

# Analisis Praktik Keperawatan pada Pasien Covid-19 dengan Penerapan Intervensi Relaksasi Otot Progresif dalam Mengurangi Kecemasan dan Meningkatkan Kualitas Tidur = Analysis of Nursing Practices in Patients Covid-19 with the Application of Progressive Muscle Relaxation Interventions to Reduce Anxiety and Improve Sleep Quality

Andi Prastio, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20516523&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) adalah penyakit yang menular yang menyebabkan infeksi saluran nafas mulai dari batuk pilek hingga yang lebih serius. Pasien dengan covid-19 memerlukan perawatan secara terpisah atau perawatan isolasi. Hal ini dapat menyebabkan pasien mengalami rasa cemas dan penurunan kualitas tidur. Penelitian ini menjelaskan intervensi keperawatan relaksasi otot progresif untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan kualitas tidur pada pasien dengan covid-19. Penelitian ini menggunakan metode case report untuk mengevaluasi intervensi keperawatan yang diberikan. Kriteria inklusi penelitian adalah pasien dengan Covid- 19 yang memerlukan perawatan di ruang isolasi dilakukan selama 3 hari di Ruang Emergensi. Evaluasi tingkat kecemasan dan kualitas tidur menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) dan Richard Campbell Sleep Questioner (RCSQ). Evaluasi dilakukan pada saat pasien pertama masuk ruang perawatan isolasi dan sehari setelah pasien masuk ruang isolasi. Tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi mengalami penurunan begitu pula dengan kualitas tidur yang mengalami peningkatan setelah dilakukan intervensi. Relaksasi Otot Progresif sebagai metode tambahan dapat mengurangi tingkat kecemasan dan meningkatkan kualitas tidur pada pasien Covid-19.

.....Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) is an infectious disease that causes respiratory tract infections ranging from coughs to colds to more serious ones. Patients with Covid-19 require separate treatment or isolation care. This can cause the patient to experience anxiety and decreased sleep quality. This study describes a progressive muscle relaxation nursing intervention to reduce anxiety and improve sleep quality in patients with Covid-19. This study uses the case report method to evaluate the nursing interventions given. The inclusion criteria for the study were patients with Covid-19 who required treatment in an isolation room for 3 days in emergency room. Evaluation of anxiety level and sleep quality using Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) and Richard Campbell Sleep Questioner (RCSQ). The evaluation was carried out when the first patient entered the isolation treatment room and the day after the patient entered the isolation room. The level of anxiety before and after the intervention decreased as well as the quality of sleep which increased after the intervention. Progressive Muscle Relaxation as an additional method can reduce anxiety levels and improve sleep quality in Covid-19 patients.