



HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR ANGGOTA KELUARGA PASIEN ANAK DI RSUD K.R.M.T. WONGSONEGORO

Ferdyta Baskara¹, Chandra Bagus Ropyanto²

1. Mahasiswa Departemen Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro (email : ferdytabaskara@gmail.com)
2. Staf Pengajar Divisi Keperawatan Dewasa, Departemen Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro (email : chandra.ropyanto@gmail.com)

ABSTRACT

Hospitalization is a condition that will cause a crisis in the child's life so that will increase the anxiety level of family members. The anxious family members will have an effect on their body and potentially interferes with their quality of sleep. This study aimed to determine the relationship between the pain and sleep quality in family members of pediatric patients. This study used a quantitative descriptive correlation using cross sectional approach. The sampling technique used was consecutive sampling with a total sample of 154 respondents. The data were collected using the questionnaire State Trait Anxiety Inventory (STAI) and Sleep Quality Questionnaire (SQQ). The data were analyzed using spearman rho statistic test. The results of this study showed that 55.8% respondents had a state anxiety with moderate level of anxiety, 87.7% respondents had a trait anxiety with mild level of anxiety and 52.6% respondents had a good quality of sleep. From the statistic test showed that there was a relationship between state anxiety level and sleep quality in family members of pediatric patients ($p=0.001$) and there was no relationship between trait anxiety level and sleep quality in family members of pediatric patients ($p=0.331$). Nurses are needed to help family members to decrease anxiety level and improve their quality of sleep.

Keywords: Anxiety, Sleep Quality, Family

ABSTRAK

Hospitalisasi merupakan suatu keadaan yang akan mengakibatkan krisis pada kehidupan anak sehingga akan meningkatkan kecemasan pada orang tua. Orang tua yang cemas, akan mempengaruhi keadaan tubuh mereka sehingga berpotensi mengganggu kualitas tidur orang tua. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada anggota keluarga pasien anak. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan adalah *consecutive sampling* dengan jumlah sampel 154 responden. Pengambilan data menggunakan kuesioner *State Trait Anxiety Inventory* (STAI) dan *Sleep Quality Questionnaire* (SQQ). Data dianalisis menggunakan uji statistik *spearman rho*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 55.8% responden mengalami *state anxiety* tingkat sedang, 87.7% responden mengalami *trait anxiety* tingkat ringan dan 52.6% responden memiliki kualitas tidur yang baik. Uji statistik menunjukkan adanya hubungan antara *state anxiety* dengan kualitas tidur pada anggota

keluarga pasien anak ($p=0.001$) dan tidak ada hubungan antara *trait anxiety* dengan kualitas tidur pada anggota keluarga pasien anak ($p=0.331$). Perawat perlu membantu anggota keluarga pasien dalam mengurangi tingkat kecemasan dan meningkatkan kualitas tidur mereka.

Kata kunci: Kecemasan, Kualitas tidur, Keluarga

Pendahuluan

Hospitalisasi pada anak merupakan keadaan saat anak sakit dan mengharuskan anak untuk dirawat di rumah sakit, menjalani terapi dan perawatan sampai pemulangan kembali ke rumah.¹ Sakit dan hospitalisasi akan menimbulkan krisis pada kehidupan anak. Dukungan anggota keluarga pada anak yang masuk ke rumah sakit merupakan salah satu faktor dalam proses kesembuhan dari anak dalam menghadapi penyakit dan hospitalisasi.² Namun, krisis penyakit dan hospitalisasi yang terjadi pada anak akan mempengaruhi keadaan setiap anggota keluarga.³ Takut, cemas dan frustrasi merupakan suatu perasaan atau reaksi yang diungkapkan oleh keluarga pada saat anak dirawat di rumah sakit.⁴

Kecemasan orang tua yang berlebihan dapat berdampak merugikan pada pikiran dan tubuh serta dapat menimbulkan penyakit fisik bagi orang tersebut. Pada seseorang yang mengalami kecemasan berlebihan akan meningkatkan frekuensi nadi dan tekanan darah, tubuh akan berkeringat dan akan menimbulkan sakit kepala serta akan berdampak pada kurang optimalnya dukungan orang tua terhadap anak dan anggota keluarga akan kesulitan dalam mengambil keputusan tindakan medis yang terbaik kepada anaknya.⁵ Seseorang yang mengalami kecemasan akan meningkatkan pelepasan hormon norepinefrin dalam darah melalui stimulasi sistem saraf simpatis. Peningkatan kadar hormon norepinefrin akan mempengaruhi sistem saraf pusat yang mengatur tidur seseorang sehingga akan menyebabkan waktu tidur seseorang akan terganggu dan kualitas tidur menjadi buruk. Tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur yang buruk pada anggota keluarga pasien anak akan mengakibatkan daya tahan tubuh menurun, daya ingat berkurang dan tidak mampu berkonsentrasi. Hal-hal tersebut akan mengganggu peran orang tua dalam mengambil keputusan untuk anaknya yang sedang di rawat di rumah sakit.⁶

Kesembuhan dan pemulihan kesehatan anak sangat dipengaruhi oleh dukungan dari keluarga.⁷ Keadaan anggota keluarga yang prima dengan kualitas tidur yang baik akan membuat keluarga dapat mengambil keputusan terbaik untuk tindakan medis yang akan diberikan kepada anak dan memberikan motivasi tersendiri untuk keluarga yang dirawat.⁸ Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada anggota keluarga pasien anak.

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif dengan metode deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel 154 responden menggunakan teknik *consecutive sampling* dengan kriteria intensitas anggota keluarga menunggui pasien dan menginap di rumah sakit dalam kurun waktu ≥ 3 hari. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner baku dengan skor cemas ringan 20-39, cemas sedang 40-59 dan cemas berat 60-80. Hasil uji validitas dan uji reliabilitas kuesioner STAI nilai r hitung 0.88 dengan nilai *cronbach alpha* untuk *state anxiety* 0,93 dan untuk *trait anxiety* 0,91 serta kuesioner SQQ nilai r hitung 0.05 dengan nilai *cronbach alpha* 0.83. Analisis data menggunakan uji

spearman rho. Penelitian ini telah disetujui oleh Komisi Etik RSUD Dr. Moewardi Surakarta dengan nomor 614/VII/HREC/2017.

Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Anggota Keluarga Pasien Anak di Bangsal Anak RSUD K.R.M.T. Wongsonegoro (n=154)

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
1. 18-40 (Dewasa Awal)	125	81.2 %
2. 40-60 (Dewasa Madya)	28	18.2 %
3. >60 (Dewasa Akhir)	1	0.6 %
Jenis Kelamin		
1. Laki-laki	30	19.5 %
2. Perempuan	124	80.5 %
Status Pernikahan		
1. Menikah	152	98.7 %
2. Janda/Duda	2	1.3 %
Status Pendidikan		
1. SD	14	9.1 %
2. SMP	22	14.3 %
3. SMA	101	65.6 %
4. D3	10	6.5 %
5. S1	7	4.5 %
Pekerjaan		
1. Tidak Bekerja	58	37.7 %
2. Petani/Pedagang	7	4.5 %
3. Wiraswasta	44	28.6 %
4. PNS	6	3.9 %
5. Lainnya	39	25.3 %

Tabel 1 menunjukkan bahwa hampir seluruh responden adalah perempuan (80.5%), hampir seluruh responden berusia antara 18-40 tahun (81.2%) dan berstatus menikah (98.7%). Lebih dari separuh jumlah responden memiliki tingkat pendidikan SMA (65.6%) dan sebagian besar tidak bekerja (37.7%).

2. Tingkat Kecemasan

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Anggota Keluarga Pasien Anak di Bangsal Anak RSUD K.R.M.T. Wongsonegoro (n=154)

Kecemasan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
State Anxiety		
Cemas Ringan	65	42.2 %
Cemas Sedang	86	55.8 %
Cemas Berat	3	1.9 %
Trait Anxiety		
Cemas Ringan	135	87.7 %
Cemas Sedang	19	12.3 %

Tabel 2 menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden pada *state anxiety* mengalami cemas tingkat sedang (55.8%) sedangkan pada *trait anxiety* hampir seluruh responden mengalami cemas tingkat ringan (87.7%).

3. Kualitas Tidur

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Anggota Keluarga Pasien Anak di Bangsal Anak RSUD K.R.M.T. Wongsonegoro (n=154)

Kualitas Tidur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	81	52.6 %
Buruk	73	47.4 %

Tabel 3 menunjukkan bahwa lebih dari separuh jumlah responden memiliki kualitas tidur yang baik (52.6 %)

4. Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur

Tabel 4
Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Anggota Keluarga Pasien Anak di bangsal anak RSUD K.R.M.T. Wongsonegoro (n=154)

Tingkat Kecemasan	Kualitas Tidur				Total		p value	r
	Baik		Buruk		f	%		
	n	%	n	%				
State Anxiety								
Cemas Ringan	44	67.69	21	32.31	65	100	0.001	0.274
Cemas Sedang	37	43.03	49	56.97	86	100		
Cemas Berat	0	0	3	100	3	100		
Jumlah	81	52.59	73	47.41	154	100		
Trait Anxiety								
Cemas Ringan	73	54.07	62	45.93	135	100	0.331	0.079
Cemas Sedang	8	42.1	11	57.9	19	100		
Jumlah	81	52.9	73	47.41	154	100		

Tabel 4 menunjukkan hasil perhitungan statistik menggunakan *spearman rho* didapatkan hasil antara *state anxiety* dengan kualitas tidur didapatkan nilai $p=0.001$ ($p<0.05$) maka H_a diterima yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *state anxiety* dengan kualitas tidur pada anggota keluarga pasien di bangsal anak RSUD K.R.M.T. Wongsonegoro. Nilai koefisien korelasi didapatkan hasil yaitu 0.274 yang menunjukkan bahwa hubungan antara tingkat *state anxiety* dengan kualitas tidur bersifat searah yaitu dimana semakin tinggi nilai *state anxiety* maka semakin tinggi pula nilai kualitas tidur pada anggota keluarga pasien anak. Hal tersebut menunjukkan bahwa buruknya *state anxiety* maka akan mempengaruhi buruknya kualitas tidur anggota keluarga. Selain itu, hasil analisa hubungan antara *trait anxiety* dengan kualitas tidur didapatkan nilai $p=0.331$ ($p>0.05$) maka H_a ditolak yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara *trait anxiety* dengan kualitas tidur pada anggota keluarga pasien di bangsal anak RSUD K.R.M.T. Wongsonegoro. Nilai koefisien korelasi didapatkan hasil yaitu 0.079 yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara *trait anxiety* dengan kualitas tidur. Hal tersebut menunjukkan bahwa *trait anxiety* tidak mempengaruhi kualitas tidur anggota keluarga pasien anak.

Pembahasan

Berdasarkan penelitian didapatkan hasil mengenai *state anxiety* bahwa sebagian besar anggota keluarga mengalami tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 86 anggota keluarga pasien (55.8%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Apriyany⁹ yang menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua mengalami tingkat kecemasan sedang. Menurut Stuart¹⁰ menyatakan bahwa faktor yang menyebabkan tingginya angka kecemasan sedang adalah beratnya beban yang sedang dihadapi oleh seseorang. Pada hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anggota keluarga khawatir, gelisah dan sulit dalam mengambil keputusan saat anak sedang dirawat di rumah sakit. Hal tersebut menunjukkan bahwa anggota keluarga pasien memiliki beban yang sedang dihadapi. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat anggota keluarga pasien yang mengalami tingkat kecemasan berat. Menurut Stuart¹⁰, kecemasan berat dari seseorang cenderung berfokus pada sesuatu yang rinci dan spesifik serta tidak berpikir tentang hal yang lain. Setiap perilaku yang dilakukan seseorang yang mengalami kecemasan berat biasanya dilakukan untuk mengurangi ketegangan yang terjadi pada dirinya. Hal tersebut menunjukkan bahwa seseorang dengan kecemasan berat memerlukan banyak arahan untuk berfokus.

Selain itu, penelitian ini juga didapatkan hasil mengenai *trait anxiety* pada anggota keluarga pasien menunjukkan bahwa hampir seluruh anggota keluarga pasien mengalami cemas tingkat ringan yaitu sebanyak 135 anggota keluarga pasien (87.7%). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Lubis yang menunjukkan bahwa hampir seluruh responden mengalami tingkat kecemasan ringan pada *trait anxiety*.¹¹ Menurut Spielberger¹² mengatakan bahwa *trait anxiety* mengacu pada perbedaan individu yang cenderung stabil dalam tingkatan kecemasannya. Hal tersebut berarti bahwa perbedaan antara kecenderungan orang untuk mempresepsikan situasi yang berbahaya atau mengancam.

Berdasarkan dari hasil penelitian mengenai *state anxiety* yang dialami anggota keluarga pasien menunjukkan bahwa situasi dan kondisi dimana anak yang sedang mengalami hospitalisasi menjadi stimulus yang membuat keluarga pasien merasakan suatu ancaman atau bahaya sehingga anggota keluarga pasien mengalami kecemasan. Salah satu faktor presipitasi terjadinya kecemasan menurut Stuart¹⁰ yaitu ancaman terhadap integritas fisik dan biologis seperti tindakan yang dilakukan di rumah sakit. Situasi dan kondisi tersebut yang mungkin dialami oleh keluarga pasien dengan anak yang sedang hospitalisasi sehingga menyebabkan *state anxiety*. Anggota keluarga pasien yang memiliki *trait anxiety* atau kecenderungan untuk merasa cemas yang berat dapat pula menjadi faktor yang memengaruhi *state anxiety* pada saat anak yang sedang hospitalisasi. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa anggota keluarga pasien memiliki tingkat kecemasan yang berbeda-beda dari tingkat kecemasan ringan, sedang hingga berat untuk *state* dan *trait anxiety*.

Berdasarkan penelitian keluarga pasien menyatakan bahwa mengalami kesulitan untuk tidur pada malam hari, merasa lelah setelah bangun tidur pada pagi hari dan menyatakan sering mengantuk pada siang hari. Hasil penelitian mengenai baik atau buruknya kualitas tidur anggota keluarga pasien didapatkan hasil bahwa 81 responden memiliki kualitas tidur yang baik (52.6%). Namun, tidak sedikit juga anggota keluarga yang memiliki kualitas tidur yang buruk yaitu 73 anggota keluarga (47.4%). Hasil pernyataan anggota keluarga mengenai kurang cukupnya intensitas tidur diakibatkan karena seringnya terbangun saat malam hari.¹³

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar anggota keluarga yang tidur di rumah sakit memiliki kualitas tidur yang baik. Hal ini berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh Meltzer¹⁴ di Amerika yang menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua yang menunggui anaknya yang dirawat di rumah sakit mengalami kualitas tidur yang buruk. Perbedaan hasil tersebut dapat disebabkan oleh adanya perbedaan karakteristik, gaya hidup, dan faktor-faktor yang mempengaruhi tidur pada masing-masing anggota keluarga.

Menurut Bukit¹⁵, terdapat faktor yang mempengaruhi kualitas tidur dari seseorang seperti faktor lingkungan dan faktor psikologis. Faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi kualitas tidur seseorang adalah keadaan lingkungan di dalam ruangan rumah sakit mulai dari kebisingan, suhu ruangan yang panas, tempat tidur yang tidak nyaman dan lampu yang terlalu terang. Selain faktor lingkungan, faktor psikologis juga dapat mengganggu kualitas tidur. Perawatan atau tindakan yang ada di rumah sakit serta kurangnya informasi yang didapatkan oleh anggota keluarga anak merupakan hal yang dapat menimbulkan cemas dan depresi bagi pasien maupun keluarga pasien sehingga dapat menyebabkan kualitas tidur menjadi buruk.¹⁶

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anggota keluarga pada *state anxiety* mengalami kecemasan tingkat sedang dengan kualitas tidur yang buruk. Hasil analisa hubungan *state anxiety* dengan kualitas tidur didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan sesaat dengan kualitas tidur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anggota keluarga pasien dengan tingkat kecemasan sedang pada *state anxiety* memiliki kualitas tidur yang buruk serta anggota keluarga dengan tingkat kecemasan berat pada *state anxiety* memiliki kualitas tidur yang buruk. Selain itu, berdasarkan hasil analisis didapatkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara *trait anxiety* dengan kualitas tidur anggota keluarga pasien anak. Berdasarkan hal tersebut menunjukkan bahwa adanya perbedaan antara *state anxiety* dengan *trait anxiety* dimana *state anxiety* memiliki hubungan dengan kualitas tidur sedangkan *trait anxiety* tidak berhubungan dengan kualitas tidur pada anggota keluarga pasien anak di RSUD K.R.M.T. Wongsonegoro.

Penelitian yang dilakukan Sugihartiningsih¹⁷ menunjukkan bahwa orang tua memiliki tingkat kecemasan yang tinggi terhadap hospitalisasi pada anaknya. Kecemasan orang tua yang berlebihan dapat mempengaruhi kondisi tubuh dan pikiran orang tersebut.¹⁸ Hasil penelitian mengenai *state anxiety* yang dialami pada anggota keluarga pasien menunjukkan bahwa situasi dan kondisi dimana anak sedang dirawat di rumah sakit dengan berbagai tindakan yang ada menimbulkan stimulus pada anggota keluarga pasien anak. Stimulus tersebut membuat anggota keluarga pasien anak merasakan ancaman atau bahaya yang terjadi pada anaknya yang sedang dirawat sehingga anggota keluarga anggota keluarga pasien mengalami kecemasan tingkat sedang. Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa lebih dari setengah jumlah responden memiliki kualitas tidur yang baik, hal tersebut dapat dikarenakan persepsi anggota keluarga yang positif terhadap segala tindakan yang dilakukan di rumah sakit terhadap anaknya. Selain itu, manajemen waktu anggota keluarga yang baik dalam menunggui pasien anak dengan bergantian jaga pada malam hari sehingga membuat kualitas tidur anggota keluarga tidak terganggu dan memiliki kualitas tidur yang baik.

Berdasarkan penelitian juga didapatkan hasil bahwa lebih dari setengah anggota keluarga memiliki kualitas tidur yang baik. Namun, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa hampir setengah anggota keluarga pasien memiliki kualitas tidur yang buruk. Menurut Kozier¹⁹ menyatakan bahwa seseorang yang mengalami kecemasan yang tinggi akan meningkatkan kadar hormon

norepinefrin dimana akan mempengaruhi sistem saraf pusat yang mengatur tidur seseorang sehingga akan menyebabkan waktu tidur seseorang akan terganggu. Penelitian Meltzer et al¹⁴ di Amerika Serikat menunjukkan bahwa banyak gangguan saat tidur di rumah sakit dan membuat kualitas tidur menjadi buruk baik bagi pasien maupun anggota keluarga yang mendampingi.

Hasil penelitian Mariyam³ menunjukkan bahwa ada beberapa faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan orang tua terkait hospitalisasi pada anak yaitu usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status ekonomi. Menurut Potter dan Perry²⁰ cemas merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya kualitas tidur yang buruk. Cemas akan menyebabkan seseorang menjadi tegang dan seringkali frustrasi dan menyebabkan seseorang akan mengalami kesulitan untuk memulai tidur dan sering terbangun selama siklus tidurnya sehingga durasi tidurnya berkurang.

Kesimpulan dan Saran

Sebagian besar anggota keluarga pasien anak di RSUD K.R.M.T. Wongsonegoro mempunyai *state anxiety* tingkat sedang sebanyak (55.8%) dan untuk *trait anxiety* tingkat ringan sebanyak (87.7%) serta anggota keluarga pasien anak mempunyai kualitas tidur yang baik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan *state anxiety* dengan kualitas tidur pada anggota keluarga pasien anak di RSUD K.R.M.T. Wongsonegoro dan tidak terdapat hubungan *trait anxiety* dengan kualitas tidur anggota keluarga pasien anak di RSUD K.R.M.T. Wongsonegoro.

Saran yang diberikan bagi perawat dapat memberikan asuhan keperawatan bukan hanya kepada pasien tetapi juga kepada keluarga pasien seperti pemberian informasi mengenai keadaan pasien dan pemberian motivasi dan bagi anggota keluarga dapat memperhatikan keadaan, kondisi tubuh dan dapat mengatur jadwal istirahat.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih peneliti ucapkan kepada pihak dosen yang telah memberikan masukan beserta saran yang membangun, responden dalam penelitian ini, serta semua pihak yang telah membantu proses penelitian.

Daftar Pustaka

1. Wong DL, Hockenberry-Eaton M, Wilson D, Schwartz P. Buku ajar keperawatan pediatrik. Volume 2. Jakarta: EGC; 2009.
2. Melo EMDOP De, Ferreira PL, Lima RAG De, Mello DF De. The involvement of parents in the healthcare provided to hospitalized children. *Rev Lat Am Enfermagem*. 2014;22(3):432–9.
3. Mariyam AK. Faktor-Faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan orang tua terkait hospitalisasi anak usia toddler di BRSD RAA Soewonso Pati. 2008;1(2):38–56.
4. Tehrani T, Haghighi M, Bazmamoun H. Effects of stress on mothers of hospitalized children in a hospital in Iran. *Iran J Child Neurol*. 2012;6(4):39–45.
5. Briones B, Adams N, Strauss M, Rosenberg C, Whalen C, Carskadon M, et al. Relationship between sleepiness and general health status. *Sleep*. 1996;19(7):583–8.
6. Stuart GW. Buku saku keperawatan jiwa. Jakarta: EGC; 2007.
7. Riza Z. Dukungan keluarga dalam hospitalisasi anak usia pra sekolah di rumah sakit umum daerah langsa. 2012.

8. Nursalam, Susilaningrum R, Utami S. Asuhan keperawatan bayi dan anak. Jakarta: Salemba Medika; 2008.
9. Apriany D. Hubungan antara hospitalisasi anak dengan tingkat kecemasan orang tua. *Soedirman J Nurs.* 2013;8(2):1–13.
10. Stuart, GW. Buku saku keperawatan jiwa, Edsisi 5. Jakarta. EGC; 2012.
11. Lubis P, Widiarti E, Amrullah A. Tingkat kecemasan orangtua dengan anak yang akan dioperasi. *J Keperawatan Padjadjaran.* 2014;2:154–60.
12. Setiadarma, MP. Dasar-dasar psikologi olah raga. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan; 2000
13. Segala VP. Kualitas tidur dan faktor-faktor gangguan tidur pada penderita Hipertensi. Medan: Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara, 2011.
14. Meltzer JL, Davis Finn K, Mindell AJ. Patient and parent sleep in a children's hospital. *Pediatric Nurse.* 2012;38(2):64–71.
15. Bukit, Evi K. Kualitas tidur dan faktor-faktor gangguan Tidur klien lanjut usia yang dirawat inap di Ruang penyakit dalam rumah sakit, medan 2003. *Jurnal Keperawatan Indonesia.* Medan; 2005
16. Craven, RF., & Hirnle, CJ. *Fundamental of nursing: Human health and function.* New York: J. B. Lippincott Company; 1992
17. Sugihartiningsih. Gambaran tingkat kecemasan orang tua terhadap hospitalisasi anak di RSUD Dr. Moerwadi. 2016;13:55–9.
18. Harvard Women's Health Watch. Anxiety and physical illness. Harvard Heal Public; 2008.
19. Kozier B, Erb G, Berman A, Snyder S. Buku ajar fundamental keperawatan : Konsep, Proses & Praktik. 7th ed. Jakarta: EGC; 2010.
20. Potter PA, Perry AG. *Fundamental keperawatan: konsep, proses dan praktik.* Jakarta: EGC; 2006.