

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Memberikan pelayanan yang baik kepada masyarakat merupakan bagian penting dari peningkatan pelayanan Rumah Sakit, dan rumah sakit diharapkan memenuhi kriteria tertentu untuk melakukannya. Pelayanan rawat jalan, rawat inap dan gawat darurat semuanya disediakan oleh rumah sakit sebagai institusi kesehatan. Sumber daya manusia sebagaimana didefinisikan oleh Undang-Undang Republik Indonesia No. 44 Tahun 2009, memiliki pengaruh paling signifikan terhadap kualitas pelayanan rumah sakit (Handayani et al., 2018). Karyawan medis, personel pendukung medis, apoteker, administrator rumah sakit dan perawat semuanya membentuk kumpulan sumber daya manusia rumah sakit.

Tenaga keperawatan sebagai salah satu bagian penyedia layanan kesehatan di Rumah Sakit diwajibkan untuk bekerja pada pagi hari, siang hari, dan malam hari untuk memenuhi kebutuhan dasar pasien (Abdalkader dan Hayajneh, 2008). Seorang perawat dapat memberikan maupun melakukan tindakan asuhan keperawatan untuk pasien yang amat banyak sehingga dikerjakan pada shift pagi dan shift malam. Saat shift malam yang seharusnya digunakan perawat untuk mengistirahatkan organ tubuh bagian dalam seperti otak, paru-paru dan jantung tetapi dipaksakan untuk bekerja extra pada malam hari. Hal tersebut dapat menyebabkan tubuh menjadi mudah lelah sehingga pola tidur yang tidak maksimal. (Saftarina & hasanah, 2013).

Susanti (2017) mengatakan bahwa kualitas tidur perawat yang buruk dapat mengakibatkan produktivitas perawat dalam bekerja dan melaksanakan asuhan keperawatan untuk pasien menurun sehingga dapat berimbas pada keselamatan pasien serta perawat itu sendiri. Menurut studi epidemiologi, 15 hingga 35% orang dewasa mengalami gangguan tidur secara teratur, seperti kesulitan tidur atau kesulitan untuk tetap tidur, yang memperpendek jumlah total waktu tidur mereka. Kedua kualitas tidur yang buruk dapat menjadi tanda dan gejala dari banyak penyakit terkait tidur, dan juga dapat berdampak negatif pada kondisi

medis lainnya seperti penyakit kardiovaskular dan diabetes militus (Nugroho, 2018).

Upaya untuk mengatasi pola tidur yang tidak maksimal dan mendapatkan kualitas tidur yang baik dengan menggunakan beberapa cara non farmakologis seperti teknik foot massage, teknik relaksasi otot progresif, dan teknik relaksasi benson. Teknik Relaksasi Benson merupakan terapi nonfarmakologi yang efektif dan aman yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas tidur perawat sehingga menghasilkan Faktor keyakinan agama berpotensi meningkatkan beberapa keyakinan yang akan digunakan dalam intervensi. Pengulangan frase atau kalimat sesuai dengan pandangan pola tidur yang baik (Alpin, 2016). Menurut Herbert Benson relaksasi yang sukses bergantung pada penggunaan kedua metode relaksasi dan niat baik yang kuat. agamanya yang dibarengi dengan sikap pasrah merupakan komponen keyakinan. Ada banyak keuntungan dari relaksasi Benson, seperti teknik sederhana yang dapat dilakukan kapan saja, tidak membutuhkan biaya yang mahal, dan tidak memakan waktu lama (Rahman et al., 2019).

Penulis melakukan wawancara pada tanggal 10 Januari 2022 di Ruang Instalasi Gawat Darurat di RS Bhayangkara TK.I R. Said Sukanto yang dilakukan pada 7 perawat. Hasil wawancara ditemukan bahwa dari 7 perawat, 5 perawat mengeluh sering mengantuk, kelelahan, jenuh dan tidak ada gairah untuk bekerja karena pusing dan lemas karena kurang tidur sehingga menciptakan pola tidur yang buruk dengan beban kerja di ruangan IGD. Sedangkan 2 perawat mengatakan tidak ada masalah pada pola tidur dikarenakan perawat tersebut enjoy dalam menjalankan pekerjaannya dan tidak ada keluhan seperti mengantuk dan kelelahan karena perawat tersebut dapat mengatur jam tidurnya di rumah walau dinas pagi, dinas siang, atau dinas malam, untuk mengetahui pengaruh kualitas tidur dengan dilakukan terapi benson yang dapat memperbaiki kualitas tidur yang baik untuk perawat di Ruang Instalasi Gawat Darurat di Rumah Sakit Bhayangkara TK.I R. Said Sukanto dan mendapatkan hasil 5 orang perawat yang mengatakan kualitas tidur yang sangat buruk saat shift malam sehingga mengganggu pola tidurnya dan gangguan kerja yang dirasakan perawat shift malam adalah rasa mengantuk yang hebat, jam kerja yang lebih panjang, dan lelah di seluruh badan. Selain itu, perawat juga mengeluhkan kelelahan, ketidaknyamanan

punggung dan kaki, pusing, dan kantuk di antara gejala lainnya. Memang benar bahwa ada ketidaksesuaian antara jadwal shift dan cara pelaksanaannya, sebagaimana dibuktikan oleh perawat yang bertukar shift dan bekerja lebih lama dari yang seharusnya. Jadwal pekerja tidak merata karena ini. Jadwal IGD RS Bhayangkara TK.I R Said Sukanto shift malam jauh lebih lama dibanding shift pagi dan malam. Kurangnya persiapan dengan mengatur jam tidur pada pelayanan shift malam disebut-sebut sebagai masalah oleh beberapa perawat yang mengeluh perawat tidak mempersiapkan diri dengan mengatur jam tidur di rumah pada siang hari hingga pada pelayanan shift malam stana cukup sehingga agar mereka tidak mengantuk. Perawat yang sudah menikah dan memiliki anak terkadang terlalu sibuk untuk mendapatkan tidur atau bersantai yang cukup, sehingga menyulitkan mereka untuk menghadiri seminar atau mengikuti kegiatan lain di pagi dan sore hari. Bahkan pada shift malam, perawat kelelahan dan mengantuk, yang menambah tingkat stres yang sudah tinggi yang disebabkan oleh ketegangan yang intens dari shift malam dan banyaknya pasien yang datang ke unit gawat darurat pada larut malam.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Studi Kasus Penerapan Terapi Relaksasi Benson Terhadap Kualitas Tidur Pada Perawat IGD RS Bhayangkara TK.I R. Said Sukanto.

I.2 Tujuan Penulisan

I.2.1 Tujuan Umum

Penelitian yang akan dilaksanakan berujuan untuk menganalisis dan mengetahui Efektifitas Terapi Relaksasi Benson Terhadap Kualitas Tidur pada Perawat IGD di Rumah Sakit Bhayangkara TK.I R. Said Sukanto.

I.2.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran kualitas tidur perawat sebelum dilakukan terapi relaksasi benson pada perawat yang bertugas di IGD RS Bhayangkara Tk.I R Said Sukanto
- b. Mengidentifikasi gambaran kualitas tidur perawat sesudah dilakukan terapi relaksasi benson pada perawat yang bertugas di IGD RS

Bhayangkara Tk.I R Said Sukanto

- c. Mengidentifikasi perbedaan kualitas tidur perawat sebelum dan sesudah dilakukan terapi relaksasi benson pada perawat yang bertugas di IGD RS Bhayangkara Tk.I R Said Sukanto

I.3 Manfaat Penulisan

I.3.1 Bagi Pelayanan Kesehatan

Bagi pelayanan kesehatan diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat bermanfaat dapat dipertimbangkan dalam teori keperawatan ilmiah sekaligus meningkatkan efektivitas Terapi Relaksasi Benson terhadap kualitas tidur perawat selama rawat inap. Selain menjadi sumber informasi untuk penelitian, daya tanggap dan kemampuan perawat dalam menggunakan perawatan relaksasi Benson dapat membantu perawat memperbaiki kualitas tidur menjadi baik.

I.3.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan pengukur kemampuan peneliti dalam menentukan intervensi yang dalam menyelesaikan suatu masalah. Kapasitas peneliti untuk mengidentifikasi solusi potensial untuk suatu masalah dapat diukur dengan menggunakan penelitian ini sebagai alat pengukuran. Selain itu, penelitian ini memiliki potensi untuk menjadi wahana pengembangan keterampilan analitis dan metodologis peneliti. Masukan atau referensi saat melakukan penelitian tentang pengaruh efektivitas perlakuan relaksasi Benson terhadap kualitas tidur perawat sehingga dapat membangun dan mengkonstruksi kualitas tidur yang prima bagi perawat sehingga dapat melaksanakan produktivitas kerja semaksimal mungkin.

I.4 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah perawat pelaksana IGD melakukan terapi relaksasi benson yang dilakukan Di Ruang Instalasi Gawat Darurat Di Rumah Sakit Sakit Bhayangkara TK.I R.Said Sukanto.