

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS
TIDUR PASIEN COVID – 19 DI RUMAH SAKIT
BHAYANGKARA YOGYAKARTA**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan**



Oleh :

ELIA DWI ASTUTIK

KPP 2001412

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (S1) DAN NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA
2021**



NASKAH PUBLIKASI

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS
TIDUR PASIEN COVID - 19 DI RUMAH SAKIT
BHAYANGKARA YOGYAKARTA

Disusun Oleh:

Elia Dwi Astutik

KPP 2001412

**Telah Diseminarkan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 1 MARET 2022**

Susunan Dewan Penguji

Penguji I

Dr. Dra Ning Rintiswati.,M. Kes

Penguji II

Nur Anisah., S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.,Kep. Jiwa

Penguji III

Murgi Handari., S.KM.,M. Kes

**Naskah Publikasi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar sarjana Keperawatan**

Yogyakarta. ... 27/3 .22

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners

Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep.,





PERNYATAAN

Nama : Elia Dwi Astutik

Judul : HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS
TIDUR PASIEN COVID - 19 DI RUMAH SAKIT
BHAYANGKARA YOGYAKARTA

Dengan ini saya setuju naskah ringkasan penelitian yang telah disusun dipublikasikan dengan/tanpa mencantumkan nama pembimbing sebagai *co-author*.

Demikian harap maklum.

Yogyakarta,

Pembimbing Utama,

Dr. Dra. Ning Ritiswati., M.Kes

Pembimbing Pendamping,

Nur Anisah., S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. Kep., Jiwa



HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PASIEN COVID – 19 DI RUMAH SAKIT BHAYANGKARA YOGYAKARTA

Elia Dwi Astutik¹, Nur Anisah², Ning Rintiswati³

INTISARI

Pendahuluan: Covid-19 (*coronavirus disease 2019*) adalah suatu jenis penyakit yang disebabkan oleh virus dari golongan *coronavirus*, yaitu SARS-CoV-2 yang juga sering disebut virus Corona. dampak yang timbul dari pandemi ini terjadi pada berbagai aspek kehidupan. Bagi beberapa orang yang memiliki system koping yang tidak baik dapat menyebabkan munculnya rasa takut dan cemas. Tanda cemas yang sering muncul dan banyak ditemukan antara lain kesulitan tidur, sakit kepala, gelisah dan gangguan tidur (Nuzrina, 2021).

Tujuan Penelitian: Mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pasien covid – 19 di Rumah Sakit Bhayangkara Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sistem Sampling dengan teknik *accidental* dengan jumlah 31 Pasien Covid-19.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa : yang memiliki kecemasan dengan berat dengan kualitas kurang sebanyak 12 orang, dan tidak ada yang mengalami kecemasan ringan dengan kualitas tidur kurang. Hasil uji statistic didapatkan hasil p value sebesar 0,004 yang berarti terdapat hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur.

Kesimpulan. Terdapat hubungan signifikan antara kecemasan dengan kualitas tidur pasien Covid-19 di RS Bhayangkara Yogyakarta.

Kata Kunci: Kecemasan, Kualitas Tidur, Covid-19

¹Mahasiswa Prodi Ilmu Kperawatan dan Ners Stikes Wira Husada
Yogyakarta

²Dosen Stikes Wira Husada Yogyakarta

³Dosen Stikes Wira Husada Yogyakarta

THE RELATIONSHIP OF ANXIETY LEVELS WITH QUALITY SLEEPING COVID PATIENTS – 19 IN THE HOSPITAL BHAYANGKARA YOGYAKARTA

Elia Dwi Astutik¹, Nur Anisah², Ning Rintiswati³

ABSTRACT

Introduction: Covid-19 (coronavirus disease 2019) is a type of disease caused by a virus from the coronavirus group, namely SARS-CoV-2 which is also often called the Corona virus. The impact arising from this pandemic occurs in various aspects of life. For some people who have a bad coping system can cause fear and anxiety. Signs of anxiety that often appear and are found include difficulty sleeping, headaches, restlessness and sleep disorders (Nuzrina, 2021).

Research Objectives: Knowing the relationship of anxiety levels with the sleep quality of covid-19 patients at Bhayangkara Hospital Yogyakarta.

Research Methods: This research uses a cross sectional approach. Sampling System with accidental techniques with the number of 31 Covid-19 Patients

The results showed that : there are 12 people who have severe anxiety with poor sleep quality, none of them experience mild anxiety with poor sleep quality. The results of the statistical test obtained a p value of 0.004 which means there is a relationship between anxiety and sleep quality.

Conclusion. There is a significant relationship between anxiety and the sleep quality of Covid-19 patients at Bhayangkara Hospital Yogyakarta.

Keywords: Anxiety, SleepIng Quality, Covid-19

¹ Students of Nursing Study Program and Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta

² Lecturer Stikes Wira Husada Yogyakarta

³ Lecturer Stikes Wira Husada Yogyakarta

PENDAHULUAN

Covid-19 (*coronavirus disease 2019*) adalah suatu jenis penyakit yang disebabkan oleh virus dari golongan *coronavirus*, yaitu SARS-CoV-2 yang juga sering disebut virus Corona. COVID-19 dapat menyebabkan gangguan sistem pernapasan, mulai dari gejala yang ringan seperti flu, hingga infeksi paru-paru, seperti pneumonia. Kasus pertama penyakit ini terjadi di kota Wuhan Cina, pada akhir Desember 2019. Setelah itu, COVID-19 menular antar manusia dengan sangat cepat dan menyebar ke puluhan negara termasuk Indonesia hanya dalam beberapa bulan.¹

Secara global hingga saat ini, virus corona telah menginfeksi 216.918.733 orang di berbagai belahan dunia, dengan angka kesembuhan sebanyak 193.849.589, dan kematian hingga 4.511.302. Di China 51.174 kasus konfirmasi dengan 1.666 kematian, Jepang 53 kasus, 1 Kematian dan 355 kasus di cruise ship Pelabuhan Jepang, Thailand 34 kasus, Korea Selatan 29 kasus, Vietnam 16 kasus, Singapura 72 kasus, Amerika Serikat 15 kasus, Kamboja 1 kasus, Nepal 1 kasus, Perancis 12 kasus, Australia 15 kasus, Malaysia 22 kasus, Filipina 3 kasus, 1 kematian, Sri Lanka 1 kasus, Kanada 7 kasus, Jerman 16 kasus, Perancis 12 kasus, Italia 3 kasus, Rusia 2 kasus, United Kingdom 9 kasus, Belgia 1 kasus, Finlandia 1 kasus, Spanyol 2 kasus, Swedia 1

kasus, UEA 8 kasus, dan Mesir 1 Kasus (Asmara, 2021). Di Indonesia terdapat 4.178.164 kasus terkonfirmasi dengan angka kesembuhan sebanyak 3.953.519, sebanyak 84.963 kasus aktif dan yang meninggal 139.682 jiwa. Yogyakarta menempati peringkat ke 6 dengan jumlah kasus covid terbanyak setelah DKI Jakarta, Jawa Barat, Jawa Timur, Jawa Tengah dan Kalimantan Timur dengan jumlah penderita 3439.²

Jumlah kasus dengan penyebaran cepat ini membuat dampak yang timbul dari pandemi ini terjadi pada berbagai aspek kehidupan. Berbagai cara telah dilakukan pemerintah untuk mengatasinya, di antaranya dengan menerbitkan peraturan seperti *physical distancing*, karantina mandiri atau isolasi mandiri, dan *Lock Down*. Adanya peraturan ini, tidak dipungkiri dapat menyebabkan kesehatan mental yang kurang baik. Selain itu pandemic covid menyebabkan krisis kesehatan utama yang telah mengubah kehidupan jutaan orang di seluruh dunia. Bagi beberapa orang yang memiliki system coping yang tidak baik dapat menyebabkan munculnya rasa takut dan cemas.³

Tanda cemas yang sering muncul dan banyak ditemukan antara lain kesulitan tidur, sakit kepala, dan gelisah. Penelitian terhadap 56.679 orang di China dengan usia 18-39 tahun sebanyak 69,6% yang mengalami insomnia selama pandemi

COVID-19. Sebanyak 29,2% orang mengalami insomnia ringan. 5,7% atau 3256 orang mengalami insomnia sedang sampai berat. Pasien Covid-19 yang mengalami insomnia dari total populasi adalah mereka yang dikonfirmasi atau dicurigai Covid-19, memiliki keluarga atau teman dengan Covid-19 yang dikonfirmasi atau dicurigai, pekerjaan dengan risiko tinggi terkena paparan Covid-19.⁴

Ketua Umum Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa (PDSKJ) mengatakan dari 4.010 yang terinfeksi, 64,8 persennya mengalami masalah psikologis dan 65 persen mengalami cemas. Umumnya mereka yang mengalami kecemasan kerap merasa sendirian atau tersisih, sulit untuk berpikir, merasakan sesuatu yang menakutkan akan terjadi, sering merasa lelah, dan mengalami gangguan tidur. Gangguan ini terjadi karena munculnya pikiran bahwa dirinya pembawa virus yang dapat menularkan kepada orang lain, selain itu factor hospitalisasi turut berperan dalam munculnya gangguan tidur ini.⁵ Virus corona dapat menyebabkan masalah delirium, kecemasan, depresi, mania, insomnia, dan memori. Virus apa pun yang menyerang sistem saraf pusat, menyebabkan cedera otak hipoksia, atau memengaruhi fungsi fisik sekaligus memengaruhi kesehatan mental. Kecemasan tinggi meningkatkan sirkulasi kortisol yang berdampak pada kesehatan, termasuk kekebalan tubuh berkurang. Artinya,

memiliki kecemasan tinggi atau depresi membuat seseorang lebih rentan terhadap infeksi COVID-19.⁵

Berdasarkan Keputusan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 61/ Kep /2020 tentang Penetapan Rumah Sakit Rujukan Penanggulangan Penyakit Infeksi Emerging Tertentu. Rumah Sakit Bhayangkara Yogyakarta masuk dalam salah satu Rumah sakit dimaksud. Rata – rata pasien covid yang dirawat di RS Bhayangkara sebanyak 93 pasien. Pasien covid-19 yang dirawat di RS, diberlakukan peraturan pasien tidak boleh ditunggu kecuali pasien mengalami kebutuhan khusus (lansia , anak- anak). Selain itu, RS ini berada dibawah pengawasan langsung penegak hukum sehingga penanganan kasus Covid-19 dapat terlaksana sesuai SOP yang berdampak pada kesamaan dalam perlakuan pada semua pasien. Penelitian tentang kecemasan pada penderita covid juga belum pernah dilakukan pada RS ini.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 17 Mei 2021 di Rumah Sakit Bhayangkara DIY kepada 5 Pasien Covid-19, didapatkan hasil bahwa 5 Pasien Covid-19 mengatakan cemas terhadap kondisi kesehatan mereka, gelisah, mudah marah, gampang tersinggung, dan merasa asing dengan sikap perawat yang berpakaian APD lengkap. Hal tersebut membuat pasien menjadi kesulitan dalam tidur.

Perawat telah berusaha mengatasi masalah tersebut dengan menyediakan lingkungan tempat istirahat yang tenang dan bersih, mengurangi pencahayaan ruang saat malam serta meminta pasien memperbanyak berdoa dan beribadah, meminta pasien untuk mencuci muka sebelum tidur namun hal tersebut belum optimal. Menurut pasien hal yang membuat mereka mudah tidur adalah saat mereka dapat beristirahat di rumah.

Tujuannya Mengetahui Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Pasien Covid-19 di Rumah Sakit Bhayangkara Yogyakarta.

Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *kuantitatif*, dengan rancangan korelasional menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian yaitu pasien covid 19 yang dirawat di bangsal isolasi covid 19 RS Bhayangkara Yogyakarta, pada tiga bulan terakhir yaitu Agustus sampai Oktober 2021. Sampling dengan teknik *accidental*, dengan ukuran minimal sampel yaitu 30 responden.

Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Tabel 1
Karakteristik Responden

Karakteristik	F	%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	14	45,2
Perempuan	17	54,8
Total	31	100

Usia		
18-21 Tahun	1	3,2
22-35 Tahun	3	9,7
36-45 Tahun	8	25,8
46-55 Tahun	14	45,2
>56 Tahun	5	16,1
Total	31	100
Pendidikan		
SMP	5	16,1
SMA	20	64,5
PT	6	19,4
Total	31	100
Pekerjaan		
Petani/Buruh	11	35,5
Karyawan/Swasta	8	25,8
Pedagang	5	16,1
ASN/TNI/POLRI	6	19,4
Pensiunan	1	3,2
Total	31	100
Penyakit Penyerta		
Hipertensi	14	45,2
Diabetes Melitus	6	19,4
Asma	4	12,9
Jantung	2	6,5
Kombinasi	5	16,1
Total	31	100

Berdasarkan Tabel 4.1 di atas dapat diketahui bahwa dari 31 Pasien Covid-19 terdapat 14 Pasien Covid-19 (45,2%) dengan jenis kelamin laki-laki dan 17 Pasien Covid-19 (54,8 %) dengan jenis kelamin perempuan. Berdasarkan kelompok usia, responden terbanyak dengan rentang usia 46-55 tahun yaitu 14 orang (45,2 %) . Sedangkan paling sedikit berusia antara 18-21 tahun sebanyak 1 orang (3,2 %). Berdasarkan pendidikan, responden terbanyak berpendidikan SMA yaitu 20 orang (64,5 %) , responden paling sedikit berpendidikan SMP sebanyak 5 orang (16,1 %). Berdasarkan pekerjaan, responden terbanyak bekerja sebagai buruh/tani sebanyak 11 orang (35,5 %) , responden paling sedikit pekerjaan

pensiunan jumlah 1 orang (3,2 %). Berdasarkan penyakit penyerta responden terbanyak memiliki sakit Hipertensi jumlah 14 orang (45,9%) paling sedikit 2. Analisa Univariat

Tabel 2
Analisa Univariat

Karakteristik	F	%
Kecemasan		
Berat	22	71
Ringan	9	29
Total	31	100
Kualitas Tidur		
Kurang	12	38,7
Cukup	19	61,3
Total	31	100

Berdasarkan Tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat cemas terbanyak adalah berat dengan jumlah 22 Pasien Covid-19 (71 %) Berdasarkan tingkat kualitas tidur terbanyak adalah kualitas tidur cukup dengan jumlah 19 orang (61,3 %).

3. Analisa Bivariat

Tabel 3
Analisa Univariat

Kecemasan	Kualitas Tidur			
	Kurang		Cukup	
	F	%	F	%
Berat	12	38,71	10	32,26
Ringan	0	0	9	29,03
Total	12	38,71	10	61,29

Berdasarkan Tabulasi silang pada tabel di atas, responden terbanyak mengalami kecemasan berat dengan kualitas tidur kurang sebanyak 12 orang (38,71 %) dan tidak ada responden yang mengalami kecemasan ringan dengan kualitas tidur kurang.

responden memiliki sakit jantung sebanyak 2 orang (6,5 %).

4. Uji Statistik

Tabel 4
Hail Uji Statistik

Uji statistik	Hasil	
	p-value	r
Sperman Rank	0,004	0,508

Hasil uji statistik sperman rank didapatkan nilai signifikasi 0,004 yang artinya ada hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan kualitas tidur pasien covid 19 yang di rawat di RS Bhayangkara. Nilai koefisiensi korelasi sebesar 0,508 yang artinya hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien covid 19 di RS Bhayangkara pada tingkat berat.

Pembahasan

1. Tingkat Kecemasan Pasien Covid-19 di RS Bhayangkara Yogyakarta.

Berdasarkan hasil penelitian, Pasien Covid-19 paling banyak memiliki kecemasan berat. Penelitian ini sesuai dengan penelitian Hutagaul (2016) yang meneliti tentang hubungan kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa dalam menghadapi ujian di Stikes Harapan Kuningan didapatkan hasil sebagian besar pada kategori kecemasan berat.

Penelitian ini terjadi karena sebagian responden berjenis kelamin perempuan. Menurut Utama (2013) bahwa kecemasan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya yaitu jenis kelamin.⁶ Penelitian dari Aninsa (2017) menyatakan bahwa perbedaan jenis kelamin dalam menghadapi kecemasan, menunjukkan bahwa perempuan memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi.⁷ Lebih lanjut Amir (2016) menyebutkan bahwa perempuan memiliki tingkat emosional yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki, hal ini terjadi karena akibat dari reaksi saraf otonom yang berlebihan dengan naiknya sistem simpatis, naiknya norepineprin, terjadi peningkatan pelepasan katekolamin, dan adanya gangguan regulasi serotonergik yang abnormal.⁸

Menurut peneliti perempuan cenderung untuk mengalami kecemasan dua kali lebih sering dibandingkan laki-laki. Perempuan untuk segala hal lebih menggunakan perasaan dibandingkan akal sehingga lebih mudah menjadi cemas, sedangkan laki-laki lebih menggunakan akal daripada perasaan sehingga kemungkinan terjadinya cemas lebih kecil, hal ini dikarenakan secara hormon pada perempuan lebih cepat memunculkan sisi empati. Selain itu, pada perempuan memiliki tingkat '*error-related negativity*' yang lebih aktif dibandingkan laki-laki, sehingga perempuan lebih takut untuk berbuat salah dan lebih peka pada situasi yang menurut mereka salah.

Pada penelitian ini kecemasan tidak sampai terjadi panik hal ini terjadi karena rasa kecemasan hanya muncul saat malam tiba. Menurut ahli dari Outpatient Behavioral Health Services di Henry Ford Hospital, Amerika Serikat, *panic attack* bisa terjadi secara spontan, dan bukan sebagai reaksi dari sebuah situasi yang penuh tekanan. Ini bisa terjadi saat kamu sedang menyetir, makan, atau bahkan sedang tertidur lelap. Sementara itu, gangguan kecemasan juga bisa muncul secara tiba-tiba dan akan mencapai puncaknya hanya dalam hitungan menit. Serangan kecemasan biasanya memuncak dalam 10 menit dan jarang berlangsung lebih dari 30 menit. Selama waktu yang singkat itu, pengidapnya seperti mengalami teror yang sangat parah sampai merasa seperti akan mati atau kehilangan kendali.⁶

2. Kualitas Tidur Pasien Covid-19 di RS Bhayangkaya Yogyakarta

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas tidur sebagian besar pasien dalam kategori cukup. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Suwendar (2017) yang meneliti tentang kualitas tidur pasien Ca Cervik yang dirawat Inap.⁹ Berbeda dengan penelitian Apriansyah (2016) yang meneliti tentang hubungan antara tingkat kecemasan pre-operasi dengan derajat nyeri pada pasien post sectio caesarea di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang.

Berdasarkan hasil penelitian ini didapati bahwa kualitas tidur

cukup lebih banyak pada responden perempuan daripada responden laki-laki. Menurut Muflih (2019) banyaknya kualitas tidur cukup pada perempuan dapat disebabkan oleh karena meningkatnya kadar hormon estrogen selama siklus menstruasi. Hormon estrogen dapat menurunkan latensi tidur dan frekuensi bangun serta meningkatkan jumlah total jam tidur. Terapi estrogen pada perempuan dapat meningkatkan jumlah tidur gelombang lambat dan tidur REM sehingga kualitas tidur yang dialami akan lebih baik.¹¹

Kualitas tidur ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satu hal yang menjadi penyebabnya adalah adanya adaptasi penderita terhadap rutinitas yang berbeda yang dijalani baik bersifat psikologis maupun fisik.¹² Faktor lingkungan yang mempengaruhi kualitas tidur dan dapat menyebabkan gangguan tidur pada setiap individu antara lain: suara/kebisingan, ventilasi yang baik, ruang dan tempat tidur yang nyaman, cahaya/lampu yang terlalu terang, dan suhu yang terlalu panas/terlalu dingin serta bau yang tidak nyaman.⁹

Menurut peneliti kualitas tidur pasien covid-19 di RS Bhayangkara disebabkan karena berada pada lingkungan yang tidak biasanya. Kondisi lingkungan yang terisolasi atau dilakukan karantina maka lingkungan tempat tidur menjadi tidak bising dan tempat tidur menjadi nyaman dan bebas dari

gangguan. Ditambah semua pasien yang dilakukan isolasi maka segala sesuatu sudah tersedia menjadikannya rileks tanpa beban sehingga dapat mempermudah waktu memulai tidur yang akan berarti bahwa waktu tidur menjadi lebih lama sehingga dapat berdampak pada kualitas tidur yang cukup.

3. Hubungan Kecemasan Pasien Covid-19 dengan Kualitas Tidur di RS Bhayangkara Yogyakarta.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan kualitas tidur pasien Covid-19. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Fenny (2015) yang menyebutkan ada hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien yang menjalani rawat inap di RSUD Atambua.¹³

Menurut Alfakir,(2018) kecemasan timbul karena adanya ancaman atau bahaya yang tidak nyata dan sewaktu-waktu terjadi pada diri individu serta adanya penolakan dari masyarakat menyebabkan kecemasan berada di lingkungan yang baru dihadapi. Pada diagnose covid maka pasien akan merasa bahwa dirinya akan sulit sembuh.¹⁴ Hal ini dianggap menjadi doktrin bahwa pasien dengan covid akan meninggal. Selain itu adanya pembatasan keluarga dan isolasi yang membuatnya merasa kesepian sehingga menjadikan kesulitan untuk memulai fase tidur. Pasien Covid-19 yang berada pada lingkungan tempat tidur yang baru sehingga

menyebabkan pasien merasa asing sehingga perlu menyesuaikan diri dalam menuntaskan dalam tidur. Kecemasan terjadi bukan hanya karena suatu kejadian, melainkan kepercayaan atau keyakinan tentang kejadian itulah yang menjadi penyebab kecemasan. Pikiran dan tubuh senantiasa saling berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Hal ini terlihat dalam kondisi seperti misalnya kehamilan semasa remaja dan sewaktu terkena suatu penyakit. Selama ditimpa kondisi-kondisi ini, perubahan-perubahan perasaan lazim muncul, dan ini dapat menyebabkan timbulnya kecemasan.

Menurut peneliti Pada situasi pandemic dan posisi dirawat dengan status terkonfirmasi menjadikan Ketakutan dan kecemasan tentang penyakit COVID-19 dan apa yang akan terjadi bisa membuat kewalahan dan menimbulkan emosi yang berlebihan, terutama yang menderita penyakit kronis penyakit. Situasi epidemiologis berdampak pada mood, tidur, dan stres pasien. Tidur merupakan kebutuhan dasar manusia yang paling dasar. Pada kondisi penyakit tertentu kebutuhan tidur menjadi lebih banyak agar mempercepat proses penyembuhan.

Secara teori dalam Alimul Aziz Ketika seseorang tidak mencapai tidur kondisi REM maka akan beresiko mengalami gangguan aktivitas sehari – hari seperti mudah marah, terdapat

lingkar hitam sekitar mata, mudah Lelah dan menguap, dan pada akhirnya cenderung akan meminta bantuan untuk mencapai tahapan tidur yang sempurna dengan menggunakan obat – obatan untuk mencapai tahapann tidur yang sempurna.⁹ Sedangkan menurut penelitian Muflih (2019), dalam penelitiannya menjelaskan bahwa kualitas tidur seseorang sangat dipengaruhi oleh kondisi stress yang dihadapi oleh pasien tersebut, dimana pasien tidak dapat tidur karna membayangkan situasi yang menyebabkan kondisi mudah marah, dan lebih sensitive ketika berinteraksi dengan yang lain.¹¹ Dari hal diatas sangatlah jelas ketika seseorang digali secara subyektif dengan pertanyaan positif tentang aktivitas tidur maka cenderung hasilnya baik. Ketika digali lebih dalam tentang aktivitas tidurnya dengan pertanya tertutup maka responden responden secara otomatis menjawab dengan kejujurannya dalam menjalani tahapan tidur yang pada akhirnya terdeteksi bahwa latensi tidur seseorang harus diperhatikan bukan sekedar mencukupi jumlah total lama tidur tetapi tahapan sebelum tidur pun harus diperhatikan khususnya menghadapi stress psikologi seperti pandemic covid 19 ini. Ketika kondisi ini tidak teratasi maka akan terlihat pada penurunan hingga gangguan aktivitas di siang hari yang kemudian dalam kondisi tertentu akan

mendorong seseorang untuk menggunakan cara instan yaitu mengkonsumsi obat tidur. Tujuh domain yang ada jika salah satunya tidak terpenuhi maka jelas kualitas tidur seseorang mengalami penurunan atau buruk.

Kesimpulan

1. Tingkat Cemas Pasien Covid-19 paling banyak pada Pasien Covid adalah berat .
2. Tingkat kualitas tidur Pasien Covid-19 terbanyak pada kategori cukup .
3. Terdapat hubungan signifikan antara cemas dengan kualitas tidur pada pasien covid yang dirawat di Rs Bhayangkara Yogyakarta.

Daftar Pustaka

1. Pane. (2021, Mei 03). *Covid.19*. Retrieved Agustus 19, 2021, from <http://www.alodokter.com>.
2. Kemenkes. (2020). *Pedoman Penatalaksanaan Pandemi Covid-19 Revisi 5*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
3. Anonim. (2021, Juli 23). *WHO ingatkan Dampak Jangka Panjang Covid-19 terhadap Kesehatan Mental*. Retrieved Agustus 21, 2021, from

Wabah Corona:
<https://www.dm.com>.

4. Nuzrina. (2021). *Kebiasaan dan Kualitas Tidur Penderita Covid-19*. *Jurnal FKM Untad*.
5. Sindunata, E. (2020). *Masalah Tidur di Situasi Pandemi Covid-19*. *Pph.Atmajaya*.
6. Unicef. (2020). *Corona Virus*. Retrieved from <https://www.unicef.org/>
7. Apriansyah. (2016). *Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Pre-Operasi Dengan Derajat Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang*. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*.
8. Hasanah (2021) Denial Syndrome di Masa Pandemi Covid-19 Pada Masyarakat Kabupaten Pamekasan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
9. Suwendar (2017) Hubungan Kecemasan dengan Kualitas tidur pasien Ca Cerviks di Instalasi rawat inap. *Jurnal Keperawatan Indonesia*.
10. Apriansyah. (2016). *Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Pre-Operasi Dengan Derajat Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Rumah Sakit*

- Muhammadiyah Palembang. .
Jurnal Keperawatan Sriwijaya.*
11. Muhith. (2016). *Pendidikan Keperawatan Jiwa* . Yogyakarta: CV ANDI offset.
12. Rahmayani, R. D. (2019). *Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan* 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 917-927.
13. Fitria. (2020). *Kecemasan remaja pada masa pandemi Covid -19. Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia,*
14. Alfakir. (2018). *Jangan Cemas Berzikirlah !* Jakarta: PT. Elex Media.