

**HUBUNGAN INTENSITAS NYERI DENGAN  
GANGGUAN TIDUR PADA PENDERITA  
DENGAN KELUHAN NYERI PUNGGUNG  
BAWAH DI KELURAHAN KLITREN**

KARYA TULIS ILMIAH

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran  
Pada Fakultas Kedokteran  
Universitas Kristen Duta Wacana



Disusun Oleh :

**KOMANG AYU SAVITRI ADNYANA**

**41130096**

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA

YOGYAKARTA

2017

**LEMBAR PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul :

**HUBUNGAN INTENSITAS NYERI DENGAN GANGGUAN TIDUR PADA PENDERITA  
DENGAN KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH DI KELURAHAN KLITREN**

Telah diajukan dan dipertahankan oleh :

**KOMANG AYU SAVITRI ADNYANA  
41130096**

dalam Ujian Skripsi Program Studi Pendidikan Dokter  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Kristen Duta Wacana  
dan dinyatakan DITERIMA  
untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Kedokteran pada tanggal 22 Juni 2017

**Nama Dosen**

**Tanda Tangan**

1. dr. Sudharmadji, MPH., Sp. Rad  
(Dosen Pembimbing I)
2. dr. Sugiarto, Sp.S., M.Kes., PhD  
(Dosen Pembimbing II)
3. dr. Venny Pungus, Sp.KJ  
(Dosen Penguji)



**Yogyakarta, 4 Juli 2017  
Disahkan oleh :**

Dekan,

Wakil Dekan I Bidang Akademik



**Prof. dr. Jonathan Willy Siagian, Sp. PA.**



**dr. Yanti Ivana Suryanto, M.Sc**

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan bahwa sesungguhnya skripsi dengan judul :

### HUBUNGAN INTENSITAS NYERI DENGAN GANGGUAN TIDUR PADA PENDERITA DENGAN KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH DI KELURAHAN KLITREN

Yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian syarat untuk menjadi Sarjana pada Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta, adalah bukan hasil tiruan atau duplikasi dari karya pihak lain di Perguruan Tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya sudah dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil plagiasi atau tiruan dari karya pihak lain, maka saya bersedia dikenai sanksi yakni pencabutan gelar saya.

Yogyakarta, 4 Juli 2017



Komang Ayu Savitri Adnyana

## LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana, yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : **KOMANG AYU SAVITRI ADNYANA**

NIM : **41130096**

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Duta Wacana Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non Exclusive Royalty-Free Right*), atas karya ilmiah saya yang berjudul :

### **HUBUNGAN INTENSITAS NYERI DENGAN GANGGUAN TIDUR PADA PENDERITA DENGAN KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH DI KELURAHAN KLITREN**

Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini, Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 4 Juli 2017

Yang menyatakan,



**Komang Ayu Savitri Adnyana**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan berkat serta penyertaan-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Hubungan Intensitas Nyeri Dengan Gangguan Tidur Pada Penderita Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Di Kelurahan Klitren“. Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang senantiasa membantu, mendorong serta mengarahkan penulisan karya tulis ilmiah ini hingga selesai kepada :

1. Sang Hyang Widhi Wasa yang selalu melimpahkan Rahmat dan KaruniaNya sehingga penulis selalu diberi kekuatan dan kemudahan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini
2. Prof. dr. J.W. Siagian, Sp.PA., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian ini.
3. dr. Sudharmadji, Sp.Rad, MPH., selaku dosen pembimbing I yang telah bersedia meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan, dukungan, dan bantuan selama penulisan karya tulis ilmiah ini
4. dr. Sugianto, Sp S., Mkes., PhD selaku dosen pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan, arahan, dan bantuan selama penyusunan karya tulis ilmiah ini.
5. dr. Venny Pungus, Sp.KJ selaku dosen penguji yang bersedia memberikan saran dalam penyempurnaan saat penyusunan karya tulis ilmiah ini.

6. I Putu Suadnyana, SH dan Eppiyanti selaku orang tua peneliti yang selalu memberikan doa dan dukungan tanpa henti kepada peneliti untuk menempuh pendidikan dan penyelesaian karya tulis ilmiah ini.
7. Lettukes I Putu Karisma P.A dan Kadek Sinthya G.A selaku saudara yang selalu ada untuk memberikan dukungan, dorongan, motivasi dan semangat kepada peneliti untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini
8. Sella Lukitasari, Rusyda Dyah, Yossita Ayu, Chaterina Sukma, Yuni Sikopong, Widyastuti Renaningsih, Putu Wiliska, Putri Mentari, Eunike Ghea sebagai sahabat yang selalu ada untuk memberikan dukungan, dorongan, motivasi dan semangat kepada peneliti untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
9. Ribka Rossita, Anggreina, sebagai teman sepayung penelitian ini yang selalu ada untuk bahu menbahu untuk menyelesaikan penelitian ini dan memberikan dukungan, dorongan, motivasi semangat kepada peneliti untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
10. Ervinda, Eva Ayu, Tri Putra selaku teman sesama dosen pembimbing sahabat yang selalu ada untuk memberikan dukungan, dorongan, motivasi dan semangat kepada peneliti untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
11. Teman-teman tutorial G semester 8 yang selalu ada untuk memberikan dukungan, dorongan, motivasi dan semangat kepada peneliti untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

12. Bapak dan Ibu Ketua RW 1, RW 3, RW 4, RT 1, RT 2, RT 3, RT 4, RT 8, RT 10, RT 63, RT 13, RT 14, RT 15, RT 16, RT 17, RT 18 yang telah memberikan izin untuk pelaksanaan penelitian ini sehingga penelitian kali ini dapat dilakukan
13. Seluruh masyarakat Klitren Lor yang telah kooperatif menjadi responden penelitian kali ini sehingga peneliti bisa menyelesaikan penelitian kali ini dengan baik
14. Teman sejawat Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta angkatan 2013 yang selalu saling mendukung dan memberikan semangat.
15. Semua pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu pelaksanaan dan penyelesaian karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari masih terdapat banyak kekurangan dalam pembuatan karya tulis ilmiah ini sehingga kritik dan saran dapat penulis terima untuk membangun karya tulis ilmiah yang lebih baik. Semoga karya tulis ini dapat bermanfaat untuk berbagai pihak dalam pengembangan ilmu pengetahuan.

Yogyakarta, 4 Juli 2017

Komang Ayu Savitri Adnyana

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAK .....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1-3
1.2 Masalah Penelitian.....	3-4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4-5
1.5 Keaslian Penelitian .....	6-7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Tinjauan Pustaka.....	8-28
2.2 Kerangka Teori .....	29



2.3	Kerangka Konsep.....	30
2.4	Hipotesis .....	30
BAB III METODE PENELITIAN.....		31
3.1	Desain Penelitian .....	31
3.2	Tempat dan Waktu Penelitian.....	31
3.3	Populasi dan Sampling .....	31-32
3.4	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	32-33
3.5	<i>Sample Size</i> .....	33-34
3.6	Bahan dan Alat .....	35
3.7	Pelaksanaan Penelitian.....	35
3.8	Analisis Data.....	36
3.9	Jadwal Penelitian .....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....		38
4.1.	Analisis Data .....	38-44
4.2.	Pembahasan .....	44-48
4.3.	Keterbatasan Penelitian .....	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		49
5.1	Kesimpulan .....	49
5.2	Saran .....	49
DAFTAR PUSTAKA .....		50-53

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	29
Gambar 2 Kerangka Konsep.....	30
Gambar 3 Alur Pelaksanaan Penelitian.....	35
Gambar 4 Diagram Jenis Kelamin.....	38
Gambar 5 Diagram Usia.....	39
Gambar 6 Diagram Pekerjaan.....	39
Gambar 7 Diagram Intensitas Nyeri.....	41
Gambar 8 Diagram Gangguan Tidur.....	42

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 2 Definisi Operasional .....	33-34
Tabel 3 Jadwal Penelitian.....	37
Tabel 4 Frekuensi Deskripsi Umum Responden.....	62
Tabel 5 Frekuensi Intensitas Nyeri Responden.....	63
Tabel 6 Frekuensi Gangguan Tidur Responden.....	63
Tabel 7 Distribusi Data Intensitas Nyeri Uji Kolmogrov-Smirnov .....	63
Tabel 8 Tes Distribusi Data Gangguan Tidur Uji Kolmogrov-Smirnov .....	64
Tabel 9 Uji Chi-Square Bivariat .....	64
Tabel 10 Hasil tes Chi-square .....	65

## DAFTAR LAMPIRAN

Lembar Penjelasan Calon Responden Penelitian .....	54-55
Lembar Pernyataan Kesiediaan responden .....	56
Kuesioner Penelitian Data Demografi .....	57
Kuesioner Penelitian Intensitas Nyeri .....	57
Kuesioner PSQI.....	58-61
Keterangan Kelaikan Etik .....	66
Surat Ijin Penelitian.....	67
Daftar Riwayat Hidup .....	68

**HUBUNGAN INTENSITAS NYERI DENGAN GANGGUAN TIDUR PADA  
PENDERITA DENGAN KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH DI  
KELURAHAN KLITREN**

Komang Ayu Savitri Adnyana, Sudharmadji, Sugianto  
*Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana*

Korespondensi: Komang Ayu Savitri Adnyana, *Fakultas Kedokteran Universitas  
Kristen Duta Wacana* Jl. Dr. Wahidin Sudirohusodo 5-25 Yogyakarta 55224,  
Indonesia. Email: komangasavitria@gmail.com

**Abstrak**

**Latar belakang** : Nyeri punggung bawah merupakan masalah kesehatan yang paling sering terjadi dan menyebabkan terganggunya kegiatan sehari-hari. Selain sosio-ekonomi yang terganggu, nyeri punggung bawah juga bisa menyebabkan gangguan tidur pada beberapa populasi bahkan mencapai 55% dari populasi. 60 % orang yang memiliki keluhan nyeri mengalami gangguan tidur.

**Tujuan penelitian** : Mengetahui hubungan intensitas nyeri punggung bawah dengan gangguan tidur

**Metode penelitian** : Desain penelitian yang digunakan merupakan penelitian observasional analitik dengan metode potong lintang dengan menggunakan kuesioner NRS (*Numeric Rating Scale*) untuk menilai intensitas nyeri dan PSQI (*Pittsburg Sleep Quality Index*) untuk menilai gangguan tidur pada 100 responden

**Hasil penelitian** : Penelitian kali ini diperoleh responden dengan nyeri ringan sebanyak 26%, nyeri sedang 44% dan nyeri berat 30% . Responden yang tidak mengalami gangguan tidur 21% dan mengalami gangguan tidur 79%. Hasil analisis dengan menggunakan uji chi square menunjukkan hasil  $p = 0,038$  dimana  $p < \alpha$  dimana  $\alpha = 0,1$  sehingga  $p < 0,1$

**Kesimpulan** : Didapatkan hubungan yang berarti antara intensitas nyeri punggung bawah dengan kejadian gangguan tidur

**Kata kunci** : *Intensitas nyeri, Nyeri punggung bawah, Gangguan tidur*

**RELATIONSHIP PAIN INTENSITY WITH SLEEP DISTURBANCE IN  
PATIENTS WITH LOW BACK PAIN COMPLAINT IN KELURAHAN  
KLITREN**

Komang Ayu Savitri Adnyana, Sudharmadji, Sugianto  
*Faculty of Medicine Duta Wacana Christian University*

Correspondences: Komang Ayu Savitri Adnyana, *Faculty of Medicine Duta Wacana  
Christian University* , Jl. Dr. Wahidin Sudirohusodo 5-25 Yogyakarta 55224,  
Indonesia. Email: komangasavitria@gmail.com

**Abstract**

**Background** : *Low back pain is one of health problems that most happened and causing disruption of daily activities. Beside to socio-eco disruption , low back pain can provoke sleep disturbance to some of population moreover 55% from population. 60 % people with pain have sleep disturbance.*

**Objective** : *To know relationship between intensity of low back pain with sleep disturbance*

**Research Method** : *Research design is analitic observasional with cross sectional method with questionnaire NRS (Numeric Rating Scale) to rate pain intensity and PSQI (Pittsburg Sleep Quality Index) to rate sleep disturbance on 100 respondents*

**Result** : *This research was obtained respondents with mild pain 26%, moderate pain 44% severe pain 30% . Respondent who didn't have sleep disturbance 21% , have sleep disturbance 79%. Analysis result with chi square show result  $p = 0,038$  which  $p < \alpha$  which  $\alpha = 0,1$  so  $p < 0,1$*

**Conclusion** : *Obtained signify relationship between intensity of low back pain with sleep disturbance*

**Keywords** : *Intensity of pain, Low back pain, Sleep disturbance*

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1. Latar Belakang

Nyeri merupakan masalah kesehatan kompleks dan dapat menyerang siapapun. Nyeri dapat terjadi di berbagai tempat ditubuh dan berbagai macam sensasi yang ditimbulkan sesuai dengan etiologi yang terjadi (Pinzon, 2016).

*Low back pain* atau nyeri punggung bawah merupakan masalah kesehatan yang paling sering terjadi dan menyebabkan terganggunya kegiatan sehari-hari. Selain sosio-ekonomi yang terganggu, nyeri punggung bawah juga bisa menyebabkan gangguan tidur pada beberapa populasi bahkan mencapai 55% dari populasi (Alexander *et al*, 2011).

Nyeri punggung bawah selain bersifat lokal, juga terkadang menyebar ke tungkai bawah yang menyebabkan keterbatasan gerakan. Nyeri punggung bawah biasanya terjadi pada individu dengan usia diatas 30 tahun, individu dengan BMI (*Body Mass Index*) yang tinggi, jarang melakukan olahraga dan pada beberapa populasi wanita hamil. Sekitar 2- 7% populasi dengan nyeri punggung bawah akut akan mengalami nyeri punggung bawah kronik. Sedangkan 15-45% populasi mengalami nyeri punggung bawah kronik selama 3 bulan (Alleva *et al*, 2016).

Tidur merupakan hal yang esensial seperti halnya kegiatan bernafas dan makan. Ada teori yang banyak tentang tidur, tetapi yang paling umum terbagi menjadi dua kategori yaitu teori dari restorasi dan teori dari adaptasi. Teori pertama tentang restorasi

mengatakan bahwa tidur merupakan bagian yang penting yang berfungsi untuk beristirahat dan mengembalikan tenaga untuk keesokan hari, sedangkan teori kedua tentang adaptasi mengatakan bahwa tidur berfungsi untuk membuat kita waspada sehingga bisa menghindar dari keadaan lingkungan yang membahayakan (Bear, 2007).

Tidur merupakan keadaan dimana frekuensi nafas, tekanan darah denyut nadi dalam keadaan rileks dan umumnya menurun, tetapi hal ini tidak disertai dengan kesadaran individu tersebut. Karena pada saat individu tertidur, gelombang otak tetap aktif dan kesadaran pada individu tidak serta merta menurun. Aktivitas dari formatio retikularis dan mekanisme aktivasi talamokortikal inilah salah satu dari beberapa hal yang mempengaruhi tidur seseorang. Waktu tidur seseorang berbeda-beda, bisa dipengaruhi berbagai macam faktor seperti usia, jenis kelamin, pekerjaan dan keadaan lingkungan. Waktu tidur yang berbeda bisa disebabkan karena gangguan aktifitas di hipotalamus dan hal ini dapat menyebabkan terjadinya gangguan tidur (Snell, 2007).

Gangguan tidur merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi. Sekitar 50-70 juta masyarakat Amerika mengalami gangguan tidur. Durasi tidur yang pendek pada individu dengan usia 20-39 sekitar 37 % , individu dengan usia 40-59 tahun sekitar 40,3 % dan individu dengan usia > 60 tahun sekitar 40,3 %. Individu dengan tidur kurang dari waktu yang direkomendasikan akan mengalami kesulitan dalam menghadapi kegiatan pada keesokan harinya. Individu yang mengalami gangguan tidur lebih beresiko mengalami diabetes, depresi, mengurangi kualitas hidup dan produktivitas (CDC.gov, 2015).



Gangguan tidur merupakan keadaan dimana ketika kita terbangun pada malam hari ditengah keadaan tidur atau keadaan insomnia. Gangguan tidur bisa disebabkan oleh berbagai hal, salah satunya nyeri. Lebih dari 50% orang yang mengalami keluhan nyeri memiliki kualitas tidur yang buruk, dan 60 % orang yang memiliki keluhan nyeri mengalami gangguan tidur. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa orang-orang yang memiliki keluhan nyeri kronik dan mengalami gangguan tidur memiliki efek keadaan nyeri orang-orang tersebut bertambah buruk. Hal ini disebabkan karena orang-orang yang memiliki keluhan nyeri kronik biasanya mengalami depresi juga, dan orang-orang yang mengalami depresi memberikan efek yang buruk pada bertambahnya intensitas nyeri pada individu tersebut (Pekka Mantyselka, 2012).

## 1.2. Masalah Penelitian

Dari latar belakang yang diatas, maka didapatkan kesimpulan:

1. *Low back pain* atau nyeri punggung bawah merupakan masalah kesehatan yang kompleks yang paling sering terjadi dan menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari
2. Intensitas nyeri pada pasien dengan keluhan nyeri punggung bawah dapat menjadi salah satu faktor resiko terjadinya gangguan tidur

3. Gangguan tidur merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi yang dapat menyebabkan produktivitas seseorang menurun.

Dari beberapa kesimpulan diatas didapatkan rumusan masalah :

Bagaimana hubungan intensitas nyeri punggung bawah dengan gangguan tidur?

### 1.3. Tujuan Penelitian

#### 1.3.1. Tujuan Umum :

Mengetahui hubungan intensitas nyeri punggung bawah dengan gangguan tidur

#### 1.3.2. Tujuan Khusus :

1. Mengetahui prevalensi gangguan tidur pada pasien dengan keluhan nyeri punggung pada masyarakat Klitren
2. Mengetahui faktor faktor yang mempengaruhi gangguan tidur pada nyeri punggung di masyarakat Klitren

### 1.4. Manfaat Penelitian

#### 1.4.1. Bagi Masyarakat :

Masyarakat mengetahui bagaimana nyeri punggung bisa menyebabkan gangguan tidur, sehingga masyarakat mengetahui faktor resiko dan dapat mencegahnya

1.4.2. Bagi Pelayanan kesehatan :

- a. Pelayan kesehatan dapat mengetahui faktor faktor yang mempengaruhi gangguan tidur pada nyeri punggung sehingga dapat menentukan tindakan preventif maupun kuratif sehingga dapat meningkatkan pelayanan kesehatan
- b. Fasilitas kesehatan dapat mengetahui prevalensi gangguan tidur pada pasien dengan nyeri punggung bawah, sehingga dapat melakukan tindakan intervensi lebih lanjut

1.4.3. Bagi IPTEK :

Menambah pengetahuan tentang gangguan tidur terhadap nyeri punggung, sehingga dapat dijadikan literature untuk kepetingan IPTEK yang lain

## 1.5. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No.	Peneliti dan Judul	Metode dan Subyek	Alat Ukur	Hasil
1.	Sari, Nourma Yustia (2015) Dengan judul: Hubungan Intensitas Nyeri Punggung Bawah dengan Kualitas Tidur di RSUD Dr. Moewardi	Cross Sectional dan responden sebanyak 64 pasien	Kuisisioner PSQI (pittsburg Sleep Quality Index) dan VAS (Visual Analog Scale)	Terdapat hubungan bermakna antara intensitas nyeri pada LBP dengan kualitas tidur di RSUD Moewardi (p=0,048)
	Bukit, Sari Theresia (2011) dengan judul : Hubungan Kualitas Tidur dengan Intensitas Nyeri Punggung Bawah pada Penderita Nyeri Punggung Bawah dan Nyeri Kepala Primer	Cross sectional dengan sebanyak 268 pasien	Kuisisioner PSQI (pittsburg Sleep Quality Index)	Bermakna kualitas tidur dengan intensitas nyeri pada pasien LBP di RSUP H. Adam Malik Medan (r= 0,906 ; p = 0,006
	Alexander, et al (2011) dengan judul: Investigation of Sleep Disturbance in chronic low back pain : An-age and gender-matched case-control study over a-7 night period	Cross sectional dengan sebanyak 32 pasien	Kuisisioner PSQI (pittsburg Sleep Quality Index), Insomnia Severity Index, Hospital Anxiety and Depression Scale	Responden mengalami kualitas tidur yang buruk dengan sering terbangun pada malam hari ( p< 0,05)

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada responden yang diambil. Responden pada penelitian sebelumnya hanya pada beberapa individu yang diambil di suatu RS, atau diambil secara acak. Sedangkan pada penelitian kali ini responden diambil di suatu wilayah kelurahan, sehingga penelitian kali ini bersifat penelitian komunitas.

Klitren Lor merupakan daerah yang berada ditengah kota Yogyakarta dimana daerah ini sangat berdekatan dengan jalan raya dan lalu lalang kendaraan sudah menjadi hal biasa di daerah ini. Hal ini bisa menimbulkan kebisingan bahkan di malam hari, kebisingan yang timbul ini bisa membuat masyarakat yang tinggal di daerah ini beresiko mengalami gangguan tidur.

Penelitian kali ini akan dilakukan di Yogyakarta dan akan terfokus pada daerah Klitren Lor. Klitren Lor merupakan salah satu daerah di Yogyakarta yang merupakan daerah padat penduduk berdasarkan data kependudukan Yogyakarta tahun 2016 populasi daerah Klitren mencapai 9.399 orang. Menurut data kependudukan provinsi Yogyakarta, penduduk kota Yogyakarta yang bekerja, laki-laki 114.877 dan perempuan 95.172 yang terdiri dari pekerjaan yang berusaha sendiri, pekerjaan yang dibantu tanpa buruh tetap, berusaha dibantu buruh tetap, buruh/karyawan, pekerja bebas di pertanian, pekerja bebas di non pertanian, dan pekerjaan yang tidak di bayar yang masing-masing pekerjaan tersebut memiliki resiko terjadinya nyeri punggung bawah (Nakertrans Jogja, 2016).

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang hubungan intensitas nyeri dengan gangguan tidur didapatkan kesimpulan bahwa didapatkan hubungan yang berarti antara intensitas nyeri dengan gangguan tidur. Hal ini juga dipengaruhi oleh beberapa faktor lain, seperti faktor lingkungan, faktor pekerjaan dan faktor pola tidur dari masing-masing individu

#### 5.2. Saran

1. Masyarakat sebaiknya lebih paham dan lebih peduli terhadap pengaruh nyeri terhadap tidur yang bisa menyebabkan gangguan tidur. Hal ini dilakukan agar masyarakat bisa mencegah dan mengetahui agar terhindar dari gangguan tidur
2. Peneliti sebaiknya tetap melakukan pemantauan terhadap keadaan tempat penelitian sehingga nantinya bisa mencegah dan memberikan solusi terhadap keadaan dari lingkungan dan responden yang didapat

## DAFTAR PUSTAKA

- Alexander T.M. van de Water , Jennifer Eadie , Deirdre A. Hurley. 2011. *Investigation of sleep disturbance in chronic low back pain: An age- and gender-matched case-control study over a 7-night period.*
- Alleva Joseph, Julia Belous, Thomas Hudgins, et al. 2016. *Chronic Low Back Pain.*; 330-333
- American Psychological Association. 2017. *Why Sleep is Important.* Washington, DC: APPA
- Alsaadi SM, McAuley JH, Hush JM, Maher CG . 2011. *Prevalence of sleep disturbance in patients with low back pain.* - Eur Spine J - May 1; 20 (5); 737-43
- Barkoukis, Teri J,et al. 2011. *Therapy in Sleep Medicine.* Elsevier Health Sciences : Saunders
- Bukit, Sari Theresia 2011. *Hubungan Kualitas Tidur dengan Intensitas Nyeri Punggung Bawah pada Penderita Nyeri Punggung Bawah dan Nyeri Kepala Primer*
- Bear, Mark F ; Barry W, Michael A. 2007. *Neuroscience Exploring The Brain Third Edition.* Baltimore and Philadelphia :Lippincott William and Wilkins, Wolters Kluwer
- CDC.gov. 2015. *CDC Features-Insuffiecient Sleep Is A Public Helath Epidemic.* [online] [https://www. Cdc.gov/features/dssleep/](https://www.Cdc.gov/features/dssleep/)[diakses pada 15 November 2016]
- Clinic, cleavaland. 2015. *Why Are Women More Likely to Suffer From Chronic Pain?.* Ohio: Cleveland
- Diagnostic and Statistic Manual. 2013 *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder DSM-5.* America: American Psyshiatric Association
- Donovan, John. 2016. *When Aches and Pain Disrupt Pain Sleep.* Medscape: Atlanta

- Faiz, Omar; Simon Blackburn; David Moffet. 2010. *Anatomy At a Gance third edition*. Willey-Blackwell: west Sussex, UK
- Frank, Mariyln; Sharon J. 2006. *Instrumental for Clinical Health-Care Research third edition*. Toronto: Jones and Bartlet Publisher
- Goodman and Gillman 2012. *Dasar Farmakologi Terapi*. Jakarta : EGC
- Gunawan, Sulistia Gan. 2007. *Farmakologi dan Terapi FK UI Edisi Lima*. Jakarta: Gaya Baru
- Guyton and Hall. 2008. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Edisi 11 cetakan ke IV*. Jakarta: EGC
- Harrison. 2012. *Prinsip-Prinsip Ilmu Penyakit Dalam volume I Edisi 13*. Jakarta : EGC
- International Association for the Studi of pain, 2011. *Study of Pain*. Diakses pada 20 Oktober 2016
- Joewana, Satya. 2005. *Gangguan mental dan perilaku akibat zat psikotik*. Jakarta : EGC
- Kaplan and Shaddock. 2010. *Comprehenssive Text Book Psychiatry Ninth Edition Volume 2*. Baltimore and Philadelphia :Lippincott William and Wilkins, Wolters Kluwer
- Kependudukan Jogjaprov. 2016. *Profil Ketenagakerjaan dan Ketransmigrasian Tahun 2016*. Diakses pada 10 Januari 2017
- Knutson, Kristen. 2015. *Sleep and Pain :Summary of the 2015 Sleep in America Pool*. Chicago: Departement of Medicine, University of Chicago
- Lapau, Prof. Dr. Buchari. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan: Metode Ilmiah Penulisan Skripsi, Tesis dan Disertasi*. Jakarta : Yayasan Pustaka Obor Indonesia
- Levin, Kerry H. 2010. *Low Back Pain. Clevealand Clinic*. Diakses pada 14 Desember 2016
- Lindseth, G., Glenda, Lindseth and Thompson, Mark. 2011. *Nutrition Effects on Sleep*. Western Journal of Nursing Research. Published Ahead of Print



- Macintyre PE, Walker SM, Rowbotham DJ. 2008. *Clinical Pain Management Acute Pain. Ed 2*. Italy: Giunti Industrie Grafiche
- Mayo Clinic. 2017. *Back Pain at Work: Preventing pain and injury-Mayo Clinic*. [online] Available at: <http://www.Mayoclinic.org/healthy-lifestyle/adult-health/indeph/back/20044526?pg=1> [diakses 31 Mei 2017]
- Nakertrans Jogjaprov. 2017. *Jumlah Penduduk Kelurahan Klitren Semester II 2016*. Diakses pada 10 Januari 2016
- Patrick, Davey. 2006. *Acute and Chronic low Back Pain*. London and New York : The Gulford Press
- Patrick, N., Emanski, E. and Knaub, M. 2016. Acute and Chronic Low Back Pain. *Medical Clinics*, 98(4), pp.169-181.
- Pekka Mäntyselkä. 2012. *Sleeping with pain—A nightmare*. Institute of Clinical Medicine, Family Medicine, University of Turku, Lemminkäisenkatu 1, 20014 University of Turku, Finland
- Pinzon, Rizaldi Taslim. 2016. *Nyeri Punggung Bawah*. Yogyakarta : Betha Grafika Yogyakarta
- Potter and Perry. 2006. *Fundamental of Nursing*. Australia: Elsevier Australia
- Ropper, A., Adams, R, M. and Samuels, M. 2014. *Adams and Victor's Principles of Neurolog*. 10<sup>th</sup> ed. New York: McGraw- Hill Medical
- Sari, Nourma Yustia. 2015. *Hubungan Intensitas Nyeri Punggung Bawah dengan Kualitas Tidur di RSUD Dr. Moewardi*
- Spine, A. 2016. *Spine Anatomy, Anatomy of Human Spine [online] Mayfield.com*. Available at: <http://www.mayfieldclinic.com/pe-anat spine.htm> [diakses pada 20 Desember 2016)
- Siesungkon, Catherine. 2013. *Relationship between Low Back Pain and Sleep Quality*. Kansas City: Department of Physical Therapy
- Snell, Richard S. 2007. *Clinical Neuroanatomy*. Baltimore : Lippincott William and Wilkins

- Sudoyo, Aru; Bambang Setiyohadi; Idrus Alwi. 2008. *Ilmu Penyakit Dalam edisi V*. Jakarta : Pusat Penerbitan Departemen Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Swarjana, I Ketut. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Edisi:1. Yogyakarta:Andi
- Tortora, Gerard J. 2012. *Principles of Anatomy and Physiology 14<sup>th</sup> edition*. Willey plus.
- World Sleep Day. 2017. *Environmental Sleep Factors*. America: World Sleep Society.

©UKDW