BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tidur merupakan salah satu cara untuk melepaskan kelelahan jasmani dan kelelahan mental. Bagian yang penting dari hidup untuk perbaikan tubuh dan pikiran adalah tidur. Tidur merupakan proses fisiologik untuk menjaga daya ingat dan mendukung proses fungsi kognitif. Tidur dapat memulihkan daya ingat dengan cara meningkatkan plastisitas neuron dengan cara mengurangi masukan /input informasi yang sedang berlangsung.(Gangguan et al., 2018). Diperkirakan 28 juta orang atau sekitar 10% dari jumlah penduduk Indonesia mengalami gangguan tidur. Gangguan tidur ini dapat menjadi indikator penting bagi berbagaikualitas tidur merupakan fenomena yang kompleks terdiri atas komponen kuantitatif, seperti durasi tidur dan latensi tidur, maupun elemen yang bersifat kualitatif yang dapat beragam antar individu. Meskipun kualitas tidur dapat dipahami secaraklinis, namun kualitas tidur memiliki komponen yang subyektif sehingga sulit untuk didefinisikan dan diukur secara objektif. *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* dikembangkan pada tahun 1988 oleh Buysse yang bertujuan untuk menyediakan indeks yang terstandard dan mudah digunakan oleh klinisi maupun pasien untuk mengukur kualitas tidur (Abang & Karangasem, 2019)

Menurut WHO (World Health Organizing) Pertahun di perkirakan 50% manusia dewasa melaporkan adanya gangguan tidur serta terdapat 17% mendapati gangguaan tidur yang serius. Di Indonesia sekitar 50% penduduk berusia 60 tahun menderita insomnia yang dikenal sebagai masalah tidur. Di

Jawa Timur 20%-50% pasien mengalami kesulitan untuk tidur yang paling banyak adalah pasien lansia (Sulistiono, 2022)

Pada Pelayanan Kesehatan Rawat Inap Memiliki fungsi merawat pasien yang memerlukan rawat inap secara tuntas sesuai standar prosedur operasional dan standar pelayanan. Kualitas tidur merupakan tingkat kepuasan seorang terhadap tidurnya, tercapainya kualitas tidur yang baik sangat penting bagi kesehatan. Pasien yang sakit biasanya butuh lebih banyak tidur serta istirahat dari pada pasien yang sehat, lalu kualitas tidur yang baik tidak akan merasa lelah, gelisah, lesu, gelap di sekitar mata, kelopak mata bengkak, sakit kepala, dan sering menguap atau mengantuk (Sulistiono, 2022). Pada pasien tertentu menunjukan bahwa tidur di rumah sakit suboptimal, namun informasi tentang kualitas tidur pada psien di bangsal rumah sakit masih kurang, banyak sekali factor yang menyebabkan gangguan tidur saat menjalani rawat inal di Rumah Sakit (Haak, Doormaal, Hoogerwerf, & Terwee, 2018). Menuurut (Wesselius et al., 2018) bahwa sebagian besar pasien mengalami gangguan tidur selama rawat inap di Rumah Sakit, dan faktor-faktor yang mempengaruhi seperti usia, jenis kelamin, dan keadaan medis tertentu dapat mempengaruhi kualitas dan jumlah tidur.

Menurut (Wesselius et al., 2018) pentingnya memperhatikan masalah dan faktor – faktor yang dapat mempengaruhi tidur pada pasien yang dirawat di rumah sakit. Menurut (Hirshkowitz et al., 2015) jam normal tidur pada pasien dewasa adalah 7 – 9 jam per hari. Untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien rawat inap di rumah sakit dapat dilakukan dengan tindakan non farmakologis seperti terapi musik, relaksasi otot progesif, terapi pijat, dan

terapi cahaya yang dilakukan pada pasien dewasa. Hal ini dapat membantu meningkatkan kualitas tidur dan mengurangi gangguan tidur pada pasien rawat inap di rumah sakit (Paes, Li, Lanctot, & Mitchell, 2011).

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran kualitas tidur pada pasien di ruang bedah RSUD Mardi Waluyo?

1.3 Tujuan Penelitian

Mendeskripsikan kualitas tidur pada pasien rawat inap berdasarkan kuesioner *Pittsburgh sleep quality index (PSQI)* di ruang bedah RSUD Mardi Waluyo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Memperluas wawasan tentang kualitas tidur pada pasien rawat inap di Ruang Bedah RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar, memberi pengalaman nyata bagi peneliti dalam proses penelitian dan mengembangkan ilmu pengetahuan.

1.4.2 Bagi peneliti Selanjutnya

Dapat menjadi data awal bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian yang berhubungan dengan pemenuhan kebutuhan istirahat tidur.

1.4.3 Bagi tempat peneliti

Hasil karya tulis ilmiah ini dapat memberikan referensi dan informasi tambahan bagi pembaca tempat penelitian mengenai kualitas tidur pada pasien rawat inap di Ruang Bedah RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar.