



PENGARUH MANAJEMEN KEBISINGAN TERHADAP KUALITAS TIDUR PASIEN KRITIS

Endang Suryaningsih¹, Sri Setiyarini², Sri Mulyani²

¹ Mahasiswa Magister Keperawatan FK-KMK, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia

² Magister Keperawatan FK-KMK, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia

INTISARI

Latar Belakang: 30% hingga 80% pasien kritis mengalami tidur yang buruk. Salah satu faktor yang menyebabkan gangguan kualitas tidur pada pasien kritis yaitu tingkat kebisingan yang melebihi ambang batas rekomendasi. kebisingan dapat mengganggu ritme sirkadian tubuh dan sistem saraf simpatis. Gangguan pada sistem saraf simpatis meningkatkan kerja jantung dan berkontribusi terhadap kurangnya tidur *rapid eye movement* (REM) sehingga memengaruhi kualitas tidur pasien kritis. Salah satu rekomendasi intervensi yang dapat dilakukan dalam meningkatkan kualitas tidur pasien kritis adalah intervensi non farmakologi yaitu manajemen kebisingan yang meliputi penurunan tingkat kebisingan dan mengurangi intervensi keperawatan.

Tujuan: Mengetahui pengaruh manajemen kebisingan terhadap kualitas tidur pada pasien kritis.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian *eksperiment* dengan desain *two group posttest only*. Dilakukan pada bulan Desember 2023 hingga Februari 2024 dengan 62 responden menggunakan alat ukur kebisingan *sound level meter* (SLM) dan kuesioner *richard campbell sleep questionnaire* (RCSQ). Analisis yang digunakan adalah uji *mann whitney*.

Hasil: Intervensi penelitian dengan menjalankan manajemen kebisingan berpengaruh secara signifikan terhadap kualitas tidur pasien kritis pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan nilai RCSQ total $p = 0.001$ dengan *cohen's d* 0,8. Penurunan tingkat kebisingan dan pengurangan intervensi keperawatan keduanya berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan kualitas tidur pasien kritis ($p < 0.001$ CI 95% = 2.399; $p = 0.010$ CI 95% = 0.676).

Kesimpulan: Manajemen kebisingan yang meliputi menurunkan tingkat kebisingan dan mengurangi intervensi keperawatan berpengaruh secara signifikan terhadap kualitas tidur pasien kritis. Skor kualitas tidur pada pasien kritis yang diberikan intervensi manajemen kebisingan lebih baik daripada pasien yang tidak diberikan intervensi manajemen kebisingan.

Kata kunci: manajemen kebisingan, kualitas tidur, pasien kritis, ruang perawatan kritis, RCSQ.



THE EFFECT OF NOISE MANAGEMENT ON THE SLEEP QUALITY OF CRITICAL PATIENTS

Endang Suryaningsih¹, Sri Setiyarini², Sri Mulyani²

¹ Master of Nursing Student, FK-KMK, Gadjah Mada University, Yogyakarta, Indonesia

² Masters in Nursing FK-KMK, Gadjah Mada University, Yogyakarta, Indonesia

ABSTRACT

Background: 30% to 80% of critical patients experience poor sleep. One of the factors that causes sleep quality problems in critical patients is noise levels that exceed the recommended threshold. Noise can disrupt the body's circadian rhythm and sympathetic nervous system. Disorders of the sympathetic nervous system increase the work of the heart and contribute to a lack of rapid eye movement (REM) sleep, thereby affecting the sleep quality of critical patients. One of the recommended interventions that can be carried out to improve the sleep quality of critical patients is non-pharmacological intervention, namely noise management which includes reducing noise levels and reducing nursing interventions.

Objective: To determine the effect of noise management on sleep quality in critical patients.

Method: This research is an experimental research with a two group posttest only design. Conducted from December 2023 to February 2024 with 62 respondents using the sound level meter (SLM) noise measuring instrument and the Richard Campbell Sleep Questionnaire (RCSQ). The analysis used is the Mann Whitney test.

Results: The research intervention by carrying out noise management had a significant effect on the sleep quality of critical patients in the control group and intervention group with a total RCSQ value of $p = 0.001$ with Cohen's $d = 0.8$. Reducing noise levels and reducing nursing interventions both had a significant effect in improving the sleep quality of critical patients ($p < 0.001$ CI 95% = 2.399; $p = 0.010$ CI 95% = 0.676).

Conclusion: Noise management which includes reducing noise levels and reducing nursing interventions has a significant effect on the sleep quality of critical patients. Sleep quality scores in critical patients who were given noise management intervention were better than patients who were not given noise management intervention.

Key words: noise management, sleep quality, critical patients, critical care wards, RCSQ.