

Program Studi Keperawatan Diploma Tiga
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Kusuma Husada Surakarta
2024

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN KRITIS : ANSIETAS
DAN GANGGUAN TIDUR DENGAN INTERVENSI
TERAPI BACK MASSAGE**

Rizal Prima Yandi¹, Setiyawan²

Mahasiswa Prodi D3 Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

Email : rizalprimayandi3@gmail.com

ABSTRAK

Pasien kritis didefinisikan sebagai pasien yang beresiko tinggi untuk masalah kesehatan actual atau potensial mengancam jiwa. Semakin kritis sakit pasien, semakin besar kemungkinan untuk menjadi sangat rentan, tidak stabil, dan kompleks. Pasien kritis yang sedang menjalani perawatan di rumah sakit dalam kurun waktu yang cukup lama dapat menjadi stressor bagi pasien, sehingga dapat menimbulkan permasalahan psikologis ansietas bahkan hingga mengalami gangguan pola tidur. Pijat dapat mengendurkan otot, meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi nyeri dan ansietas serta meningkatkan kualitas tidur dengan meningkatkan kenyamanan. Jenis metode penelitian yang digunakan penulis adalah studi kasus. Tujuan dalam penelitian ini yaitu memberikan asuhan keperawatan pada pasien kritis dengan masalah ansietas dan gangguan tidur. Hasil dari studi kasus yaitu pada bagian pengkajian ditemukan data pasien mengatakan cemas dengan penyakit yang dialaminya, skor HADS : 18 (Berat), skor VSH 600 (kualitas tidur buruk) dengan diagnosa ansietas dan gangguan pola tidur. Intervensi yang digunakan pada kasus ini adalah memberikan terapi *back massage*. Waktu pengambilan studi kasus ini telah dilaksanakan selama 3 hari terhitung tanggal 30 Januari 2024 - 01 Februari 2024. Subyek studi kasus yaitu satu pasien dengan ekspresi wajah terlihat tegang, rentang perhatian menyempit, perubahan tanda vital yang mengalami ansietas dan gangguan tidur. Hasil yang diperoleh dari studi kasus ini menunjukkan bahwa setelah dilakukan tindakan terapi *back massage* mengalami penurunan kecemasan dan gangguan tidur dengan skor HADS 6 dan skor VSH 900 sehingga dapat disimpulkan yaitu terdapat perubahan pemberian terapi back massage pada subyek pasien kritis dengan masalah ansietas dan gangguan pola tidur.

Kata Kunci : Ansietas, Gangguan Pola Tidur, Terapi *Back Massage*

I. PENDAHULUAN

Pasien kritis didefinisikan sebagai pasien yang beresiko tinggi untuk masalah kesehatan aktual atau potensial mengancam jiwa. Semakin kritis sakit pasien, semakin besar kemungkinan untuk menjadi sangat rentan, tidak stabil, dan kompleks. Pasien kritis yang dirawat di ruang ICU (Intensive Care Unit) memiliki nilai kematian dan nilai kesakitan yang tinggi. Pasien kritis sangat erat kaitannya dengan perawatan secara intensif serta monitoring penilaian terhadap setiap tindakan yang dilakukan kepada pasien dan membutuhkan pencatatan medis secara kontinyu dan berkesinambungan (Waladani & Suwaryo, 2023).

Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa 9,8-24,6% per 100.000 penduduk didunia menderita penyakit kritis dan mendapatkan perawatan diruang intensif. Bahkan 1,1 – 7,4 juta pasien meninggal di ruang perawatan akibat penyakit kritis. Di negara Amerika 20% pasien yang dirawat dinyatakan meninggal di ICU, sedangkan diseluruh dunia sekitar 25% dari pasien yang dirawat di ICU. Pada tahun 2020, Bed occupation rate (BOR) melonjak hingga 80%. Saat ini jumlah ruangan ICU di Indonesia mencapai 81.032 tempat tidur, dari 2.979 Rumah Sakit dan sepanjang tahun 2021 telah terisi sebanyak 52.719 pasien kritis. Maka artinya rata-rata keterpakaian ICU di Indonesia pada tahun 2021 mencapai 64,83% (Maryuni et al., 2023).

Pasien kritis yang sedang menjalani perawatan di rumah sakit dalam kurun waktu yang cukup lama dapat menjadi stressor bagi pasien, sehingga dapat menimbulkan permasalahan psikologis ansietas bahkan hingga mengalami gangguan pola tidur. Stressor ansietas dapat disebabkan karena individu terpapar

zat berbahaya/racun (toksin), konflik tidak disadari tentang tujuan hidup, hambatan hubungan dengan kekeluargaan/ keturunan, adanya kebutuhan yang tidak terpenuhi, gangguan dalam hubungan interpersonal, krisis situasional/maturasi, ancaman kematian, ancaman terhadap konsep diri, stress, penyalahgunaan zat, perubahan dalam status peran, status kesehatan, pola interaksi, fungsi peran, perubahan lingkungan dan perubahan status ekonomi (Erita et al., 2019).

Gangguan tidur penyebabnya bisa bermacam-macam, mulai dari akibat gaya hidup, masalah kenyamanan ruang kamar, hingga adanya gangguan psikologi, masalah kesehatan fisik dan efek obat-obatan. Stress, kecemasan dan depresi dapat secara langsung menyebabkan gangguan pola tidur pada pasien (Hasibuan & Hasna, 2021).

Intervensi farmakologis dan nonfarmakologis digunakan untuk mengurangi tekanan psikologis terutama ansietas dan gangguan pola tidur yang terjadi di ICU. Terapi farmakologis umumnya merupakan pengobatan lini pertama. Namun, terapi farmakologis telah dikaitkan dengan banyak efek samping dan komplikasi, termasuk kehilangan memori, membuat lamanya penggunaan ventilator, tahap tidur yang berubah, lebih lama di rawat inap, bradikardia, membuat efek bingung, kelemahan dan delirium. Selain itu, karena obat yang digunakan juga mahal. Untuk menghindari masalah ini, banyak penelitian telah dilakukan untuk mengembangkan terapi nonfarmakologis atau terapi komplementer. Terapi komplementer 4 yang sering dilakukan untuk menurunkan ansietas dan gangguan pola tidur antara lain dengan teknik distraksi, relaksasi nafas dalam, terapi musik, dan teknik relaksasi otot

progresif seperti terapi back massage (Lestari et al., 2023). Pijat dapat mengendurkan otot, meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi nyeri dan ansietas serta meningkatkan kualitas tidur dengan meningkatkan kenyamanan (Waladani & Suwaryo, 2023).

Berdasarkan penjelasan latar belakang masalah, maka penulis membuat perumusan masalah sebagai berikut “Bagaimanakah gambaran asuhan keperawatan pada pasien ansietas dan gangguan tidur dengan intervensi terapi back massage?”.

II. TUJUAN

- a. Tujuan umum
Mengetahui gambaran pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien ansietas dan gangguan tidur dengan intervensi terapi back massage..
- b. Tujuan Khusus
Tujuan khusus dari penyusunan KTI ini adalah:
 1. Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien ansietas dan gangguan tidur dengan intervensi terapi back massage.
 2. Menegakkan diagnosis keperawatan pada pasien ansietas dan gangguan tidur dengan intervensi terapi back massage.
 3. Menyusun perencanaan keperawatan pada pasien ansietas dan gangguan tidur dengan intervensi terapi back massage.
 4. Melaksanakan tindakan keperawatan pada pasien ansietas dan gangguan tidur dengan intervensi terapi back massage.
 5. Melakukan evaluasi pada pasien ansietas dan gangguan tidur dengan intervensi terapi back massage.

III. METODE PENELITIAN

Studi kasus ini adalah untuk mengeksplorasi masalah asuhan keperawatan pada pasien kritis yang mengalami ansietas dan gangguan pola tidur. Data dikumpulkan dari hasil wawancara, observasi dan studi dokumentasi, pemeriksaan fisik, dan studi kepustakaan.

IV. SUBYEK

Subjek yang digunakan pada kasus ini adalah 1 (satu) pasien kritis yang dirawat di ICU yang mengalami ansietas dan gangguan pola tidur.

V. TEMPAT

Tempat penyelenggaraan penelitian pada pasien kritis di ruang ICU di Rumah Sakit Panti Waluyo Surakarta, dilaksanakan tanggal 30 Januari 2024 sampai 01 Februari 2024

VI. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengelolaan asuhan keperawatan ini dilakukan selama 3 hari pada tanggal 30 Januari sampai 01 Februari 2024. Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan penulis didapatkan data riwayat kesehatan 60 pasien datang ke IGD RS Panti Waluyo tanggal 26 Januari 2024 dengan keluhan sesak nafas. Keluarga pasien mengatakan pasien mengeluh sesak nafas disertai batuk 1 hari sebelum masuk rumah sakit. Pasien masih aktif dengan pekerjaannya sehingga sering mengalami kelelahan. selama di IGD pasien diberikan terapi oksigenasi NRM 15 lpm, TD 100/90 mmHg, HR : 105 x/m, RR : 32 x/m, Suhu 36,4C, Saturasi 94% dengan NRM 15 lpm, pasien mengatakan cemas terhadap penyakit yang dialaminya dan baru pertama di rawat inap dirumah sakit, skor HADS 18 (Berat), pasien juga mengatakan sulit tidur dan sering terjaga, pasien nampak lemas, kantung mata pucat dan skor VSH 600, lalu pasien dipindah diruangan ICU pada

tanggal 26 Januari 2024 untuk penanganan lebih lanjut.

Berdasarkan hasil pengkajian dan observasi Tn.M pada tanggal 30 Januari 2024, penulis dapat merumuskan diagnosa keperawatan yaitu ansietas (D.0080) berhubungan dengan ancaman terhadap kematian ditandai dengan pasien nampak cemas dan skor HADS 18, dan pola tidur tidak efektif (D.0055) berhubungan dengan kurang kontrol tidur ditandai dengan pasien sulit tidur, kantung mata pasien pucat dan skor VSH 600.

Berdasarkan diagnosa keperawatan ansietas, peneliti merumuskan intervensi keperawatan reduksi ansietas (I.09314) yaitu observasi:identifikasi saat ansietas berubah, monitor tanda-tanda ansietas, terapeutik:temani pasien untuk mengurangi kecemasan, ciptakan suasana terapeutik untuk menumbuhkan kepercayaan, dengarkan dengan penuh perhatian, berikan terapi back massage, edukasi : latih kegiatan pengalihan untuk mengurangi ketegangan, informasikan secara faktual mengenai diagnosis, pengobatan dan prognosis, kolaborasi : kolaborasi pemberian obat antiansietas. Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3 kali 24 jam tindakan keperawatan diharapkan masalah tingkat ansietas menurun dengan kriteria hasil (L.09093) : perilaku gelisah menurun, verbalisasi khawatir akibat kondisi yang dihadapi menurun, perilaku tegang menurun, konsentrasi membaik dan pola tidur membaik. Diagnosa keperawatan pola tidur tidak efektif peneliti merumuskan intervensi keperawatan dukungan tidur (I.05174) yaitu observasi : identifikasi pola aktivitas dan tidur, identifikasi faktor pengganggu tidur, terapeutik : modifikasi lingkungan, tetapkan jadwal tidur rutin, lakukan prosedur untuk meningkatkan kenyamanan (back massage), sesuaikan jadwal

pemberian obat atau tindakan untuk menunjang siklus tidur, edukasi : jelaskan pentingnya tidur cukup selama sakit, anjurkan 82 menepati kebiasaan waktu tidur, anjurkan menghindari makanan/ minuman yang mengganggu tidur. Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3 kali 24 jam diharapkan pola tidur menjadi efektif dengan kriteria hasil (L.05045) yaitu keluhan sulit tidur menurun, keluhan sering terjaga menurun, keluhan tidak puas tidur menurun dan keluhan istirahat tidak cukup menurun.

Berdasarkan hasil respon implementasi dihari pertama sampai dengan hari ke tiga untuk masalah keperawatan ansietas dan pola tidur tidak efektif pada pasien HHD mengalami perbaikan karena dilakukan tindakan terapi back massage yang dilakukan sehari sekali selama 3 hari berturut-turut sebelum tidur yang berdampak pasien nampak tenang, gelisah dan cemas berkurang serta pola tidur yang meningkat tanpa terjaga, sehingga peneliti beranggapan tindakan terapi back massage yang dilakukan sehari sekali selama 3 hari sebelum tidur sangat berpengaruh dalam menurunkan tingkat ansietas dan meningkatkan kualitas tidur menjadi efektif.

Hasil evaluasi hari ketiga pada hari Jumat, 02 Februari 2024 pada diagnosa ansietas didapatkan data analisis masalah ansietas teratasi dengan kriteria hasil pasien nampak tidak cemas dan skor HADS 6 (normal) untuk planing hentikan intervensi. Evaluasi hari ketiga pada hari Jumat, 02 Februari 2024 pada gangguan pola tidur didapatkan data analisis masalah pola tidur tidak efektif teratasi dengan kriteria hasil pasien nampak tidak lemas, kantung mata pasien nampak segar, frekuensi tidur 7-8 jam jarang terjaga dan skor VSH 900 (kualitas tidur baik) untuk planing hentikan intervensi.

VII. KESIMPULAN

Pemberian tindakan terapi *back massage* sangat efektif diberikan pada pasien kritis yang mengalami ansietas dan gangguan pola tidur karena dapat menurunkan kecemasan pasien dan meningkatkan kualitas tidur pasien.

VII. DAFTAR PUSTAKA

- Erita., Hununwidiastuti, S., Leniwita, H. (2019). BUKU MATERI PEMBELAJARAN KEPERAWATAN JIWA. 1–189. <http://repository.uki.ac.id/2703/1/BMPKEPERAWATANJIWA.pdf>
- Haryani, W., Setyoboto, I. (2020). MODUL ETIKA PENELITIAN. 1–32. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/9247/1/MODUL%20ETIKA%20PENELITIAN%20ISBN.pdf>
- Hasibuan, R. K., & Hasna, J. A. (2021). Gambaran Kualitas Tidur pada Lansia dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya di Kecamatan Kayangan, Kabupaten Lombok Utara, Nusa Tenggara Barat. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17(2), 187-195.
- Hidayah, N., & Nisak, R. (2021). BUKU AJAR TERAPI KOMPLEMENTER UNTUK MAHASISWA KEPERAWATAN. 1–204. [http://repo.akperngawi.ac.id/RaudhotunNISak/TERAPI KOMPLEMENTER Full Cover.pdf](http://repo.akperngawi.ac.id/RaudhotunNISak/TERAPI%20KOMPLEMENTER%20Full%20Cover.pdf).
- Hikmawati, F. (2020). METODOLOGI PENELITIAN. 1–244. <https://etheses.uinsgd.ac.id/31676/1/Metodologi%20Penelitian.pdf>
- Kemkes RI. (2022, 26 Juli). Yuks Mengenal Gangguan Tidur. Diakses Desember 2023, https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/502/yuks-mengenalgangguan-tidur
- Lestari, S. P., Nurhayati, S., & Aprilani, W. (2023). Efektifitas Terapi Musik Shalawat dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Lansia di Kota Semarang. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(3), 755-762.
- Maryuni, R., Meilando, R., & Agustiani, S. (2023). Pengaruh Abdominal Massage terhadap Penurunan Volume Residu Lambung Pasien Kritis di Intensive Care Unit. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(3), 961-972.
- Sari, M., & Ramadhani, A. (2022). Asuhan Keperawatan Gangguan Pola Tidur Melalui Terapi Audio Murottal Dengan Sleep Quality Indek Pada Lansia. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 1(1), 9-32.
- Tim pokja SDKI DPP PPNI. (2017). Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia. Jakarta : DPP PPNI
- Tim pokja SIKI DPP PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. Jakarta : DPP PPNI
- Tim pokja SLKI DPP PPNI. (2018). Standar Luaran Keperawatan Indonesia. Jakarta : DPP PPNI
- Wahyuniar, L., Febriani, E., Mamlukah, M., & Puspita, M. E. (2023). PENGARUH PEMBERIAN KOMBINASI BACK MASSAGE DAN MURATTAL ALQUR'AN TERHADAP TINGKAT NYERI DISMENORE DAN KECEMASAN SANTRIWATI DI PONDOK PESANTREN BINAUL UMMAH KABUPATEN KUNINGAN. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 14(02), 331-336.
- Waladani, B., & Suwaryo, P. A. W. (2023). Terapi Back Massage untuk Meningkatkan Kualitas Tidur dan Menurunkan

Kecemasan Pasien Di ICU. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 16(2), 53-63.

Wijayanti, L., Septianingrum, Y., & Sulistyorini, S. (2022). Komunikasi Interaktif dalam Mengurangi Kecemasan Keluarga Penderita COVID-19 di Ruang ICU. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 7(1).