

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN *EAR PLUG* KOMBINASI *TERAPI EYE MASK*
PADA PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE* (CHF)
DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RUANG
ICCU RSUD DR.M.YUNUS KOTA
BENGKULU TAHUN
2026**



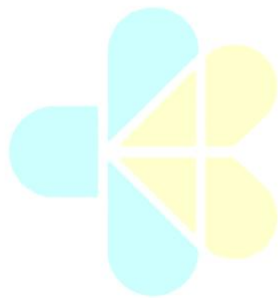
DISUSUN OLEH :

**ECA DWI PUTRI
NIM.P01720223017**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM STUDI
DIPLOMA III KEPERAWATAN
BENGKULU TAHUN
2026**

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN *EAR PLUG* KOMBINASI TERAPI *EYE MASK*
PADA PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE* (CHF)
DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RUANG
ICCU RSUD DR.M.YUNUS KOTA
BENGKULU TAHUN
2026

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan
Program Pendidikan Diploma Tiga Keperawatan pada Prodi
DIII Keperawatan Bengkulu Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu



Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Disusun Oleh :

ECA DWI PUTRI
NIM : P01720123017

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM STUDI
DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN
BENGKULU TAHUN
2026

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Eca Dwi Putri

NIM : P01720123017

Judul : Penerapan *Earplug* kombinasi terapi *Eye Mask* pada pasien *congestive heart failure* (CHF) Dengan Gangguan Pola Tidur di ruang ICCU RSUD Dr. M.Yunus Kota Bengkulu Tahun 2026

Saya menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya saya sendiri dan isinya tidak mengandung karya orang lain yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik. sepanjang pengetahuan saya, tidak ada bagian dalam karya ini yang di ambil dari karya atau pendapat orang lain, kecuali yang telah disebutkan secara tertulis dalam naskah dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini dan apabila kelak dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, 2026

Yang Menyatakan

Eca Dwi Putri
P01720123017

HALAMAN PERSETUJUAN

Dengan Judul :

**PENERAPAN *EARPLUG* KOMBINASI TERAPI *EYE MASK*
PADA PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE* (CHF)
DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RUANG
ICCU RSUD DR. M. YUNUS KOTA
BENGKULU TAHUN
2026**

Dipersiapkan dan dipresentasikan oleh :

**ECA DWI PUTRI
NIM : P01720123017**

Karya Tulis Ilmiah Ini Telah Diperiksa Dan Disetujui Untuk Dipresentasikan Di
Hadapan Tim Penguji Program Studi Diploma III Keperawatan Poltekkes
Kemenkes Bengkulu

Pada Tanggal 03 Juli 2026

Oleh :

Pembimbing Karya Tulis Ilmiah



**Ns. Anditha Ratnadhivani, S.kep., M.kep., sp.kep. MB
Nip. 198406152008042003**

**HALAMAN PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN *EARPLUG* KOMBINASI TERAPI *EYE MASK*
PADA PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE* (CHF)
DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RUANG
ICCU RSUD DR. M. YUNUS KOTA
BENGKULU TAHUN
2026**

Disusun oleh :

**ECA DWI PUTRI
NIM P01720123017**

Karya Tulis Ilmiah ini telah diuji dan dipertahankan dihadapan tim penguji
dan diterima sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya
Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan

Pada Tanggal, 03 Juli 2026

Tim Penguji :

Ketua Dewan Penguji : Widia Lestari, S.Kep., M.Sc

NIP 198106052005012004

Penguji 1 : Ns. Sri Yuliana, S. Kep., M.Sc

NIP 199207712025062004

Penguji 2 : Ns. Anditha Ratnadhiyani, S.Kep.

M.Kep., Sp.Kep.MB

NIP 198406152008042003

Mengetahui
Ketua Prodi D III Keperawatan


**Ns. Rahma Annisa, S.Kep., M.Kep
NIP 198503232010122002**

KATA PENGANTAR

“Puji syukur atas kehadiran tuhan yang maha esa yang telah memberikan rahmat dan karunianya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian karya tulis ilmiah ini dengan judul “Penerapan earplug kombinasi terapi eye mask pada pasien congestive heart failure (chf) dengan gangguan pola tidur”

Dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini penulis banyak mendapatkan masukan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Linda, SST., M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan di jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu.
2. Ibu Ns. Erni Buston, SST., M.Kes., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
3. Ibu Ns. Rahma Annisa, S.Kep., M.Kep. selaku Ketua Program Studi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu
4. Ibu Andhita Ratnadiyahani, M.Kep., Ns. Sp. Kep selaku pembimbing utama yang telah menginspirasi dan banyak meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan, masukan, motivasi dan pengarahan dengan penuh kesabaran dan penuh perhatian dalam menyusun studi kasus ini bisa terselesaikan dengan baik.
5. Seluruh dosen dan staff di jurusan keperawatan poltekkes kemenkes Bengkulu
6. Kedua orang tua dan semua keluarga yang tidak pernah berhenti mendoakan keberhasilan anaknya, yang selalu memberikan dukungan dan semangat serta selalu berusaha memenuhi semua kebutuhan sehingga menjadi alasan bisa menjalani dan menyelesaikan KTI ini.

PERSEMBAHAN

Segala puji dan syukur kepada Allah SWT dan atas dukungan dan do'a dari orang-orang tercinta, akhirnya karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, dengan rasa bangga dan bahagia kupersembahkan karya tulis ilmiah ini untuk:

1. Dengan penuh rasa syukur dan ketundukan, Karya tulis ini saya persembahkan terlebih dahulu kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala. Dzat Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, yang telah memberikan saya kesempatan untuk belajar, kekuatan untuk bertahan dalam ujian, serta kelapangan hati saat menghadapi kegagalan. Tanpa pertolongan-Mu, tak akan ada langkah yang mampu saya lalui. Semoga setiap ilmu yang tertulis di dalam Karya tulis ilmiah ini menjadi amal yang bernilai ibadah di sisi-Mu.
2. Cinta pertama saya, Bapak Halidi beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan hingga bangku perkuliahan, namun dengan kerja keras dan didikannya menjadikan putrinya mampu menyelesaikan studi hingga sarjana
3. Pintu surgaku, Ibu beliau juga tidak sempat merasakan pendidikan hingga bangku perkuliahan, namun beliau yang selalu memberikan semangat dan memberikan seluruh do'a di setiap sholatnya sehingga putrinya dapat menyelesaikan program studinya sampai selesai dan lancar di setiap langkahnya.
4. saya tercinta dan abang ipar saya, Bdn Esi helisa sari Str Keb dan Yose Fadilah Amd.Kep terima kasih atas segala ucapan semangat, kasih sayang yang luar biasa yang sudah diberikan dan teguran-teguran di setiap harinya untuk segera dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Untuk anak ku tersayang dan keponakan saya muhammad divo alfikri dan kaluna rabika arabella yang selalu memberi warna dalam hidup terima kasih telah memberi warna sehingga bisa membuat lebih semangat dalam pembuatan Karya tulis ilmiah ini.

6. Sahabat saya yolanda,frisca,agneza,nabila yang telah menjadi pelita dalam gelap dan sandaran saat lelah selama Tiga tahun perjalanan perkuliahan ini. Kehadiranmu bukan sekadar teman, tapi jiwa yang selalu memahami, mendukung, dan memberi kekuatan tanpa henti, bahkan ketika kata-kata tak mampu mengungkapkan semua rasa. Terima kasih telah menjadi bagian tak terpisahkan dari cerita ini, sahabat yang bukan hanya ada di sisi, tapi juga di hati. Semoga setiap kebaikan yang kau tanamkan kembali berlipat dalam hidupmu, dan persahabatan kita selalu diberkahi oleh-Nya.
7. Seseorang yang tak kalah penting kehadirannya Yollanda aidilah putri Terima kasih sudah hadir dan menjadi penyemangat, penghibur, serta pendengar yang baik dalam menyelesaikan Karya tulis ilmiah ini. Semoga Allah mengganti berkali-kali lipat dan sukses selalu kedepannya untuk kita berdua.
8. Terima kasih kepada dosen pembimbing saya Ns. Anditha Ratnadhiyani,S.kep.,M.kep.,sp.kep.MB yang telah memberikan bimbingan, saran, nasehat, serta selalu sabar dalam membimbing saya dan selalu meluangkan waktu untuk membimbing sampai Karya tulis ilmiah ini terselesaikan.
9. Terima kasih teman-teman seperjuangan Amd. Kep 2023 yang sudah saling mengingatkan dan membantu satu sama lain. Terkhusus D3 keperawatan yang saya sayangi.

**PENERAPAN *EARPLUG* KOMBINASI TERAPI *EYE MASK*
PADA PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE* (CHF)
DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RUANG
ICCU RSUD DR. M. YUNUS KOTA
BENGKULU TAHUN
2026**

***Eca Dwi Putri, ** Anditha Ratnadhiyani**

Nursing Department, Health Polytechnic, Ministry of Health, Bengkulu

Email : ecadwiputri21@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Congestive Heart Failure (CHF) merupakan kondisi kronis yang terjadi ketika jantung tidak mampu memompa darah secara optimal untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Pasien CHF yang menjalani perawatan di ruang Intensive Coronary Care Unit (ICCU) sering mengalami gangguan pola tidur akibat kondisi penyakit, sesak napas, serta faktor lingkungan seperti kebisingan dan pencahayaan. Gangguan tidur yang tidak ditangani dapat menyebabkan kelelahan, ketidaknyamanan, serta menghambat proses pemulihan pasien. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diberikan untuk meningkatkan kualitas tidur adalah penggunaan earplug kombinasi terapi eye mask. Tujuan studi kasus ini adalah untuk mengetahui gambaran penerapan earplug kombinasi terapi eye mask terhadap peningkatan kualitas tidur pada pasien Congestive Heart Failure (CHF) dengan gangguan pola tidur di ruang ICCU RSUD Dr. M. Yunus Kota Bengkulu Tahun 2026.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif pada dua pasien Congestive Heart Failure (CHF) yang menjalani perawatan di ruang ICCU dan mengalami gangguan pola tidur. Kualitas tidur diukur menggunakan instrumen Richards-Campbell Sleep Questionnaire (RCSQ). Intervensi berupa penggunaan earplug kombinasi terapi eye mask diberikan selama 3 hari berturut-turut pada malam hari, mulai pukul 22.00 WIB hingga 05.00 WIB.

Hasil : Hasil penerapan menunjukkan adanya peningkatan kualitas tidur pada kedua responden. Pada Tn. R, skor RCSQ meningkat dari 42 sebelum intervensi menjadi 79 setelah penerapan selama tiga hari. Pada Ny. L, skor RCSQ meningkat dari 46 pada hari pertama menjadi 66 pada hari kedua dan 79 pada hari ketiga. Kedua responden juga menunjukkan perubahan subjektif berupa berkurangnya frekuensi terbangun pada malam hari, tidur lebih nyaman, serta tubuh terasa lebih segar setelah bangun tidur.

Kesimpulan: Penerapan earplug kombinasi terapi eye mask dapat membantu meningkatkan kualitas tidur pada pasien Congestive Heart Failure (CHF) dengan gangguan pola tidur. Intervensi ini dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang sederhana, mudah diterapkan, dan membantu menciptakan lingkungan tidur yang lebih nyaman bagi pasien di ruang ICCU.

Kata Kunci: Congestive Heart Failure, Gangguan Pola Tidur, Kualitas Tidur, Earplug, Eye Mask, Richards-Campbell Sleep Questionnaire.

**Application of Earplugs Combined with Eye Mask Therapy for
Congestive Heart Failure (CHF) Patients with Sleep Pattern
Disturbances in the ICCU of Dr. M. Yunus Regional
General Hospital, Bengkulu City, 2026**

***Eca Dwi Putri, ** Anditha Ratnadhiyani**

Nursing Department, Health Polytechnic, Ministry of Health, Bengkulu

Email : ecadwiputri21@gmail.com

ABSTRAK

Background : Congestive Heart Failure (CHF) is a chronic condition occurring when the heart is unable to pump blood optimally to meet the body's needs. CHF patients treated in the Intensive Coronary Care Unit (ICCU) often experience sleep disturbances due to their illness, shortness of breath, and environmental factors such as noise and lighting. Untreated sleep disturbances can lead to fatigue and discomfort, and hinder the patient's recovery process. One non-pharmacological intervention to improve sleep quality is the use of earplugs combined with eye mask therapy. The aim of this case study is to describe the application of earplugs combined with eye mask therapy to improve sleep quality in CHF patients with sleep disturbances in the ICCU of Dr. M. Yunus Regional General Hospital (RSUD), Bengkulu City, in 2026.

Methods : This study employed a descriptive case study design involving two CHF patients undergoing treatment in the ICCU who were experiencing sleep disturbances. Sleep quality was measured using the Richards-Campbell Sleep Questionnaire (RCSQ). The intervention—using earplugs combined with eye mask therapy—was administered for three consecutive nights, from 22:00 WIB to 05:00 WIB.

Results : The results showed an improvement in sleep quality for both respondents. For Mr. R, the RCSQ score increased from 42 before the intervention to 79 after three days of application. For Mrs. L, the RCSQ score rose from 46 on the first day to 66 on the second day and 79 on the third day. Both respondents also reported subjective improvements, including reduced frequency of waking up during the night, more comfortable sleep, and feeling more refreshed upon waking.

Conclusion: The use of earplugs combined with eye mask therapy can help improve sleep quality in CHF patients with sleep disturbances. This approach serves as a simple, easily implemented non-pharmacological nursing intervention that helps create a more comfortable sleep environment for patients in the ICCU.

Keywords: Congestive Heart Failure, Sleep Pattern Disturbance, Sleep Quality, Earplugs, Eye Mask, Richards-Campbell Sleep Questionnaire.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
PERNYATAAN ORALITAS	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI.....	xii

BAB 1 PENDAHULUAN

A.Latar Belakang.....	1
B.Rumusan Masalah.....	6
C.Tujuan Penelitian	6
D.Manfaat Penelitian.....	7

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A.Konsep Congestive Heart Failure	9
1.Pengertian Congestive Heart Failure	9
2.Etiologi.....	10
3.Patofisiologi	12
4.Manifestasi Klinik.....	15
5.Klasifikasi	15
B. Konsep gangguan Tidur	16
1.Definisi.....	16
2.Etiologi.....	16
3.Patofisiologi	17
4.Klasifikasi Gangguan Tidur	18
5.Gangguan Tidur pada pasien CHF	19
6.Alat Ukur Kualitas Tidur	19
C.Earplug.....	20

D. Eye mask	21
E. Pengaruh Earplug Dan Eye mask	23
F. Evidence based	24
G. Konsep Asuhan Keperawatan	27
1. Pengkajian	27
2. Diagnosa Keperawatan	29
3. Intervensi Keperawatan	30
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Studi Kasus	33
B. Subjek Penelitian	33
C. Fokus Studi Penelitian	34
D. Definisi Operasional	34
E. Metode Pengumpulan Data	34
F. Instrument Pengumpulan Data	35
G. Prosedur Pelaksanaan Intervensi Penelitian	35
H. Lokasi dan Waktu	36
I. Analisis Data dan Penyajian Data	36
J. Etika Penelitian	36
 BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Studi Kasus	38
B. Gambaran Diagnosa Keperawatan Pada Kedua Responden	44
C. Gambaran Penerapan Ear Plug Dan Eye Mask	47
D. Gambaran Perbedaan Kualitas Tidur Pada Kedua Responden sebelum dan Setelah di Berikan Intervensi	551
E. Keterbatasan	56
F. Pembahasan	58
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	64
B. Saran	65

DAFTAR PUSTAKA.....	67
LAMPIR	69

