

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA PENDERITA ASMA BRONKIAL DI DESA LUBUK SAKAT WILAYAH KERJA UPT PUKESMAS PANTAI RAJA

Putri Junita Asa Sarti¹, Alini², Nislawaty³

Prodi S1 Ilmu Keperawatan, Univesitas Pahlawan Tuanku Tambusai^{1,2,3}
e-mail: putriasa155@gmail.com

Abstrak

Asma bronkial merupakan penyakit pernapasan kronis yang paling sering terjadi di negara maju, yang di tandai dengan kondisi penyempitan saluran nafas akibat hiperaktif suatu ransangan yang menimbulkan peradangan. Tujuan penelitian adalah untuk menganalisis hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada penderita *asma bronkial* di Desa Lubuk Sakat wilayah kerja UPT Puskesmas Pantai Raja tahun 2023. Jenis penelitian adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 30 November-06 desember 2023 dengan jumlah sampel 72 responden yang diperoleh menggunakan teknik *total sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan *Uji Chi-Square*. Hasil analisa univariat diperoleh 44 responden memiliki tingkat kecemasan berat, dan 58 responden yang memiliki kualitas tidur buruk. Hasil *Uji Chi-Square* hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur $p\text{ value} = 0,000$, hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dan kualitas tidur dengan $p\text{ value} = 0,000$. Kesimpulan terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada penderita *asma bronkial* di Desa Lubuk Sakat wilayah kerja UPT Puskesmas Pantai Raja tahun 2023. Dengan diadakan penelitian ini peneliti mengharapkan responden untuk selaluberpikiran positif dan melakukan kegiatan yang bisa membuat rileks tubuh saat akan memulai tidur dimalam harinya.

Keyword: asma bronkial; tingkat kecemasan; kualitas tidur,;usia produktif

Abstract

Bronchial asthma is a chronic respiratory disease that most often occurs in developed countries, which is characterized by the condition of narrowing of the airways due to hyperactivity to stimuli that cause inflammation. The aim of the research is to analyze the relationship between anxiety levels and sleep quality in bronchial asthma sufferers in Lubuk Sakat Village, the working area of the UPT Puskesmas Pantai Raja in 2023. The type of research is quantitative research with a cross sectional design. This research was conducted on 30 November-06 December 2023 with a sample size of 72 respondents obtained using total sampling techniques. The data collection technique uses a questionnaire. The data analysis used was univariate and bivariate analysis with the Chi-Square Test. The results of univariate analysis showed that 44 respondents had severe levels of anxiety, and 58 respondents had poor sleep quality. Chi-Square Test Results of the relationship between anxiety levels and sleep quality $p\text{ value} = 0.000$, a significant relationship between anxiety levels and sleep quality with $p\text{ value} = 0.000$. The conclusion is that there is a significant relationship between the level of anxiety and the quality of sleep in people with bronchial asthma in Lubuk Sakat Village, the working area of the UPT Puskesmas Pantai Raja in 2023. By conducting this research, researchers hope that respondents will always think positively and carry out activities that can relax the body when going to sleep. start sleeping at night.

Keywords: bronchial asthma; anxiety level; sleep quality; productive age

PENDAHULUAN

Asma merupakan penyakit pernafasan kronis yang paling sering terjadi terutama di negara maju. Penyakit ini biasanya dimulai pada masa kanak-kanak, asma merupakan suatu kondisi penyempitan saluran pernafasan akibat hiperaktif terhadap rangsangan tertentu sehingga menimbulkan peradangan. Nelson menggambarkan

asma sebagai kumpulan tanda dan gejala mengi atau batuk dengan ciri-ciri sebagai berikut: serangan episodik dan kronis, biasanya terjadi pada malam hari atau dini hari, musiman atau dipicu oleh alergen (Herawati & Nurhasanah, 2022).

Pada umumnya, orang yang menderita asma memiliki kecenderungan untuk mengalami masalah gangguan kecemasan. Serangan asma secara tiba-tiba bisa dipicu oleh kecemasan pada orang yang menderita asma. Cemas yang dirasakan dapat menimbulkan rasa takut dan kekhawatiran yang berlebihan pada mereka, karena sering mengalami sesak yang tiba-tiba dan berpotensi fatal bagi penderita. Ketika tingkat kecemasannya semakin berat, maka kualitas tidurnya juga semakin buruk. Ketika terjadi rasa cemas, gejala-gejala psikologis bisa muncul, seperti kesulitan fokus, sering lupa, pikiran yang hampa, perasaan tegang dan gelisah, mudah marah, menjadi lebih sensitif, meragukan kemampuan diri sendiri, kecenderungan untuk melakukan sesuatu berulang kali, bahkan bisa sampai sulit tidur (Herawati & Nurhasanah, 2022).

Kecemasan bisa dianggap sebagai isyarat bahwa seseorang membutuhkan kesadaran untuk mengambil tindakan yang tepat terhadap tekanan yang dirasakan, selain itu kecemasan juga timbul karena adanya kekhawatiran dan ketakutan dari pikiran sendiri. Penderita asma sering mengalami gangguan tidur karena serangan asma yang sering terjadi pada malam hari. Padahal, tidur adalah kebutuhan dasar manusia baik yang sehat maupun sakit. Gangguan tidur yang tidak memadai dapat mengganggu keseimbangan fisiologi dan psikologi, serta berdampak pada penurunan aktivitas sehari-hari, rasa lelah, lemah, dan penurunan daya tahan tubuh. Dampak psikologisnya meliputi depresi, kecemasan, dan kesulitan berkonsentrasi (Wahab Pakaya, 2023).

Menurut data World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa sekitar 300 juta orang di dunia menderita asma tahun 2021. Diperkirakan jumlah tersebut sebanyak 225 ribu orang meninggal. WHO juga memperkirakan bahwa angka tersebut bakal meningkat sebanyak 10% dalam sepuluh tahun mendatang, jika tidak diatasi dengan baik. Di seluruh dunia, prevalensi asma pada anak-anak adalah sekitar 8-10%, sementara pada dewasa sekitar 3-5%. Namun, dalam kurun waktu 10 tahun terakhir, angka ini telah meningkat sebesar 50%. Penelitian tentang tingkat kejadian asma di Australia berdasarkan data atopi atau alergi menunjukkan bahwa prevalensi asma akut di daerah lembah (Belmont) meningkat dari 4,4% menjadi 11,9%. Penelitian ini dilakukan pada daerah pinggiran yang kering dengan jumlah sampel sebanyak 215 anak, di mana 20,5% dari mereka memiliki bakat atopi dan 2% mengalami mengi. Terselip fakta bahwa kejadian asma akut di daerah tersebut hanya menyumbang 0,5% dari populasi anak dengan bakat atopi (Manese dkk, 2021).

Menurut penelitian Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Nasional tahun 2018, ada 19 provinsi di Indonesia yang memiliki tingkat penyakit asma yang lebih tinggi daripada angka nasional. Dalam membandingkan grafik tahun 2017 dengan 2018, diketahui bahwa ada peningkatan prevalensi asma secara nasional sebesar 0,5%, menyebabkan angka nasional menjadi 2,4%. Angka prevalensi penyakit asma di Provinsi Sulawesi Tenggara masih lebih tinggi dari angka nasional. Pada tahun 2018, di Provinsi Riau terdapat sebanyak 2,0% penderita asma bronkial (Balitbangkes RI, 2018).

Data studi Survey Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2021 mengungkapkan bahwa di berbagai provinsi di Indonesia, terdapat beberapa temuan yang menarik. Asma menduduki peringkat kelima dari sepuluh penyebab kesakitan (morbiditas) yang terjadi bersama-sama dengan bronkitis kronik dan enfisema. Bronkitis kronik

dan emfisema dikenal sebagai penyebab kematian keempat di Indonesia, menyebabkan mortalitas sebesar 5,6%. Berita mencatat bahwa prevalensi asma di seluruh Indonesia adalah 13 per 1.000 penduduk (Usman dkk, 2015).

Salah satu penyebab asma adalah hipersensifitas bronkus yang dapat berkontraksi sebagai respons terhadap adanya benda asing yang umumnya dapat dipulihkan. Asma adalah kondisi yang cenderung fluktuatif atau berlangsung dengan siklus hilang dan timbul. Ini berarti bahwa seseorang dengan asma dapat merasa tenang tanpa adanya gejala yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Namun, mereka juga dapat mengalami periode di mana gejala asma menjadi lebih buruk. Menurut Endiyono (2018), hal tersebut bahkan dapat berujung pada kematian. Dampak yang ditimbulkan oleh asma meliputi penyempitan di area dada, nafas yang menjadi pendek, mudah lelah setelah beraktivitas fisik, kesulitan tidur akibat batuk dan kesulitan bernafas, serta kemungkinan mengalami komplikasi lain seperti Pneumonia paru-paru, gagal napas, atelectasis, bronkitis, dan patah tulang iga (Usman dkk, 2015).

Terbangun di pagi hari dengan sensasi nyaman yang dipengaruhi oleh kualitas tidur yang baik dan kepuasan tidur yang mencukupi. Terdapat dua aspek yang mempengaruhi kualitas tidur, yaitu kualitas tidur secara keseluruhan (kualitatif) dan jumlah tidur (kuantitatif). Aspek kualitatif terkait kebiasaan tidur dan perasaan segar setelah bangun tidur dipandang dari sudut subjektif, sementara lamanya waktu tidur dilihat dari sudut kuantitatif. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi menurunnya kualitas tidur, di antaranya adalah tingkat stres, kelelahan, konsumsi obat-obatan, gaya hidup yang tidak sehat, pola makan yang tidak seimbang, faktor usia, kondisi lingkungan yang tidak mendukung, serta adanya penyakit asma. Kualitastidur yang buruk dapat berdampak negatif pada penurunan antibodi.

Hal ini bisa ditandai dengan gejala mudah lelah dan lemas. Akibatnya, ketika menghadapi masalah, seseorang dapat merasa tidak berdaya atau lebih rentan terhadap serangan asma. Peningkatan hormon stres kortisol dapat menghasilkan kontraksi tubuh yang menyebabkan seseorang mengalami asma, dampak ini terjadi karena kualitas tidur yang buruk (Nazaruddin,2022).

Berdasarkan penelitian “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Penderita Asma Di Rumah Sakit Umum Daerah Meuraxa” yang dilakukan Yeni Rimaden (2021), dikemukakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien asma. Sedangkan penelitian Firmawat (2022) yang berjudul “Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Penderita Asma Di Puskesmas Perkotaan Timur Kota Gorontalo” menemukan adanya hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien asma. Puskesmas Itäkaupunki, Gorontalo.

Setelah dilakukan survey awal yang peneliti lakukan kepada 10 orang yang menderita asma bronkial, terdapat 7 orang yang kualitas tidurnya buruk dengan tingkat kecemasan sedang sampai dengan berat mengalami gejala asma berulang di malam hari, sedangkan 3 orang dengan kualitas tidur yang baik dengan tingkat kecemasan ringan hingga tidak cemas dapat tidur dengan dengan nyenyak dan jarang mengalami gejala asma di malam hari. Berdasarkan penelasa diatas maka penulis tertarik untuk meneliti “Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada penderita asma bronkial di desa lubuk sakt wilayah kerja upt pemberhentian raja tahun 2023”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan desain *cross sectional* yaitu untuk melihat hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen dilakukan secara bersama sama atau sekaligus. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 30 november-06 desember Tahun 2023. Penelitian ini dilakukan di Desa lubuk sakat Wilayah Kerja UPT Puskesmas pantai raja. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita asma bronkial yang berada selama masa periode penelitian serta berusia produktif di Desa lubuk sakat Wilayah Kerja UPT Puskesmas pantai raja yaitu sebanyak 74 orang.

HASIL PENELITIAN

Adapun hasil penelitian ini akan disusun dalam tabel distribusi frekuensi berdasarkan kategori sebagai berikut ini :

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik Responden

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Jenis Kelamin		
	a. Perempuan	50	69,5
	b. laki-laki	22	30,5
	Jumlah	72	100
2	Usia (Tahun)		
	a. 20-25 Tahun	13	18,1
	b. 26-46 Tahun	16	22,2
	c. 47-65 Tahun	43	59,7
	Jumlah	72	100

(Sumber : Hasil Penelitian)

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat dari 72 responden, sebagian besar responden merupakan perempuan berjumlah yaitu 50 orang (69,5%). Dan sebagian besar responden berada pada rentang usia 47-65 sebanyak 43 orang (59,7%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat kecemasan dengan Kualitas Tidur di Desa Lubuk Sakat Wilayah Kerja Puskesmas Pantai Raja

No	Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Tingkat Kecemasan		
	a. Kecemasan ringan	7	9,7
	b. Kecemasan sedang	21	29,2
	c. Kecemasan berat	44	61,1
	Jumlah	72	100
2	Kualitas Tidur		
	a. Buruk	58	80,6
	b. Baik	14	19,4
	Jumlah	72	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa dari 72 responden, terdapat sebagian besar reponden dengan kecemasan berat sebanyak 44 orang (61,1%), sedangkan untuk kualitas tidur sebagian besar responden memiliki kualitas tidur yang buruk sebanyak 58 orang (80,6%).

Tabel 3 Hubungan Tingkat kecemasan Dengan Kualitas tidur pada penderita Asma Bronkial di Desa Lubuk Sakat Wilayah Kerja UPT Puskesmas Pantai Raja

Tingkat kecemasan	Kualitas Tidur						P Value
	Buruk		Baik		Total		
	N	%	N	%	n	%	
Kecemasan ringan	5	71,4	2	28,6	7	100	0,000
Kecemasan sedang	5	23,8	16	76,2	21	100	
Kecemasan berat	4	9,1	40	90,9	44	100	
Total	58	100	14	100	72	100	

Berdasarkan table 4.3 dapat dilihat bahwa dari 7 responden (100%) dengan tingkat kecemasan ringan, terdapat 2 responden (28,6%) yang memiliki kualitas tidur yang buruk. Sedangkan dari 21 responden (100%) dengan tingkat kecemasan sedang, terdapat 16 responden (76,2%) yang memiliki kualitas tidur yang buruk. Dan dari 44 responden (100%) dengan tingkat kecemasan berat, terdapat 40 responden (90,9%) yang memiliki kualitas tidur buruk. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai P value = 0.000 < 0.05 yang berarti ada hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada penderita asma bronkial di Desa Lubuk Sakat Wilayah Kerja UPT Puskesmas Pantai Raja.

DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian ini, dilihat dari karakteristik responden (Tingkat Kecemasan) dari total 72 responden ditemukan 44orang (61,1 %) penderita asma yang mengalami kecemasan berat, 21 orang (29,2%) penderita asma yang mengalami kecemasan sedang, dan 7orang (9.7%) penderitaasma dengan kecemasan ringan. Hal ini menunjukkan bahwasebagian besar pasien asma bronkial di wilayah desa lubuk sakat mengalami tingkat kecemasan yang cukup berat. Kecemasan itu sendiri berupa rasa takut dan khawatir akan gejala asma yang dapat kambuh secara mendadak terutama pada malam atau dini hari.

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan dilihat dari karakteristik responden (kualitas tidur) dari 72 responden terdapat 58 responden (80,6%) mengalami kualitas tidur yang buruk dan sebanyak 14 responden (19,4%) mengalami kualitas tidur yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besarpenderita asma yang ada di desa lubuk sakat mengalami kualitas tidur dengan kategori buruk yang di akibatkan dari kecemasan.

Berdasarkan hasil dari penelitian didapatkan dari 72 responden, dimana 7 responden dengan tingkat kecemasan ringan, didapatkan 2 orang dengan kualitas tidur yang buruk dan 5 orang dengan kualitas tidur yang baik. Dari 21 responden dengan tingkat kecemasan sedang, didapatkan 16 responden dengan kualitas tidur yang buruk dan 5 responden dengan kualitas tidur yang baik, dan dari 44 responden dengan tingkat kecemasan berat, didapatkan 40 responden dengan kualitas tidur yang buruk dan 4 responden dengan kualitas tidur yang baik. Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square* dengan kepercayaan < 0,05 menemukan adanya hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur padapenderita asma.

Kesenjangan yang peneliti temukan dalam penelitian ini adalah dari 7 responden yang mengalami kecemasan ringan, terdapat 2 responden (28,6%) yang mengalami kualitas tidur yang buruk. Seharusnya jika tingkat kecemasan ringan tersebut

memiliki kualitas tidur yang baik, kualitas tidur yang buruk sendiri bisa disebabkan oleh beberapa faktor seperti penyakit infeksi limpa yang membutuhkan lebih banyak waktu tidur untuk mengatasi kelelahan, selain itu stress secara psikologis juga dapat memperburuk kualitas tidur dimana hal ini dapat terjadi ketikaseseorang memiliki masalah psikologis sehingga mengalami kegelisahan berlebih dan berakibat sulit untuk memulai tidur di malam harinya, namun dalam penelitian ini diakibatkan oleh perilaku individu itu sendiri seperti penggunaan ponsel di malam hari secara berlebih menjadi salah satu faktor yang dapat di perhitungkan dalam mengganggu tidur individu tersebut. Serta kesenjangan lainnya didapatkan pada 44 responden yang memiliki kecemasan berat didapatkan 4 responden (8,6 %) yang memiliki kualitas tidur yang baik, seharusnya bila tingkat kecemasan sampai pada titik berat akan memiliki kualitas tidur yang buruk. Menurut peneliti hal ini dapat terjadi dikarenakan responden tersebut mendapatkan dukungan sosial yang baik dari keluarganya seperti menemani dan memperhatikan responden secara emosional dan ketersediaan alat pereda sesak nafas seperti inhaler menjadi salah satu alasan kecemasan pada penderita sedikit berkurang Dalam penelitian ini didapatkan sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan yang berbeda-beda tergantung dengan bagaimana responden tersebut mengatasi masalah yang sedang dihadapinya terutama dalam penyakit asma yang dideritanya. Sebagian besar responden yang ada di desa lubuksakat memiliki kualitas tidur yang buruk.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada penderita asma bronkial di Desa lubu sakat Wilayah Kerja UPT Pukesmas pantai raja Tahun 2023.

SARAN

Diharapkan dengan adanya penelitian ini bisa menjadi acuan awal bagi peneliti selanjutnya untuk menghubungkan ke variabel-variabel lainnya seperti dukungan keluarga dan stress yang dapat mempengaruhi kualitas tidur pada penderita asma bronkial dan dapat menjadi bahan kepustakaan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian tentang asma bronkial.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada responden yang telah memberikan waktu dan kesempatan kepada peneliti, serta seluruh pihak yang berkontribusi besar dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Asnita Nazalia. (2020). *hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma* (Vol. 2507, Issue February).
- Aziz, A. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Metro Pusat Tahun2020. *Universitas Muhammadiyah Pringsewu*.
- Balitbangkes RI. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (hal 156).

- Djunarko, J. C., Widayati, R. I., & Julianti, H. P. (2018). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Akne Vulgaris Pada Laki-Laki Pekerja Swasta Studi Pada Semarang. *Jurnal Kedokteran Di Ponegoro Volume*, 7(2).
- Firmawati. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Penderita Asma Di Puskesmas Kota Timur Kota Gorontalo. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(2).
- Hamid, M. N. S., Dhilon, D. A., Program, M., Sarjana, S., Terapan, K., Ilmu, F., Universitas, K., Tuanku, P., Kunci, K., & Fisik, A. (2022). *Volume 1 , No . 1 2022 Sehat : Jurnal Kesehatan Terpadu*.
- Herawati, N., & Nurhasanah, S. (2022). Faktor Resiko yang Berhubungan dengan Kekambuhan Asma Bronkial Pada Pasien Asma Bronkial. *Jurnal Pustaka Keperawatan (Pusat Akses Kajian Keperawatan)*, 1(2).
- Hidayat, A. A. A., & Uliyah, M. (2015). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia* (2nd ed.). Salemba Medika.
- Lestari, I. (2020). hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma. *2507, Universitas Tribhuana Tungadewi*.
- Manese, M., Bidjuni, H., & Rompas, S. (2021). (Dosen PSIK FK Unsrat, Indonesia). *Jurnal Keperawatan*, 9(2).
- Muhammad Basri, Baharuddin K, & Sitti Rahmatia. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(1).
- Nazaruddin, Purnamasari, A., Zoahira, W. O. A., Lisnawati, & Harmin. (2022). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Pencegahan Kekambuhan Asma Terhadap Peningkatan Pengetahuan Penderita Asma Bronkial Di Wilayah Kerja Puskesmas Katobu Kabupaten Muna. *Jurnal Anoa Pengabdian Mandala Waluya*, 1(1).
- Notoatmodjo, S. (2017). *Metodologo Penelitian Kesehatan*. 144. Yayasan Kita Menulis.
- Nur Fadilah, Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian. *Jurnal Pilar*, 14(1).
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (5th ed.). Salemba Medika.
- Pudyastuti dkk. (2020). Asma Pada Kehamilan: Mekanisme dan Implikasi Klini. *Jurnal Respirologi Indonesia*, 40(4).
- Ridwan, & Bangsawan, I. (2021). *KONSEP Metodologi Penelitian Bagi Pemula* (Anhar (ed.); 1st ed.). Anugrah Pratama Press.
- Rimadani Yeni. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Penderita Asma di Rumah Sakit Umum Daerah Meuraxa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(2).
- Sayuti, M., Maulina, N., & Damanik, R. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Pasien Pre Apendektomi Menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HAR-S) di Rumah Sakit Swasta Kota Lhokseumawe. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 12(2).
- Suddart, brunner dan. (2017). *No Title keperawatan medikal bedah*.
- Sukmawati, H., Gede, I., & Putra, S. W. (2019). Reabilitas kuesioner pittsburgh sleep quality index (PSQI) versi bahasa indonesia dalam mengukur kualitas tidur lansia. *Jurnal Lingkungan & Pembangunan*, 3(2).
- Sulistini, R., Aguscik, A., & Ulfa, M. (2021). Pemenuhan Bersihan Nafas Dengan Batuk Efektif Pada Asuhan Keperawatan Asma Bronkial. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(2).

- Tarwoto, & Wartonah. (2015). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan* (P. P. Lestari (ed.); 5th ed.). Salemba Medika.
- Usman, I., Chundrayetti, E., & Khairisyaf, O. (2015). Faktor Risiko dan Faktor Pencetus yang Mempengaruhi Kejadian Asma pada Anak di RSUP Dr. M. Djamil Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(2).
- Wahab Pakaya, A., Nauko, A., Studi Ilmu Keperawatan, P., Muhammadiyah Gorontalo Alamat, U., Mansoer Pateda NoDesa, J. H., Tim, P., & Telaga Biru, K. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Penderita Asma Di Puskesmas Kota Timur Kota Gorontalo. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(2).