

## PENGALAMAN PERAWAT DALAM MENGATASI MASALAH TIDUR PASIEN DI RUANG *INTENSIVE CARE UNIT*

### ABSTRAK

Eda Rosita<sup>1</sup>, Nunung Nurhayati<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan PPNI Jawa Barat, Indonesia

Corresponding Email: [rositaatec@gmail.com](mailto:rositaatec@gmail.com)

**Latar belakang:** Pasien-pasien kritis umumnya di rawat di ICU dengan keadaan pasien yang tidak dapat bernapas dengan baik atau spontan atau membutuhkan bantuan pernapasan yang umumnya menggunakan pipa napas yang disambungkan ke ventilator atau yang mengalami penurunan kesadaran. Survei pasien ICU menunjukkan bahwa gangguan tidur sering terjadi yang dilaporkan oleh pasien sendiri, dalam beberapa kasus persentasenya dilaporkan sebanyak 100%. Beberapa faktor penyebabnya diantaranya nyeri yang dirasakan pasien, rasa gelisah, efek samping obat, ventilator dan intervensi perawat. Beberapa tatalaksana dalam meningkatkan kualitas tidur pasien kritis yaitu dengan menggunakan terapi farmakologi dan nonfarmakologi. **Tujuan:** bertujuan untuk mengetahui pengalaman perawat dalam mengatasi masalah tidur pasien di ruang *intensive care unit*. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain penelitian studi kasus kualitatif dengan focus case study dalam penelitian ini menggunakan study kasus *single holistik* yang berfokus pada pengkajian yang mendalam pada perawat dalam mengatasi masalah tidur pasien di ruang *intensive care unit*. Kriteria inklusi perawat yang sudah bekerja lebih dari lima tahun dan pernah melakukan tindakan nonfarmakologi dalam mengatasi masalah tidur pasien. **Hasil:** Berdasarkan hasil wawancara dengan perawat ICU di RSUD Koata Bandung, didapatkan hasil Tindakan nonfarmakologi yang dilakukan oleh perawat dalam mengatasi masalah tidur yang digunakan yaitu dengan relaksasi napas dalam dan murotal. Respon pasien setelah di berikan terapi murotal dan relaksasi pasien lebih tenang dan rohaninya terbimbing. Terdapat hambatan dalam penerapan relaksasi napas dalam sedangkan untuk terapi murotal tidak mengalami adanya hambatan. Pasien yang mengalami kesulitan tidur diakibatkan oleh kasus yang kompleks, masalah pasien sulit tidur muncul dari tingkat kenyamanan yang dirasakan pasien. Faktor yang utama penyebab gangguan pola tidur pasien kritis di ruang ICU adalah nyeri dan cemas. Istirahat tidur penting sekali agar terhindar dari tidak fokus, dan emosional yang tidak stabil. **Kesimpulan:** tindakan yang digunakan adalah murotal dan napas dalam, setelah dilakukan pasien lebih tenang dan terbimbing, untuk relaksasi terdapat hambatan dalam melakukannya bagi pasien yang kasusnya kompleks dan tidak ada hambatan dalam melakukan terapi murotal. Agar tetap fokus dan emosi yang stabil maka penting sekali untuk istirahat tidur.

**Kata kunci:** tatalaksana perawat kritis, mengatasi masalah tidur