

THE EFFECT OF EARPLUGS ON SLEEP QUALITY IN PATIENTS

WITH SLEEP DISORDER IN IRNA-1 RSUP DR. SARDJITO

YOGYAKARTA

Muji Lestari¹ Probosuseno² Heny Suseani P³

ABSTRACT

Background: Sleep disorder is a common problem in hospitalization patients. It can affect their quality of life, daily activities, mood, and also decrease immune system. For patients, having a good sleep is important. It can promote healing proses and decrease their length of stay (LOS) in hospital. A quite room is an ideal condition for patients to sleep. As a nurse, we have to conduct this situation, for example by offering earplugs.

Objectives: This study was carried out to determine the effect of earplugs on sleep quality patients with sleep disorder in IRNA-1 RSUP DR. Sardjito Yogyakarta.

Methods: This research was quasi-experimental study-pre post test design with control group. The samples were 14 patients with sleep disorder who hospitalized in IRNA-1 on Dec 2014 til Feb 2015. They were selected by purposive sampling and allocated in 2 groups. In the case group, they were offered by earplugs and in the control group without earplugs. Sleep quality was evaluated before and after 3 days interventions. Data was analyzed by paired t-test and independent sample t-test using software computer.

Result: There was significance difference on total sleep quality score before and after interventions in the case group ($p=0.019$). And also there was significance difference on total sleep quality score after intervention between case and control group ($p=0.004$).

Conclusion: Earplugs can improve sleep quality patients with sleep disorder and can be used as an alternative in nursing interventions.

Keywords: Earplug, sleep quality, sleep disorders

¹ undergraduated nursing student of Faculty medicine, Gajah Mada University

² department of geriatric, RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta

³ lecturer of department medical surgical nursing, Faculty of Medicine, Gadjah Mada University

PENGARUH PENGGUNAAN *EARPLUGS* TERHADAP KUALITAS TIDUR PENDERITA GANGGUAN TIDUR DI IRNA-1 RSUP DR. SARDJITO YOGYAKARTA

Muji Lestari¹ Probosuseno² Heny Suseani P³

INTISARI

Latar Belakang: Gangguan tidur merupakan masalah yang umum pada pasien hospitalisasi. Gangguan tidur yang dialami pasien dapat berpengaruh terhadap kualitas hidup, aktivitas sehari-hari, pada perasaan dan dapat menurunkan sistem imun. Tidur sangatlah penting bagi orang yang sedang sakit karena dapat meningkatkan kesembuhan sehingga dapat menurunkan lama rawat inap pasien. Lingkungan yang tenang merupakan kondisi yang ideal bagi tidur pasien. Perawat selalu berusaha untuk menciptakan kondisi yang demikian, salah satunya dengan penggunaan *earplugs*.

Tujuan: Studi ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan *earplugs* terhadap kualitas tidur pasien penderita gangguan tidur di IRNA-1 RSUP DR. Sardjito Yogyakarta

Metode: Studi ini merupakan penelitian kuasi-eksperimental dengan rancangan pre-post test dengan kelompok pembanding. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 14 pasien gangguan tidur yang dirawat di IRNA-1 pada Bulan Desember 2014 - Februari 2015. Sampel dipilih dengan metode purposive sampling dan dibagi kedalam 2 kelompok. Pada kelompok perlakuan diberikan *earplugs* dan kelompok pembanding tidak diberikan. Kualitas tidur diukur sebelum dan sesudah 3 hari intervensi. Data yang didapat dianalisis dengan uji t-berpasangan dan uji t-2 sampel bebas menggunakan program komputer.

Hasil: Terdapat perbedaan yang bermakna pada skor kualitas tidur total antara sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok perlakuan ($p=0.019$). Dan juga terdapat perbedaan yang bermakna pada skor kualitas tidur total setelah intervensi antara kelompok perlakuan dan kelompok pembanding ($p=0.004$).

Kesimpulan: Penggunaan *earplugs* mampu meningkatkan kualitas tidur penderita gangguan tidur dan dapat dijadikan sebagai intervensi keperawatan alternatif.

Kata kunci: *earplugs*, kualitas tidur, gangguan tidur

¹ Mahasiswi Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Gadjah Mada

² Bagian Geriatri, RSUP DR. Sardjito, Yogyakarta

³ Dosen Keperawatan Medikal Bedah, PSIK Fakultas Kedokteran, Universitas Gadjah Mada



UNIVERSITAS
GADJAH MADA

**PENGARUH PENGGUNAAN EARPLUGS TERHADAP KUALITAS TIDUR PENDERITA GANGGUAN
TIDUR DI IRNA-1 RSUP DR.**

SARDJITO YOGYAKARTA

MUJI LESTARI, dr. Probosuseno, Sp.PD-K.Ger;Heny Suseani Pangastuti, S.Kep., M.Kes.

Universitas Gadjah Mada, 2015 | Diunduh dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>