

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI *VIRTUAL REALITY MEDITATION* TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS TIDUR PASIEN *CARDIOVASCULAR DISEASE* DI RUANG *INTENSIVE CARE UNIT* RSUD TARAKAN

Dila Sari Putri

Abstrak

Penyakit kardiovaskular adalah penyakit paling sering terjadi di dunia yang menyebabkan kematian yang tinggi, mortalitas, dan memiliki efek secara finansial terutama untuk para penderitanya. Jenis-jenis penyakit jantung antara lain yaitu gagal jantung, penyakit jantung koroner, kardiomiopati, dan penyakit jantung bawaan. Data *World Health Statistics* menyatakan bahwa pada tahun 2019, penyakit kardiovaskular menyumbang 18,6 juta kematian secara global. Gagal jantung adalah suatu keadaan dimana jantung tidak dapat memompa darah ke seluruh tubuh. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, sekitar 2.784.064 orang di Indonesia menderita penyakit jantung. Pasien dengan masalah jantung membutuhkan istirahat yang cukup karena tidur yang baik akan memperbaiki sel-sel otot jantung. Penanganan gangguan pola tidur pada pasien ICU dapat dilakukan dengan dua cara yaitu farmakologi dan non-farmakologi. Terapi farmakologis menimbulkan efek yang cepat namun berbahaya bagi kesehatan apabila terlalu banyak mengkonsumsinya. Contoh obat misalnya propofol, dexmedetomidin, dan benzodiazepin. Pemberian terapi non farmakologi dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti terapi olahraga, *massage* punggung, hipnosis, terapi *virtual reality meditation*, dll. Teknologi *Virtual Reality* (VR) merupakan teknologi tiga dimensi atau 3D dengan memunculkan gambar serta video dalam bentuk media sehingga hasilnya akan terlihat lebih nyata dan membuat seseorang berada di dunia maya tersebut. Instrumen penelitian ini menggunakan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Hasil akhir dari penelitian ini adalah terdapat penurunan skor PSQI yang signifikan. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa penggunaan *virtual reality meditation* dapat meningkatkan kualitas tidur pasien gagal jantung.

Kata Kunci : Gagal Jantung, Kualitas Tidur, *Virtual Reality Meditation*

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI
VIRTUAL REALITY MEDITATION TERHADAP PENINGKATAN
KUALITAS TIDUR PASIEN *CARDIOVASCULAR DISEASE*
DI RUANG *INTENSIVE CARE UNIT* RSUD TARAKAN**

Dila Sari Putri

Abstract

Cardiovascular disease is the most common disease in the world that causes high mortality, morbidity, and has financial effects, especially for sufferers. Types of heart disease include heart failure, coronary heart disease, cardiomyopathy, and congenital heart disease. World Health Statistics data states that in 2019, cardiovascular disease accounted for 18.6 million deaths globally. Heart failure is a condition in which the heart cannot pump blood throughout the body. Based on the Basic Health Research (Riskesdas) in 2018, around 2,784,064 people in Indonesia suffer from heart disease. Patients with heart problems need adequate rest because good sleep will repair heart muscle cells. Handling of sleep pattern disorders in ICU patients can be done in two ways, namely pharmacological and non-pharmacological. Pharmacological therapy has a rapid effect but is harmful to health if too much is consumed. Examples of drugs include propofol, dexmedetomidine, and benzodiazepines. Providing non-pharmacological therapy can be done in various ways such as exercise therapy, back massage, hypnosis, virtual reality meditation therapy, etc. Virtual Reality (VR) technology is a three-dimensional or 3D technology by displaying images and videos in the form of media so that the results will look more real and make a person in the virtual world. This research instrument uses the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). The final result of this study is that there is a significant decrease in PSQI scores. Based on these results, it can be concluded that the use of virtual reality meditation can improve the sleep quality of heart failure patients.

Key Word : Heart Failure, Sleep Quality, Virtual Reality Meditation