

HUBUNGAN TINGKAT STRES PSIKOLOGIS DENGAN KUALITAS TIDUR PADA PASIEN PASCA OPERASI ORIF DI RST WIJAYAKUSUMA PURWOKERTO

Iwan Santoso¹, Anny Rm², Ashri Maulida R³

162024031144@std.umku.ac.id¹, annyrosiana@umkudus.ac.id², arahwati@umkudus.ac.id³

Universitas Muhammadiyah Kudus

ABSTRAK

Latar Belakang: Operasi Open Reduction Internal Fixation (ORIF) merupakan prosedur bedah yang dilakukan untuk menangani fraktur dengan tujuan mengembalikan posisi tulang dan mempertahankan stabilitas menggunakan alat fiksasi internal. Pasien pasca operasi ORIF sering mengalami stres psikologis yang dipengaruhi oleh nyeri, keterbatasan mobilitas, kecemasan terhadap proses penyembuhan, serta perubahan kondisi fisik. Stres psikologis yang tidak teratasi dapat berdampak pada penurunan kualitas tidur, sehingga berpotensi menghambat proses pemulihan pasien. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres psikologis dengan kualitas tidur pada pasien pasca operasi ORIF di RST Wijayakusuma Purwokerto Metode: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain analitik korelasional dan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian adalah pasien pasca operasi ORIF yang memenuhi kriteria inklusi dan dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Tingkat stres psikologis diukur menggunakan kuesioner Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21) pada subskala stres, sedangkan kualitas tidur diukur menggunakan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman Rank dengan tingkat kemaknaan 95% ($p < 0,05$). Hasil: Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres psikologis dengan kualitas tidur pada pasien pasca operasi ORIF. Semakin tinggi tingkat stres psikologis yang dialami pasien, maka semakin buruk kualitas tidur yang dirasakan. Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres psikologis dengan kualitas tidur pada pasien pasca operasi ORIF di RST Wijayakusuma Purwokerto. Pengelolaan stres psikologis melalui pendekatan keperawatan yang komprehensif diharapkan dapat meningkatkan kualitas tidur serta mendukung proses penyembuhan pasien.

Kata Kunci: Stres Psikologis, Kualitas Tidur, ORIF, Pasien Pasca Operasi, Fraktur.

ABSTRACT

Background: Open Reduction Internal Fixation (ORIF) is a surgical procedure commonly performed to treat fractures by restoring bone alignment and maintaining stability using internal fixation devices. Patients undergoing ORIF frequently experience psychological stress due to postoperative pain, limited mobility, concerns about recovery, and changes in physical condition. Unmanaged psychological stress may negatively affect sleep quality and consequently delay the recovery process. Objective: This study aimed to determine the relationship between psychological stress levels and sleep quality among post-ORIF patients at Wijayakusuma Army Hospital (RST Wijayakusuma), Purwokerto. Methods: This study employed a quantitative correlational design with a cross-sectional approach. The participants were post-ORIF patients who met the inclusion criteria and were selected using purposive sampling. Psychological stress was measured using the Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21) stress subscale, while sleep quality was assessed using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Data were analyzed using the Spearman Rank correlation test with a significance level of 95% ($p < 0.05$). Results: The findings revealed a significant relationship between psychological stress levels and sleep quality among post-ORIF patients. Higher levels of psychological stress were associated with poorer sleep quality. Conclusion: There is a significant relationship between psychological stress levels and sleep quality among post-ORIF patients at Wijayakusuma Army Hospital, Purwokerto. Appropriate psychological stress management should be incorporated into nursing care to improve sleep quality

and promote postoperative recovery.

Keywords: *Psychological Stress, Sleep Quality, ORIF, Postoperative Patients, Fracture.*

PENDAHULUAN

Kualitas tidur merupakan salah satu aspek penting dalam proses pemulihan pasien pasca operasi. Tidur yang berkualitas berperan dalam meningkatkan sistem imun, mempercepat regenerasi jaringan, menurunkan persepsi nyeri, serta menjaga keseimbangan fisik dan psikologis pasien. Pada pasien pasca operasi ortopedi, khususnya Open Reduction and Internal Fixation (ORIF), kualitas tidur sering kali mengalami gangguan akibat nyeri luka operasi, keterbatasan mobilisasi, perubahan posisi tidur, serta kondisi lingkungan rumah sakit yang kurang mendukung waktu istirahat. (Juli, 2020)

Fraktur atau patah tulang merupakan terputusnya kontinuitas jaringan tulang yang disebabkan oleh tekanan atau rudapaksa yang melebihi kemampuan tulang untuk menyerapnya (Helmi, 2020). World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa insiden fraktur terus mengalami peningkatan, dengan jumlah kasus mencapai sekitar 1,3 juta orang dan prevalensi sebesar 2,7% (WHO, 2020). Di Indonesia, prevalensi fraktur mencapai 5,5% (Kemenkes RI, 2018), sedangkan di Provinsi Jawa Tengah tercatat angka kejadian fraktur sebesar 8,2% (Juli, 2020). Kondisi fraktur yang memerlukan tindakan pembedahan seperti ORIF menyebabkan pasien harus menjalani masa perawatan dan pemulihan yang kompleks, sehingga berpotensi menurunkan kualitas tidur pasca operasi (Maharani et al., 2020)

Operasi Open Reduction and Internal Fixation (ORIF) merupakan tindakan bedah ortopedi yang bertujuan untuk mengembalikan posisi tulang dan mempertahankannya dengan fiksasi internal menggunakan implant. Meskipun efektif secara klinis, tindakan ini dapat menimbulkan berbagai dampak pasca operasi, baik secara fisik maupun psikologis. Secara global, tindakan pembedahan mencapai sekitar 144 juta kasus per tahun, dengan 20% di antaranya termasuk pasien berisiko tinggi yang memiliki angka mortalitas cukup besar, serta komplikasi minor yang dapat memperpanjang masa rawat inap dan meningkatkan biaya perawatan. Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan penurunan kualitas tidur pada pasien pasca operasi ORIF adalah stres psikologis. Pasien pasca operasi rentan mengalami stres psikologis akibat nyeri pasca bedah, ketergantungan pada orang lain, keterbatasan aktivitas, serta kekhawatiran terhadap hasil operasi dan proses penyembuhan. Lingkungan rumah sakit seperti kebisingan, kurangnya privasi, serta gangguan selama waktu istirahat juga turut memperberat kondisi psikologis pasien. Penelitian Siregar et al., (2024) menunjukkan bahwa sekitar 45–60% pasien pasca operasi mengalami stres psikologis ringan hingga berat selama masa perawatan

Stres adalah kejadian umum di antara orang-orang kemungkinan besar belum terdapat orang biasa belum pernah merasakan bebas stres. Stres dapat memberikan efek negatif pada kesehatan fisik, emosional, spiritual, sosial dan intelektual seseorang. Stres fisik membahayakan keseimbangan fisiologis, stres emosional dapat mengakibatkan perasaan tidak menyenangkan atau merusak diri sendiri, stres intelektual memengaruhi persepsi dan keterampilan memecahkan masalah, stres sosial mempengaruhi hubungan dengan orang dan stres spiritual mengubah perspektif seseorang tentang kehidupan. Stres psikologis dapat menyebabkan gangguan tidur melalui peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis dan pelepasan hormon stres seperti kortisol, yang menghambat kemampuan tubuh untuk mencapai tidur nyenyak. Gangguan tidur yang berlangsung terus-menerus dapat memperlambat proses penyembuhan luka, meningkatkan persepsi nyeri, menurunkan daya tahan tubuh, serta memperpanjang lama perawatan pasien di rumah sakit (Bashir, 2020)

Salah satu aspek yang sering terdampak akibat stres psikologis adalah kualitas tidur. Tidur yang berkualitas memiliki peran penting dalam proses penyembuhan pasca operasi, karena berpengaruh terhadap sistem imun, regenerasi jaringan, serta keseimbangan fisiologis dan psikologis pasien. Namun, pada pasien pasca operasi ORIF, kualitas tidur sering kali terganggu akibat nyeri, lingkungan rumah sakit, perubahan posisi tidur, serta kondisi emosional seperti stres dan kecemasan. Penelitian yang dilakukan oleh Priyonto (2020) menunjukkan dengan nilai $p\text{-value}=0,01 < \alpha 0,05$ yang berarti ada hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan kualitas tidur yang baik. Tingkat stres sangat mempengaruhi kualitas tidur yang dimana disebabkan oleh dimana dirinya menyadari bahwa dirinya sedang menghadapi suatu masalah yang dialami yang mempengaruhi untuk tetap dapat tidur seperti tidak mengalami penyakit kronis, tidak terpasang alat medis, tidak mengonsumsi obat-obatan yang mempengaruhi tidur-bangun malam hari (Shafitri, 2023).

Berdasarkan hasil observasi awal (survei pendahuluan) yang dilakukan di RST Wijayakusuma Purwokerto terhadap 10 pasien pasca operasi ORIF, sebanyak 7 pasien mengeluhkan gangguan kualitas tidur, seperti sulit memulai tidur, sering terbangun pada malam hari, durasi tidur yang tidak adekuat, serta perasaan tidak segar saat bangun tidur. Selain itu, sebagian pasien juga mengungkapkan adanya kecemasan terhadap kondisi luka operasi, nyeri yang dirasakan, serta kekhawatiran terhadap kemampuan beraktivitas kembali seperti sebelum cedera. Temuan ini mengindikasikan bahwa kualitas tidur pasien pasca operasi ORIF dipengaruhi oleh kondisi psikologis, sehingga diduga terdapat hubungan antara tingkat stres psikologis dengan kualitas tidur pada pasien pasca operasi ORIF.

Penelitian yang dilakukan oleh Andri et al., (2020) sebelumnya telah banyak mengkaji kondisi psikologis pasien pasca operasi, terutama yang berfokus pada nyeri dan kecemasan sebagai dampak pembedahan. Namun, penelitian yang secara khusus menelaah stres psikologis serta keterkaitannya dengan kualitas tidur pada pasien pasca operasi Open Reduction and Internal Fixation (ORIF) masih terbatas, khususnya di lingkungan rumah sakit daerah. Selain itu, sebagian besar penelitian terdahulu belum mengaitkan stres psikologis sebagai faktor yang berkontribusi langsung terhadap gangguan kualitas tidur pada fase pasca operasi awal. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan dengan menitikberatkan pada hubungan tingkat stres psikologis dengan kualitas tidur pasien pasca operasi ORIF di RST Wijayakusuma Purwokerto, sehingga diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai aspek psikologis pasien serta menjadi dasar pengembangan intervensi keperawatan holistik untuk mempercepat proses pemulihan.

Peran perawat sangat penting dalam mengidentifikasi dan mengelola stres psikologis serta gangguan tidur pada pasien pasca operasi. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang mengkaji hubungan tingkat stres psikologis dengan kualitas tidur pada pasien pasca operasi ORIF di RST Wijayakusuma Purwokerto, sebagai dasar dalam penyusunan intervensi keperawatan yang holistik guna meningkatkan kualitas asuhan dan mempercepat proses pemulihan pasien.

Keutamaan Penelitian

Stres psikologis dan gangguan kualitas tidur merupakan masalah yang sering terjadi pada pasien pasca operasi, dengan prevalensi dilaporkan mencapai 40–60% untuk stres psikologis dan 50–70% untuk gangguan kualitas tidur, yang dapat berdampak negatif terhadap proses pemulihan. Kondisi ini menjadi lebih kompleks pada pasien pasca operasi Open Reduction and Internal Fixation (ORIF) karena adanya nyeri, keterbatasan mobilitas, ketergantungan terhadap orang lain, serta ketidaknyamanan lingkungan rumah sakit. Meskipun demikian, penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan tingkat stres psikologis dengan kualitas tidur pada pasien pasca operasi ortopedi, khususnya ORIF, masih

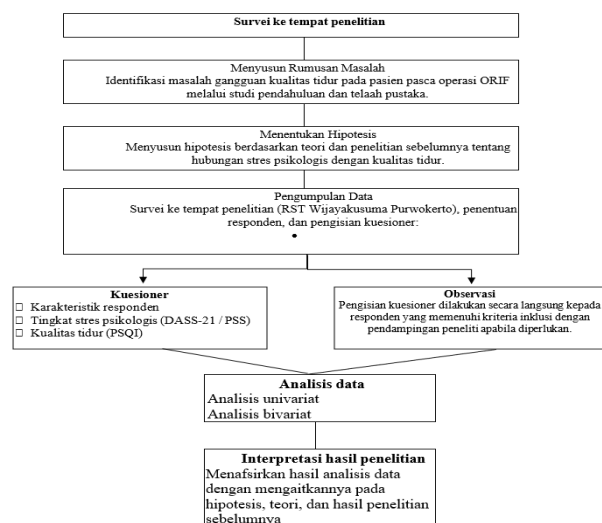
terbatas, terutama di rumah sakit daerah. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki urgensi dan kebaruan dengan menitikberatkan pada pendekatan keperawatan holistik yang mengintegrasikan aspek psikologis sebagai faktor penting yang memengaruhi kualitas tidur dan proses penyembuhan pasien pasca operasi ORIF di RST Wijayakusuma Purwokerto.

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan intervensi keperawatan manajemen stres, meningkatkan kualitas tidur, mempercepat pemulihan, serta meningkatkan mutu pelayanan keperawatan dan menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya di bidang keperawatan medikal bedah. Keunggulan atau kebaruan penelitian ini terletak pada fokus penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara tingkat stres psikologis dengan kualitas tidur pada pasien pasca operasi ORIF. Penelitian sebelumnya lebih banyak membahas nyeri atau kecemasan pasca operasi, sedangkan penelitian ini menitikberatkan pada stres psikologis sebagai faktor yang memengaruhi kualitas tidur. Selain itu, penelitian ini dilakukan di RST Wijayakusuma Purwokerto, sehingga memberikan gambaran kondisi pasien di rumah sakit daerah yang masih jarang diteliti.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan analitik korelasional, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa memberikan intervensi terhadap subjek penelitian. Penelitian ini menganalisis hubungan antara tingkat stres psikologis sebagai variabel independen dan kualitas tidur sebagai variabel dependen pada pasien pasca operasi ORIF. Desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional, yaitu pengukuran variabel independen dan variabel dependen dilakukan secara bersamaan pada satu waktu pengamatan..

Tahapan Penelitian



HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sakit Tingkat (RST) Wijayakusuma Purwokerto, yang merupakan salah satu rumah sakit rujukan di wilayah Kabupaten Banyumas dan sekitarnya. RST Wijayakusuma Purwokerto memberikan pelayanan kesehatan yang meliputi rawat jalan, rawat inap, pelayanan gawat darurat, serta pelayanan bedah, termasuk bedah ortopedi. Rumah sakit ini memiliki tenaga kesehatan profesional yang terdiri dari dokter spesialis, perawat, dan tenaga medis lainnya yang mendukung pelayanan komprehensif bagi pasien. Sebagai rumah sakit rujukan, RST Wijayakusuma Purwokerto cukup sering menangani kasus fraktur yang memerlukan tindakan Open

Reduction Internal Fixation (ORIF). Pasien pasca operasi ORIF dirawat di ruang rawat inap dengan pemantauan kondisi fisik dan psikologis selama masa pemulihan. Fasilitas perawatan yang tersedia serta jumlah pasien ortopedi yang cukup memadai menjadi pertimbangan dalam pemilihan lokasi penelitian, sehingga memungkinkan peneliti memperoleh data yang relevan terkait tingkat stres psikologis dan kualitas tidur pasien pasca operasi ORIF.

Analisis Univariat

Analisa univariat digunakan untuk mendeskripsikan semua variabel dalam penelitian dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Dalam penelitian ini akan dideskripsikan distribusi frekuensi dari karakteristik responden, Tingkat stress psikologi dan kualitas tidur

1. Distribusi frekuensi karakteristik responden disajikan dalam tabel 4.1 dibawah ini.

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Karakteristik Orang Tua

Karakteristik	f	%	Mean	Sd	Min-Max
Umur			45,2	11,8	23–60
Jenis Kelamin					
1) Laki-laki	26	42,6			
2) Perempuan	35	57,4			
Pendidikan Terakhir					
1) Tidak Sekolah	5	8,2			
2) SD	12	19,7			
3) SMP	15	24,6			
4) SMA	20	32,8			
5) Perguruan Tinggi	9	14,7			
Pekerjaan					
1) Tidak Bekerja	14	23			
2) Petani	10	16,4			
3) Swasta	22	36,1			
4) PNS	7	11,5			
5) Lainnya	8	13,0			
Jumlah	61	100			

Sumber: Data Primer Diolah Tahun 2026

Berdasarkan tabel karakteristik responden, dari 61 responden (100%) diperoleh rata-rata umur 45,2 tahun dengan standar deviasi 11,8, serta rentang umur 23–60 tahun, yang menunjukkan responden berada pada usia dewasa hingga lansia awal. Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden adalah perempuan sebanyak 35 responden (57,4%), sedangkan laki-laki sebanyak 26 responden (42,6%). Pendidikan terakhir responden didominasi oleh SMA sebanyak 20 responden (32,8%), diikuti SMP 15 responden (24,6%), SD 12 responden (19,7%), perguruan tinggi 9 responden (14,7%), dan tidak sekolah 5 responden (8,2%). Berdasarkan pekerjaan, mayoritas responden bekerja di sektor swasta sebanyak 22 responden (36,1%), diikuti responden yang tidak bekerja 14 responden (23,0%), petani 10 responden (16,4%), PNS 7 responden (11,5%), dan pekerjaan lainnya 8 responden (13,0%).

2. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres

Tingkat Stres	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Normal	12	19,7
Ringan	14	23,0
Sedang	20	32,8
Berat	10	16,4
Sangat Berat	5	8,2
Total	61	100

Sumber: Data Primer Diolah Tahun 2026

Berdasarkan hasil pengukuran tingkat stres psikologis menggunakan kuesioner Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21) subskala stres, dari 61 responden sebagian besar berada pada kategori stres sedang, yaitu 20 responden (32,8%), diikuti oleh kategori stres ringan sebanyak 14 responden (23,0%) dan stres normal sebanyak 12 responden (19,7%). Sementara itu, responden dengan tingkat stres berat berjumlah 10 responden (16,4%) dan stres sangat berat sebanyak 5 responden (8,2%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien pasca operasi ORIF mengalami tingkat stres psikologis pada kategori ringan hingga sedang.

3. Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur

Kualitas Tidur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	14	23,0
Sedang	27	44,3
Buruk	20	32,8
Total	61	100

Sumber: Data Primer Diolah Tahun 2026

Berdasarkan hasil pengukuran kualitas tidur menggunakan kuesioner PSQI, dari 61 responden sebagian besar memiliki kualitas tidur sedang, yaitu 27 responden (44,3%), diikuti oleh responden dengan kualitas tidur buruk sebanyak 20 responden (32,8%), dan responden dengan kualitas tidur baik sebanyak 14 responden (23,0%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien pasca operasi ORIF masih mengalami gangguan kualitas tidur yang bervariasi, sehingga memerlukan perhatian dalam perawatan keperawatan, khususnya terkait faktor psikologis seperti tingkat stres.

Analisis Bivariat

1. Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Pasca Operasi ORIF Di RST Wijayakusuma Purwokerto

Tingkat Stres	Kualitas Tidur			Total	PV	r-Hitung
	Baik	Sedang	Buruk			
Normal	8	4	0	12	0,000	0,624
Ringan	5	7	2	14		
Sedang	1	12	7	20		
Berat	0	3	7	10		
Sangat Berat	0	1	4	5		
Total	14	27	20	61		

Sumber: Data Primer Diolah Tahun 2026

Berdasarkan tabel silang antara tingkat stres psikologis dengan kualitas tidur, terlihat adanya kecenderungan bahwa semakin tinggi tingkat stres yang dialami responden, semakin buruk kualitas tidurnya. Responden dengan tingkat stres normal sebagian besar memiliki kualitas tidur baik, yaitu 8 dari 12 responden, sedangkan sisanya berada pada kualitas tidur sedang dan tidak terdapat responden dengan kualitas tidur buruk. Pada tingkat stres ringan, sebagian besar responden memiliki kualitas tidur sedang sebanyak 7 responden, diikuti kualitas tidur baik dan buruk. Responden dengan tingkat stres sedang didominasi oleh kualitas tidur sedang dan buruk, masing-masing sebanyak 12 dan 7 responden. Pada tingkat stres berat dan sangat berat, mayoritas responden mengalami kualitas tidur buruk, masing-masing sebanyak 7 dan 4 responden. Hasil uji korelasi Rank Spearman menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) dengan r hitung = 0,624, yang menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan signifikan antara tingkat stres psikologis dengan kualitas tidur pada pasien pasca operasi ORIF di RST Wijayakusuma Purwokerto.

Pembahasan

Bab ini memuat pemikiran peneliti untuk memberikan penjelasan dan interpretasi atas hasil penelitian yang telah dianalisis guna menjawab rumusan masalah dalam penelitian ini. uraian mengenai pembahasan ini dikaitkan dengan hasil kajian teori dan hasil-hasil penelitian lain yang relevan

Analisis Univariat

1. Tingkat Stres Psikologis

Berdasarkan Tabel 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres, dari 61 responden pasien pasca operasi ORIF diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami stres tingkat sedang, yaitu sebanyak 20 responden (32,8%). Selanjutnya, responden dengan tingkat stres ringan sebanyak 14 responden (23,0%), diikuti oleh stres normal sebanyak 12 responden (19,7%). Sementara itu, responden dengan tingkat stres berat berjumlah 10 responden (16,4%) dan sangat berat sebanyak 5 responden (8,2%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien pasca operasi ORIF masih mengalami stres psikologis pada tingkat ringan hingga sedang.

Stres psikologis pada pasien pasca operasi ORIF dapat disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain nyeri pasca operasi, keterbatasan mobilisasi, ketergantungan terhadap orang lain, serta kekhawatiran terhadap proses penyembuhan dan kemungkinan komplikasi. Stres merupakan respons individu terhadap tuntutan internal maupun eksternal yang dinilai melebihi kemampuan koping seseorang. Kondisi pasca operasi merupakan situasi yang berpotensi menimbulkan stres karena adanya perubahan fisik, psikologis, dan sosial secara bersamaan (Siregar et al., 2024)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anam (2021) yang menyatakan bahwa pasien pasca tindakan bedah mayoritas mengalami stres psikologis pada kategori ringan hingga sedang, terutama pada fase awal pemulihan. Penelitian lain oleh Putri dan Sari (2020) juga menunjukkan bahwa tingkat stres sedang paling banyak ditemukan pada pasien pasca operasi ortopedi, yang dipengaruhi oleh nyeri, gangguan tidur, serta keterbatasan aktivitas fisik.

Selain itu, menurut Andri et al., (2020) pasien pasca operasi ortopedi cenderung mengalami stres psikologis akibat ketidaknyamanan fisik dan ketidakpastian terhadap kemampuan fungsional di masa mendatang. Apabila stres tidak ditangani dengan baik, kondisi ini dapat berdampak negatif terhadap proses penyembuhan, termasuk meningkatkan persepsi nyeri, memperpanjang masa rawat inap, serta menurunkan kualitas tidur pasien.

2. Kualitas Tidur

Berdasarkan Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur, dari 61 responden pasien pasca operasi ORIF diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kualitas tidur sedang, yaitu sebanyak 27 responden (44,3%). Selanjutnya, responden dengan kualitas tidur buruk sebanyak 20 responden (32,8%), sedangkan responden dengan kualitas tidur baik hanya 14 responden (23,0%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien pasca operasi ORIF masih mengalami gangguan kualitas tidur pada tingkat sedang hingga buruk.

Gangguan kualitas tidur pada pasien pasca operasi ORIF dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain nyeri pasca operasi, ketidaknyamanan akibat luka operasi dan alat fiksasi, keterbatasan mobilisasi, serta lingkungan perawatan rumah sakit seperti kebisingan dan aktivitas perawatan malam hari. Kualitas tidur yang buruk sering terjadi pada pasien yang mengalami nyeri dan stres psikologis, terutama pada fase akut pasca pembedahan

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hamdiah & Budiyo (2022) yang menyatakan bahwa sebagian besar pasien pasca operasi ortopedi mengalami kualitas tidur sedang hingga buruk akibat nyeri dan kecemasan terhadap kondisi kesehatannya. Penelitian lain oleh Maharani et al., (2020) juga menunjukkan bahwa pasien pasca operasi memiliki gangguan tidur yang signifikan, terutama pada hari-hari awal perawatan, yang ditandai dengan sering terbangun di malam hari dan sulit memulai tidur. Gangguan kualitas tidur pada pasien pasca operasi ortopedi dapat berdampak pada proses penyembuhan, seperti memperlambat regenerasi jaringan, meningkatkan kelelahan, serta menurunkan daya tahan tubuh. Oleh karena itu, kualitas tidur merupakan aspek penting yang perlu diperhatikan dalam asuhan keperawatan pasien pasca operasi ORIF

Analisis Bivariat

1. Hubungan Tingkat Stres Psikologis Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Pasca Operasi Di RST Wijayakusuma Purwokerto

Berdasarkan hasil penelitian, gambaran yang paling menonjol pada kualitas tidur adalah mayoritas responden mengalami kualitas tidur sedang hingga buruk. Keluhan yang paling sering disampaikan responden yaitu sulit memulai tidur, sering terbangun pada malam hari, tidur tidak nyenyak, serta merasa tidak segar saat bangun tidur. Kondisi ini menunjukkan adanya gangguan pola tidur pada pasien pasca operasi ORIF. Sedangkan pada tingkat stres psikologis, gambaran yang paling menonjol adalah mayoritas responden berada pada kategori stres sedang. Responden banyak menunjukkan perasaan tegang, sulit rileks, mudah cemas, dan khawatir terhadap kondisi pasca operasi serta proses pemulihan. Selain itu, pasien juga mengalami keterbatasan mobilisasi dan ketergantungan terhadap bantuan orang lain, sehingga meningkatkan tekanan psikologis selama masa perawatan. Dari hasil tabel silang juga terlihat bahwa responden dengan stres normal mayoritas memiliki kualitas tidur baik, sedangkan pada stres sedang hingga berat mayoritas mengalami kualitas tidur buruk. Hal ini memperlihatkan pola bahwa semakin tinggi stres psikologis pasien, maka kualitas tidurnya cenderung semakin terganggu. Meskipun secara statistik jumlah responden dengan kualitas tidur buruk tidak lebih banyak dibanding kategori sedang, namun kondisi ini tetap menunjukkan adanya gangguan pola tidur pada pasien pasca operasi ORIF. Gangguan tidur tersebut terlihat dari keluhan responden seperti sulit memulai tidur, sering terbangun pada malam hari, tidur yang tidak nyenyak, serta rasa tidak segar saat bangun tidur. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh nyeri pasca operasi, keterbatasan mobilisasi, lingkungan rumah sakit, dan kondisi psikologis pasien seperti stres dan kecemasan.

Hasil uji korelasi Rank Spearman menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) dengan r hitung = 0,624, yang berarti terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara tingkat stres psikologis dengan kualitas tidur. Nilai koefisien korelasi positif menunjukkan bahwa peningkatan tingkat stres psikologis diikuti dengan penurunan kualitas tidur pasien. Temuan ini mendukung hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan antara tingkat stres psikologis dengan kualitas tidur pada pasien pasca operasi ORIF di RST Wijayakusuma Purwokerto.

Gangguan kualitas tidur pada pasien pasca operasi ORIF merupakan masalah yang serius karena dapat memperlambat penyembuhan luka, meningkatkan nyeri, menurunkan daya tahan tubuh, serta memperpanjang lama rawat inap. Selain itu, tidur yang buruk juga meningkatkan hormon stres dan memengaruhi kondisi psikologis pasien. Oleh karena itu, kualitas tidur perlu menjadi perhatian dalam asuhan keperawatan pasien pasca operasi. Stres menjadi penyebab dari masalah gangguan tidur yang sering tidak disadari oleh individu itu sendiri. Seseorang yang terlalu keras dalam berpikir yang mengakibatkan ia sulit mengatur tingkat emosi akan berdampak besar pada ketegangan sehingga ia akan sulit untuk tertidur dengan cepat. Perasaan tegang ini dapat mempengaruhi seseorang dalam penentuan kualitas tidurnya. Stres berpengaruh terhadap mimpi buruk dan keluhan tidur lainnya yang membuat kualitas tidur seseorang semakin buruk. Pada saat seseorang mengalami stres akan terjadi peningkatan pada hormon epinefrin, norepinefrin, dan kortisol yang mempengaruhi seluruh susunan saraf pada tubuh manusia dan membuat tubuh kita tetap terjaga. Peningkatan pada perubahan hormon tersebut juga mempengaruhi siklus tidur Non Rapid Eye Movement (NREM) dan Rapid Eye Movement (REM) yang menjadi penyebab mengapa seseorang sering terbangun di malam hari dan sering mengalami mimpi buruk.

Secara teoritis, stres psikologis dapat memengaruhi kualitas tidur melalui aktivasi sistem saraf simpatik dan peningkatan hormon stres seperti kortisol, yang menyebabkan individu menjadi lebih waspada dan sulit untuk memulai maupun mempertahankan tidur. Stres merupakan hasil dari ketidakseimbangan antara tuntutan lingkungan dengan kemampuan koping individu. Pada pasien pasca operasi ORIF, stres dapat muncul akibat nyeri, keterbatasan mobilitas, ketergantungan pada orang lain, serta kekhawatiran terhadap proses pemulihan, yang secara langsung berdampak pada pola tidur. Tingkat stres sangat mempengaruhi kualitas tidur yang disebabkan oleh dimana dirinya menyadari bahwa dirinya sedang menghadapi suatu masalah yang dialami yang mempengaruhi untuk tetap dapat tidur seperti tidak mengalami penyakit kronis, tidak terpasang alat medis, tidak mengonsumsi obat-obatan yang mempengaruhi tidur-bangun malam hari (Siregar et al., 2024).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Siregar et al., 2024) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dengan kualitas tidur pada pasien pasca operasi ortopedi, di mana pasien dengan stres sedang hingga berat cenderung mengalami kualitas tidur yang buruk. Penelitian lain oleh Maharani et al., (2020) juga menunjukkan bahwa stres psikologis merupakan salah satu faktor dominan yang memengaruhi gangguan tidur pada pasien pasca operasi, selain faktor nyeri dan lingkungan perawatan.

Gangguan kualitas tidur pada pasien pasca operasi dapat memperlambat proses penyembuhan, meningkatkan kelelahan, serta menurunkan sistem imun. Oleh karena itu, perawat memiliki peran penting dalam melakukan pengkajian stres psikologis dan kualitas tidur secara komprehensif, serta memberikan intervensi keperawatan yang tepat, seperti manajemen nyeri, teknik relaksasi, edukasi, dan dukungan emosional, guna menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kualitas tidur pasien pasca operasi ORIF (Wati, 2024).

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain desain penelitian cross sectional yang hanya menggambarkan hubungan antara tingkat stres psikologis dan kualitas tidur pada satu waktu tertentu sehingga tidak dapat menjelaskan hubungan sebab akibat. Selain itu, pengukuran variabel menggunakan kuesioner self-report (DASS-21 dan PSQI) yang bergantung pada persepsi responden, sehingga berpotensi menimbulkan bias subjektivitas. Penelitian ini juga belum mengontrol faktor lain yang dapat memengaruhi kualitas tidur, seperti tingkat nyeri pasca operasi, penggunaan obat, kondisi lingkungan perawatan, serta dukungan keluarga. Di samping itu, jumlah sampel yang terbatas dan lokasi penelitian yang hanya dilakukan di satu rumah sakit, yaitu RST Wijayakusuma Purwokerto, menyebabkan hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas.

KESIMPULAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan tingkat stress psikologis dengan kualitas tidur di RST Wijayakusuma Purwokerto, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat stres psikologis pada pasien pasca operasi ORIF di RST Wijayakusuma Purwokerto sebagian besar berada pada kategori stres sedang, diikuti oleh kategori stres ringan dan normal, sedangkan sebagian kecil responden mengalami stres berat dan sangat berat.
2. Kualitas tidur pada pasien pasca operasi ORIF di RST Wijayakusuma Purwokerto sebagian besar berada pada kategori sedang, diikuti oleh kualitas tidur buruk, dan hanya sebagian kecil responden yang memiliki kualitas tidur baik.
3. Terdapat hubungan yang signifikan dan kuat antara tingkat stres psikologis dengan kualitas tidur pada pasien pasca operasi ORIF di RST Wijayakusuma Purwokerto, di mana semakin tinggi tingkat stres psikologis yang dialami pasien, semakin buruk kualitas tidurnya.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Pelayanan Keperawatan

Diharapkan perawat dapat melakukan pengkajian stres psikologis dan kualitas tidur secara rutin pada pasien pasca operasi ORIF, serta memberikan intervensi keperawatan yang tepat seperti manajemen nyeri, teknik relaksasi, dukungan emosional, dan edukasi untuk menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kualitas tidur pasien.

2. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Rumah sakit diharapkan dapat meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan dengan menyediakan lingkungan perawatan yang nyaman dan kondusif untuk tidur, serta mendukung program pelayanan yang berfokus pada aspek psikologis pasien pasca operasi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain penelitian yang berbeda, seperti longitudinal atau eksperimen, serta mempertimbangkan faktor lain yang dapat memengaruhi kualitas tidur, seperti nyeri, penggunaan obat, dan dukungan keluarga, dengan jumlah sampel yang lebih besar dan lokasi penelitian yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Anam, K. (2021). GAMBARAN STRES PADA PASIEN POST OPERASI SECTIO CAESAREA.
- Andri, J., Panzilion, P., & Sutrisno, T. (2020). Hubungan antara nyeri fraktur dengan kualitas tidur pasien yang dirawat inap. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 1(1), 55–64. <https://doi.org/10.31539/jka.v1i1.633>
- Bashir, A. (2020). Hubungan nyeri dan kecemasan dengan pola istirahat tidur pasien post operasi di ruang bedah Rumah Sakit Umum Tengku Chik Ditiro Sigli. *Jurnal Keperawatan*, 8(1), 15–22.
- Hamdiah, D., & Budiyanto, A. (2022). Hubungan antara nyeri dan kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien pasca operasi di ruang bedah. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 6(2), 191–199.
- Juli, A. (2020). Nyeri pada pasien post op fraktur ekstremitas bawah dengan pelaksanaan mobilisasi rentang gerak sendi. *Jurnal Keperawatan*, 2, 61–70.
- Maharani, M. Y., Masfuri, M., & Maria, R. (2020). Analisis faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pasien ortopedi pasca pembedahan yang menjalani rawat inap. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 6(2). <https://doi.org/10.17509/jpki.v6i2.22952>
- Notoatmodjo, S. (2020). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta.
- Putri, N. A., & Utomo, D. E. (2021). Pengaruh terapi musik instrumental terhadap kualitas tidur pada pasien post operasi yang mengalami gangguan tidur tahun 2020. *Jurnal Perawat Indonesia*, 5(2), 672–683.
- Shafitri, R. M. (2023). Gambaran Kualitas Tidur Pasien Rawat Inap Dengan Berbagai Jenis Penyakit di RSUD dr. Gunawan Mangunkusumo Ambarawa. Universitas Diponegoro.
- Siregar, M. A., Adi, M., Aritonang, S., & Siregar, Y. H. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres terhadap Kualitas Tidur pada Pasien Post Operasi.
- Sutrisna, M., Kusmiran, E., & Noviyanti, H. A. (2020). Hubungan tingkat nyeri dengan kualitas tidur pada pasien pasca operasi caesar. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 4(2), 59–66.
- Syanif, A. H., Muharani, A., Ardilla, M., & Sanora, E. (2025). Hubungan Nyeri , Kecemasan dengan Kualitas Tidur Pasien Post Operasi Relationship between Pain , Anxiety and Sleep Quality of Postoperative Patients. 7, 63–67.
- Wati, R. (2024). HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA.