

PENGARUH KOMBINASI PENGGUNAAN *EYE MASK* DAN TERAPI MUROTTAL TERHADAP KUALITAS TIDUR PASIEN ICU

Risna Rahmawan, Ns. Nunung Nurhayati, S.Kep.,M.Kep, Susy Puspasari, PhD,
Septa Permana, M.Kep

Email : nung.nung.nurhayati2007@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang : Kualitas tidur pada pasien mempengaruhi kekebalan tubuh dan kondisi psikologis. Penyebab kualitas tidur pasien buruk meliputi banyak faktor, antara lain aspek lingkungan yaitu pencahayaan, kebisingan, interaksi pasien, dan penyedia pelayanan kesehatan serta prosedur perawatan. Salah satu intervensi yang dapat menanggulangi gangguan pola tidur adalah penggunaan *eye mask* dan terapi murottal karena efek yang ditimbulkan adalah menenangkan. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan *eye mask* dan terapi murottal terhadap kualitas tidur pasien ICU. **Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan *design Pra-Experimental One Grup Pre-Posttest Design*. Metode ini digunakan untuk menganalisis pengaruh penggunaan *Eye Mask* dan terapi Murottal terhadap kualitas tidur pasien di ruang ICU. Pengaruh perlakuan dinilai dengan cara membandingkan nilai sebelum intervensi dengan nilai setelah intervensi. **Hasil :** Kualitas tidur meningkat setelah dilakukan intervensi selama 3 hari. Dapat dilihat dari hasil output pengujian menggunakan SPSS 26, diketahui bahwa nilai Signifikansi memiliki nilai sebesar 0,001 dengan hasil nilai Mean sebesar 13.625. Maka dapat disimpulkan bahwa nilai Signifikansi pada penelitian $< 0,05$ yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara variabel awal dengan variabel akhir dengan nilai rata-rata perbedaan perilaku sebesar 13.625. **Simpulan :** Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada kombinasi penggunaan *Eye Mask* dan terapi Murottal terhadap kualitas tidur pada pasien ICU dengan intervensi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Kata Kunci : *Eye Mask*, ICU, Kualitas tidur, Murottal