

**PENGARUH PENERAPAN SUNAH RASUL SEBELUM  
TIDUR TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA PASIEN  
KANKER PAYUDARA YANG MENJALANI KEMOTERAPI  
DI RSUD DJOJONEGORO TEMANGGUNG**

**Tesis**



**DIYANAH SYOLIHAN RINJANI PUTRI**

**20161050011**

**PROGRAM MAGISTER KEPERAWATAN  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA  
2018**

## PERNYATAAN ORIGINALITAS

Nama : Diyanah Syolihan Rinjani Putri  
NIM : 20161050011  
Program Studi : Magister Keperawatan  
Program : Pascasarjana

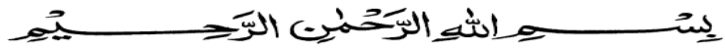
Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa tesis yang berjudul “Pengaruh Penerapan *Sunah Rasul* Sebelum Tidur Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi Di RSUD Djojonegoro Temanggung”, merupakan hasil karya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan didalam bagian akhir tesis ini. Apabila tesis saya ini dikemudian hari terbukti telah melakukan plagiat, saya bersedia untuk dilakukan pemeriksaan dan penelusuran kasalian tesis saya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Agustus 2018

Diyanah Syolihan Rinjani Putri

## KATA PENGANTAR



Puji dan syukur peneliti panjatkan atas ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia Nya sehingga penulis dapat menyusun tesis ini. Shalawat serta salam tak lupa pula terlantun untuk junjungan Nabi Muhammad SAW sebagai suri tauladan dan khalifah terbaik di muka bumi ini, sehingga kita dapat belajar dan mengerti hidup ini dalam nikmat iman dan Islam. Tesis ini berjudul: **“Pengaruh Penerapan *Sunah Rasul* Sebelum Tidur Terhadap Kualitas Tidur pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi di RSUD Djojonegoro Temanggung”**. Tesis ini diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan Pendidikan di Program Magister Keperawatan Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Terwujudnya tulisan tesis ini tidak berarti apapun tanpa bantuan semua pihak yang berada di sekitar penulis. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Sri Atmaja P. Rosyidi, ST., MSc. Eng., Ph.D PE., Selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Fitri Arofiati, S.Kep., Ns., MAN., Ph.D., selaku Ketua Program Studi Magister Keperawatan di Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

3. Direktur RSUD Temanggung yang telah memberikan izin pengambilan data.
4. Dr. Titih Huriah, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Kom, selaku penguji yang telah mengarahkan dan memberikan masukan kepada penulis dalam menyusun tesis ini.
5. Erna Rochmawati, S.Kp., MNSc., M.Med.Ed, selaku penguji yang telah mengarahkan dan memberikan masukan kepada penulis dalam menyusun tesis ini.
6. Dr. SN Nurul Makiyah, S.Si., M.Kes., selaku dosen pembimbing 1 yang telah banyak membimbing, mengarahkan serta memberikan masukan kepada penulis dalam menyusun tesis ini.
7. Dewi Puspita, S.Kp., M.Sc., selaku dosen pembimbing 2 yang telah banyak membimbing, mengarahkan serta memberikan masukan kepada penulis dalam menyusun tesis ini.
8. Bapak, Ibu serta Adik-adikku tercinta yang tak lepas memberikan doa, dukungan dan semangat setiap hari untuk menyelesaikan tesis ini.

Semoga segala bantuan yang tidak ternilai harganya ini mendapat imbalan di sisi Allah SWT sebagai amal ibadah, Amin. Penulis menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu peneliti mengharapkan kritik saran yang membangun dari berbagai pihak untuk perbaikan-perbaikan ke depannya.

*Amin Yaa Rabbal 'Alamiin*

Yogyakarta, Agustus 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN ORIGINALITAS.....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xiii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xiv</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah .....	12
C. Tujuan Penelitian.....	12
D. Manfaat Penelitian.....	12
E. Penelitian Terkait.....	15

### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

A. Tinjauan Pustaka .....	19
1. Kanker .....	19
a. Definisi Kanker .....	19
b. Definisi Kanker Payudara.....	19
c. Faktor Resiko Kanker Payudara.....	20
d. Stadium Kanker Payudara .....	26

e.	Menifestasi Klinis.....	26
f.	Penatalaksanaan.....	28
2.	Kemoterapi .....	30
a.	Definisi Kemoterapi .....	30
b.	Jenis Kemoterapi .....	31
c.	Jenis Protokol Kemoterapi .....	32
d.	Efek Samping Kemoterapi .....	32
3.	Kualitas Tidur .....	33
a.	Definisi .....	33
b.	Fisiologi Tidur .....	35
c.	Tahap-Tahap Tidur .....	38
d.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tidur pada Pasien Kanker Payudara .....	40
e.	Kualitas Tidur pada Pasien Kanker Payudara yang Kemoterapi .....	44
f.	Instrumen Pengukuran Kualitas Tidur.....	46
4.	Penerapan Sunnah Rosul Sebelum Tidur .....	47
1)	Murottal Al-Qur'an .....	48
a)	Definisi .....	48
b)	Manfaat Murottal Al-Qur'an .....	51
c)	Murottal Terhadap Respon Tubuh.....	51
d)	Surat Al-Qur'an yang digunakan untuk Murottal .....	55
2)	Dzikir.....	55
a)	Definisi .....	55
b)	Manfaat Dzikir.....	56
B.	Kerangka Teori .....	57
C.	Kerangka Konsep .....	58
D.	Hipotesis Penelitian.....	58

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Desain Penelitian .....	59
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	60
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	63
D. Variabel Penelitian .....	63
E. Definisi Operasional .....	66
F. Instrumen Penelitian.....	68
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	72
H. Cara Pengumpulan Data .....	74
I. Pengolahan dan Teknik Analisis Data.....	87
1. Pengolahan Data .....	87
2. Analisis Data .....	89
J. Etik Penelitian .....	93

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Gambaran Wilayah .....	98
B. Hasil Penelitian.....	99
C. Pembahasan .....	108
D. Kekuatan dan Kelemahan Penelitian.....	125

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	127
B. Saran .....	127

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>129</b>
-----------------------------	------------

<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>146</b>
----------------------	------------



## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
<b>Gambar 1</b> : Siklus Tidur Orang Dewasa Normal	40
<b>Gambar 2</b> : Kerangka Teori	57
<b>Gambar 3</b> : Kerangka Konsep	58
<b>Gambar 4</b> : Skema Penelitian	86
<b>Gambar 5</b> : Gambaran skor PSQI kelompok kontrol	101
<b>Gambar 6</b> : Gambaran skor PSQI kelompok intervensi	102

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
<b>Tabel 1</b> : Penelitian Terkait	15
<b>Tabel 2</b> : Stadium Kanker Payudara	26
<b>Tabel 3</b> : Pembagian Kelompok Penelitian	59
<b>Tabel 4</b> : Definisi Operasional	66
<b>Tabel 5</b> : Komponen dan Sistem Penilaian Instrumen PSQI	71
<b>Tabel 6</b> : Analisis Data Pengaruh Penerapan Sunah Rasul Sebelum Tidur Terhadap Kualitas Tidur	93
<b>Tabel 7</b> : Karakteristik Responden	100
<b>Tabel 8</b> : Karakteristik Responden	101
<b>Tabel 9</b> : Skor Rata-rata Kualitas Tidur pada Kelompok Intervensi dan Kontrol	103
<b>Tabel 10</b> : Uji Normalitas Kualitas Tidur	104
<b>Tabel 11</b> : Uji Homogenitas Kualitas Tidur	105
<b>Tabel 12</b> : Perbedaan Rata-Rata Kualitas Tidur pada Kelompok Intervensi dan Kontrol	106
<b>Tabel 13</b> : Hasil Pengukuran Penerapan <i>Sunah Rasul</i> Sebelum Tidur	107

## DAFTAR SINGKATAN

ACS	: <i>American Cancer Society</i>
ESS	: <i>Epworth Sleep Scale</i>
ISI	: <i>Insomnia Severity Index</i>
NREM	: <i>Non-Repid Eye Movement</i>
PSQI	: <i>Pittburg Sleep Quality Index</i>
RAS	: <i>Reticular Activating System</i>
REM	: <i>Repid Eye Movement</i>
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
RSUD	: Rumah Sakit Umum Daerah
SAW	: Shallallahu 'alaihi wasallam
SWT	: Subhanahu wa Ta'ala
UMY	: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
WHO	: <i>World Health Organization</i>

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1** : Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 2** : Surat Balasan RSUD Temanggung
- Lampiran 3** : Surat Keterangan Layak Etik
- Lampiran 4** : Surat Izin Penelitian di RSUD Temanggung
- Lampiran 5** : Surat Balasan RSUD Temanggung
- Lampiran 6** : Email Persetujuan Instrumen
- Lampiran 7** : Surat Kalibrasi Murottal Al-Qur'an
- Lampiran 8** : Lembar Informasi Penelitian
- Lampiran 9** : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 10** : Data Demografi
- Lampiran 11** : Kuesioner PSQI 1988 Original 10 Pertanyaan
- Lampiran 12** : Kuesioner PSQI 9 Pertanyaan
- Lampiran 13** : Kuesioner PSQI Versi Bahasa Indonesia.
- Lampiran 14** : Cara Penilaian Kuesioner PSQI
- Lampiran 15** : Pedoman Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 16** : Lembar Petunjuk Pelaksanaan Penerapan *Sunah Rasul* Sebelum Tidur
- Lampiran 17** : Lembar Diary Tidur Responden
- Lampiran 18** : Lembar Observasi
- Lampiran 19** : Hasil Penelitian (SPSS)

