

HUBUNGAN KEBIASAAN POSISI TIDUR DENGAN RESIKO TERJADINYA SERANGAN ULANG PADA PASIEN PENYAKIT JANTUNG KORONER DI POLI JANTUNG RSUD GAMBIRAN KOTA KEDIRI

Joko Sutrisno
STIKES SURYA MITRA HUSADA KEDIRI

Abstract

Coronary Heart Disease is a condition where there is narrowing of the coronary blood vessels that disrupts blood flow to the heart muscle and heart muscle is damaged or malfunctioning. To prevent the occurrence of coronary heart disease, one of which is the heart of the Sleep Position Habits . Sim dextra the sleep position is heart of the sleep habits so as not to burden the heart's performance and to help the renovation of heart function. Purpose of the study to determine the relationship of sleep position habits with risk of repeated attacks in patients with coronary heart disease in the heart poly Gambiran Hospital Kediri.

In this study, researchers used a research design of Study Correlation with Cross Sectional approach. Statistical analysis of test data using Spearman Rho test with degrees of significance $\alpha < 0.05$. The study population was all patients coronary heart disease in the heart poly Gambiran Hospital Kediri. Consecutive sampling techniques using sampling obtained in accordance with inclusion criteria were 20 people. Independent variables in this study is the sleep position habits of coronary heart disease patients. and the dependent variable is the risk of repeated attacks in patients with coronary heart disease in the heart poly Gambiran Hospital Kediri.

Data obtained from the results of the study sleep position habits on coronary heart disease patients is still largely not true that 55% (11 people). The risk of repeated attacks in patients with coronary heart disease most patients have a high risk for the occurrence of repeated attacks, as many as 60% (12 people).a significant Correlation of sleep position habits with risk of repeated attacks in patients with coronary heart disease in the heart poly Gambiran Hospital Kediri denganl Spearman Rho test statistic values obtained. Sig. (2-tailed) at $p = 0.000 > \alpha = 0.05$ means that H_0 received.

The are necessarily the patients had a Sleep position right habits can reduce the risk of repeated attacks of coronary heart disease, repeated attacks can occur when and where aja can be caused by various factors, such as lack of activity, kebiasaan smoking, lifestyle, heredity.

Keywords: *Sleep Position Habits ,The Risk of Repeated Attacks, Coronary Heart Disease.*

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Jantung Koroner adalah jenis penyakit yang banyak menyerang penduduk Indonesia. Kondisi ini terjadi akibat penyempitan/penyumbatan di dinding nadi koroner karena adanya endapan lemak dan kolesterol sehingga mengakibatkan suplai darah ke jantung menjadi terganggu. Perubahan pola hidup, pola makan, dan stres juga dapat mengakibatkan terjadinya

penyakit jantung koroner (Soeharto Imam, 2004).

Untuk mencegah terjadinya penyakit jantung koroner, salah satunya adalah dengan Tidur miring ke kanan agar tidak memberatkan kerja jantung dan untuk membantu renovasi fungsi jantung. Perubahan Pola Tidur dapat mengakibatkan perubahan pola eliminasi urin dan bowel yaitu sulit BAB atau konstipasi. Tidur miring ke kanan juga membantu terhadap kelancaran buang air besar, pasien jantung tidak boleh

mengejan saat buang air besar, karena akan memperberat kerja jantung. Karena itu kelancaran buang air besar harus diperhatikan, salah satunya yaitu dengan ketataan melaksanakan Tidur miring ke kanan jantung (Potter & Percy, 2006).

Tidur miring ke kanan jantung merupakan bagian yang penting dalam proses penyembuhan. Berdasarkan pengalaman peneliti, pola tidur yang sehat pada pasien jantung koroner belum dilaksanakan secara terprogram. Hasil studi pendahuluan pada bulan September 2002 di Poli Jantung RSUD Gambiran terhadap 10 pasien jantung koroner, 7 pasien mengatakan Tidur miring ke kiri, 2 orang mengatakan tidur terlentang, 1 orang mengatakan sering berganti posisi tidur

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan kebiasaan posisi tidur dengan resiko terjadinya serangan ulang pada pasien penyakit jantung koroner di poli jantung RSUD Gambiran Kediri".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah penelitian : Apakah ada hubungan kebiasaan posisi tidur dengan resiko terjadinya serangan ulang pada pasien penyakit jantung koroner di poli jantung RSUD Gambiran Kediri

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kebiasaan posisi tidur dengan resiko terjadinya serangan ulang pada pasien penyakit jantung koroner di poli jantung RSUD Gambiran Kediri

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi kebiasaan posisi tidur pada pasien penyakit jantung koroner di poli jantung RSUD Gambiran Kediri
- b. Mengidentifikasi resiko terjadinya serangan ulang pada pasien penyakit jantung koroner di poli jantung RSUD Gambiran Kediri.

c. Menganalisis hubungan kebiasaan posisi tidur dengan resiko terjadinya serangan ulang pada pasien penyakit jantung koroner di poli jantung RSUD Gambiran Kediri.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pasien / Responden

Pasien bisa menerapkan kebiasaan tidur yang sehat agar tidak memberatkan kerja jantung, mengurangi nyeri dada dan resiko serangan ulang pada pasien dengan penyakit jantung koroner.

2. Bagi Institusi

Diharapkan dapat memberikan masukan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan informasi pada pasien yang baru masuk di poli jantung agar mematuhi kebiasaan tidur sehat Sehingga mengurangi resiko terjadinya serangan ulang.

3. Bagi Ilmu Keperawatan

Dapat dijadikan sebagai bahan protap intervensi keperawatan bagi perawat yang bertugas di Rumah Sakit untuk mengajarkan kebiasaan tidur yang sehat untuk mencegah terjadinya serangan ulang.

4. Bagi Peneliti

Dapat meningkatkan pemahaman penelitian mengenai pentingnya kebiasaan tidur, dan mengetahui faktor penyebab terjadinya serangan ulang sehingga serangan ulang dapat dicegah sejak dini pada pasien penyakit jantung koroner

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Metode Penelitian adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran ilmu pengetahuan atau pemecahan suatu masalah (Notoadmodjo, 2003 :10). Rancangan atau desain penelitian adalah suatu yang sangat penting dalam penelitian, yang memungkinkan pemaksimalan kontrol beberapa factor yang bisa mempengaruhi akurasi suatu hasil (Nursalam, 2003). Dalam penelitian ini, penelitian menggunakan desain

penelitian Study observasi dengan pendekatan *Cross Sectional*.

Penelitian observasi mengkaji hubungan antara variabel yang mengacu pada kecenderungan bahwa variasi suatu variable diikuti oleh variable lain yang melibatkan minimal dua variabel, yang penelitiannya dapat diukur secara serentak dari suatu kelompok obyek.

Cross sectional, yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data variabel independent dan dependent hanya satu kali pada suatu saat dengan study ini akan diperoleh prevalensi atau efek suatu fenomena (variabel independent) dihubungkan dengan penyebab (variabel dependent) (Nursalam, 2006) pada penelitian ini mencari hubungan kebiasaan posisi tidur dengan resiko terjadinya serangan ulang pada pasien penyakit jantung koroner di poli jantung RSUD Gambiran Kediri

B. Variabel Penelitian

1. Variabel independent (Variabel bebas) Pada penelitian ini variabel bebasnya adalah kebiasaan posisi tidur pasien penyakit jantung koroner.
2. Variabel dependent (variabel terikat) Pada penelitian ini variabel terikatnya adalah resiko terjadinya serangan ulang pada pasien penyakit jantung koroner

C. Pengumpulan dan Pengolaha Data

Penelitian dilaksanakan di Poli Jantung RSUD Gambiran Kediri pada tanggal 1-29 Februari 2012. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan lembar kuesioner untuk mengetahui kebiasaan posisi tidur pasien dan resiko serangan ulang. Uji analisa dengan bantuan komputer dengan menggunakan Uji *Spearman Rho*

. Jika nilai sig (p) > 0,00 maka Ho ditolak artinya terbukti ada hubungan kebiasaan posisi tidur dengan resiko terjadinya serangan ulang pada pasien penyakit jantung koroner.

HASIL PENELITIAN

A. Karakteristik Variabel

1. Kebiasaan posisi tidur pada pasien penyakit jantung koroner di poli jantung RSUD Gambiran Kediri

Kebiasaan Posisi Tidur	Jumlah	Persentasi (%)
Miring kekanan	0	0
Miring kekiri	11	55
Tengkurap	9	45
Jumlah	20	100

Berdasarkan hasil observasi diatas menunjukkan bahwa sebagian besar kebiasaan tidur miring kekiri pasien Penyakit Jantung Koroner yaitu 55 % (11 Responden).

2. Resiko terjadinya serangan ulang pada pasien penyakit jantung koroner di poli jantung RSUD Gambiran Kediri

Resiko	Jumlah	Persentasi (%)
Resiko rendah	1	5
Resiko sedang	7	35
Resiko tinggi	12	60
Jumlah	20	100

Berdasarkan hasil observasi diatas menunjukkan bahwa sebagian besar pasien memiliki resiko tinggi untuk terjadinya serangan ulang, yaitu sebanyak 60 % (12 orang).

B. Hasil Uji Statistik

Dari hasil uji statistic *Spearman Rho* didapatkan nilai. Sig. (2-tailed) sebesar p = 0,00 < α = 0,05 artinya Ho ditolak. Kesimpulannya ada hubungan kebiasaan posisi Tidur dengan resiko terjadinya serangan ulang pada pasien penyakit jantung koroner di poli jantung RSUD Gambiran Kediri.

PEMBAHASAN

Sebagian besar pasien penyakit jantung koroner memiliki kebiasaan pola tidur yang tidak sehat , terbukti dari 20 responden, 11 orang kebiasaan posisi tidurnya miring, hal ini didukung oleh kurangnya pengetahuan mereka tentang tidur sehat apa saja yang posisi yang

boleh untuk penderita penyakit jantung Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pasien memiliki resiko tinggi untuk terjadinya serangan ulang yaitu sebanyak 60 % (12 orang), 35 % mempunyai resiko sedang dan hanya 5 % yang memiliki resiko rendah sebagian besar pasien penyakit jantung koroner mempunyai resiko tinggi untuk terkena serangan ulang.

Risiko penyakit jantung koroner meningkat seiring peningkatan kadar kolesterol darah: memiliki LDL ("kolesterol jahat") tinggi dan HDL ("kolesterol baik") yang rendah, Banyak meminum alkohol dapat meningkatkan tekanan darah, menyebabkan gagal jantung dan stroke. Meminum alkohol juga dapat meningkatkan trigliserida, menyebabkan kanker dan detak jantung tidak beraturan (American Health Association, 2012).

Apabila tidak diimbangi pola hidup yang sehat dan rutin kontrol kesehatan. Resiko serangan ulang terjadi karena sebagian besar penderita penyakit jantung koroner mempunyai riwayat penyakit jantung dan usia diatas 50 tahun, dimana usia tersebut rentan sekali terhadap munculnya penyakit.

Terbukti ada hubungan kebiasaan posisi tidur dengan resiko terjadinya serangan ulang pada pasien penyakit jantung koroner di poli jantung RSUD Gambiran Kediri Serangan jantung adalah puncak bencana dari sebuah proses kerusakan yang berlangsung lama, yang sering melibatkan kejutan-kejutan emosional, kekacauan *fisiologis* dan kelelahan mental. Tanda-tanda peringatan dini begitu *subyektif* dan begitu tersamar, sehingga bahkan dokter yang terlatih untuk mengukur segala sesuatu secara *obyektif* masih bisa mengabaikannya (Gowan Mary, 2001)

Dengan demikian Pasien diharapkan bisa menerapkan di rumah sesuai dengan petunjuk, walau bukan satu-satunya penyebab terjadinya resiko serangan. Tetapi bisa juga sebagai pemicu serangan ulang. Serangan ulang dapat terjadi kapan dan dimana saja bisa disebabkan oleh berbagai macam faktor, seperti kurang aktifitas, kebiasaan merokok, gaya hidup, faktor keturunan. Upaya yang paling tepat untuk mencegah

terjadinya resiko serangan ulang adalah meningkatkan kualitas hidup dengan polatidur yang sehat dan rutin memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan agar terus dapat dikontrol

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Kebiasaan posisi tidur miring ke kiri pada pasien penyakit jantung koroner sebanyak 55 % (11 responden).
2. Resiko terjadinya serangan ulang pada pasien penyakit jantung koroner sebagian besar pasien memiliki resiko tinggi untuk terjadinya serangan ulang, yaitu sebanyak 60 % (12 responden).
3. Terbukti ada hubungan kebiasaan posisi tidur dengan resiko terjadinya serangan ulang pada pasien penyakit jantung koroner di poli jantung RSUD Gambiran Kediri dengan uji statistik *Spearman Rho* didapatkan nilai. Sig. (2-tailed) sebesar $p = 0,000$ $\alpha = 0,05$ artinya H_0 ditolak.

B. Saran

1. Bagi Pasien / Responden

Pasien diharapkan bisa menerapkan pola kebiasaan tidur yang sehat sesuai dengan ajaran Rosululloh SAW, walau posisi tidur bukan satu-satunya penyebab terjadinya resiko serangan. Tetapi bisa juga sebagai pemicu serangan.

2. Bagi Institusi

Diharapkan dapat memberikan masukan atau pelatihan bagi tenaga kesehatan agar dapat memberikan informasi pada pasien yang baru masuk di poli jantung dan menyediakan leaflet tentang rehap jantung agar pasien mendapat informasi yang tepat tentang perawatan jantung untuk dibawa di rumah.

3. Bagi Ilmu Keperawatan

Membuat protap intervensi keperawatan bagi perawat yang bertugas di Rumah Sakit, bahwa tidak hanya kebiasaan posisi tidur yang menyebabkan serangan ulang, melainkan stress, diabetes mellitus, kecanduan rokok, hipertensi, minum alkohol.

4. Bagi Peneliti

Dapat meningkatkan pemahaman penelitian mengenai pentingnya kebiasaan tidur yang sehat, dan melanjutkan penelitian ketahap yang lebih tinggi untuk mengetahui faktor penyebab terjadinya serangan ulang sehingga serangan ulang dapat dicegah sejak dini pada pasien penyakit jantung koroner

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi (2002). *Prosedur Penelitian*, Jakarta : PT. Rineka Cipta
- As'adi Muhammad (2009). *Memahami Bahaya Serangan Jantung* : Power Books (IHDINA) : Jogjakarta
- Doenges, Marilyn E (2000). *Rencana Asuhan Keperawatan*, Jakarta : EGC.
- Gowan Mary & Castolli William, (2001). *Menjaga Kebugaran Jantung* ; Jakarta PT Raja Grafindo Persada.
- Lynda Juall Carpenito. (2001). *Handbook Of Nursing Diagnosis*. Edisi 8. Jakarta : EGC
- Mansjoer Arif (2000). *Kapita Selekta Kedokteran. Jilid 1*. Jakarta : Media Aesculapius
- Muttaqin, Arif. (2009). *Pengantar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular*. Jakarta: Salemba Medika
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2002). *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta
- (2003) *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam & Pariani. (2001). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: CV. Agung Seto.
- Nursalam. (2003). *Konsep & Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan/ Nursalam*, Salemba Medika, Jakarta
- (2003). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta: CV. Informatika.
- PAPDI. (2006). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam, edisi IV, Departemen Ilmu Penyakit Dalam FK UI*, Jakarta.
- Patel Chandra, (2000) *Panduan Praktis Mencegah & Mengobati Penyakit Jantung* ; Jakarta ; PT Gramedia.
- Pearce Evelyn, (2002). *Anatomi & Fisiologi Untuk Paramedis* ; Jakarta ; PT Gramedia.
- Price, A.S et al. (2006). *Patofisiologi Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit Volume I Edisi 6*. Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta.
- Redaksi Agro Media (2009). *Solusi Sehat Mengatasi Penyakit Jantung Koroner* : PT Agro Media Pustaka : Jakarta
- Sandra M. Nettina (2002). *Pedoman Praktik Keperawatan*, Jakarta, EGC
- Shivaramakrishna. (2010). *Risk Factors of Coronary Heart Disease among Bank*
- Smeltzer, Suzanne C. (2001). *Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Brunner & Suddarth*. Jakarta: EGC
- Soeharto Imam, (2001) *Serangan jantung dan stroke hubungannya dengan lemak & kolesterol* : PT Gramedia Pustaka Utama ; Jakarta
- Soeharto Imam, (2004). *Pencegahan & penyembuhan penyakit jantung koroner* : PT Gramedia Pustaka Utama ; Jakarta
- Sudoyo, Aru W. (2007). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Jilid III Edisi IV*. Pusat Penerbitan Ilmu Penyakit Dalam, FK UI, Jakarta
- Sugiyono. (2003). *Statistika Untuk Penelitian*. Alfabeta, Jakarta
- (2005). *Statistika Untuk Penelitian*, Alfabeta, Jakarta
- Sujianto Agus Eko (2009). *Aplikasi Statistik dengan SPSS 16.0*. Jakarta Prestasi Pustaka
- Sunita Almatsier (2006) *Penuntun Diet Cetakan Ketiga* : Instalasi Gizi RS Dr. Cipto Mangunkusumo dan Asosiasi Dietsien Indonesia
- Udjianti, Wajan Juni (2010). *Keperawatan Kardiovaskular*. Jakarta : Salemba Medika