

Penerapan Intervensi Back Massage untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Pasien Rawat Inap Dewasa di RS X = Implementation of Back Massage Intervention on Sleep Quality of Adult Inpatients at X Hospital

Ika Putri Mardiani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920564883&lokasi=lokal>

Abstrak

Tidur mempunyai fungsi penting untuk menjaga kesehatan fisik dan mental individu. Waktu tidur yang tidak tercukupi akan berdampak negatif pada kualitas hidup, kesehatan, dan fungsi individu sehari-hari. Karya ilmiah ini bertujuan untuk menerapkan intervensi back massage untuk melihat efeknya terhadap peningkatan kualitas tidur pada pasien rawat inap dewasa. Intervensi dilakukan selama 3 hari berturut-turut selama minimal 2x dalam sehari dengan durasi 5-10 menit. Pengukuran kualitas tidur ini menggunakan kuesioner Richards-Campbell Sleep Questionnaire (RCSQ) sebelum dan sesudah intervensi dilakukan. Back massage terbukti mampu melepaskan meningkatkan kualitas serta durasi tidur yang ditunjukkan dengan adanya perubahan kualitas tidur dari skala tidur yang buruk menjadi skala sedang pada pasien rawat inap dewasa. Rekomendasi: dapat dilakukan pengkajian terkait kualitas tidur pada pasien saat penerimaan pasien baru dan bisa dipertimbangkan sebagai intervensi untuk pasien-pasien yang mengalami gangguan tidur atau memiliki kualitas tidur yang buruk.

.....Sleep has an important function in maintaining the physical and mental health of individuals. Inadequate sleep will negatively affect an individual's quality of life, health, and daily functioning. This scientific work aims to implement a back massage intervention to see its effect on improving sleep quality in adult inpatients. The intervention was carried out for 3 consecutive days for a minimum of 2x a day with a duration of 5-10 minutes. Sleep quality was measured using the Richards-Campbell Sleep Questionnaire (RCSQ) before and after the intervention. Back massage is proven to be able to improve the quality and duration of sleep as indicated by a change in sleep quality from a poor sleep scale to a moderate scale in adult inpatients. Recommendations: assessment of sleep quality in patients can be done during new admissions and can be considered as an intervention for patients who experience sleep disorders or have poor sleep quality.