

ABSTRAK

PENGARUH MUSIK INSTRUMENT DAN *SLEEP HYGIENE* TERHADAP GANGGUAN TIDUR PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISA DI RS PKU MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

Pipit Nur Fitria, Iman Permana, Falasifah Ani Yuniarti
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
Email : fitriapipit29@yahoo.com

Latar Belakang: Hemodialisa merupakan terapi pengganti ginjal untuk mengeluarkan sisa hasil metabolisme sehingga pasien yang melakukan terapi hemodialisa mengalami permasalahan. Salah satunya masalah gangguan tidur. Untuk mengatasi gangguan tidur yaitu dengan mendengarkan musik instrumen serta melakukan praktek *sleep hygiene*.

Tujuan : mengetahui pengaruh musik instrumen dan *sleep hygiene* pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa terhadap gangguan tidur.

Metode : Penelitian menggunakan desain *Quasy Experiment*. dengan rancangan pre-post test kelompok intervensi dan kontrol. Sampel penelitian sebanyak 60 responden, 30 orang kelompok intervensi dan 30 orang kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling*.

Hasil : Analisis menggunakan *Independent sample t test* dengan *p value* 0,037 ($p < 0.05$). menunjukkan ada hubungan signifikan kualitas tidur lebih baik pada kelompok intervensi dibandingkn kelompok kontrol.

Kesimpulan : ada pengaruh musik instrumen dan *sleep hygiene* pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa terhadap gangguan tidur.

Saran : disarankan untuk medengarkan musik intrumen dan melakukan praktik *sleep hygiene* pada pasien yang mengalami gangguan tidur khususnya pada pasien hemodialisa.

Kata Kunci : Musik Instrument, *Sleep Hygiene*, Kualitas Tidur, Gagal Ginjal Kronik, Hemodialisa

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF INSTRUMENT AND SLEEP HYGIENE MUSIC ON SLEEP DISORDERS OF CHRONIC RENAL FAILURE PATIENTS WHO HEMODIALYSIS IN RS PKU MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

Pipit Nur Fitria, Iman Permana, Falasifah Ani Yuniarti
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
Email : fitriapipit29@yahoo.com

Background: Hemodialysis is a substitute therapy for kidneys to remove metabolic waste so that patients undergoing hemodialysis therapy experience problems. One of them is the problem of sleep disorders. To overcome sleep disturbance, namely by listening to musical instruments and doing pratek sleep hygiene.

Objective: to determine the effect of instrument music and sleep hygiene in patients with chronic renal failure undergoing hemodialysis against sleep disorders

Method: The study used the Quasy Experiment design. with the design of the pre-post test intervention and control groups. The study sample was 60 resspodents, 30 people in the intervention group and 30 people in the control group. The sampling technique is simple random sampling.

Results: Analysis using Independent sample t test with p value 0.037 ($p < 0.05$). showed that there was a significant relationship between sleep quality better in the intervention group compared to the control group.

Conclusion: there was influence of instrument music and sleep hygiene in patients with chronic kidney failure who underwent hemodialysis against sleep disorders

Suggestion: It is recommended to listen to musical instruments and practice sleep hygiene in patients who experience sleep disorders, especially in hemodialysis patients

Keywords: Music Instrument, Sleep Hygiene, Sleep Quality, Chronic Kidney Failure, Hemodialysis