

Pengaruh Kombinasi *Earplug* dan *Eyemask* terhadap Kualitas Tidur pada Pasien Kritis

Abstrak

¹ Novianti Isnaeni, ² Ns. Nunung Nurhayati

Koresponding Penulis : nung.nunung.nurhayati.2007@gmail.com

Latar belakang : Tidur yang buruk sering terjadi di pada pasien kritis, penyebab tidur yang buruk pada pasien kritis salah satunya faktor lingkungan karena tingkat kebisingan dan tingkat pencahayaan. Kualitas tidur yang buruk pada pasien yang sakit kritis dapat menyebabkan konsekuensi psikologis dan fisiologis, dan juga dapat mempengaruhi pemulihan dan proses perawatan. Intervensi gangguan tidur meliputi intervensi farmakologi dan non farmakologi. Namun, intervensi farmakologis dapat menyebabkan efek samping negatif gangguan fungsi kognitif, risiko toleransi atau kecanduan obat, gangguan pernapasan, dan gangguan pada fisiologi tidur normal. Salah satu intervensi non farmakologi yaitu penggunaan kombinasi *Earplug* dan *Eyemask*. *Earplug* dan *Eyemask* ini adalah metode pengurangan kebisingan dan kontrol cahaya yang murah yang bisa lebih unggul dari intervensi non farmakologi lainnya **Tujuan:** Mengetahui pengaruh kombinasi *Earplug* dan *Eyemask* terhadap kualitas tidur pada pasien kritis. **Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian *Quasi Experiment* dengan rancangan penelitian *one group pretest-posttest design*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini total sampling dan didapatkan jumlah responden 16 orang. Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Al-Islam Kota Bandung di Ruangan ICU dan HCU. Instrument yang digunakan adalah *RSCQ (Richards-Campbell Sleep Questionnaire)*. **Hasil:** Pada uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*, menunjukkan nilai *p-value* yang signifikan pada kelompok intervensi yaitu $0.000 < 0.05$ artinya adanya perbedaan kualitas tidur pasien kritis sebelum dan sesudah dilakukan kombinasi *earplug* dan *eyemask*. **Kesimpulan :** Pada uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*, hasil mean ranknya adalah 8.50 dan *p-value* menunjukkan $0.000 < 0.05$ dan dapat disimpulkan bahwa kombinasi *Earplug* dan *Eyemask* memiliki pengaruh terhadap kualitas tidur pada pasien kritis

Kata Kunci: *Earplug* dan *Eyemask* ,Kualitas Tidur,Pasien kritis