



# Sleep Hygiene, Strategi Mengurangi Nyeri pada Pasien Kritis

**Heru Suwardianto  
Dyah Ayu Kartika Wulan Sari**



Penerbit:  
Chakra Brahmanda Lentera

# ***SLEEP HYGIENE, STRATEGI MENGURANGI NYERI PADA PASIEN KRITIS***

**Heru Suwardianto, Dyah Ayu Kartika Wulan Sari**



**Penerbit:  
Lembaga Chakra Brahmanda Lentera**

---

**Sleep Hygiene, Strategi Mengurangi Nyeri pada Pasien Kritis**

Ditulis oleh: **Heru Suwardianto**  
**Dyah Ayu Kartika Wulan Sari**

---

**ISBN: 978-623-91385-3-0**

Desain Sampul : Chakra Brahmada Lentera  
Layout : Chakra Brahmada Lentera

Diterbitkan oleh Penerbit **Chakra Brahmada Lentera**

Lembaga Chakra Brahmada Lentera  
Perum Kwadungan Permai Blok A No. 45-46  
Kecamatan Ngasem, Kabupaten Kediri.  
Email: ceocandle@gmail.com

Cetakan Pertama, Agustus 2019

Hak Cipta dilindungi Undang-undang. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apa pun, baik secara elektronik maupun mekanik, termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan menggunakan sistem penyimpanan lainnya, tanpa izin tertulis dari Penerbit.

Dicetak di Republik Indonesia

Isi diluar tanggung jawab Penerbit Chakra Brahmada Lentera

Heru Suwardianto, Dyah Ayu Kartika Wulan Sari  
Sleep Hygiene, Strategi Mengurangi Nyeri pada  
Pasien Kritis  
Kediri: Penerbit Chakra Brahmada Lentera, 2019  
1 Jil., 60 hlm., 21 x 29,7 cm  
ISBN: 978-623-91385-3-0

## **KATA PENGANTAR**

Puji Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, sehingga Buku hasil penelitian dengan judul Sleep Hygiene Sleep Hygiene Mengurangi Nyeri pada Pasien Kritis dapat terselesaikan. Kami juga berterima kasih kepada Kementerian Riset, Teknologi dan Perguruan Tinggi Republik Indonesia (Ristek DIKTI RI) yang telah memberikan dana hibah Dosen Pemula Tahun 2018 dan Pelaksanaan Tahun 2019. Kami juga berterimakasih kepada Direktur Rumah Sakit Baptis Kediri, Kepala Ruang ICU RS Baptis Kediri dan semua responden yang ikut berpartisipasi dalam proses penelitian hingga terselesainya buku referensi ini.

Kami berhadap bahwa buku ini dapat berkontribusi dalam hasil penelitian-penelitian selanjutnya. Buku referensi ini kami berharap dapat meningkatkan kualitas penelitian hingga pengaplikasian intervensi keperawatan berdasarkan bukti. Peran perawat kritis sangatlah penting dalam upaya meningkatkan kesembuhan dan kualitas hidup pasien-pasien kritis. Buku referensi ini kami harapkan dapat juga membantu penelitian dimasa yang akan datang dalam mengembangkan intervensi keperawatan lainnya yang lebih baik.

Kami menyadari bahwa dalam pembuatan buku referensi ini jauh dari sempurna. Kami berusaha dengan sebaik-baiknya dalam pengembangan keperawatan melalui hasil penelitian yang terkait dengan aplikasi bukti penelitian. Besar harapan kami bahwa kualitas penelitian menjadi semakin baik dari waktu ke waktu. Kiranya Tuhan Yang Maha Esa memberikan Kasih dan Kelimpahan Kesehatan kepada kita semua dalam mengemban peran profesi yang menjadi bagian dari tanggungjawab kita.

**Penulis**

## DAFTAR ISI

PENDAHULUAN.....	1
Gangguan pada Pasien Kritis.....	2
KONSEP PASIEN KRITIS.....	4
Definisi Pasien Kritis .....	4
Peran Perawat Kritis.....	4
Kategori Pasien Kritis .....	4
POST INTENSIVE CARE SYNDROME.....	7
Definisi.....	7
Penyebab.....	7
TEORI SYMPTOM MANAGEMENT.....	9
Definisi.....	9
PHYSICAL IMPAIRMENT .....	11
Definisi.....	11
Penurunan fungsi.....	11
<i>Quality of Life</i> pada Pasien Kritis.....	14
Definisi.....	14
PENGUKURAN FUNGSI FISIK PASIEN KRITIS DI ICU .....	24
Time Up and Go <sup>42</sup> .....	24
6 Minute Walk Test (MWT).....	24
Physical Function ICU Test .....	25
COGNITIVE IMPAIRMENT .....	28
Definisi.....	28
Prevalensi Masalah.....	28
PENGUKURAN FUNGSI KOGNITIF PASIEN DI ICU.....	30
Questionnaire on Cognitive Decline in The Elderly (IQCODE).....	30
The Mini Mental State Examination (MMSE) .....	30
RICHMOND AGITATION SEDATION SCALE (RASS).....	32
Latar belakang:.....	32
CPOT (CRITICAL CARE PAIN OBSERVATIONAL TOOL).....	35

SLEEP HYGIENE PADA PASIEN KRITIS .....	37
Latar Belakang .....	37
Definisi.....	38
Fisiologi Sleep Hygiene .....	39
Prosedur <i>Sleep Hygiene</i> pada Pasien Kritis <sup>68,70</sup> .....	39
Kajian penelitian .....	40
Daftar Pustaka .....	48
Lampiran-lampiran.....	52
<i>Level of Cirtical Care Recommendation JFICMI and ICSI</i> <sup>2</sup> .....	52
Kategori Pasien Kritis berdasarkan Cardinal <sup>25</sup> .....	52
Kuesioner Kualitas Hidup <i>Medical Outcomes Short Form (SF-36) Health Survey</i> (Versi Bahasa Indonesia) <sup>35,36,38</sup> .....	53
Skor dari tiap-tiap pertanyaan .....	58
Jumlah Rata-rata dari Delapan Subvariabel.....	58
Skor dari tiap-tiap pertanyaan .....	59
Jumlah Rata-rata dari Delapan Subvariabel.....	59
Simplified Acute Physiology Score II (Tabel 1).....	60
<i>.Simplified Acute Phy</i> .....	60
<i>siology Score II</i> (Tabel 2) <sup>40,41</sup> .....	60