitas hasil uji chi-square p value ≤ 0.05 maka dikatakan ada hubungan dan demikian pula sebaliknya bila p value > 0.05 maka dikatakan tidak ada hubungan. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel dibawah :

Tabel. 1.3
Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Penderita Asma di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kamar

Tingkat Kecemasan	Kualitas Tidur				Total		p value
	Baik		Buruk		n	%	
	n	%	n	%	n	%	0.000
Tidak ada kecemasan	15	100	0	0	15	100	
Kecemasan Ringan	14	70	6	30	20	100	
Kecemasan Sedang	3	13,6	1	9	4	100	
Kecemasan Berat	0	0	4	100	4	100	
Jumlah	32	52	2	47,5	61	100	

Berdasarkan Tabel 1.3 atas dapat di ketahui bahwa responden yang tidak ada memiliki kecemasan, keseluruhannya memiliki kualitas tidur yang baik (100%) dan dan begitupun sebaliknya dimana responden yang memiliki tingkat kecemasan yang berat umumnya memiliki kualitas tidur yang buruk (100%).

Dari hasil uji chi-square yang telah dilakukan didapatkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan kualitas

tidur penderita asma di wilayah kerja puskesmas pauh kamar (p value = 0.000 < 0.05)

PEMBAHASAN

Analisa Univariante

1. Tingkat Kecemasan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan tentang gambaran tingkat kecemasan responden di wilayah kerja puskesmas pauh kamar diketahui bahwa sebagian besar dari responden (36,1%) memiliki tingkat kecemasan sedang.

Ansietas atau kecemasan adalah suatu perasaan takut yang tidak menyenangkan dan tidak dapat dibenarkan yang sering disertai dengan gejala fisiologis, sedangkan pada gangguan ansietas terkandung unsure penderitaan yang bermakna dan gangguan fungsi yang disebabkan oleh kecemasan tersebut (Richard, 2013). Sedangkan coping adalah (tingkah laku atau tindakan penanggulangan) sembarang perbuatan, dalam mana individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya dengan tujuan menyelesaikan sesuatu (Chaplin, 2009).

Kecemasan merupakan suatu kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya (Asmiadi, 2008). Sumber lain mengatakan bahwa kecemasan merupakan respon individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kehidupan sehari-hari (Suliswati, 2005).

Dalam penelitian ini didapatkan bahwa tingkat kecemasan yang dimiliki responden

banyak yang memiliki tingkat kecemasan sedang (36,1%). Hal ini menggambarkan bahwa responden yang menderita asma pada umumnya memiliki rasa cemas terhadap penyakitnya. Jika kita gabungkan rasa cemas yang dimiliki oleh responden, jumlah responden yang memiliki rasa cemas sebanyak 46 responden (75,4%) dibandingkan dengan responden yang tidak memiliki rasa cemas (24,6%). Rasa cemas yang dimiliki oleh responden bisa dikatakan sangatlah lazim dikarenakan penyakit yang mereka derita membuat mereka susah untuk bernafas jika serangan asma terjadi. Dimana asma biasanya sering muncul di saat malam hari, hal ini dikarenakan cuaca pada malam hari terasa dingin apalagi disertai dengan hujan yang turun, hal inilah yang memicu kekambuhan pada penderita asma. Ditambah dengan fasilitas kesehatan seperti puskesmas yang tutup dan persediaan obat-obatan yang habis atau tidak ada dirumah, serta jarak rumah sakit yang jauh membuat responden merasa cemas dengan kondisinya apabila tidak segera mendapat pertolongan.

Hasil Penelitian ini sama dengan yang dilakukan Sri Satiti Budayani (2015), tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma di RSUD kabupaten karanganyar, dimana tingkat kecemasan dirasakan responden paling banyak memiliki

kecemasan sedang (63%). Selain itu hasil penelitian yang dilakukan oleh Siti Syamsiah (2019) tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma di Paviliun Cempaka RSUD Kabupaten Jombang juga mendapatkan hasil yang sama yaitu dimana hampir setengah responden (47%) memiliki kecemasan sedang.

2. Kualitas Tidur

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan tentang gambaran Kualitas tidur responden di wilayah kerja Puskesmas Pauh Kamar diketahui bahwa sebagian besar dari responden (52,5%) memiliki kualitas tidur yang baik.

Tidur diartikan sebagai suatu keadaan dimana seseorang berada dalam kondisi bawah sadar, akan tetapi masih dapat dibangunkan dengan pemberian rangsangan sensorik ataupun dengan rangsang yang lainnya. Definisi ini harus dibedakan dengan koma, yang merupakan keadaan bawah sadar tetapi tidak dapat dibangunkan dengan pemberian rangsang (Guyton dan Hall, 2012).

Fisiologi tidur merupakan pengaturan kegiatan yang melibatkan mekanisme serebral. Seseorang dapat tidur karena aktifnya sistem retikularis, yaitu sistem yang mengatur seluruh kegiatan susunan saraf pusat termasuk pengaturan kewaspadaan dan tidur terdapat dalam mesensefalon dan bagian atas pons. Pada saat tidur terjadi pengeluaran

serotonin dari sel yang berada di pons dan batang otak tengah yaitu *bulbar synchronizing regional (BSR)*. Serotonin merupakan sebuah neurotransmitter yang membuat seseorang dapat merasakan kantuk (Uliyah & Hidayat, 2008).

Dalam penelitian ini didapatkan bahwa kualitas tidur responden banyak yang memiliki kualitas tidur yang baik (52,5%), ini menggambarkan bahwa responden banyak yang mendapatkan kecukupan untuk istirahat. Jika responden mendapatkan kecukupan terhadap istirahat maka responden akan terhindar dari berbagai macam hal yang dapat memperburuk keadaan responden seperti stres, kurang gairah atau kurang bugar, hingga munculnya penyakit lainnya. Banyaknya responden yang memiliki kualitas tidur yang baik dalam penelitian ini bisa dikarenakan pengetahuan responden yang cukup dalam menyikapi penyakit asma tersebut, seperti sudah siap dengan persediaan obat-obatan jika asma menyerang. Selain itu pengetahuan yang cukup yang dibekali oleh petugas kesehatan baik dari Puskesmas maupun rumah sakit terhadap penyakitnya bisa membuat responden merasa tenang saat terjadinya serangan pada asma.

Hasil Penelitian ini sama dengan yang dilakukan Sri Satiti Budayani (2015), tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma di RSUD Kabupaten Karanganyar, dimana kualitas tidur penderita asma banyak yang

memiliki kualitas tidur yang baik yaitu (68%). Selain itu hasil penelitian yang dilakukan oleh Siti Syamsiah (2019) tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma di Paviliun Cempaka RSUD Kabupaten Jombang juga mendapatkan hasil yang sama yaitu hampir keseluruhan responden (93%) memiliki kualitas tidur yang buruk.

Analisa bivariat

Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Penderita Asma di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kamar

Hasil dari analisa yang dilakukan diketahui bahwa bahwa responden yang tidak ada memiliki kecemasan, keseluruhannya memiliki kualitas tidur yang baik (100%) dan begitupun sebaliknya dimana responden yang memiliki tingkat kecemasan yang berat umumnya memiliki kualitas tidur yang buruk (100%). Dari hasil uji chi-square yang telah dilakukan didapatkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma di wilayah kerja puskesmas pauh kamar tahun 2021 ($p \text{ value} = 0.000 < 0.05$)

Asma merupakan penyakit pada saluran pernafasan yang bersifat kronis. Kondisi ini disebabkan oleh peradangan saluran pernafasan yang menyebabkan hipersensitivitas bronkus terhadap rangsang dan obstruksi pada jalan nafas. Gejala klinis dari penyakit asma yang biasanya muncul berupa mengi (*Wheezing*), sesak nafas, sesak dada dan batuk yang bervariasi dari waktu ke waktu dengan

keterbatasan aliran udara ekspirasi. Gejala-gejala tersebut biasanya akan memburuk pada malam hari, terpapar allergen (seperti debu, asap rokok dan udara dingin) atau saat sedang mengalami sakit seperti demam (GINA, 2018).

Terjadinya peradangan Asma dapat disebabkan oleh alergi terhadap sesuatu, seperti udara dingin atau panas, asap, debu, bulu, atau karena gangguan psikis, alergi ini biasanya bersifat menurun atau faktor gen (Surtiretna, 2013). Penyebab pencetus asma yaitu allergen, stres, lingkungan kerja, perubahan cuaca, dan infeksi saluran napas. Stres atau gangguan emosi dapat menjadi pencetus asma pada beberapa individu, selain itu juga bisa memperberat serangan asma yang sudah ada. Salah satu respon terhadap stress adalah cemas. (Hostiadi, 2015)

Kecemasan yang terjadi akan direspon secara spesifik dan berbeda setiap individu. Hal ini salah satunya dipengaruhi oleh faktor, yaitu status kesehatan. Jika status kesehatan buruk, energi yang digunakan untuk menangani stimulus lingkungan kurang akan dapat mempengaruhi terhadap stressor (Carpenito, 2010).

Keadaan sakit sering kali terjadi dua hal yang berlawanan, disatu sisi individu yang sakit mengalami peningkatan kebutuhan tidur. Sementara disisi yang lain pola tidur seseorang dapat dengan mudah berubah atau mengalami gangguan pola tidur sebagai akibat kecemasan dari kondisi sakit (Potter&Perry, 2013).

Dalam penelitian ini diketahui bahwa tingkat kecemasan yang dimiliki oleh responden tampaknya cukup mempengaruhi kualitas tidur yang dialami oleh responden. Hal ini terlihat jelas dimana responden responden yang tidak ada memiliki kecemasan, keseluruhannya memiliki kualitas tidur yang baik (100%) dan begitupun sebaliknya dimana responden yang memiliki tingkat kecemasan yang berat umumnya memiliki kualitas tidur yang buruk (100%). Hal ini dikarenakan rasa cemas yang dimiliki oleh responden membuat responden mengalami gangguan terhadap pola tidur. Ini bisa dikarenakan kurangnya pengetahuan responden terhadap asma dan cara penanganan asma jika terjadi suatu serangan ditambah tidak tersedianya obat-obat *emergency* untuk asma sehingga munculah rasa cemas yang berdampak terhadap stress sehingga mempengaruhi kualitas tidur responden. Namun ada juga responden yang memiliki rasa cemas, baik itu cemas ringan ataupun sedang namun memiliki kualitas tidur yang baik, hal ini bisa dikarenakan faktor lain yang membuat responden dapat mengelola rasa cemas mereka sehingga kebutuhan tidur mereka selalu dapat terpenuhi, hal ini bisa disebabkan penggunaan obat tidur, dan kelelahan responden dalam beraktivitas sehari-hari membuat responden mudah untuk tertidur.

Hasil Penelitian ini sama dengan yang dilakukan Sri Satiti Budayani (2015), tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma di RSUD kabupaten Karanganyar,

dimana adanya hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pasien asma ($p \text{ value} = 0.000 < 0.05$). Serta hasil penelitian yang dilakukan oleh Siti Syamsiah (2019) tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma di paviliun Cempaka RSUD Kabupaten Jombang juga mendapatkan hasil yang sama yaitu adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma ($p \text{ value} = 0.009, 0.05$).

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma di wilayah kerja Puskesmas Pauh Kamar tahun 2021 dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian besar dari responden (36,1%) memiliki tingkat kecemasan sedang.
2. Sebagian besar dari responden memiliki kualitas tidur yang baik (52,5%).
3. Adanya hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma di wilayah kerja Puskesmas Pauh Kamar tahun 2021 ($p \text{ value} = 0.000 < 0.05$).

REKOMENDASI

Kepada Puskesmas Pauh Kamar agar dapat meningkatkan informasi tentang penyakit khususnya asma bronchial yang diderita oleh pasien. agar pasien dapat mengerti bagaimana cara melakukan penanganan pertama disaat asma menyerang. Sehingga pasien tidak merasa khawatir jika serangan asma terjadi.

DAFTAR PUSTAKA

- Balitbangkes 2018. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Brunner, & Suddarth, 2011. *Keperawatan Medikal Bedah (12th ed.)*. Jakarta: Kedokteran EGC
- Chen, et al, 2014. *Graphene Oxide: Preparation, Functionalization, and Electrochemical Application*. *Chemical Review*, 112, 6027-6053
- Depkes RI, 2015. *Pharmaceutical Care Untuk Penyakit Asma*. Jakarta: Depkes RI.
- Dinkes Kabupaten Padang Pariaman, 2021. *Data PTM Bulan Januari s/d Desember 2020*.
- Gina, 2018. *Global Strategy for Asthma Management and Prevention (2018 update)*. <http://ginasthma.org> – Diakses pada tanggal 6 April 2021 jam 12.30 Wib.
- GINA, 2017. *Global Strategy for Asthma Management and Prevention, Report*. http://ginasthma.org/wp-content/uploads/2017/01/GINA_Report_2017.pdf. diakses pada tanggal 6 April 2021 jam 12.45 Wib
- Ghofur, A, 2016. *Dokumentasi Keperawatan*. Jakarta Selatan
- Guyton, John E. Hall. 2012. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 12*. Jakarta : EGC
- Haq, Rosma Karinna, 2010. *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Serangan Asma Pada Penderita Asma Bronkial di BP4 Semarang*. *Jurnal KesMaDaSka*.
- Hostiadi (2015). *Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan Frekuensi Kekambuhan Keluhan Sesak Napas pada Pasien Asma Bronkial di SMF Paru RSD DR.Soebandi Jember*. *Fakultas Kedokteran Universitas Jember, Jember*
- Masriadi, 2016. *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Trans Info Media
- Merry Tyas Anggraini, 2014. *Tingkat Kecemasan Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Penderita Asma Bronchial Usia Lanjut*. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/kedokteran/article/view/2560/2410>
- Notoatmodjo, 2014. *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam, 2013. *Manajemen Keperawatan: Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional*. Edisi 3. Jakarta: Salemba Medika
- Nugroho, T & Putri T.B (Eds). 2016. *Teori Asuhan Keperawatan Gawat Darurat*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Potter, A & Perry, A 2013, *Buku ajar fundamental keperawatan; konsep, proses, dan praktik, vol.2, edisi keempat*, EGC, Jakarta.
- Richard, Dkk, 2013. *Psikologi Abnormal*. Jakarta : Salemba Humanika
- Surtiretna. 2013. *Mengenal Sistem Pernapasan*. Bandung : Kiblat Buku Utama
- Sri Satiti Budayani, 2015. *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Penderita Asma di RSUD Kabupaten Karanganyar*. <https://docplayer.info/36416174-Hubungan-tingkat-kecemasan-dengan-kualitas-tidur-penderita-asma-di-rsud-kabupaten-karanganyar.html>
- Sherwood L, 2012. *Fisiologi manusia dari sel ke sistem*. 6th ed. Jakarta: EGC

