

## Gangguan Pola Tidur Pasien 2-11 Hari Pasca Operasi

Tuti Nuraini, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=76424&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

#### **ABSTRAK**

Pada pasien pasca operasi, masalah sulit tidur merupakan masalah yang sering terjadi. Umumnya hal ini disebabkan karena nyeri (Kozier et al, 1995). Di Indonesia data tentang gangguan tidur pasca operasi belum ada, sehingga gambaran pasti tentang hal tersebut tidak diketahui. Hal ini mungkin disebabkan gangguan tidur tidak menjadi perhatian utama, sedangkan fungsi dari tidur adalah untuk sintesis pemulihan dan perilaku, waktu perbaikan tubuh dan otak (Kozier, et al, 1995).

Penelitian ini dilakukan untuk menggambarkan gangguan pola tidur pada pasien 2-11 hari pasca operasi dan tindakan yang sudah dilakukan pasien agar dapat memenuhi kebutuhan tidur.

Penelitian ini menggunakan desain eksploratif yang dilakukan pada 50 orang pasien 2-11 hari pasca operasi di Instalasi Rawat Inap lantai 3,4,5 dan ruang rawat E-RIA RSUPN Dr. Cipto Mangunkusumo. Selain itu, penelitian ini mengacu pada "The SMH Sleep Questionnaire" dengan skala 1-5, 1 untuk nilai terburuk dan 5 untuk nilai terbaik.

Dari penelitian ini didapatkan hasil pada pasien dewasa awal (18-30 tahun): kesulitan untuk memulai tidur ("initial insomnia") dengan nilai 3,6, standar deviasi 1,4 dan untuk memulai tidur pasien perlu waktu rata-rata 1 jam 36 menit. Pada saat tidur pasien terbangun sekitar 2,7 kali; pasien yang terbangun dan sulit tidur kembali sebanyak 44 %; kualitas tidur rata-rata 3,35, standar deviasi 0,82. Jumlah jam tidur pada malam hari 6 jam 9 menit dan siang hari 1 jam 21 menit. Penyebab gangguan tidur umumnya berasal dari nyeri 34,5%, takut penyakit berulang 17,24%, cemas tidak kembali normal 10,34%, tindakan perawat 10,34%, demam 2% dan lain-lain (batuk, cemas pada keluarga di rumah, hujan, sulit ubah posisi dan sulit buang air) 27,58%.

Sedangkan pada pasien dewasa menengah (31-60 tahun) didapatkan hasil: kesulitan untuk memulai tidur ("initial insomnia") dengan nilai 3,41, standar deviasi 1,2 dan untuk memulai tidur pasien perlu waktu rata-rata 1 jam 7 menit. Pada saat tidur pasien terbangun sekitar 2,5 kali; pasien yang terbangun dan sulit tidur kembali sebanyak 40,62 %; kualitas tidur rata-rata 3, standar deviasi 0,92. Jumlah jam tidur pada malam hari 5 jam dan siang hari 50 menit. Penyebab gangguan tidur umumnya berasal dari nyeri 32,8%, takut penyakit berulang 15,52%, cemas tidak kembali normal 15,5%, tindakan perawat 3,5%, pusing 5,2%, demam 5,2%, dan lain-lain (sesak nafas, berkeringat, buang air kecil, perut kembung, pasien lain teriak/ngamuk, gatal di vagina, batuk, udara panas dan dingin, magh, tidak nyaman) 22,36%.

Manajernen pola tidur yang mereka lakukan antara lain: membentuk lingkungan yang nyaman 34,4%; medikasi 13,2%; melakukan kebiasaan sebelum tidur 11,8%; melakukan latihan 2 jam sebelum tidur 10,6%;

makan tinggi protein dan menghindari kopi 7,2%; Massase atau pijat 5,2%; membersihkan dan mengeringkan kulit 9,9%; tidak melakukan apa-apa 4,6%; dikompres dan dikipas-kipas 2,6%; terapi sentuhan 2%; komunikasi yang baik 2%. Setelah dianalisa, ternyata manajemen pola tidur yang mereka lakukan masih kurang baik. Tentunya akan lebih baik bila perawat membantu pasien memenuhi kebutuhan tidurnya, seperti mengajarkan teknik relaksasi, guided imagery, batuk efektif, pengaturan jadwal tindakan perawat, dan lain-lain.