

# Laporan Kasus Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Kombinasi Unsur Religius untuk Meningkatkan Kualitas Tidur pada Pasien Chronic Kidney Disease di Satu Rumah Sakit di Jakarta = Case Report Application of Breathing Relaxation Techniques in Combination of Religious Elements to Improve Sleep Quality in Chronic Kidney Disease Patients at One Hospital in Jakarta

Denny Riandhika, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20520326&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Klien dengan chronic kidney disease (CKD) atau penyakit ginjal kronis khususnya tahap end stage renal disease (ESRD) yang menjalani hemodialisa sering mengalami gangguan tidur dikarenakan perubahan regulasi hormonal dan ketidakseimbangan elektrolit. Gangguan tidur dapat mempengaruhi tubuh baik fisiologis, psikologis, fisik, sosial, hingga kematian. Untuk mencegah hal tersebut, diagnosis keperawatan gangguan pola tidur pada klien CKD perlu ditegakkan dan diintervensi agar dapat mencapai kualitas tidur yang optimal. Asuhan keperawatan dilakukan secara holistik mencakup biopsikososial-spiritual klien dengan intervensi observasi penilaian kualitas tidur dengan instrument Pittsburg Sleep Quality Index (PSQI), intervensi terapeutik dengan modifikasi lingkungan, dan intervensi edukasi dengan mengajarkan teknik relaksasi napas dalam kombinasi unsur religius. Implementasi keperawatan yang dilakukan pada klien kelolaan dapat menurunkan nilai PSQI sebanyak 4 poin selama tiga belas hari perawatan yang berarti kualitas tidur klien meningkat. Artikel ini diharapkan dapat menjadi dasar inovasi untuk dapat dilakukan oleh peneliti selanjutnya agar menjadi pertimbangan dalam menilai evaluasi dengan alat ukur yang aplikatif untuk digunakan di ruang perawatan.

.....Clients with chronic kidney disease (CKD) or chronic kidney disease, especially end stage renal disease (ESRD) undergoing hemodialysis, often experience sleep disturbances due to changes in hormonal regulation and electrolyte imbalances. Sleep disorders can affect the body both physiologically, psychologically, physically, socially, to death. To prevent this, nursing diagnoses of sleep pattern disorders in CKD clients need to be enforced and intervened in order to achieve optimal sleep quality. Nursing care is carried out holistically including biopsychosocial-spiritual clients with observational interventions for assessing sleep quality with the Pittsburg Sleep Quality Index (PSQI) instrument, therapeutic interventions with environmental modifications, and educational interventions by teaching breathing relaxation techniques in combination with religious elements. The implementation of nursing carried out on managed clients can reduce the PSQI value by 4 points for thirteen days of treatment, which means that the client's sleep quality increases. This article is expected to be the basis for innovation to be carried out by further researchers so that it becomes a consideration in assessing evaluations with applicable measuring tools for use in the treatment room.