



**PENERAPAN *EVIDENCE BASED NURSING* TERAPI DZIKIR  
DAN TERAPI BENSON TERHADAP PENINGKATAN  
KUALITAS TIDUR PASIEN ICU DI RSUD KHIDMAT SEHAT  
AFIAT KOTA DEPOK**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**PUTRI IRAYANI**

**2210721079**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2023**



**PENERAPAN *EVIDENCE BASED NURSING* TERAPI DZIKIR  
DAN TERAPI BENSON TERHADAP PENINGKATAN  
KUALITAS TIDUR PASIEN ICU DI RSUD KHIDMAT SEHAT  
AFIAT KOTA DEPOK**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Ners**

**PUTRI IRAYANI**

**2210721079**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2023**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya ilmiah akhir ners ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Putri Irayani  
NIM : 2210721079  
Tanggal : 26 April 2023

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

Jakarta, 26 April 2023

Yang Menyatakan,



(Putri Irayani)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN  
KARYA ILMIAH AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Putri Irayani  
NIM : 2210721079  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pengembangan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Penerapan *Evidence Based Nursing* Terapi Dzikir dan Terapi Benson Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Pasien ICU di RSUD Khidmat Sehat Afiat Kota Depok.

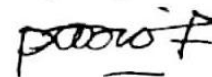
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 26 April 2023

Yang Menyatakan,



(Putri Irayani)

## PENGESAHAN

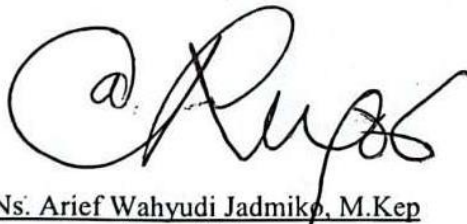
Karya tulis ilmiah akhir ners diajukan oleh

Nama : Putri Irayani  
NIM : 2210721079  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi  
Judul KIA : Penerapan *Evidence Based Nursing* Terapi Dzikir dan  
Terapi Benson Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur  
Pasien ICU di RSUD Khidmat Sehat Afiat Kota Depok

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



Ns. Wiwin Winarti, M.Epid, MN  
Ketua Penguji



Dr. Ns. Arief Wahyudi Jadmiko, M.Kep  
Penguji II



Ns. Ganya Tri Utami, M.Kep  
Penguji III (Pembimbing)



Desmanaya, M.Kep., Sp. Mat., Ph.D  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Ns. Dora Sanaria, M.Kep  
Kepala Program Studi Pendidikan  
Profesi Ners

Ditetapkan di : Jakarta  
Tanggal Ujian : 27 April 2023

# **PENERAPAN *EVIDENCE BASED NURSING* TERAPI DZIKIR DAN TERAPI BENSON TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS TIDUR PASIEN ICU DI RSUD KHIDMAT SEHAT AFIAT KOTA DEPOK**

**Putri Irayani**

## **Abstrak**

Ruang *Intensive Care Unit* (ICU) menjadi lingkungan yang dianggap sebagai tempat yang dapat menimbulkan kecemasan bahkan mengancam bagi pasien. Pasien yang berada di ruang ICU tentunya harus mampu beradaptasi dengan lingkungan yang baru yang dapat membuat perasaan menjadi kurang nyaman sehingga berdampak pada kualitas tidur pasien di ruangan *Intensive Care Unit*. Salah satu terapi non farmakologis yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas tidur adalah terapi dzikir kombinasi terapi benson. Penerapan terapi ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas terapi dzikir dan terapi benson terhadap kualitas tidur pada pasien di ICU. Pengukuran kualitas tidur pada penelitian ini menggunakan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dan aplikasi pelacak tidur digital. Hasil studi kasus menunjukkan adanya peningkatan kualitas tidur yang signifikan pada pasien setelah diberikan intervensi terapi dzikir dan terapi benson selama lima hari intervensi. Diharapkan terapi dzikir dan terapi benson dapat digunakan sebagai penatalaksanaan non farmakologis untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien di ruang ICU.

**Kata Kunci** : Terapi Dzikir, Terapi Benson, ICU, Kualitas Tidur

# **APPLICATION OF EVIDENCE BASED NURSING USING DZIKIR THERAPY AND BENSON THERAPY ON SLEEP QUALITY OF ICU PATIENT AT RSUD KHIDMAT SEHAT AFIAT DEPOK**

**Putri Irayani**

## **Abstract**

The Intensive Care Unit (ICU) room is an environment that is considered a place that can cause anxiety and even threaten patients. Patients who are in the ICU must be able to adapt to a new environment that can make them feel uncomfortable so that it affects the quality of sleep for patients in the Intensive Care Unit room. One of the non-pharmacological therapies that can be used to improve sleep quality is dhikr therapy in combination with benson therapy. The application of this therapy aims to determine the effectiveness of dhikr therapy and benson therapy on sleep quality in patients in the ICU. Measurement of sleep quality in this study used the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) and a digital sleep tracking application. The results of the case study showed that there was a significant increase in the quality of sleep in patients after being given dhikr therapy intervention and benson therapy for five days of intervention. It is hoped that dhikr therapy and benson therapy can be used as non-pharmacological management to improve sleep quality in patients in the ICU.

**Keywords** :Dzikir Therapy, Benson Therapy, ICU, Sleep Quality

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas berkat dan rahmatnya-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. KIAN ini berjudul “Penerapan *Evidence Based Nursing* Terapi Dzikir dan Terapi Benson Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Pasien ICU di RSUD Khidmat Sehat Afiat Kota Depok”. Adapun tujuan dari pembuatan KIAN ini untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan Profesi Ners Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Dalam penyusunan KIAN ini penulis mendapatkan bantuan dari berbagai pihak secara langsung maupun tidak langsung sehingga KIAN ini dapat selesai sesuai dengan yang diharapkan oleh penulis. Penulis mengucapkan terima kasih kepada Desmawati, M.Kep., Sp.Mat., Ph.D selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Wiwin Winarti, S.Kep, M.Epid. M.N selaku Kepala Jurusan Keperawatan, Ns. Dora Samaria, S.Kep, M.Kep selaku Kepala Program Studi Profesi Ners, Ns. Gamy Tri Utami, M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran, bimbingan, dan motivasi yang sangat bermanfaat selama bimbingan dalam penyusunan KIAN serta staff dosen Bagian Pendidikan FIKES UPN “Veteran” Jakarta. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada mama, alm. papa, kakak-kakak, dan sahabat-sahabat saya yang selalu memberikan semangat, doa dan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan KIAN ini.

Penulis menyadari bahwa KIAN ini memiliki kekurangan dalam penyusunannya. Maka dari itu penulis menerima segala masukan kritik dan saran yang membangun agar terciptanya KIAN yang lebih baik lagi di masa yang akan datang.

Jakarta, 25 April 2023

Penulis

Putri Irayani



## DAFTAR ISI

|  |      |
|--|------|
| HALAMAN JUDUL.....   | i    |
| PERNYATAAN ORISINALITAS .....  | ii   |
| PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....   | iii  |
| PENGESAHAN .....   | iv   |
| ABSTRAK .....  | v    |
| ABSTRACT .....   | vi   |
| KATA PENGANTAR .....   | vii  |
| DAFTAR ISI.....  | viii |
| DAFTAR TABEL.....  | ix   |
| DAFTAR LAMPIRAN.....   | x    |
| <br>   |      |
| BAB I PENDAHULUAN.....   | 1    |
| I.1 Latar Belakang Masalah .....   | 1    |
| I.2 Tujuan Penulisan.....  | 4    |
| I.3 Manfaat Penulisan.....   | 5    |
| <br>   |      |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....   | 6    |
| II.1 Konsep <i>Intensive Care Unit</i> .....   | 6    |
| II.2 Konsep Tidur .....  | 7    |
| II.3 Konsep Terapi Dzikir .....  | 15   |
| II.4 Konsep Terapi Benson .....  | 16   |
| II.5 <i>Evidence Based Practice</i> .....  | 18   |
| <br>   |      |
| BAB III GAMBARAN KASUS .....   | 20   |
| III.1 Asuhan Keperawatan Kasus Kelolaan .....  | 20   |
| III.2 Asuhan Keperawatan Kasus Resume.....   | 48   |
| III.3 Penerapan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti .....                               | 73   |
| <br>   |      |
| BAB IV PEMBAHASAN.....   | 75   |
| IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penelitian<br>Terkait ..... | 75   |
| IV.2 Analisis Penerapan <i>Evidence Based Nursing</i> .....                                  | 78   |
| IV.3 Implikasi .....   | 84   |
| <br>   |      |
| BAB V PENUTUP.....   | 85   |
| V.1 Kesimpulan .....   | 85   |
| V.2 Saran.....   | 86   |
| <br>   |      |
| DAFTAR PUSTAKA .....   | 87   |
| RIWAYAT HIDUP  |      |
| LAMPIRAN   |      |

## DAFTAR TABEL

|          |  |    |
|----------|--|----|
| Tabel 1  | Kebutuhan Tidur Manusia Berdasarkan Usia .....           | 9  |
| Tabel 2  | Rangkuman <i>Research Evidence Based Practice</i> .....  | 18 |
| Tabel 3  | Hasil Penilaian Kualitas Tidur PSQI Pasien Kelolaan..... | 23 |
| Tabel 4  | Hasil Pemeriksaan Laboratorium Pasien Kelolaan.....      | 25 |
| Tabel 5  | Pengkajian <i>Morse Fall Scale</i> Pasien Kelolaan ..... | 26 |
| Tabel 6  | Terapi Farmakologis Pasien Kelolaan .....                | 27 |
| Tabel 7  | Analisis Data .....                                      | 29 |
| Tabel 8  | Rencana Keperawatan.....                                 | 31 |
| Tabel 9  | Implementasi Keperawatan.....                            | 34 |
| Tabel 10 | Evaluasi Keperawatan.....                                | 39 |
| Tabel 11 | Hasil Penilaian Kualitas Tidur PSQI Pasien Resume .....  | 52 |
| Tabel 12 | Hasil Pemeriksaan Laboratorium Pasien Resume .....       | 54 |
| Tabel 13 | Pengkajian <i>Morse Fall Scale</i> Pasien Resume .....   | 55 |
| Tabel 14 | Terapi Farmakologis Pasien Resume .....                  | 55 |
| Tabel 15 | Analisis Data .....                                      | 56 |
| Tabel 16 | Rencana Keperawatan.....                                 | 57 |
| Tabel 17 | Implementasi Keperawatan.....                            | 60 |
| Tabel 18 | Evaluasi Keperawatan.....                                | 64 |
| Tabel 19 | Hasil Intervensi Pasien Kelolaan dan Pasien Resume ..... | 80 |

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan Judul KIAN
- Lampiran 2 Kartu Monitor Bimbingan
- Lampiran 3 SOP Terapi Dzikir Kombinasi Terapi Benson
- Lampiran 4 Produk HKI Booklet
- Lampiran 5 Hasil Turnitin Produk KIAN
- Lampiran 6 Sertifikat HKI
- Lampiran 7 Lembar Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 8 Hasil Turnitin KIAN