



**PENERAPAN *EVIDENCE BASED NURSING* PENGGUNAAN  
*EARPLUG* DAN *EYE MASK* TERHADAP KUALITAS TIDUR  
PASIEN ICU DI RS BHAYANGKARA TINGKAT I RADEN  
SAID SUKANTO**

**KIAN**

**MUTIA IFANKA**

**2110721093**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2022**



**PENERAPAN *EVIDENCE BASED NURSING* PENGGUNAAN  
*EAR PLUG* DAN *EYE MASK* TERHADAP KUALITAS TIDUR  
PASIEN ICU DI RS BHAYANGKARA TINGKAT I RADEN  
SAID SUKANTO**

**KIAN**

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Ners**

**MUTIA IFANKA**

**2110721093**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2022**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

KIAN ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Mutia Ifanka

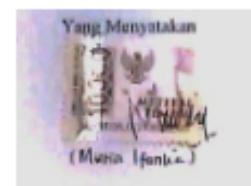
NIM : 2110721093

Tanggal : 28 April 2022

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 28 April 2022

Yang menyatakan,



## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mutia Ifanka  
NRP : 2110721093  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Demi mengembangkan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: Penerapan *Evidence Based Nursing* Penggunaan *Earplug* Dan *Eye Mask* Terhadap Kualitas Tidur Pasien ICU di RS Bhayangkara Tingkat I Raden Said Sukanto Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 28 April 2022

Yang menyatakan,

  
Mutia Ifanka

## PENGESAHAN

KIA diajukan oleh :

Nama : Mutia Ifanka., S.Kep  
NIM : 2110721066  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners  
Judul KIA : Penerapan *Evidence Based Nursing* Penggunaan *Earplug* dan *Eye Mask* Terhadap Kualitas Tidur Pasien ICU di RS Bhayangkara Tingkat I Raden Said Sukanto

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



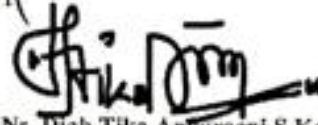
Ns. Wiwin Winarti, S.Kep., M.Epid.,MN

Penguji 1



Ns. Ganiya Tri Utami, M.Kep

Penguji 2



Ns. Diah Tika Anuraeni, S.Kep M.Kep

Penguji 3 (Pembimbing)



Prof. Wahyu Sulistiyadi, MARS

Dekan FIKES/CPNVJ

Jakarta

Tanggal ujian : 28 April 2022



Ns. Dora Samaria, M.Kep

Ka. Progdil Pendidikan Profesi Ners

**PENERAPAN *EVIDENCE BASED NURSING* PENGGUNAAN  
*EAR PLUG* DAN *EYE MASK* TERHADAP KUALITAS TIDUR  
PASIEN ICU DI RS BHAYANGKARA TINGKAT I RADEN  
SAID SUKANTO**

**Mutia Ifanka**

**Abstrak**

Gangguan tidur pada pasien yang menjalani perawatan di ruang ICU (*intensive care unit*) menjadi salah satu masalah yang belum ditangani secara serius. Pasien diruang ICU rentan memiliki kualitas tidur yang buruk. Kondisi lingkungan menjadi salah satu penyebab gangguan tidur yang dialami pasien, misalnya intervensi keperawatan (pengukuran tekanan darah, suhu, nadi, perawatan rutin), kebisingan (percakapan staf, alarm monitor, pengunjung, televisi dan telepon) dan pencahayaan yang abnormal. Perawat memiliki peranan penting untuk meningkatkan kualitas tidur pasien di ICU. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat diberikan yaitu penggunaan *eyemask* dan *earplug*. Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas penerapan terapi penggunaan *eyemask* dan *earplug* terhadap kualitas tidur pada pasien ICU di RS Bhayangkara Tingkat I Raden Said Sukanto. Kualitas tidur pasien diobservasi menggunakan *Richard Campbell Sleep Questionnaire (RCSQ)*. Hasil studi kasus dari penerapan terapi penggunaan *eyemask* dan *earplug* menunjukkan bahwa pasien mengalami peningkatan kualitas tidur selama 3 hari implementasi. Diharapkan terapi penggunaan *eyemask* dan *earplug* ini dapat diterapkan untuk meningkatkan kualitas tidur pasien selama perawatan di ICU.

**Kata Kunci :** *Earplug*, *Eye mask*, ICU, Kualitas tidur

# **APPLICATION OF EVIDENCE BASED NURSING USING EAR PLUG AND EYE MASK ON SLEEP QUALITY OF ICU PATIENT AT RS BHAYANGKARA TINGKAT I RADEN SAID SUKANTO**

**Mutia Ifanka**

## **Abstract**

Sleep disturbance in patients undergoing treatment in the ICU (intensive care unit) is a problem that has not been taken seriously. Patients in the ICU are prone to have poor sleep quality. Environmental conditions are one of the causes of sleep disturbances experienced by patients, for example nursing interventions (measurement of blood pressure, temperature, pulse, routine care), noise (staff conversations, monitor alarms, visitors, television and telephone) and abnormal lighting. Nurses have an important role to improve the quality of sleep of patients in the ICU. One of the non-pharmacological therapies that can be given is the use of eye masks and earplugs. This study aims to determine the application of eyemask and earplug therapy to sleep quality in ICU patients. Sleep quality can be observed using the Richard Campbell Sleep Questionnaire (RCSQ). The results of a case study from the application of eyemask and earplug therapy showed that patients experienced an increase in sleep quality for 3 days of implementation. It is hoped that this eyemask and earplug therapy can be applied to improve the quality of patient sleep during treatment in the ICU.

**Keywords:** Earplug, Eye mask, ICU, Sleep quality

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, karunia, dan izin-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan KIA yang berjudul "Penerapan Evidence Based Nursing Penggunaan Ear Plug Dan Eye Mask Terhadap Kualitas Tidur Pasien ICU di RS Bhayangkara Tingkat I Raden Said Sukanto" sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ners. Penulis menadari bahwa dalam penyusunan KIA ini melibatkan banyak pihak yang membantu. Oleh karena itu, Penulis mengucapkan terimakasih banyak kepada Dr. Erna Hernawati, Ak,CPMA,CA selaku Rektor UPN Veteran Jakarta, Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS selaku Dekan Fakultas ilmu kesehatan UPN Veteran Jakarta dan Ns. Diah Tika Anggraeni., S.Kep., M.Kep selaku dosen pembimbing KIA yang telah banyak meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberikan banyak saran yang sangat bermanfaat. Terimakasih banyak untuk kedua orang tua saya, Bapak Maksum dan Ibu Julaeha yang selalu memberikan kasih sayang, dukungan dan doa yang tiada henti untuk saya sehingga dapat melewati masa Pendidikan Profesi Ners ini dengan baik.

Penulis menyadari bahwa KIA ini memiliki berbagai keterbatasan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang sifatnya membangun. Semoga tulisan ini dapat memberikan manfaat kepada seluruh pembaca.

Jakarta, 28 April 2022

Penulis



Mutia Ifanka



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYAAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I_PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Tujuan Penulisan .....	3
I.3 Manfaat Penulisan .....	4
BAB II_TINJAUAN PUSTAKA .....	6
II.1 Konsep Tidur .....	6
II.2 Konsep Asuhan Keperawatan Pada Pasien dengan Gangguan Tidur.....	28
II.3 Jurnal Intevensi Inovasi Evidence Based Nursing <i>Ear Plug</i> dan <i>Eye Mask</i> Terhadap Kualitas Tidur .....	32
II.4 Standar Operasional Prosedur Penggunaan <i>Ear Plug</i> Dan <i>Eye Mask</i> di ICU.....	34
BAB III_GAMBARAN KELOLAAN KASUS.....	35
III.1 Pengkajian .....	35
III.2 Analisa data .....	47
III.3 Diagnosa Keperawatan .....	51
III.4 Intervensi.....	52
III.5 Implementasi .....	56
III.6 Evaluasi .....	64
III.7 Kasus Resume .....	71
BAB IV_PEMBAHASAN.....	92
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penelitian Terkait .....	92
IV.2 Analisis Penerapan Evidence Based Nursing pada Kasus .....	98
BAB V_PRODUK LUARAN .....	104
V.1 Gambaran Produk .....	104
V.2 Legalitas Produk (sertifikat HKI/ISBN/Jurnal).....	104
V.3 Manfaat Produk bagi Pelayanan Keperawatan.....	105

BAB VI PENUTUP.....	106
VI.1 Kesimpulan.....	106
VI.2 Saran .....	107
DAFTAR PUSTAKA .....	108
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kebutuhan Tidur Manusia Berdasarkan Usia .....	9
Tabel 2	Obat dan pengaruhnya pada Tidur .....	15
Tabel 3	Agen Farmakologi untuk Meningkatkan Kualitas Tidur di ICU .....	21
Tabel 4	Intervensi .....	31
Tabel 5	Pengkajian nyeri .....	36
Tabel 6	Data Laboratorium Pasien Kelolaan .....	38
Tabel 7	Pemeriksaan risiko jatuh dengan Morse scale (sesuai usia) .....	40
Tabel 8	Apache II Score .....	41
Tabel 9	SOFA Score .....	42
Tabel 10	<i>Richmond Agitasi-Sedasi Scale</i> (RASS) Pasien Kelolaan .....	42
Tabel 11	Terapi Farmakologi Pasien Kelolaan .....	43
Tabel 12	Pengkajian Tidur dengan Richards-Campbell Sleep Questionnaire (RCSQ) Pasien Kelolaan .....	45
Tabel 13	Data Fokus Pasien Kelolaan .....	46
Tabel 14	Analisa Data Pasien Kelolaan .....	47
Tabel 15	Diagnosa Keperawatan Pasien Kelolaan .....	51
Tabel 16	Intervensi Pasien Kelolaan .....	52
Tabel 17	Implementasi Pasien Kelolaan .....	56
Tabel 18	Evaluasi (SOAP) Pasien Kelolaan .....	64
Tabel 19	<i>Richmond Agitasi-Sedasi Scale</i> (RASS) Pasien .....	72
Tabel 20	Pengkajian Tidur dengan Richards-Campbell Sleep Questionnaire (RCSQ) Pasien Resume .....	73
Tabel 21	Data Laboratorium Pasien Resume .....	74
Tabel 22	Terapi Farmakologi Pasien Resume .....	76
Tabel 23	Data Fokus Pasien Resume .....	76
Tabel 24	Analisa Data Pasien Resume .....	78
Tabel 25	Diagnosa Keperawatan Pasien Resume .....	81
Tabel 26	Intervensi Pasien Resume .....	82
Tabel 27	Implementasi Pasien Resume .....	85
Tabel 28	Evaluasi (SOAP) Pasien Resume .....	88
Tabel 29	Gambaran Perkembangan Skor RCSQ Pasien Kelolaan dan Pasien Resume .....	101

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan Judul KIAN
- Lampiran 2 Kartu Monitor Bimbingan
- Lampiran 3 SOP Penggunaan *Ear Plug* dan *Eye Mask* di ICU
- Lampiran 4 Modul *Ear Plug* dan *Eye Mask Therapy*
- Lampiran 5 Sertifikat HKI
- Lampiran 6 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 7 Hasil Uji Plagiarisme Laporan KIAN
- Lampiran 8 Hasil Uji Plagiarisme Booklet