



**ANALISIS PENINGKATAN KUALITAS TIDUR PASIEN
RUANG INTENSIF MELALUI PENERAPAN
INTERVENSI PENYUMBAT TELINGA
DAN PENUTUP MATA**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

SOFYA NUR SHOUMI

2410721001

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2025**



**ANALISIS PENINGKATAN KUALITAS TIDUR PASIEN
RUANG INTENSIF MELALUI PENERAPAN
INTERVENSI PENYUMBAT TELINGA
DAN PENUTUP MATA**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

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

SOFYA NUR SHOUMI

2410721001

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2025**

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 : Sofya Nur Shoumi

NIM : 2410721001

Tanggal : 15/05/2025

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

Jakarta, 20 Mei 2025

Yang menyatakan,



Sofya Nur Shoumi

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIAN UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Sofya Nur Shoumi
NIM : 2410721001
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan 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: **“Analisis Peningkatan Kualitas Tidur Pasien Intensif Melalui Penerapan Intervensi Penyumbat Telinga Dan Masker Penutup Mata”**.

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 Karya Ilmiah Akhir Ners 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 : 20 Mei 2025
Yang menyatakan,



(Sofya Nur Shoumi)

PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh:

Nama : Sofya Nur Shoumi Nasution

NIM : 2410721001

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Judul Karya Ilmiah : Analisis Peningkatan Kualitas Tidur Pasien Intensif Melalui

Penerapan Intervensi Penyumbat Telinga Dan Masker Penutup Mata

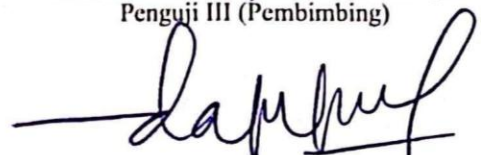
Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.


Ns. Laksita Barbara, S.Kep., MN.
Ketua Penguji



Ns. Sudibarto, S.Kp., M.Kes., RN.
Penguji II


Ns. Rycco Darmaraja, S.Kep., M.kep
Penguji III (Pembimbing)


Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S.
Koordinator Program Studi
Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Seminar : 20 Mei 2025

ANALISIS PENINGKATAN KUALITAS TIDUR PASIEN INTENSIF MELALUI PENERAPAN INTERVENSI PENYUMBAT TELINGA DAN MASKER PENUTUP MATA

Sofya Nur Shoumi Nasution

Abstrak

Pasien kritis di unit perawatan intensif (ICU) sering mengalami gangguan tidur akibat faktor lingkungan seperti kebisingan, pencahayaan, dan prosedur perawatan, yang berdampak pada proses pemulihan fisik dan psikologis mereka. Tidur yang berkualitas sangat penting dalam mendukung sistem kekebalan tubuh dan mempercepat penyembuhan pasien. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas intervensi berbasis *evidence-based nursing* melalui penggunaan *earplug* dan *eye mask* dalam meningkatkan kualitas tidur pasien kritis di ruang ICU RSUD Tarakan. Sampel terdiri dari dua pasien yang mengalami gangguan tidur akibat faktor lingkungan. Hasil studi menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam kualitas tidur pasien setelah intervensi, dengan skor *Richards-Campbell Sleep Questionnaire (RCSQ)* meningkat dari <50 (kualitas tidur buruk) menjadi >50 (kualitas tidur baik). Terdapat perbedaan tingkat peningkatan antara pasien resume dan pasien kelolaan, yang dipengaruhi oleh adanya nyeri pada salah satu pasien. Temuan ini mendukung bahwa penggunaan *earplug* dan *eye mask* merupakan pendekatan non-farmakologis yang efektif dalam meningkatkan kualitas tidur pasien ICU.

Kata Kunci: Pasien kritis, ICU, gangguan tidur, faktor lingkungan, kualitas tidur, *evidence-based nursing*, *earplug*, *eye mask*, intervensi non-farmakologis, RCSQ.

ANALYSIS OF SLEEP QUALITY IMPROVEMENT IN INTENSIVE CARE PATIENTS THROUGH THE IMPLEMENTATION OF EARPLUG AND EYE MASK INTERVENTIONS

Sofya Nur Shoumi Nasution

Abstract

Critically ill patients in the Intensive Care Unit (ICU) often experience sleep disturbances due to environmental factors such as noise, lighting, and medical procedures, which impact their physical and psychological recovery. Quality sleep is essential for supporting the immune system and accelerating the healing process. This study aims to analyze the effectiveness of an evidence-based nursing intervention using earplugs and eye masks to improve sleep quality among critically ill patients in the ICU of RSUD Tarakan. The sample consisted of two patients who experienced sleep disturbances caused by environmental factors. The results showed a significant improvement in sleep quality after the intervention, with Richards-Campbell Sleep Questionnaire (RCSQ) scores increasing from <50 (poor sleep quality) to >50 (good sleep quality). There was a difference in the level of improvement between the two patients, influenced by pain experienced by one of them. These findings support that the use of earplugs and eye masks is an effective non-pharmacological approach to improving sleep quality in ICU patients.

Keywords: *Critically ill patients, ICU, sleep disturbances, environmental factors, sleep quality, evidence-based nursing, earplug, eye mask, non-pharmacological intervention, RCSQ*

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan syukur ‘alhamdulillah’ kepada Allah SWT, atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Analisis Peningkatan Kualitas Tidur Pasien Intensif Melalui Penerapan Intervensi Penyumbat Telinga Dan Masker Penutup Mata”** yang didasari dengan adanya dampak dari gangguan tidur dari faktor lingkungan terhadap kualitas tidur pasien ruang intensif.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Desmawati, SKP, M.Kep, Sp. Kep, Mat, PhD, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UPN “Veteran” Jakarta, Ibu Ns. Cut Sarida Pompey, M.N.S, selaku Kepala Program Studi Fakultas Ilmu Kesehatan UPN “Veteran” Jakarta, Bapak Ns. Rycco Darmareja, S.Kep, M.Kep, selaku dosen pembimbing yang telah banyak membimbing, dan memberikan arahan serta solusi yang sangat bermanfaat, sehingga penulis lebih memahami mengenai penelitian yang dijalani.

Penulis juga mengucapkan terima kasih Bapak Surya Negara dan Ibu Hasmuliati, selaku orang tua penulis, keluarga, teman-teman, anak oink, komunitas Jakarta Mendunia serta semua pihak yang terlibat yang telah memberikan dukungan kepada penulis selama pengerjaan skripsi. Penulisan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan dan masih jauh dari sempurna. Maka dari itu, penulis mengharapkan kritik dan saran sehingga bermanfaat untuk penulis, peneliti sebelumnya dan pembaca.

Jakarta, 27 Maret 2025

Penulis



Sofya Nur Shoumi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR SINGKATAN.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Tujuan Studi	4
I.3 Manfaat Penulisan	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 7
II.1 Konsep Gangguan Tidur.....	7
II.2 Konsep Fisiologis Tidur.....	10
II.3 Pengukuran Kualitas Tidur.....	15
II.4 <i>Evidence Based Nursing</i>	17
II.5 <i>Evidence Based Nursing Earplug dan Eye Mask</i>	19
II.6 Karakteristik Responden.....	21
II.7 Teori Psikososial Dalam Keperawatan.....	23
II.8 Konsep Dasar Asuhan Keperawatan.....	24
II.9 Rangkuman Research Evidence Based Nursing.....	28
 BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN.....	 29
III.1 Asuhan Keperawatan Kasus Kelolaan.....	29
III.2 Data Fokus	44
III.3 Analisa Data	46
III.4 Diagnosa Keperawatan.....	44
III.5 Intervensi	48
III.6 Implementasi	72
III.7 Evaluasi	74
III.8 Kasus Resume.....	56
 BAB IV PEMBAHASAN.....	 82
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Dalam Konsep Teori.....	82
IV.2 Analnsis Asuhan Keperawatan Pasien Kelolaan.....	82
IV.3 Analisis Asuhan Keperawatan Pasien Resume.....	86
IV.4 Analisis Evidence Based Nursing Pada Kasus.....	90
IV.5 Implikasi.....	95

BAB V PENUTUP	
V.1 Kesimpulan.....	96
V.2 Saran.....	96
DAFTAR PUSTAKA.....	98
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Intervensi Keperawatan.....	27
Tabel 2	Penelitian Terdahulu.....	29
Tabel 3	Pengkajian <i>Critical-Care Pain Observation Tool</i> (CPOT).....	34
Tabel 4	Hasil Laboratorium Pasien Kelolaan	38
Tabel 5	Pengkajian Risiko Jatuh Dewasa Pasien Kelolaan	39
Tabel 6	Obat-Obatan Pada Pasien Kelolaan	41
Tabel 7	<i>Richards-Campbell Sleep Questionnaire</i> (RCSQ) Pasien Kelolaan....	43
Tabel 8	Data Fokus Pasien Kelolaan	44
Tabel 9	Analisa Data Pasien Kelolaan	46
Tabel 10	Diagnosa Keperawatan Pasien Kelolaan.....	48
Tabel 11	Intervensi Keperawatan Pasien Kelolaan.....	48
Tabel 12	Implementasi Pasien Kelolaan	50
Tabel 13	Evaluasi Pasien Kelolaan	55
Tabel 14	Pengkajian <i>Critical-Care Pain Observation Tool</i> (CPOT).....	61
Tabel 15	Pengkajian Nyeri Pqrst Pasien Resume	62
Tabel 16	Hasil Laboratorium Pasien Resume.....	65
Tabel 17	Pengkajian Risiko Jatuh Dewasa Pasien Resume	66
Tabel 18	Obat-Obatan Pasien Resume.....	60
Tabel 19	<i>Richards-Campbell Sleep Questionnaire</i> (RCSQ) Pasien Resume	62
Tabel 20	Data Fokus Pasien Resume Ny.S.....	72
Tabel 21	Analisa Data Pasien Resume Ny.S	74
Tabel 22	Diagnosa Keperawatan Pasien Resume	76
Tabel 23	Intervensi Keperawatan Pasien Resume	76
Tabel 24	Implementasi Pasien Resume.....	79
Tabel 25	Evaluasi Pasien Resume.....	83
Tabel 26	Gambaran Skor RCSQ Pasien Kelolaan Dan Pasien Resume Di ICU RSUD Tarakan	96

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Pengkajian Nyeri Pasien Resume.....	62
--	----

DAFTAR SINGKATAN

BB	:	Berat Badan
BE-b	:	<i>Based Excess</i> Darah B
BE-ecf	:	<i>Base Excess in Extracellular Fluid</i>
CCU	:	<i>Cardiac Care Unit</i>
CPOT	:	<i>Critical-Care Pain Observation Tool</i>
CRT	:	<i>Capillary Refill Time</i>
DO	:	Data Objektif
DS	:	Data Subjektif
EBP	:	<i>Evidence-Based Practice</i>
EEG	:	Elektroensefalografi
EKG	:	Elektrokardiogram
EMG	:	Elektromiogram
EOG	:	Elektrookulogram
GCS	:	<i>Glasgow Coma Scale</i>
GDS	:	Gula Darah Sewaktu
H2TL	:	HB, HT, WBC, Platelet (pemeriksaan darah lengkap)
HCO ₃	:	Bikarbonat
ICU	:	<i>Intensive Care Unit</i>
I:E	:	Rasio Inspirasi:Ekspirasi
IWL	:	<i>Insensible Water Loss</i>
LOS	:	<i>Length of stay</i>
LPM	:	Liter per Menit
MAP	:	<i>Mean Arterial Pressure</i>
MG	:	Mili Gram
MMOL	:	Mili Mol
NGT	:	<i>Nasogastric Tube</i>
NREM	:	<i>Non-Rapid Eye Movement</i>
NRM	:	<i>Non-Rebreather Mask</i>
PCO ₂	:	Tekanan Parsial Karbon Dioksida
pH	:	<i>Potential Of Hydrogen</i>
PSG	:	Polisomnografi
PSQI	:	<i>Pittsburgh Sleep Quality Indeks</i>
RCSQ	:	<i>Richard Campbell Sleep Questionnaire</i>
REM	:	<i>Rapid Eye Movement</i>
RR	:	<i>Respiratory Rate</i>
SO ₂	:	Saturasi Oksigen
SWS	:	<i>Slow-Wave Sleep</i>
TCO ₃	:	Total Karbon Dioksida
TIK	:	Tekanan Intra Kranial
WHO	:	<i>World Health Organization</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Surat Permohonan Izin Penelitian dan Ambil Data
Lampiran 2	Surat Pengantar RSUD Tarakan
Lampiran 3	Lembar Penjelasan Studi Kasus
Lampiran 4	Lembar Persetujuan Responden (<i>Informed Consent</i>)
Lampiran 5	SOP Penggunaan <i>Earplug</i> dan <i>Eye Mask</i>
Lampiran 6	Instrumen <i>Richard Campbell Sleep Questionnaire</i>
Lampiran 7	Dokumentasi Pelaksanaan Studi
Lampiran 8	<i>Letter of Acceptance</i> (LoA) Luaran
Lampiran 9	Manuskrip
Lampiran 10	Kartu Monitoring Bimbingan
Lampiran 11	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 12	Lembar Hasil Uji Turnitin