

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI *FOOT MASSAGE* DAN TERAPI MUSIK TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA PASIEN DI RUANG ICU RSUD TARAKAN JAKARTA

Renasti Pratiwi

Abstrak

Gangguan tidur yang biasa terjadi pada pasien di ruang ICU dapat disebabkan karena rasa cemas, rasa nyeri, tindakan malam hari dan kesulitan beradaptasi dengan lingkungan ICU sehingga dapat mempengaruhi kualitas tidur yang berperan penting terhadap proses pemulihan. Kombinasi *foot massage* dan terapi musik akan memberikan stimulus pada indra peraba dan pendengaran sehingga menimbulkan perasaan relaksasi yang dapat meningkatkan kualitas tidur. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan skor kualitas tidur sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Subjek penelitian yakni pasien kelolaan dan resume yang memiliki masalah gangguan tidur dan diberikan intervensi *foot massage* dan terapi musik selama tiga hari berturut-turut sebelum tidur. Pengukuran kualitas tidur menggunakan instrumen *Richard Campbell Sleep Questionnaire (RCSQ)* dan aplikasi pelacak tidur. Hasil studi kasus menunjukkan adanya peningkatan kualitas tidur pada pasien kelolaan setelah diberikan intervensi yang semula skor RCSQ 41,6 dengan interpretasi *poor sleep* menjadi 61,6 (*good sleep*) dan skor pada aplikasi pelacak tidur 84 (kualitas tidur sangat baik). Sedangkan pada pasien resume didapatkan skor awal RCSQ 43,3 (*poor sleep*) meningkat menjadi 66,6 (*good sleep*) dan skor pada aplikasi 86 (kualitas tidur sangat baik). Diharapkan penerapan intervensi kombinasi *foot massage* dan terapi musik dapat dijadikan terapi komplementer untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien di ruang ICU.

Kata Kunci : *Foot Massage, Intensive Care Unit, Kualitas Tidur, RCSQ, Terapi Musik*

ANALYSIS OF NURSING CARE WITH FOOT MASSAGE AND MUSIC THERAPY INTERVENTIONS ON SLEEP QUALITY IN PATIENT IN THE ICU ROOM OF TARAKAN HOSPITAL JAKARTA

Renasti Pratiwi

Abstract

Sleep disorders that commonly occur in patients in the ICU can be caused by anxiety, pain, night actions and difficulty adapting to the ICU environment so that it can affect sleep quality which plays an important role in the recovery process. The combination of foot massage and music therapy will provide stimulus to the senses of touch and hearing so as to create a feeling of relaxation that can improve sleep quality. The purpose of this study was to determine the difference in sleep quality scores before and after the intervention. The research subjects were managed patients and resumes who had sleep disorder problems and were given foot massage and music therapy interventions for three consecutive days before bedtime. Measurement of sleep quality using the Richard Campbell Sleep Questionnaire (RCSQ) instrument and sleep tracker application. The results of the case study showed an improvement in sleep quality in managed patients after being given the intervention, which was originally an RCSQ score of 41.6 with an interpretation of poor sleep to 61.6 (good sleep) and a score on the sleep tracker application of 84 (very good sleep quality). Meanwhile, the patient's resume obtained an initial RCSQ score of 43.3 (poor sleep) increased to 66.6 (good sleep) and a score on the application of 86 (very good sleep quality). It is hoped that the application of combined foot massage and music therapy interventions can be used as a complementary therapy to improve sleep quality in patients in the ICU room.

Keywords : Foot Massage, Intensive Care Unit, Music Therapy, RCSQ, Sleep Quality