

Hubungan Kualitas Tidur Pasien Dengan Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke Yang Menjalani Rehabilitasi

Melani Putri¹, Wasisto Utomo², Ade Dilaruri³
^{1,2,3} Universitas Riau

Email: melani.putri0434@student.unri.ac.id

Article History:

Received Jan 16th, 2026

Accepted Mar 11th, 2026

Published Mar 16th, 2026

Abstrak

Stroke merupakan suatu kondisi ketika aliran darah ke otak terganggu secara mendadak akibat sumbatan atau pecahnya pembuluh darah, sehingga menyebabkan kerusakan pada jaringan otak, yang dapat berdampak pada berbagai aspek kehidupan penderitanya. Pasien pasca stroke sering mengalami gangguan tidur akibat perubahan neurologis dan kondisi psikologis, yang pada akhirnya dapat memengaruhi kualitas hidup pasien yang menjalani rehabilitasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur pasien dengan kualitas hidup pasien pasca stroke yang menjalani rehabilitasi. Metode: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelatif dan pendekatan Cross Sectional. Sampel berjumlah 48 yang diambil menggunakan teknik Purposive Sampling. Alat ukur penelitian ini menggunakan kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dan Stroke- Specific Quality of Life Scale (SSQOL) yang sudah terbukti valid dan reliabel. Analisis yang digunakan adalah univariat dan bivariat menggunakan SPSS uji chi square. Hasil: Hasil yang didapatkan pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kualitas tidur buruk sebanyak 28 responden (58.3%), dan tingkat kualitas hidup rendah sebanyak 21 (43.8%). Hasil analisa bivariat menggunakan uji Chi square didapatkan nilai p value (0,008) < alpha (0,05) sehingga Ho ditolak. Kesimpulan: Terdapat hubungan antara kualitas tidur pasien dengan kualitas hidup pasien pasca stroke yang menjalani rehabilitasi di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Disarankan bagi peneliti selanjutnya dapat memberikan intervensi yang berfokus pada peningkatan kualitas tidur sebagai upaya untuk memperbaiki kualitas hidup, dan melihat variabel lain yang mempengaruhi kualitas hidup pasien pasca stroke selama proses rehabilitasi.

Kata Kunci: Kualitas Hidup, Kualitas Tidur, Pasien Pasca Stroke, Rehabilitasi

Abstract

Stroke is a condition where blood flow to the brain is suddenly disrupted due to a blockage or rupture of blood vessels, causing damage to brain tissue, which can impact various aspects of the sufferer's life. Post-stroke patients often experience sleep disturbances due to neurological changes and psychological conditions, which in turn can affect the quality of life of patients undergoing rehabilitation. This study aims to determine the relationship between patient sleep quality and quality of life of post-stroke patients undergoing rehabilitation. Methods: This study used a quantitative method with a correlative design and a Cross Sectional approach. A sample of 48 was taken using a Purposive Sampling technique. The measurement tool for this study used the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) and Stroke-Specific Quality of Life Scale (SSQOL) questionnaires which have been proven valid and reliable. The analysis used was univariate and bivariate using SPSS chi-square test. Results: The results obtained in this study showed that the majority of respondents had poor sleep quality as many as 28 respondents (58.3%), and a low level of quality of life as many as 21 respondents (43.8%). The results of the bivariate analysis using the Chi-square test obtained a p value (0,008) < alpha (0.05) so that Ho was rejected. Conclusion: There is a relationship between patient sleep quality and the quality of life of post-stroke patients undergoing rehabilitation at Arifin Achmad Regional Hospital, Riau Province. It is recommended that further researchers provide interventions that focus on improving

sleep quality as an effort to improve quality of life, and look at other variables that affect the quality of life of post-stroke patients during the rehabilitation process.

Keyword: *Quality Of Life, Sleep Quality, Post-Stroke Patients, Rehabilitation*

1. PENDAHULUAN

Stroke merupakan gangguan fungsi otak yang mengakibatkan terhambatnya aliran darah menuju ke otak karena terjadi pendarahan maupun sumbatan pembuluh darah dengan tanda dan gejala sesuai bagian daerah otak yang terkena terkadang dapat sembuh dengan sempurna, dan juga bisa sembuh dengan kecacatan, atau sampai dengan kematian Nurhalimah., et al (2024) [1]. Stroke secara umum diklarifikasikan menjadi dua yaitu stroke hemoragik dan stroke non hemoragik (iskemik). Stroke hemoragik disebabkan oleh pecahnya pembuluh darah di otak yang mengakibatkan pendarahan pada otak sedangkan stroke non hemoragik terjadi saat aliran darah ke otak terhambat atau terjadinya penyumbatan pembuluh darah yang menyebabkan aliran darah yang membawa oksigen dan pasokan nutrisi ke otak berkurang sehingga menyebabkan stroke (Kariasa, 2022) [2]. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) stroke penyebab utama kecacatan di seluruh dunia dan penyebab kematian nomor dua di dunia. Fakta stroke global yang dirilis pada tahun 2022 mengungkapkan bahwa resiko umur hidup terkena stroke telah meningkat 50% selama 17 tahun terakhir dan sampai saat ini 1 dan 4 orang diperkirakan akan terkena stroke seumur hidupnya. Dari tahun 1990 hingga 2019, terjadi peningkatan kejadian stroke sebesar 70% , peningkatan kematian akibat stroke sebesar 43%, peningkatan prevalensi stroke sebesar 102%, dan peningkatan Disability Adjusted Life Years (DALY) sebesar 143% [3].

Berdasarkan data hasil dari Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa kejadian stroke nasional berlandaskan perkiraan kesehatan sejumlah 10,9% per mil, data tersebut terjadi kenaikan dari akhir 2013 yaitu sebesar 7% per mil. Angka kejadian stroke bersumber pada penaksiran tenaga kesehatan menurut provinsi tertinggi terjadi di Provinsi Kalimantan Timur sebesar 14,7%, sedangkan di Provinsi Riau angka kejadian stroke terjadi sebesar 8,1%. Angka kejadian stroke di Kota Pekanbaru tahun 2019 berdasarkan laporan bulanan data kesehatan dari seluruh puskesmas, terdapat data di puskesmas Harapan Raya yang tertinggi dalam kejadian stroke yaitu dengan 60 kasus (Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru, 2019) [4]. Stroke dipicu oleh berbagai faktor risiko yang terbagi menjadi dua kategori, yaitu yang tidak bisa diubah seperti usia, jenis kelamin, riwayat keturunan, dan ras, serta yang bisa diubah seperti tekanan darah tinggi, diabetes, gangguan jantung, kelebihan berat badan, pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, kebiasaan merokok, dan konsumsi alkohol. Keseluruhan faktor ini dapat meningkatkan kemungkinan kematian dan kecacatan setelah seseorang mengalami stroke Alya et al., (2020). Seseorang setelah terkena serangan stroke, akan terjadi beberapa perubahan atau masalah gangguan yang menjadi gejala sisa dari stroke. Salah satu masalah yang sering dialami oleh pasien pasca stroke terganggu kualitas tidurnya [5].

Kualitas tidur yang baik sangat dibutuhkan oleh pasien pasca stroke dalam masa pemulihan karena memiliki peran penting dalam pemulihan fungsi motorik dan reorganisasi otak, memberikan energi pada pasien untuk menjalani program rehabilitasi, membantu neuroplastisitas di tingkat synaptic dan network pada otak, terutama pada otak yang berlesi, serta dapat memulihkan kembali kondisi fisik dan mental pasien. Apabila penderita pasca stroke memiliki kualitas tidur yang buruk dapat menghambat proses rehabilitasi stroke, mempengaruhi keparahan stroke dan berisiko terjadinya stroke berulang (Amalia, 2021) [6]. Berdasarkan hasil penelitian Ester Saripati Harianja (2023) yang didapat di RSUP H. Adam Malik Medan menunjukan bahwa mayoritas responden memiliki kualitas tidur yang buruk sebanyak 25 orang (83.3%), hal ini berdasarkan hasil jawaban kuesioner yaitu sebanyak 23,3% mengalami lama waktu tidur, sebanyak 26,7% gangguan tidur, sebanyak 10% masa

laten tidur, sebanyak 10% disfungsi tidur pada siang hari, sebanyak 6,7% efisiensi tidur, sebanyak 6,7% mengalami penurunan kualitas tidur. tidur karena pada kelompok usia di atas 60 tahun pola tidur dan bangun berbeda dengan kelompok usia yang lebih muda (Bakti et al., 2024) [7].

Dari kualitas tidur yang buruk menyebabkan gangguan tidur yang akan memiliki ketidakmampuan dalam melaksanakan aktivitasnya sehari-hari, perawatan dirinya mengaitkan juga dengan merasakan kelemahan pada ekstremitas dan terdapat penurunan mobilitas yang menghambat pemenuhan kualitas hidupnya. Kualitas hidup merupakan kondisi dimana penyakit pasien yang dideritanya dapat tetap merasakan nyaman secara fisik, psikologis, sosial maupun spiritual serta optimal dalam memanfaatkan hidupnya untuk kebahagiaan dirinya maupun orang lain. Menurut Dharma, (2018) kualitas hidup setelah serangan stroke sering menyebabkan hemiplegia yaitu menyebabkan pasien tidak bisa melakukan kegiatan dirumahh maupun di tempat kerja. Akibat aktivitas hidupnya terganggu pasien pasca stroke akan merasakan serangan stroke sebagai kehidupan yang tidak menyenangkan [8].

Menurut Hutagalung (2021) penilaian kualitas hidup pada penderita stroke harus multidimensi, terdiri dari beberapa domain kesehatan fisik, domain psikologis, domain hubungan sosial, dan domain lingkungan. Pasien pasca stroke dengan kualitas hidup kategori buruk cenderung lebih prevalen di kalangan usia di atas 50 tahun dibandingkan dengan kelompok usia yang lebih muda, karena usia termasuk salah satu faktor risiko yang memengaruhi kemampuan pasien dalam melakukan aktivitas perawatan diri serta tingkat kemandiriannya dalam merawat diri sendiri [9]. Berdasarkan Penelitian Bariroh (2016) menunjukkan kualitas hidup yang buruk lebih banyak pada responden yang berusia lebih dari 55 tahun (67,7%), berjenis kelamin laki-laki (52,1%), tidak bersekolah (100%), tidak bekerja (58,5%), memiliki penghasilan dibawah upah minimum (56,6%), tidak memiliki pasangan (78,8%), dan berbagai stroke non hemoragik (52,6%). Pasien pasca stroke yang memiliki pasangan untuk memberikannya kepada pasien. Selain itu, pasien pasca stroke dapat mencari tahu tentang penyakit stroke dan mempelajarinya (Utama & Nainggolan, 2022) [10].

Stroke salah satu penyebab utama disabilitas yang berdampak jangka panjang terhadap penderitanya. Gangguan tidur salah satu masalah yang sering dialami oleh pasien pasca stroke, yang dapat mempengaruhi proses pemulihan, kesehatan fisik, psikologis, dan sosial serta berisiko menurunkan kualitas hidup pasien secara keseluruhan. Kualitas tidur menurun pada pasien stroke dikarenakan adanya gangguan tidur yang muncul, seperti Insomnia, Hipersomnia, Parasomnia, dan Sleep Disordered Breathing (SDB), dan Restless Legs Syndrom (RLS). Kondisi ini menjadi semakin kompleks karena penurunan kemampuan motorik akibat stroke juga mengakibatkan penurunan aktivitas, yang berujung pada pola tidur yang tidak teratur, gangguan psikologis seperti kecemasan turut memperparah kualitas tidur pasien [11].

Kualitas tidur dan kualitas hidup seseorang dapat digunakan sebagai ukuran penting untuk mengetahui seberapa efektif terapi selama proses rehabilitasi dirumah sakit. Buruknya kualitas tidur pada akhirnya berimplikasi pada penurunan kualitas hidup. Kualitas hidup pasien indikator penting dalam menilai keberhasilan program rehabilitasi. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dan kualitas hidup pada pasien pasca stroke [12].

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang menggunakan desain korelatif. Penelitian ini menggunakan pendekatan Cross Sectional merupakan suatu rancangan penelitian observasional yang dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel independen dengan variabel dependen dimana pengukurannya dilakukan pada waktu yang sama. Pada penelitian ini mendeskripsikan hubungan

terhadap kualitas tidur pasien dengan kualitas hidup pasien pasca stroke di Rehabilitasi dan Poli Saraf RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pasien pasca stroke yang menjalani rehabilitasi di ruangan Instalasi Rehabilitasi Medik dan Poli Saraf RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Berdasarkan hasil penelitian terdapat jumlah kasus pasien pasca stroke di ruangan Inhalasi Rehabilitasi Medik dan Poli Saraf RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau sebanyak 101. Sampel pada penelitian ini 48 pasien pasca stroke yang diambil telah memenuhi kriteria inklusi. Penggunaan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu pasien pasca stroke yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini ialah kuesioner kualitas tidur *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dan kualitas hidup *Stroke Specific Quality Of Life* (SSQOL) yang sudah dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas pada tanggal Senin 5 Mei 2025 di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau dengan 20 responden. Analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji *chi-square* ($0,008 < 0,05$). Protokol penelitian ini sudah dinyatakan layak etik oleh Kesehatan Stikes Tengku Maharatu Pekanbaru dengan Nomor: 135/STIKes-T.MHRT/KEPK/VI/2025.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian terkait hubungan kualitas tidur pasien dengan kualitas hidup pasien pasca stroke yang menjalani rehabilitasi ini dilaksanakan di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau di Ruang Inhalasi Rehabilitasi Medik dan Poli Syaraf pada tanggal 15 Juli hingga 18 September dengan 48 responden. Hasil penelitian telah diolah dan dianalisis, sehingga didapatkan hasilnya adalah sebagai berikut:

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
Dewasa akhir (30-45)	2	4,2%
Lansia awal (46-55)	5	10,4%
Lansia akhir (56-65)	23	47,9%
Manula (>65)	18	37,5%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	34	70,8%
Perempuan	14	29,2%
Pendidikan		
SD	9	18,8%
SMP	12	25,0%
SMA	17	35,4%
Perguruan tinggi	10	20,8%
Pekerjaan		
Tidak bekerja	13	27,1%
Wiraswasta	14	29,2%
Petani	9	18,8%
IRT	7	14,6%
PNS/POLRI	5	10,4%

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Status Menikah		
Menikah	43	89,6%
Duda/ Janda	5	10,4%
Lama Menderita Stroke		
<1 tahun	20	41,7%
>1 tahun	28	58,3%
Total	48	100%

Memperlihatkan bahwa sebagian besar responden merupakan lansia akhir dengan jumlah 23 responden (47,9%). Sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 34 responden (70,8%). Pendidikan terakhir responden didominasi oleh lulusan SMA sebanyak 17 responden (35,4%). Sebanyak 14 responden (29,2%) diketahui wiraswasta. Mayoritas responden berstatus menikah sebanyak 43 responden (89,6%), dan berdasarkan lama menderita stroke >1 tahun sebanyak 28 responden (58,3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kualitas Tidur

Karakteristik Tidur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	20	41,7%
Buruk	28	58,3%
Total	48	100%

Dari tabel di atas menampilkan bahwa dari 48 responden pasca stroke yang menjalani rehabilitasi menunjukkan bahwa dengan kualitas tidur buruk sebanyak 28 responden (58.3%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kualitas Hidup

Karakteristik Tidur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Rendah	21	43,8%
Sedang	13	27,1%
Tinggi	14	29,2%
Total	48	100%

Diketahui bahwa dari 48 responden pasca stroke yang menjalani rehabilitasi sebagian besar memiliki kualitas hidup pada kategori rendah sebanyak 21 responden (43,8%).

Tabel 4. Hasil Uji Chi Square Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke Yang Menjalani Rehabilitasi

Kualitas Tidur	Kualitas Hidup								P Value
	Rendah		Sedang		Tinggi		Total		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Baik	4	20,0%	6	30,0%	10	50,0%	20	100%	0,008
Buruk	17	60,7%	7	25,0%	4	14,3%	28	100%	
Total	21	43,8%	13	27,1%	14	29,2%	48	100%	

Memaparkan bahwa responden yang memiliki kualitas tidur baik sebanyak 20 responden dengan yang memiliki tingkat kualitas hidup tinggi sebanyak 10 responden (50,0%). Selanjutnya, kualitas tidur yang buruk sebanyak 28 responden dengan yang memiliki tingkat kualitas hidup yang rendah sebanyak 17 responden (60,7%). Dari 48 responden yang memiliki kualitas hidup dengan tingkat rendah yaitu sebanyak 21 responden (43,8%). Setelah melakukan analisa data dengan uji chi-square, didapatkan nilai p-value (0,008) < alpha (0,05) yang artinya H₀ ditolak dan H_a diterima. Dalam hal ini dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan kualitas hidup pasien pasca stroke yang menjalani rehabilitasi di RSUD Arifin Achmad.

PEMBAHASAN

1) Kualitas Tidur Pasien Pasca Stroke

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 48 responden yang menjalani rehabilitasi sebagian besar mempunyai kualitas tidur pada kategori buruk sebanyak 28 responden (58,3%). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bakti et al., (2024) menunjukkan hasil pada kualitas tidur buruk sebanyak 54 responden (77,1%). Pasien dengan riwayat stroke lebih besar kemungkinannya mengalami gangguan tidur dibandingkan pasien yang belum pernah terkena stroke. Di Indonesia, prevalensi gangguan tidur pada pasien pasca stroke secara keseluruhan adalah 20-40%. Gejala gangguan tidur pada pasien stroke seringkali berbeda-beda tergantung dari kelainan saraf spesifik yang dialami pasien. Total waktu tidur dan produktivitas kerja menurun pada pasien pasca stroke. Faktor lingkungan pasien stroke dan masalah yang ditimbulkan akibat stroke, seperti gangguan tidur, juga dapat mempengaruhi tingkat keparahan stroke itu sendiri. Pasien pasca stroke seringkali menghadapi tantangan terkait proses penyembuhan dan pemulihan.

Pada masa ini, berbagai permasalahan fisik kerap muncul, terutama kecacatan dan kelemahan lainnya (Bakti et al., 2024). Kualitas tidur pasien stroke juga berhubungan dengan risiko keparahan stroke yang dialami, hal ini dikarenakan pada pasien yang mengalami gangguan tidur berpengaruh pada peningkatan tekanan darah, dimana pada tahap tidur dihubungkan dengan aliran darah ke serebral, peningkatan konsumsi oksigen. Sebanyak 70,6% pasien stroke ditemukan memiliki gangguan tidur, 61,6% memiliki kualitas tidur yang buruk, 20% memiliki tingkat kantuk yang berlebihan di siang hari (EDS). Gangguan tidur lebih banyak terjadi pada stroke dengan tingkat keparahan sedang.

2) Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 48 responden, mayoritas responden mempunyai kualitas hidup rendah sebanyak 21 responden (43,8%) Temuan ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Firmansyah & Ali, (2024) menunjukkan hasil dari 75 responden (79,8%). Kualitas hidup yang rendah pada pasien pasca stroke terjadi karena stroke sering meninggalkan dampak fisik, psikologis, dan sosial yang menetap. Banyak pasien mengalami kelemahan anggota tubuh, gangguan berjalan, kesulitan berbicara, serta penurunan kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari, sehingga mereka merasa kehilangan kemandirian.

Pada pasien pasca stroke yang sedang menjalani rehabilitasi, kualitas hidup rendah masih sering ditemukan karena proses pemulihan membutuhkan waktu panjang dan tidak selalu menunjukkan perbaikan cepat. Kualitas hidup yang luas mencakup berbagai faktor seperti aspek lingkungan, materi, fisik, mental dan sosial, kesehatan, kemandirian, berfungsi secara individu. Pasien pasca stroke biasanya kehilangan fungsionalitasnya dalam hal sosial, emosional, fisik, serta dapat timbul gangguan dalam aktivitasnya sehari-hari sehingga pada pasien yang mengalami stroke dalam 6 bulan pertama, pasien merasa kehilangan sebagian dari hidupnya, hal ini mempengaruhi kualitas hidup pasien. Setelah pasien stroke mengalami perubahan kesehatan, kualitas hidupnya cenderung buruk, sehingga pasien tersebut harus merespon dan menyesuaikan diri setelah Stroke

untuk memaksimalkan kualitas hidup mereka (Abdu et al., 2022).

Kualitas hidup juga mempengaruhi tingkat kesembuhan seseorang, jika kualitas hidup tidak baik maka mempengaruhi proses penyembuhan itu sendiri, karena kualitas hidup terdapat dalam diri sendiri. Sebaliknya, kualitas hidup lebih baik maka proses penyembuhan selanjutnya dapat berjalan lebih cepat untuk meminimalisir stroke berulang terjadi. Kualitas hidup dapat dimaknai dari sudut pandang kehidupan, posisi yang dirasakan individu adalah yang terletak dalam konteks budaya atau sistem nilai dan hubungannya dengan individu adalah yang terletak dalam konteks lingkungan, budaya atau sistem nilai. Tujuan, harapan, dan masalah pribadi lainnya, seperti mobilitas, rasa sakit dan psikologi, kesedihan, dan kecemasan, semuanya memiliki dampak signifikan dalam kualitas hidup (Bariroh et al., 2016).

3) Hubungan Kualitas Tidur Pasien Dengan Kualitas Hidup pasien Pasca Stroke

Berdasarkan hasil uji chi-square diperoleh nilai p value ($0,008 < \alpha (0,05)$), yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kualitas tidur pasien dengan kualitas hidup pasien pasca stroke yang menjalani rehabilitasi. Temuan ini selaras dengan penelitian oleh Dermawan, (2023) menunjukkan bahwa hubungan antara kualitas tidur dengan kualitas hidup pasien pasca stroke dengan nilai p value 0,043 dengan hasil uji keceratan 0,05.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan kualitas tidur buruk lebih banyak berada pada kategori kualitas hidup rendah dibandingkan dengan responden yang memiliki kualitas tidur baik. Hal ini menjelaskan bahwa gangguan tidur merupakan faktor penting yang memengaruhi kondisi fisik, psikologis, dan fungsi sosial pasien pasca stroke. Pasien pasca stroke yang mengalami kualitas tidur buruk merasakan kelelahan sepanjang hari, penurunan energi, gangguan konsentrasi, serta keterbatasan dalam melakukan aktivitas harian. Gangguan tidur juga dapat memperburuk suasana hati, memicu kecemasan atau depresi, dan menurunkan motivasi selama proses rehabilitasi.

Pada seseorang yang mengalami stroke kualitas tidur yang buruk secara langsung berdampak negatif pada aspek fisik, mental, dan sosial yang membentuk kualitas hidup secara keseluruhan. Secara fisik, kurang tidur dapat menghambat proses pemulihan, mengurangi efektivitas rehabilitasi, dan menyebabkan kelelahan kronis serta penurunan energi, yang semuanya membatasi aktivitas sehari-hari pasien (Sari, 2024). Pasca stroke yang menjalani rehabilitasi bagian penting dalam proses pemulihan karena bertujuan untuk mengembalikan fungsi tubuh yang terganggu, meningkatkan kemandirian, serta mencegah komplikasi lanjutan. Pasien yang menjalani rehabilitasi secara teratur cenderung menunjukkan peningkatan mobilitas dan penurunan tingkat ketergantungan pada orang lain. Hal ini sejalan dengan literatur yang menyatakan bahwa latihan fisik terstruktur dapat merangsang neuroplastisitas otak, yaitu kemampuan otak untuk membentuk koneksi baru setelah mengalami kerusakan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kualitas tidur buruk memiliki hubungan yang kuat dengan kualitas hidup yang tingkat rendah pada pasien pasca stroke. Penelitian yang dilakukan oleh Bakti et al., (2024), menunjukkan adanya hubungan yang signifikan, kuat, dan searah antara kualitas tidur yang buruk dan peningkatan kelelahan secara langsung menghambat partisipasi pasien dalam rehabilitasi fisik dan aktivitas sehari-hari, menyebabkan penurunan fungsional, ketergantungan yang lebih besar, dan pada akhirnya, persepsi kualitas hidup yang lebih rendah.

4. KESIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian tentang hubungan kualitas tidur pasien dengan kualitas hidup pasien pasca stroke yang menjalani rehabilitasi di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau pada 48 responden, diketahui bahwa paling banyak responden menunjukkan pada usia lansia akhir 56-65

tahun sebanyak 23 responden (47,9%), dengan berjenis kelamin laki-laki 34 responden (70,8%), berpendidikan SMA sebanyak 17 responden (35,4%), diketahui bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 14 responden (29,2%), sebanyak 43 responden (89,6%) yang berstatus menikah, dan yang terkena storke >1 tahun sebanyak 28 responden (58,3%). Berdasarkan analisis bivariat dengan menggunakan uji chi-square, dengan p value (0,008) < alpha (0,05) dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kualitas tidur pasien dengan kualitas hidup pasien pasca stroke yang menjalani rehabilitasi di RSUD Arifin Achamd Provinsi Riau.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Nurhalimah, Ningsih, R., & Mulyanti, Y. (2024). Buku terapi kongnitif pada pasien stroke. Pusat pengembangan pendidikan dan penelitian indonesia.
- [2] Kariasa, M. (2022). Buku antisipasi seranagan stroke berulang. Pt. nasya expanding management.
- [3] WHO. (2022), The world health organization. World Stroke Day
- [4] Riset Kesehatan Dasar, (2018). Hasil utama riskesdas 2018. Kemenkes . RI.
- [5] Alya, R., Syafrita, Y., & Russilawati. (2020). Gambaran gangguan tidur pada pasien pacsa stroke. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 1(3), 336–342.
- [6] Amalia, L. (2021). Gangguan tidur pada pasien stroke fase akut. *Jurnal Neuroanestesi Indonesia*, 10(1), 47–54.
- [7] Bakti, agus surya, Kaban, ani ramadhani, Siregar, maya ardila, & Simnungkalit, P. (2024). Hubungan kualitas tidur dengan status fungsional pasien pasca stroke dirumah sakit mitra medika tanjung mulia. *Jurnal Nursinng Applied*, 6(1), 49–58.
- [8] Hutagalung, M. S. (2019). Buku panduan lengkap stroke mencegah, mengobati dan menyembuhkan.
- [9] Utama, Y. A., & Nainggolan, S. S. (2022). Karakteristik Kualitas Hidup Pasien Stroke. *Jurnal Kesehatan Lentera 'Aisyiyah*, 5(1).
- [10] Firmansyah, & Ali. (2024). Gambaran kualitas hidup pada pasien stroke. *Jurnal Studi Di Poli Syaraf RSU ANNA Medika Madura*, 1–4.
- [11] Abdu, S., Satti, Y. C., Payung, F., & Soputan, H. A. (2022). Analisis faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pasien pasca stroke. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale (JKFN)*, 5(2), 50–59.
- [12] Dermawan (2023). Hubungan antara kualitas tidur dan aktifitas fisik dengan kualitas hidup pasien pasca stroke di rsud abdul wahab sjahrane samarinda.
- [13] Sari, R. N. (2024). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Gejala Depresi Pada Penderita Stroke : Literature Review. *Jurnal Ilmiah Nusantara (JINU)*, 1(4).