**FAKTOR-FAKTOR YANG MENYEBABKAN
GANGGUAN KUALITAS TIDUR PADA PASIEN DI RUANG
ICU (*INTENSIVE CARE UNIT*) RSUD DR. TJITROWARDOJO
PURWOREJO
INTISARI**

Musriati¹, Siti Nurunnayah², Febrina Suci Hati³

Latar Belakang: Pasien yang menjalani perawatan di ruang intensif memerlukan kualitas tidur yang cukup, sehingga dapat membantu pasien memperkuat diri kembali. Dampak dari perawatan yang intensif tersebut tentu akan mempengaruhi emosional pasien yang mengarah ke stress psikologi karena perubahan lingkungan dan proses perawatan ditambah lagi dengan pemberian terapi obat-obatan yang dapat mengganggu kualitas tidur pasien itu sendiri.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan gangguan kualitas tidur pada pasien di ruang ICU RSUD dr. Tjitrowardojo Purworejo.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian *non eksperimen* dengan rancangan *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional* yang akan dilakukan pada bulan Mei - Juni 2017. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien menjalani perawatan di ruang Intensif Care Unit RSUD dr. Tjitrowardojo Purworejo, berjumlah 90 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Analisa data yang digunakan adalah *kendall-tau* untuk mengetahui hubungan faktor-faktor yang menyebabkan gangguan kualitas tidur.

Kata Kunci: Kualitas tidur, Pasien ICU

¹Mahasiswa Universitas Alma Ata Yogyakarta

²Dosen Universitas Alma Ata Yogyakarta

³Dosen Universitas Alma Ata Yogyakarta

**THE CAUSES OF SLEEP QUALITY DISORDER IN PATIENTS IN ICU
(INTENSIVE CARE UNIT) ROOM RSUD Dr. TJITROWARDOJO
PURWOREJO**

ABSTRACT

Musriati¹, Siti Nurunnayah², Febrina Suci Hati³

Background: Patients undergoing intensive care, require adequate sleep quality, so as to help patients reinforce themselves. The impact of intensive care will certainly affect the emotional patient who leads to psychological stress due to changes in the environment and the treatment process coupled with the provision of medicine therapy that can interfere with the quality of sleep the patient himself.

Purpose: This study aims to determine the factors that cause sleep quality disorders in patients in the ICU hospital room Dr. Tjitrowardojo Purworejo.

Research Method: This research is a non experimental research with analytical survey design with cross sectional approach that has been done in May - June 2017. Population in this research are patients undergoing treatment room Intensive Care Unit RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo, totaling 90 people. The sampling technique uses total sampling. Analysis of data used is kendall-tau to know the relationship of factors that cause sleep quality disorder.

Keywords: Sleep Quality, ICU Patients

¹A student of Alma Ata University Yogyakarta

²Lecturer of Alma Ata University Yogyakarta

³Lecture Universitas Alma Ata Yogyakarta

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang termasuk ke dalam kebutuhan fisiologi. Tidur sebagai salah satu kebutuhan dasar yang bersifat universal, dikatakan universal oleh karena pada umumnya semua individu dimanapun dia berada membutuhkan tidur dan tidak pernah ada individu yang selama hidupnya tidak tidur, hal ini mengindikasikan bahwa tidur memiliki peranan penting bagi manusia (1). Kualitas tidur ditentukan dengan bagaimana seseorang dapat mempersiapkan pola tidurnya di malam hari seperti kedalaman tidur, kemampuan tidur dan kemudahan untuk tidur (2).

Menurut data yang diperoleh dari *National Sleep Foundation*, 2015 (3) sekitar 67% dari 1.508 pasien yang menjalani perawatan di ruang ICU di Amerika melaporkan mengalami gangguan tidur dan sebanyak 7,3% pasien mengeluhkan gangguan memulai dan mempertahankan tidur dan sebanyak 50% pasien di ICU berumur 65 tahun atau lebih mengalami masalah tidur terkait psikologi kognitif (4). Prevelensi gangguan tidur di Indonesia pada pasien yang menjalani perawatan di ruang ICU per tahun sekitar 750 orang. Setiap tahun diperkirakan sekitar 34-45% pasien melaporkan adanya gangguan tidur yang serius (5).

Pasien yang menjalani perawatan di ruang intensif, memerlukan kualitas tidur yang cukup, yang dapat membantu pasien memperkuat diri

kembali. Selama tidur otot-otot akan relaks dan sistem saraf dipulihkan dari ketegangan yang membebaninya. Pengalaman pasien selama perawatan di ruang intensif meliputi pengalaman positif dan negatif. Pengalaman positif yang dirasakan oleh pasien adalah rasa aman dan dilindungi. Pengalaman negatif yang dirasakan oleh pasien timbul dari masalah yang sering dialami oleh pasien yang dirawat di ruang intensif yaitu rasa takut, kecemasan, gangguan kognitif dan perasaan tidak nyaman seperti nyeri, cemas dan gangguan tidur. Dampak dari perawatan yang intensif tersebut tentu akan mempengaruhi emosional pasien yang mengarah ke stres psikologi karena perubahan lingkungan dan proses perawatan ditambah lagi dengan pemberian terapi obat-obatan yang dapat mengganggu kualitas tidur pasien itu sendiri (6).

Studi mengenai pengalaman pasien dirawat di ruang intensif menunjukkan sebanyak 12% responden menyatakan bahwa masalah yang paling dirasakan selama dirawat di ruang intensif adalah waktu yang terlalu pendek untuk beristirahat dan tidur (7). Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kualitas tidur pasien di ruang perawatan intensif yaitu: faktor fisiologis pasien, psikologis, lingkungan, intervensi keperawatan yang diberikan pada malam hari dan obat-obatan. Kualitas tidur yang buruk memberi efek yang buruk pada pasien diantaranya sakit kepala dan sulit berkonsentrasi. Selain itu juga kurang tidur sehingga dapat mengganggu metabolisme tubuh dan menghambat proses penyembuhan pasien, seperti yang sudah diketahui bahwa tidur adalah proses pemulihan

sel-sel tubuh pada saat tidur. Jika proses ini terganggu tentu regenerasi sel-sel tubuh tidak akan maksimal akibatnya tubuh menjadi lemas dan menghambat proses penyembuhan penyakit (8).

Penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pasien post-operasi laparatomi di ruang rawat inap rumah sakit PKU Muhammadiyah, didapatkan hasil adanya hubungan antara stres psikologi dengan kualitas tidur pada pasien post operasi dengan prevalensi 71,7% (9). Studi lain dilakukan pada pasien rawat inap terdapat hubungan antara obat-obatan dengan kualitas tidur pada pasien yang menjalani perawatan di ruangan ICU (10).

Intensive Care Unit (ICU) merupakan bagian dari rumah sakit yang mandiri, dengan staf dan perlengkapan khusus yang ditujukan untuk observasi, perawatan dan terapi pasien yang menderita penyakit akut, cedera atau penyulit-penyulit yang mengancam nyawa atau yang potensial mengancam nyawa dengan prognosis yang diharapkan masih reversibel. Pedoman Penyelenggaraan Pelayanan ICU di Rumah sakit, ICU adalah suatu bagian dari rumah sakit yang mandiri (instalasi di bawah direktur pelayanan), dengan staf yang khusus dan perlengkapan yang khusus yang ditujukan untuk observasi, perawatan dan terapi pasien-pasien yang menderita penyakit, cedera atau penyulit-penyulit yang mengancam nyawa atau potensial mengancam nyawa dengan prognosis dubia (5).

Pemahaman masyarakat, khususnya pasien saat menjalani perawatan di ruang *Intensive Care Unit* (ICU), tentang pentingnya tidur, belum

sepenuhnya diketahui. Kebanyakan pasien memilih agar keluarga menemani pasien saat menjalani perawatan, sedangkan pasien memerlukan waktu tidur yang cukup agar dapat membantu proses penyembuhannya. Oleh karena itu, untuk memberikan manajemen pengelolaan gangguan tidur yang tepat dan efektif diperlukan pemahaman dari pasien akan pentingnya kualitas tidur yang diberikan oleh perawat.

Berdasarkan survey pada bulan April 2017 di RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo, jumlah pasien yang menjalani perawatan sebanyak 90 pasien. Peneliti juga melakukan wawancara langsung pada pasien terkait kualitas tidur pasien saat di rawat di ruang ICU dan dari ke sepuluh pasien, delapan pasien diantaranya mengatakan pola tidur terganggu. Mereka mengatakan seringkali pada malam hari bangun dengan sendirinya dan sulit untuk tidur kembali, gelisah dan merasa risih dengan peralatan yang menempel di tubuh, lingkungan yang kurang sejuk dan pencahayaan yang kurang redup saat-saat waktu istirahat tidur, lingkungan yang bising dari suara alat mekanik yang membantu membaca kondisi pasien itu sendiri dan suara dengkur dari pasien disampingnya. Dan ada juga yang susah tidur dengan masalah penyakitnya itu sendiri seperti penyakit jantung, perkemihan, yang mana seringkali membuat pasien nyeri, gelisah dan menyebabkan susah untuk tidur dengan nyenyak, sehingga pasien dapat tertidur dengan nyenyak hanya 1-2 jam saja.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk meneliti tentang “Faktor-Faktor yang Menyebabkan Gangguan Kualitas Tidur pada Pasien di Ruang ICU RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan gangguan kualitas tidur pada pasien di ruang ICU RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo.

2. Tujuan khusus

a. Untuk mengetahui faktor fisiologis penyakit pasien yang menyebabkan gangguan kualitas tidur pada pasien di ruang ICU RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo.

b. Untuk mengetahui faktor lingkungan pasien yang menyebabkan gangguan kualitas tidur pada pasien di ruang ICU RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo.

c. Untuk mengetahui faktor intervensi keperawatan pada shift malam ke pasien yang menyebabkan gangguan kualitas tidur pada pasien di ruang ICU RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Sebagai bahan materi dalam kegiatan belajar mengajar mengenai faktor-faktor yang menyebabkan gangguan kualitas tidur pada pasien di ruang ICU dan digunakan untuk bahan masukan dalam mengembangkan ilmu keperawatan kegawatdaruratan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo

Untuk memberi masukan dan sebagai bahan pertimbangan bagi pihak manajemen rumah sakit dalam upaya meningkatkan pelayanan keperawatan terutama dalam hal pemenuhan kebutuhan istirahat tidur pasien yang masih dianggap kurang berpengaruh terhadap kesehatan pasien di ruang rawat kritis di RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo.

b. Bagi Institusi Kesehatan

Hasil penelitian dapat dijadikan referensi untuk peneliti selanjutnya dan memberikan manfaat dalam meningkatkan profesionalisme tenaga kesehatan dalam melakukan asuhan keperawatan kepada pasien di ruang ICU.

c. Bagi Perawat di RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo

Perawat dapat mengetahui pentingnya istirahat tidur bagi proses penyembuhan pasien yang dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya stres psikologi, dan obat-obatan. Sehingga mampu

memberikan pelayanan yang profesional dan dapat memberikan terapi alternatif untuk memenuhi kebutuhan tidur pasien.

d. Bagi Pasien (Responden) di RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo

Penelitian ini diharapkan dapat membantu pasien untuk memahami pentingnya istirahat tidur dan apa dampak dari masalah tidur yang kurang baik.

e. Bagi Peneliti

Menambah wawasan dan pengetahuan masalah tentang faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pada pasien rawat kritis dan menambah wawasan serta pengetahuan, khususnya dalam bidang metodologi penelitian.

f. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu informasi awal dan dapat dimanfaatkan sebagai referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan kualitas tidur pasien ICU, namun dengan variabel yang berbeda.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Nama, Tahun	Judul	Metopen	Persamaan	Perbedaan
1	Nurlela, (2014)	Faktor-faktor Yang mempengaruhi kualitas tidur pasien post operasi laparatomi di ruang rawat inap rumah sakit PKUMuhammadiyah Gombong, 2014	Jenis penelitian ini menggunakan metode survey dengan pendekatan <i>cross sectional</i> , teknik sampel menggunakan <i>total sampling</i> dan analisa bivariat menggunakan <i>kendall tau</i>	Persamaan antara penelitian ini dengan penelitian penulis yaitu tehnik pengambilan sampel menggunakan <i>total sampling</i> . Membahas tentang kualitas tidur dan menggunakan <i>kendall tau</i> .	Perbedaannya antar lain terletak pada jenis penelitian yaitu, analisa bivariate menggunakan <i>chi square</i> , pada lokasi dan tempat penelitian. Perbedaan pasien yang menjadi responden.

No	Nama, Tahun	Judul	Metopen	Persamaan	Perbedaan
2	Triyanto, 2014	Faktor-faktor yang berhubungan dengan pola tidur pasien dewasa di istalasi rawat inap badan RSUD Dr. M. Ashari Pemalang, 2014	Jenis penelitian kuantitatif dengan metode penelitian menggunakan observasional analitik dengan menggunakan desain penelitian cross sectional	Persamaan dengan penelitian ini yaitu jenis penelitian kuantitatif, dengan pendekatan waktu <i>cross sectional</i> .	Perbedaannya pada desain penelitian peneliti menggunakan survey analitik, teknik pengambilan sampel peneliti menggunakan <i>totall sampling</i> , populasi dan lokasi penelitian juga berbeda. Pada penelitian ini terdiri dari satu variable, pada peneliti terdapat tigavariabel.
3	Rahmawan, , 2013	Hubungan stres psikologi dan obat-obatan dengan kualitas	Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif Metode penelitian	Jenis penelitian kuantitatif, dengan pendekatan waktu <i>cross sectional</i> ,	Peneliti sebelumnya menggunakan dua variabel, sedangkan peneliti menggunakan

No	Nama, Tahun	Judul	Metoden	Persamaan	Perbedaan
		tidur pada pasien kritis di ruang rawat inap ICU, HCU dan HND di RSUD Tugurejo Semarang, 2013	menggunakan survey dengan menggunakan desain penelitian <i>deskriptif, korelasional</i> dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	membahas kualitas tidur di ruang ICU.	tiga variabel. tiga variabel. Analisa data bivariat menggunakan kendall tau.
4	Asshiddiqi, 2015	Perbedaan kualitas tidur lansia yang tinggal bersama keluarga di dukuh Kajen Bansul dengan lansia di PSTW Unit Budi Luhur Yogyakarta	Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif Metode penelitian. Menggunakan <i>non eksperimental</i> dengan pendekatan waktu <i>cross sectional</i> . Membahas kualitas tidur.	Jenis penelitian kuantitatif, dengan pendekatan waktu <i>cross sectional</i> ,	Peneliti sebelumnya menggunakan dua variabel, sedangkan peneliti meneliti semua faktor yang mempengaruhi kualitas tidur, Analisa data bivariat menggunakan kendall tau.

No	Nama, Tahun	Judul	Metopen	Persamaan	Perbedaan
5	Masfuah, 2013	Durasi dan kualitas tidur hubungannya dengan obesitas pada anak sekolah dasar di kota Yogyakarta dan kabupaten Bantul	Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan waktu <i>cross sectional</i>	Jenis penelitian kuantitatif, dengan pendekatan waktu <i>cross sectional</i> . Sama-sama membahas kualitas tidur.	Populasi penelitian yaitu anak-anak SD, dan variabel terikat menggunakan obesitas, peneliti menggunakan tiga variable.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kozier, 2012. *Fundamental of Nursing*. United states of America: Pearson education Inc.
2. Hidayat, 2013. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia: Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
3. National Sleep Foundation, 2015. *The Association Of Sleep Duration, Mental Health and Health Risk Behaviors among U.S Afganistan Irak Era Veterans*. SLEEP 2013;36(7);1095-1025
4. Blackwallea al, 2015. *Association Of Objectively and Subjetively Measured Sleep Quality With Subsequent Cognitive Decline In Older Community-Dwelling Men: The Mr OS Sleep Study*. SLEEP 2014; 37 (4):655-663
5. KMK, 2010. *Identification And Modification Of Environmental Noise In An ICU Setting*. Chest 2010;114:535-40.
6. Stein & McKinley, 2010. *Patients' Experiences Of Being In An Intensive Care Unit: A Select Literature Review*. American Journal Critical Care 9(1):20-27.
7. Hofhuis, 2012. *Experiences of Critically Ill Patients in The ICU*. Department of Intensive Care Erasmus Medical center. Rotterdam.
8. Potter & Perry, 2010. *Fundamental Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
9. Nurlela, 2009. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pasien Post Operasi Laparatomi Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Gombong*. Skripsi Penelitian.
10. Triyanto, 2014 *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pola Tidur Pasien Dewasa Di Istalasi Rawat Inap Badan RSUD Dr. M. Ashari Pemalang*. Skripsi Penelitian.
11. Gayton & Hall, 2013. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. (Setiawan, I, Trans). Jakarta: EGC. (13, 22).
12. Sujono Riyadi 2015. *Konsep Tidur Lansia*. Samodra Ilmu. Yogyakarta
13. Timbj, 2009 dalam Indrawati, 2012. *Sleep Problem Elderly, North Hills*. Los Angeles. CA.USA
14. Sleep Research Society, 2009. *Sleep In The Critically Ill Patient*. Sleep-New York Then Westchester-, 29(5), 707
15. Prasadja, 2009. *Ayo Bangun dan Bugar karena Tidur yang Benar*. Jakarta: Hikma.
16. Darmojo, 2011. *Geriatric Ilmu Kesehatan Kualitas Tidur Pada Usia Lanjut Edisi 4*. Jakarta: Penerbit FKUI. (19: 20,23)
17. Hidayat, 2011. *Geriatric Ilmu Kesehatan Kualitas Tidur Pada Usia Lanjut Edisi 4*. Jakarta: Penerbit FKUI
18. Rab, 2011. *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. 10th Edition. Chapter 16: 244.

19. Lee et al, 2014. *The effect of sleep quality and sleep quantity on concussion assessment* (Doctoral dissertation, The University Of North Carolina At Chapel Hill).
20. Hidayat, Aziz A. 2007. *Metode Penelitian dan Tehnik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
21. Alwi 2014. *Factors Affecting Sleep Quality Of Patients In Intensive Care Unit*. Journal of clinical sleep medicine: JCSM: official publication of the American Academy of Sleep Medicine, 8(3), 301.
22. Maryana, 2011. *Textbook of Medical Surgical Nursing*. (AgungWaluyo, Terjemah). Edisi 8. EGC. Jakarta
23. Morton, 2013. *Keperawatan Kritis: Pendekatan Asuhan Holistik*. Jakarta: penerbit Buku Kedokteran EGC
24. Reishtein dalam Grove. *The Association Of Sleep Duration, Mental Health and Health Risk Behaviors among U.S Afganistan Irak Era Veterans*. SLEEP 2013.:36(7);1095-1025.
25. Kahn, Cook, Carlisle et al. 2010. *Identification And Modification Of Environmental Noise In An ICU Setting*. Chest 12.(4)
26. Stuart, 2012. *Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 5*. Jakarta. EGC
27. Bihari., et al. 2012. *Factors Affecting Sleep Quality Of Patients In Intensive Care Unit*. Journal Of Clinical Sleep Medicine: JCSM: official publication of the American Academy of Sleep Medicine, 8(3), 301.
28. Widaryati, 2011. *Kualitas Tidur di Panti Rehabilitasi Sosial MANDIRI*. Semarang Jurnal Nursing Students
29. Gallagher & McKinley, 2013. *Reliability and Validity of a Short Version of the STAI Anxiety Measurement Scale in Respiratory Patients*. *Archivos De Bronconeumologia*. Spain, Elsevier Espana
30. Cope and Gersh. 2011. *Drugs for the Heart*. Pennsylvania: Elsevier Inc.
31. Mahfoedz, 2015. *Biostatika Edisi revisi*. Yogyakarta, Fitramaya
32. Sugiyono, 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif R&D*. Alfabeta. Bandung (45;47,48-49). 2012
33. Nursalam, 2012. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi , Thesis Dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika . 2012
34. Notoatmodjo, 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta; Rineka Cipta, Jakarta (47:51). 2012
35. Arikunto, 2015. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi refisi Jakarta: Rineka Cipta.