

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Suasana rawat inap khususnya di ruang ICU merupakan situasi tidak nyaman yang dapat menyebabkan perubahan pada diri seseorang dan aktivitas yang dilakukannya. Oleh karena itu, pasien sering mengalami stres psikologis dan sosial. Hal ini dapat disebabkan oleh ketakutan dalam proses pengobatan, ketidakpastian perjalanan penyakit yang di derita, dan terbatasnya jam besuk sehingga merasa kesepian, beradaptasi dengan lingkungan baru, prosedur pengobatan, dan ketidakstabilan psikologis. Hal tersebut dapat berpengaruh terhadap kualitas tidur selama perawatan di ICU (Cho, dkk., 2017). Gangguan tidur pada pasien ICU (*intensive care unit*) menjadi salah satu masalah yang belum ditangani secara serius (Altman et al., 2018).

Penelitian terkait gangguan tidur menemukan bahwa gangguan tidur dapat menimbulkan beberapa masalah seperti gangguan fungsi kekebalan tubuh, penurunan kapasitas otot pernapasan dan inspirasi, gangguan sistem metabolisme, gangguan penyesuaian SSP (sistem saraf pusat) dan psikologis pasien sehingga hal ini berpengaruh terhadap waktu perawatan yang memanjang (Afianti & Mardhiyah, 2017). Hal ini buktikan dengan penelitian (Fitriyani, 2015) bahwa terdapat hujungan antara skor kualitas tidur dengan lama rawat pasien di RSUD Panembahan Senopati Bantul dengan $p=0,000$ ($p<0,05$).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan (Indayani, 2020) di RSI Sultan Agung Semarang kualitas tidur pasien di ruang ICU dalam kategori buruk sebanyak 20 responden (66.7 %), kualitas tidur dalam kategori baik sebanyak 9 responden (30.0%) dan kualitas tidur dalam kategori sangat baik 1 responden (3.3 %). Adapun hasil penelitian Hadi (2017) yang juga meneliti terkait gambaran tidur pada pasien di ruang ICU RSUD Dr. R Soeprapto Cepu dengan hasil 18 orang (60%) diantaranya mengatakan tidurnya cukup terganggu dan 12 orang (40%) mengatakan bahwa tidurnya sangat terganggu. Kondisi lingkungan merupakan salah satu alasan yang dilaporkan pasien atas gangguan tidur yang dialaminya, misalnya intervensi keperawatan yang dilakukan di malam hari seperti

Mutia Ifanka, 2022

Penerapan Evidence Based Nursing Penggunaan Earplug Dan Eye Mask Terhadap Kualitas Tidur Pasien ICU Di RS Bhayangkara Tingkat I Raden Said Sukanto

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

pengukuran TTV dan perawatan rutin, kebisingan ruangan karena percakapan staf, alarm monitor, pengunjung, televisi dan telepon serta pencahayaan yang abnormal. Sehingga lingkungan yang nyaman dan mendukung tidur pasien diharapkan dapat mengurangi gangguan tidur dan meningkatkan kualitas tidur pasien selama dirawat di ICU.

World Health Organization (WHO) Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan tingkat kebisingan tidak lebih dari 35 dB pada malam hari dan 45 dB pada siang hari (Bion dkk., 2018). Tingkat kebisingan diatas ambang batas dapat mengganggu sistem saraf simpatis yang kemudian meningkatkan kerja jantung dan mempengaruhi fungsi otot-otot pernapasan (Knauert & Pisani, 2019). Tingkat kebisingan juga terbukti berhubungan secara negatif pada pasien ICU (Simons dkk., 2018). Tingkat pencahayaan yang tinggi dapat mempengaruhi tidur pasien, paparan cahaya yang terlalu tinggi tersebut berdampak pada ritme sirkadian tubuh melalui sel sensitif cahaya di retina mata. Sel-sel ini menginformasikan pada otak mengenai siang dan malam sehingga pola tidur dapat terbentuk (Knauert & Pisani, 2019).

Pengurangan kebisingan dan cahaya pada malam hari secara teoritis memang perlu dilakukan, namun pada kenyataan dilapangan hal ini tidak mudah dicapai di ICU, karena aktivitas tingkat tinggi di ICU pada malam hari mungkin diperlukan oleh kondisi pasien yang dirawat atau masuknya pasien baru. Selain itu, untuk alasan keamanan, tingkat kebisingan alarm tidak dapat selalu dimatikan atau bahkan diturunkan (Demoule dkk., 2017). Berdasarkan telaah literatur terdapat intervensi nonfarmakologis untuk meningkatkan kualitas tidur pasien ICU, diantaranya yaitu penggunaan *eye mask* dan/atau *earplug*, *foot massasse*, *back massasse*, terapi musik dan aromaterapi diberikan untuk meningkatkan tidur di ICU. Dari beberapa intervensi ini, penggunaan *eye mask* atau *earplug* atau kombinasi keduanya terbukti cukup bermanfaat dalam meningkatkan kualitas tidur di ICU (Tiruvoipati dkk., 2020).

Selain alasan yang diuraikan diatas, terapi penggunaan *eye mask* dan *ear plug* merupakan intervensi mandiri perawat yang mudah dilakukan dan tidak menyita banyak waktu perawat sehingga tidak menambah beban kerja perawat karena berdasarkan studi pendahuluan di RS Bhayangkara Tingkat I Raden Said

Mutia Ifanka, 2022

Penerapan Evidence Based Nursing Penggunaan Earplug Dan Eye Mask Terhadap Kualitas Tidur Pasien ICU Di RS Bhayangkara Tingkat I Raden Said Sukanto

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.respository.upnvj.ac.id]

Sukanto didapatkan bahwa satu perawat ICU bertanggung jawab memberikan asuhan keperawatan kepada 3-4 pasien. Terapi penggunaan *eye mask* dan *ear plug* juga tidak memerlukan biaya yang tinggi, mudah diaplikasikan pada beberapa pasien sekaligus, dan dapat diterima dengan baik oleh tubuh pasien (Mutarobin dkk., 2019).

Penelitian (Demoule dkk., 2017) menunjukkan bahwa proporsi tidur pasien yang tidak memakai *eye mask* dan *ear plug* sepanjang malam adalah 21 [7-28]% sedangkan pada kelompok intervensi 11 [3-23]% adapun durasi tidur kelompok intervensi (74 [32-106] menit) lebih tinggi dibandingkan dengan pasien pada kelompok kontrol (31 [7-76] menit, $p = 0,039$). Hasil penelitian (Bani Younis dkk., 2019) menyebutkan bahwa kelompok eksperimen melaporkan durasi tidur yang lebih panjang dan peningkatan kualitas tidur yang signifikan setelah penggunaan *earplug* dan *eye mask* dibandingkan kelompok kontrol. Sebanyak 11,91% rata-rata keseluruhan dari kualitas tidur yang dirasakan sebelum penggunaan *earplug* dan *eye mask*. Semua aspek tidur kualitas termasuk kedalaman tidur, latensi tidur, bangun kembali ke tidur setelah bangun, dan kualitas tidur meningkat secara signifikan. Sejalan dengan itu, penelitian (Arttawejkul dkk., 2020) menunjukkan bahwa penggunaan *earplug* dan *eye mask* membuat kecenderungan indeks terjaga lebih rendah selama malam pertama dan peningkatan indeks aktivitas dibandingkan dengan kelompok kontrol. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk menerapkan *evidence based nursing* penggunaan *earplug* dan *eye mask* terhadap kualitas tidur pasien di ruang ICU RS Bhayangkara Tingkat I Raden Said Sukanto.

I.2 Tujuan Penulisan

I.2.1 Tujuan Umum

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penerapan *evidence based nursing* penggunaan *eye mask* dan *earplug* terhadap kualitas tidur pada pasien di ruang ICU RS Bhayangkara Tingkat I Raden Said Sukanto.

I.2.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus pada penelitian ini, diantaranya :

- a. Mengetahui gambaran kualitas tidur pasien di ruang ICU RS Bhayangkara Tingkat I Raden Said Sukanto.
- b. Menganalisis penggunaan *eye mask* dan *earplug* terhadap kualitas tidur pada pasien di ruang ICU RS Bhayangkara Tingkat I Raden Said Sukanto.
- c. Menerapkan *evidence based nursing* penggunaan *eye mask* dan *earplug* terhadap kualitas tidur pada pasien di ruang ICU RS Bhayangkara Tingkat I Raden Said Sukanto.

I.2.3 Target Luaran

- a. Target luaran dari karya ilmiah ini adalah booklet yang akan mendapatkan sertifikat HAKI
- b. Proposal laporan akhir KIAN yang telah disetujui

I.3 Manfaat Penulisan

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi pihak yang terlibat, seperti :

- a. Bagi Institusi
Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi bagi RS Bhayangkara Tingkat I Raden Said Sukanto.khususnya ruang ICU mengenai gambaran kualitas tidur pasien di ruang ICU RS Bhayangkara Tingkat I Raden Said Sukanto.
- b. Bagi pasien ICU
Hasil penelitian ini dapat membantu pasien ICU dalam upaya untuk mendapatkan kualitas tidur yang baik selama perawatan di ruang ICU RS Bhayangkara Tingkat I Raden Said Sukanto.
- c. Bagi Peneliti
Hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan dan pengetahuan terkait kualitas tidur pasien ICU serta memberikan pengalaman dalam melakukan sebuah penelitian.

d. Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbang saran dalam upaya meningkatkan kualitas tidur pasien ICU di ruang ICU RS Bhayangkara Tingkat I Raden Said Sukanto.