

**HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN KUALITAS TIDUR
PADA PASIEN KANKER PAYUDARA STADIUM 3
DI RSU ROYAL PRIMA MEDAN
TAHUN 2021**

ABSTRAK

Kanker payudara merupakan perubahan genetik pada sel tunggal dan mungkin memerlukan waktu beberapa hari untuk dapat terpalpasi. Pasien penderita kanker payudara dapat mengalami stress akibat penyakit yang diderita dan berdampak kepada terjadinya penurunan kualitas tidur. Stress terjadi jika seseorang dihadapkan dengan peristiwa yang mereka rasakan sebagai mengancam kesehatan fisik maupun psikologisnya. Kualitas tidur merupakan kepuasan individu terhadap tidur, yang ditentukan dari bagaimana seseorang mempersiapkan pola tidur. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stress dengan kualitas tidur pada pasien kanker payudara stadium 3 di RSU Royal Prima Medan. Penelitian menggunakan metode desain deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*, sampel dalam penelitian ini berjumlah 16 orang. Metode pengambilan data menggunakan Accidental sampling. Pengambilan data menggunakan lembar kuesioner. Hasil penelitian Menggunakan uji Wilcoxon memperlihatkan nilai $Z = -3,207$ maka $p\text{ value}$ sebanyak $0,001 < 0,05$. Kesimpulan dalam penelitian ini adanya hubungan tingkat stress dengan kualitas tidur pada pasien kanker payudara stadium 3 di RSU Royal Prima Medan.

Kata Kunci: Kanker payudara, Tingkat Nyeri, Kualitas Tidur

ABSTRACT

Breast cancer is a genetic change in a single cell and may take several days to palpate. Patients with breast cancer can experience stress due to their illness and have an impact on the decrease in sleep quality. Stress occurs when a person is faced with events that they feel threaten their physical or psychological health. Sleep quality is an individual's satisfaction with sleep, which is determined by how a person prepares sleep patterns. This study aims to determine the relationship between stress levels and sleep quality in stage 3 breast cancer patients at Royal Prima Medan Hospital. This study used a descriptive design method with a cross sectional approach, the sample in this study amounted to 16 people. The data collection method uses Accidental sampling. Retrieval of data using a questionnaire sheet. The results of the study using the Wilcoxon test showed that the value of $Z = -3.207$, then the $p\text{ value}$ was $0.001 < 0.05$. The conclusion in this study is that there is a relationship between stress levels and sleep quality in stage 3 breast cancer patients at Royal Prima Medan Hospital.

Keywords: Breast cancer, pain level, sleep quality

1. PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan suatu penyakit ganas pada jaringan payudara yang berasal dari epitel duktus maupun lobusnya, dan merupakan salah satu jenis kanker terbanyak di Indonesia (Komisi Penanggulangan Kanker Nasional [KPKN]. 2017). Kanker dapat tumbuh didalam kelenjar susu, saluran susu, jaringan lemak maupun jaringan ikat pada payudara. Kanker payudara terjadi akibat hasil disfungsi Deoxyribo Nucleic Acid (DNA) sehingga menyebabkan pertumbuhan sel meningkat secara signifikan dan terjadinya proliferasi (Dewi et al, 2018).

Berdasarkan WHO kanker merupakan penyebab utama kematian kedua didunia setelah penyakit Kardiovaskular dan menyumbang 9,6 juta kematian pada tahun 2018 (World Health Organization, 2018). Direktur Jenderal Pencegahan dan Pengendalian kementerian kesehatan Republik Indonesia melaporkan pada tahun 2017 telah terdeteksi 3,1 juta perempuan yang mengalami kanker payudara (Kemenkes RI, 2018).

Data International Agency for Research on Cancer (IARC) terdapat jumlah sebanyak 14.067.894 pada kasus baru dan sebanyak 8.201.575 jumlah kematian di dunia, tahun 2018 naik lagi menjadi 18,1 juta kasus baru dan 9,6 juta kematian di dunia. Prevelensi kanker tertinggi di Indonesia yaitu Kanker Payudara 42,1 per mil atau sekitar 37,792 orang (Indonesia, 2018). Persentase kasus kanker tertinggi yaitu kendal 50,62%, diikuti kota semarang 13,33%. Insiden kanker payudara dan leher rahim di Jawa Tengah pada tahun

2017 sejumlah 75.690 wanita usia subur 1,62 % perempuan usia 30-5- tahun (Jateng, 2017).

Insomnia merupakan salah satu gangguan tidur yang paling sering dikeluhkan oleh pasien kanker payudara. Insomnia juga dapat disebut kesulitan memulai tidur, kesulitan mempertahankan tidur, maupun terbangun terlalu cepat di pagi hari. Gangguan ini dapat menyebabkan ketidakpuasan terhadap kuantita atau kualitas tidur dan dapat bersifat sementara maupun menetap (Sadock, Samoon & Sadock, 2019).

Gangguan tidur merupakan masalah fisik yang diakibatkan oleh penyakit kanker payudara. Kondisi tersebut didapatkan bahwa istirahat pasien terganggu sehingga mengakibatkan kualitas tidur pasien menjadi buruk. Penyebab hal tersebut yaitu rasa sakit yang diakibatkan pembedahan, radioterapi, sehingga pasien mengalami kelelahan, nyeri, dan stres psikologis (Alifiyanti et al, 2017).

Beberapa penatalaksanaan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien kanker payudara yang sedang menjalani kemoterapi seperti terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi farmakologi merupakan terapi yang digunakan dengan mengkonsumsi obat-obatan. Namun pemakaian obat-obatan yang berlebihan dapat menimbulkan efek samping seperti kecanduan atau overdosis. Sedangkan terapi non farmakologi yaitu seperti terapi musik, massage, terapi perilaku kognitif, dan terapi aktifitas fisik (Subcandi, 2017).

Masalah psikologis yang muncul pada penyakit kanker payudara yaitu kecemasan, depresi dan stres. Penderita kanker payudara mengalami stres sebanyak 28,8%, disebabkan karena diantui dengan gambaran kematian, adanya rasa takut terhadap dampak pengobatan. Stres juga dapat mempengaruhi persyarafan dan pengeluaran hormon sehingga berdampak terhadap penurunan produksi antibodi. Stres yang dialami oleh penderita kanker payudara dimanifestasikan secara langsung melalui perubahan fisiologis dan psikologis. Jika gejala stres tidak langsung ditangani dengan baik pada penderita kanker payudara, maka stres dapat terus-menerus dan dapat mengakibatkan gangguan depresi (Putri, 2018). Penderita kanker payudara mengalami stres dikarenakan kondisi sakit yang dialami pasien terutama pada rasa nyeri serta pasien merasa bosan karena rawat inap cenderung dengan aktivitas menonton. Stres yang timbul pada pasien kanker payudara dapat terjadi baik secara fisik maupun psikososial seperti, adanya komplikasi dari perawatan medis, timbulnya rasa kekhawatiran menjadi orang yang tidak berguna dan juga menjadi beban ekonomi terhadap biaya pengobatan (Pratiti, 2017).

Berdasarkan dari hasil penelitian, menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara strategi penangan stres dengan kesejahteraan psikologis pada pasien kanker payudara, dan ada perbedaan strategi penanganan stres pada pasien kanker payudara yang menjalani

radioterapi. Pasien yang mengalami kanker payudara akan menjalani terapi pengobatan yang banyak dan dalam waktu yang panjang sehingga dapat mempengaruhi fisik dan psikologis pasien, dari dampak tersebut pasien akan mengalami stres yang berkepanjangan serta mengakibatkan kualitas tidur pasien menurun, sehingga solusinya yaitu dengan mengatasi stres pada pasien kanker payudara dan mencegah terjadinya gangguan kualitas tidur pada pasien.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk mengetahui Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Payudara Stadium 3 di RSUD Royal Prima Medan.

2. METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian dilakukan dengan menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini adalah untuk melihat hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada pasien kanker payudara stadium 3 di RSUD Royal Prima Medan

Lokasi penelitian ini dilakukan di RSUD Royal Prima Medan. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada bulan Februari 2021.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien kanker payudara stadium 3 di RSUD Royal Prima Medan yang berjumlah 31 orang.

Sampel dalam penelitian ini adalah keseluruhan populasi sehingga teknik pengampilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik sensus yaitu keseluruhan populasi dijadikan sebagai sampel yang berjumlah 31 orang.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini memakai lembar kuesioner tingkat stress. Etika dalam penelitian ini dilaksanakan dengan memberikan perlindungan atas responden yang menjadi subjek penelitian melalui *Informed consent* (lembar persetujuan menjadi responden), *Anonymity* (tanpa nama), *Confidentialty* (kerahasiaan). Defenisi operasional adalah mendefenisikan variabel secara operasional berdasarkan

karakteristik yang diamati, sehingga memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek dan fenomena. Variabel adalah sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat atau ukuran yang dimiliki atau didapat oleh satuan penelitian tentang suatu konsep pengertian tertentu (Nursalam, 2011). Defenisi operasional dalam penelitian ini adalah seperti pada tabel berikut:

Tabel 3.1 Defenisi Operasional

Variabel	Defenisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Skala data	Hasil
<u>Independen</u> Tingkat stress	Stres merupakan suatu bentuk gangguan emosi yang disebabkan adanya tekanan yang tidak dapat diatasi oleh individu	Tujuh belas item pernyataan	<i>Depression Anxiety Stress Scale (DASS)</i>	Interval	1. Nilai 0-22 stres ringan 2. Nilai 23-45 dikategorikan sebagai stress sedang 3. Nilai >45 dikategorikan sebagai stres berat
<u>Dependen</u> Kualitas tidur	Kualitas tidur merupakan adanya gangguan tidur atau tidak ada gangguan karena mengalami stres	Delapan item pernyataan	Kuesioner	Interval	1. Nilai 0-4 kualitas tidur tidak baik 2. 5-8 kualitas tidur baik

Sumber : Diolah Peneliti,2021

Aspek pengukuran kuesioner tingkat stress terdapat 17 pertanyaan. Metode analisis data terdapat dua jenis analisa univariat dan analisa bivariat. Analisa univariat merupakan suatu metode untuk menganalisa data dari variabel yang bertujuan untuk mendeskripsikan suatu hasil penelitian. Analisa bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji chi-square pada program komputerisasi SPSS. Jika dapat nilai $p < 0,05$ maka ada hubungan yang signifikan antar kedua variabel yang diteliti, sebaliknya jika $p > 0,05$ maka tidak ada hubungan yang signifikan diantara kedua variabel yang diteliti.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden merupakan gambaran dari keragaman responden berdasarkan jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, status pernikahan serta status pekerjaan. Berdasarkan karakteristik ini diharapkan dapat memberikan deskripsi yang lebih baik dan jelas mengenai kondisi dari responden.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi dan Persentase Karakteristik Responden Di Rumah Sakit Royal Prima Medan

Karateristik		f	%
Jenis Kelamin	Perempuan	1	10
		6	0
	Jumlah	1	10
Usia	41 - 45 Tahun	6	37.
			5
	46 - 50 Tahun	6	37.
			5

	>50 Tahun	4	25.
			0
	Jumlah	1	10
		6	0
Tingkat Pendidikan	SMA	1	62.
		0	5
	SMP	4	25.
			0
	Akademi/D1,D2,D3	2	12.
			5
	Jumlah	1	10
Status Pernikahan	Menikah	1	87.
		4	5
	Belum Menikah	2	12.
			5
	Jumlah	1	10
Status Pekerjaan	Bekerja	1	81.
		3	3
	Tidak Bekerja	3	18.
			8
	Jumlah	1	10
		6	0

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa, keseluruhan responden berjenis kelamin perempuan. Usia dominan responden adalah 41-45 Tahun dan 46-50 Tahun dengan masing- masing sebanyak 6 orang (37.5%) sedangkan minoritas usia < 50 tahun 4 orang (25%). Tingkat pendidikan mayoritas responden adalah tamat SMA yakni 10 orang (62.5%) sedangkan minoritas responden adalah yang berpendidikan tamat Akademi/D1,D2,D3 hanya 2 orang (12.5%). Selanjutnya mayoritas responden telah menikah yakni sebanyak 14 orang (87.%) dan minoritas responden belum menikah

sebanyak 2 orang (12.5%). Berikutnya dominan status pekerjaan responden adalah mayoritas bekerja yaitu sebanyak

Kualitas			
No	Tidur	Jumlah	Persentase
		(n)	(%)
1	Tidak Baik	11	68.8
2	Baik	5	31.3
Total		16	100

13 orang (81.3%) dan minoritas responden tidak bekerja sebanyak 3 orang (18.8%).

Tingkat Stres Pasien Kanker Payudara Stadium 3 merupakan kondisi yang tidak menyenangkan bagi individu yang terjadi akibat adanya suatu tuntutan yang berada di luar batas kemampuan individu untuk memenuhinya.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi dan Persentase Tingkat Stres Pasien Kanker Payudara Stadium 3 di Rumah Sakit Royal Prima Medan

No	Tingkat Stres	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Stres Sedang	15	93.8
2	Stres Berat	1	6.3
Total		16	100

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa pasien kanker payudara stadium 3 yang berada di Rumah Sakit Royal Prima Medan mayoritas mengalami stres sedang yakni sebanyak 15 orang (93.8%)

sedangkan minoritas pasien mengalami stress berat yaitu hanya sebanyak 1 orang (6.3%).

Kualitas tidur merupakan kepuasan individu terhadap tidur, yang ditentukan dari bagaimana seseorang mempersiapkan pola tidur pada malam hari, seperti kedalaman tidur, kemampuan agar tetap tidur, mudah tidur tanpa bantuan medis.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi dan Persentase Kualitas Tidur Pasien Kanker Payudara Stadium 3 di Rumah Sakit Royal Prima Medan

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa mayoritas responden memiliki kualitas tidur yang tidak baik yakni sebanyak 11 orang (68.8%) dan minoritas responden memiliki kualitas tidur yang baik yaitu sebanyak 5 orang (31.3%).

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada pasien kanker payudara stadium 3 di Rumah Sakit Royal Prima Medan.

Tabel 4.4 Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Payudara Stadium 3 di Rumah Sakit Royal Prima Medan

Tingkat Stres	Kualitas Tidur				Total		p value	
	Tidak Baik		Baik		n	%		
	Baik							
	n	%	n	%				
Sedang	10	66.7	5	33.3	15	100	-	0.001

						7
Ber	1	0	0	0	1	1
at						0
						0

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa hasil uji Wilcoxon didapat hasil nilai $Z = -3,207$ maka $p\text{ value}$ sebanyak $0,001 < 0,05$ sehingga disimpulkan ada hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada pasien kanker payudara stadium 3 di Rumah Sakit Royal Prima Medan.

Tingkat Stres Pasien Kanker Payudara Stadium 3 diartikan sebagai tekanan, ketegangan, gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang (Jenita DT Donsu, 2017). Tingkatan stres dibagi menjadi tiga yaitu stres ringan dimana stressor yang dihadapi setiap orang secara teratur, seperti banyak tidur, kemacetan lalu lintas, kritikan dari atasan dan berlangsung beberapa jam saja. Stres sedang berlangsung lebih lama daripada stres ringan. Ciri-ciri stres sedang yaitu sakit perut, mules, otot-otot terasa tegang, perasaan tegang, dan adanya gangguan tidur. Stres berat adalah situasi yang lama dirasakan oleh seseorang dapat berlangsung beberapa minggu sampai beberapa bulan, seperti berpisah dengan keluarga dan mempunyai penyakit kronis dan termasuk perubahan fisik, psikologis sosial pada usia lanjut (Priyoto, 2015).

Kualitas tidur yang baik dapat memberikan perasaan yang tenang. Hasil penelitian *American Society of Clinical Oncology* menunjukkan bahwa sekitar 52% pasien kanker melaporkan

kesulitan tidur karena insomnia. Sejumlah 58% melaporkan bahwa penyakit kanker yang mereka alami menyebabkan perburukan kualitas tidur. Pasien kanker mengeluhkan bahwa mereka sulit untuk memulai tidur, memperoleh kepulasan tidur, dan merasakan kelelahan pada pagi hari. (Black & Hawks, 2009).

Pengaruh Tingkat Stres dan Kualitas Tidur Pasien Kanker Payudara Stadium 3 di Rumah Sakit Royal Prima Medan diperoleh hasil penelitian menunjukkan nilai $Z = -3,207$ maka $p\text{ value}$ sebanyak $0,001 < 0,05$ yang diartikan bahwa ada hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada pasien kanker payudara stadium 3 di Rumah Sakit Royal Prima Medan.

Berdasarkan dari hasil penelitian, menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara strategi penanganan stres dengan kesejahteraan psikologis pada pasien kanker payudara, dan ada perbedaan strategi penanganan stres pada pasien kanker payudara yang menjalani radioterapi. Pasien yang mengalami kanker payudara akan menjalani terapi pengobatan yang banyak dan dalam waktu yang panjang sehingga dapat mempengaruhi fisik dan psikologis pasien, dari dampak tersebut pasien akan mengalami stres yang berkepanjangan serta mengakibatkan kualitas tidur pasien menurun, sehingga solusinya yaitu dengan mengatasi stres pada pasien kanker payudara dan mencegah terjadinya gangguan kualitas tidur pada pasien.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan diuraikan pada pembahasan sebelumnya, maka peneliti dapat memberikan kesimpulan dimana tingkat stress yang dialami pasien kanker payudara stadium 3 di Rumah Sakit Royal Prima Medan mayoritas

stress sedang, kualitas tidur yang dialami pasien kanker payudara stadium 3 di Rumah Sakit Royal Prima Medan mayoritas tidak baik. dan hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada pasien kanker payudara stadium 3 di Rumah Sakit Royal Prima Medan