

ASUHAN KEPERAWATAN KOMPLEMENTER AKUPUNKTUR PADA GANGGUAN POLA TIDUR PASIEN SINUSITIS

Putu Ratih Amanda Gunhapriya Dharmapatni^{1*}, Made Martini², Agus Ari Pratama³

Program Studi Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Buleleng^{1,2,3}

*Corresponding Author : ratihamanda157@gmail.com

ABSTRAK

Sinusitis merupakan peradangan pada mukosa sinus yang dapat menimbulkan sumbatan hidung, nyeri wajah, serta gangguan pola tidur yang berdampak pada kualitas hidup pasien. Gangguan pola tidur pada pasien sinusitis menjadi salah satu masalah perdarahan yang memerlukan penatalaksanaan komprehensif, termasuk pemanfaatan terapi nonfarmakologis sebagai terapi komplementer. Studi kasus ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan asuhan keperawatan pada pasien sinusitis dengan masalah gangguan pola tidur melalui intervensi akupunktur. Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan proses pembunuhan yang meliputi pengkajian, penetapan diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Subjek penelitian adalah Ny. D, usia 54 tahun, dengan diagnosis medis sinusitis dan diagnosis gangguan pola tidur. Intervensi perdarahan yang diberikan meliputi dukungan tidur dan terapi akupunktur selama 15–30 menit pada titik LI20 (*Yingxiang*), EX-HN3 (*Yintang*), dan GV20 (*Baihui*). Hasil evaluasi menunjukkan adanya perbaikan pola tidur, penurunan keluhan sulit tidur, berkurangnya rasa tidak nyaman saat tidur, serta penurunan nyeri sinus. Secara tujuan, pasien tampak lebih rileks, tenang, dan nyaman setelah intervensi. Terapi akupunktur dapat direkomendasikan sebagai intervensi komplementer pembasahan yang efektif dalam membantu memperbaiki pola tidur pada pasien sinusitis.

Kata kunci : akupunktur, gangguan pola tidur, sinusitis

ABSTRACT

Sinusitis is an inflammation of the sinus mucosa that can cause nasal obstruction, facial pain, and sleep pattern disturbances, thereby affecting patients' quality of life. Sleep disturbance in patients with sinusitis is a nursing problem that requires comprehensive management, including the use of non-pharmacological therapies as complementary interventions. This case study aims to describe the implementation of nursing care for a patient with sinusitis experiencing sleep pattern disturbance through acupuncture therapy. This study employed a case study design using the nursing process approach, including assessment, nursing diagnosis, planning, implementation, and evaluation. The subject of the study was Mrs. D, a 54-year-old patient diagnosed with sinusitis and sleep pattern disturbance as a nursing diagnosis. Nursing interventions included sleep support and acupuncture therapy for 15–30 minutes at LI20 (Yingxiang), EX-HN3 (Yintang), and GV20 (Baihui) points. The evaluation results showed improvement in sleep patterns, a reduction in difficulty sleeping, decreased discomfort during sleep, and reduced sinus pain. Objectively, the patient appeared more relaxed, calm, and comfortable after the intervention. Acupuncture therapy can be recommended as an effective complementary nursing intervention to improve sleep patterns in patients with sinusitis.

Keywords : acupuncture, sleep pattern disturbance, sinusitis

PENDAHULUAN

Sinusitis merupakan kondisi peradangan yang terjadi pada mukosa sinus, yang disebabkan oleh sumbatan pada ostium sinus serta gangguan mekanisme pembersihan mukosilier. Sumbatan dan gangguan ini menyebabkan ventilasi sinus terganggu dan mukus mengalami retensi atau penumpukan. Akibat perubahan lingkungan internal sinus tersebut, kondisi menjadi lebih mendukung pertumbuhan mikroorganisme patogen, sehingga berisiko menimbulkan infeksi.. Selain itu, kondisi ini menunjukkan bahwa gangguan struktural dan

fungsional pada sinus saling berkaitan dan dapat memicu siklus infeksi kronis jika tidak ditangani secara tepat (Toemon, et al., 2024).

Menurut tinjauan sistematis terbaru, prevalensi global penyakit sinusitis kronis (sinusitis kronis) diperkirakan mencapai sekitar 8,71% dari populasi umum, dengan persentase pasien yang mengalami sinusitis kronis dengan polip hidung sekitar 0,65% berdasarkan data gabungan dari berbagai negara di seluruh dunia. Prevalensi ini menunjukkan bahwa sinusitis merupakan masalah kesehatan global yang signifikan dan menjadi penyebab kunjungan klinik yang umum pada pasien dewasa di banyak negara (Min, et al., 2024). Di Indonesia, penelitian lokal terbaru di Poliklinik THT-KL RSI Siti Rahmah Padang melaporkan bahwa 57,4% pasien dengan keluhan hidung mengalami sinusitis kronis, menunjukkan bahwa penyakit ini masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan pada layanan kesehatan primer THT di tingkat lokal (Triansyah et al., 2024).

Berdasarkan durasi dan frekuensi gejala, sinusitis dapat diklasifikasikan menjadi akut, kronis, dan akut berulang. Sinusitis akut berlangsung hingga 12 minggu dan biasanya disebabkan oleh infeksi virus atau bakteri, ditandai dengan obstruksi hidung, rinore, nyeri atau tekanan wajah, serta gangguan penciuman. Sinusitis kronis berlangsung lebih dari 12 minggu dan memerlukan bukti inflamasi objektif melalui pemeriksaan endoskopi atau CT-scan, sedangkan sinusitis akut berulang terjadi jika terdapat beberapa episode akut dalam setahun dengan periode bebas gejala di antaranya (Ricci et al., 2025). Penyebab sinusitis dapat dibedakan menjadi faktor lokal, seperti infeksi, alergi, kelainan anatomi, tumor, benda asing, paparan iritan, dan gangguan fungsi mukosilia, serta faktor sistemik, antara lain penurunan daya tahan tubuh akibat penyakit atau obat tertentu (Yudandi, 2023).

Manifestasi klinis sinusitis dapat dibedakan menjadi gejala mayor dan minor. Gejala mayor meliputi nyeri pada area wajah seperti pipi, dahi, dan hidung, sumbatan hidung, keluarnya sekret hidung purulen, penurunan atau gangguan indera penciuman, serta demam yang biasanya terjadi pada sinusitis akut. Sementara itu, gejala minor meliputi batuk, demam pada sinusitis kronis, lendir yang mengalir ke tenggorokan (*post-nasal drip*), nyeri kepala, nyeri pada gigi geraham, dan bau mulut (halitosis) (Syafia et al., 2023). Sinusitis khususnya kronis, yang disertai polip nasal, sering mengalami gangguan tidur yang signifikan sebagai bagian dari beban klinis penyakitnya yang dapat berhubungan dengan penurunan kualitas tidur. Perbaikan gejala sinonasal melalui terapi dapat meningkatkan kualitas tidur pasien, menegaskan bahwa gangguan tidur merupakan manifestasi penting dari sinusitis kronis yang perlu dievaluasi secara klinis (Althomaly et al., 2024).

Gangguan tidur akibat sinusitis berdampak langsung pada pola tidur dan kualitas hidup pasien, sehingga menjadi masalah keperawatan yang perlu ditangani. Intervensi nonfarmakologis yang dapat dilakukan yaitu Terapi Akupunktur dinyatakan efektif meningkatkan kualitas tidur dengan insomnia kronis. Hasil penelitian pengelolaan gangguan tidur pada pasien dengan kondisi kronis seperti sinusitis, bahwa terapi akupunktur sebagai pendekatan nonfarmakologis mendukung perbaikan pola tidur (Yu et al., 2025). Studi kasus ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan asuhan keperawatan pada pasien sinusitis dengan masalah gangguan pola tidur melalui intervensi akupunktur.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan. Asuhan keperawatan diberikan kepada satu pasien dengan diagnosis medis sinusitis yang mengalami masalah keperawatan gangguan pola tidur. Pendekatan proses keperawatan dilaksanakan secara sistematis meliputi tahap pengkajian, penetapan diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Pengkajian dilakukan secara komprehensif melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik, termasuk pengkajian pola istirahat dan tidur

serta keluhan sinus berdasarkan pendekatan PQRST. Diagnosis keperawatan ditetapkan mengacu pada Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), sedangkan luaran dan intervensi disusun berdasarkan SLKI dan SIKI. Intervensi keperawatan yang diberikan meliputi dukungan tidur dan terapi akupunktur sebagai terapi komplementer nonfarmakologis. Terapi akupunktur dilakukan pada titik GV20 (Baihui), EX-HN3 (Yintang), dan LI20 (Yingxiang) selama ± 30 menit, disertai modifikasi lingkungan tidur dan edukasi teknik relaksasi. Evaluasi dilakukan menggunakan format SOAP dengan membandingkan kondisi pasien sebelum dan sesudah intervensi, khususnya perubahan pola tidur, kenyamanan, dan keluhan sinus.

HASIL

Hasil pengkajian awal menunjukkan bahwa Ny. D, usia 54 tahun, mengalami gangguan pola tidur akibat kekambuhan sinusitis. Pasien mengeluhkan hidung tersumbat, rasa tidak nyaman di area sinus dan kepala, serta nyeri ringan dengan skala 3 yang muncul hilang timbul dan lebih dominan pada malam hari. Keluhan tersebut menyebabkan pasien sulit memulai tidur, sering terbangun pada malam hari, dan waktu tidur hanya sekitar 4–5 jam per malam. Pasien juga melaporkan rasa lelah dan mengantuk pada siang hari, serta ketidaknyamanan terhadap kondisi lingkungan tidur seperti kebisingan, pencahayaan, suhu, dan kelembaban ruangan. Selama periode asuhan keperawatan, pasien mendapatkan terapi akupunktur satu kali dalam seminggu, yang dikombinasikan dengan dukungan tidur, modifikasi lingkungan, serta edukasi relaksasi. Intervensi pertama dilakukan pada 9 September 2025. Hasil evaluasi pada 16 September 2025 menunjukkan adanya perbaikan pola tidur yang bermakna. Pasien menyatakan lebih mudah memulai tidur, tidak sering terbangun di malam hari, dan tidur malam terasa lebih nyenyak dibandingkan sebelumnya. Pasien juga melaporkan tubuh terasa lebih rileks dan tidak terlalu mengantuk pada siang hari. Keluhan rasa tidak nyaman di area sinus berkurang dan tidak lagi mengganggu kualitas tidur. Secara objektif, pasien tampak lebih tenang dan nyaman setelah intervensi. Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, masalah keperawatan gangguan pola tidur dinyatakan teratasi.

PEMBAHASAN

Sinusitis, khususnya rinosinusitis kronis (*chronic rhinosinusitis*/CRS), merupakan inflamasi kronis pada sinus paranasal yang ditandai dengan obstruksi hidung, nyeri wajah, dan gangguan pernapasan. Kondisi ini dapat mengganggu kualitas tidur akibat hambatan aliran udara dan rasa tidak nyaman pada area wajah. Pasien dengan CRS sering mengalami gangguan tidur berupa kesulitan memulai tidur, sering terbangun di malam hari, serta tidur yang tidak nyenyak akibat gangguan pernapasan saat tidur. Gangguan tidur pada pasien CRS berkontribusi terhadap penurunan kualitas hidup dan peningkatan kelelahan di siang hari. Penelitian menunjukkan bahwa pasien CRS memiliki kualitas tidur yang lebih buruk dibandingkan populasi sehat, serta peningkatan risiko gangguan tidur yang berkaitan dengan pernapasan. Oleh karena itu, gangguan pola tidur merupakan manifestasi klinis penting pada pasien sinusitis yang perlu menjadi fokus evaluasi dalam asuhan keperawatan.

Beberapa penelitian terbaru menunjukkan bahwa pasien dengan *chronic rhinosinusitis* (CRS) sering mengalami gangguan tidur yang signifikan sebagai bagian dari beban klinis penyakitnya. Sebuah studi retrospektif pada pasien CRS dengan polip nasal mengungkapkan bahwa gangguan tidur dan penurunan kualitas tidur umum terjadi pada penderita sebelum terapi biologis, dengan skor *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) yang menunjukkan kualitas tidur yang buruk pada lebih dari setengah pasien, dan bahwa perbaikan simptom sinonasal melalui terapi dapat meningkatkan parameter tidur mereka, menegaskan bahwa

gangguan tidur adalah manifestasi penting dari CRS yang perlu dievaluasi secara klinis (Althomaly et al., 2024). Intervensi keperawatan yang berfokus pada perbaikan gejala sinus dan kualitas tidur menjadi penting dalam penanganan pasien sinusitis. Meta-analisis menunjukkan bahwa terapi akupunktur efektif dalam meningkatkan kualitas tidur subjektif, ditandai dengan penurunan skor Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dan Insomnia Severity Index (ISI) pada pasien dengan gangguan tidur kronis (Yu et al., 2025).

Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa perbaikan gejala CRS melalui berbagai pendekatan terapeutik berhubungan dengan peningkatan kualitas tidur pasien. Perbaikan skor subjektif tidur dan domain tidur pada instrumen SNOT-22 menegaskan bahwa gangguan tidur merupakan bagian integral dari manifestasi CRS yang dapat membaik seiring dengan penanganan gejala sinonasal (Fried et al., 2022). Dalam konteks kasus ini, terapi akupunktur diterapkan sebagai intervensi inovatif keperawatan untuk mendukung perbaikan gangguan pola tidur. Akupunktur dilakukan pada titik LI20 (*Yingxiang*), EX-HN3 (*Yintang*), dan GV20 (*Baihui*) yang secara teoritis berperan dalam membuka saluran nasal, memberikan efek menenangkan, serta meningkatkan relaksasi. Pendekatan ini sejalan dengan temuan penelitian yang menyatakan bahwa akupunktur dapat digunakan sebagai terapi tambahan pada CRS dan berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup pasien tanpa efek samping serius.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya perbaikan kenyamanan tidur setelah penerapan terapi akupunktur. Temuan ini didukung oleh penelitian yang melaporkan bahwa akupunktur dapat mengurangi keluhan sinonasal dan meningkatkan aspek kualitas hidup yang berkaitan dengan tidur, sehingga berpotensi menjadi terapi nonfarmakologis pendukung dalam manajemen gangguan pola tidur pada pasien sinusitis (Yang et al., 2025). Dengan demikian, meskipun bukti spesifik mengenai efektivitas akupunktur terhadap gangguan tidur yang disebabkan langsung oleh sinusitis masih terbatas, hasil penelitian mengenai efek akupunktur terhadap kualitas tidur dan gejala sinonasal secara umum mendukung penggunaannya sebagai alternatif atau terapi pelengkap dalam mengatasi gangguan pola tidur pada pasien sinusitis. Pendekatan ini dapat dipertimbangkan sebagai bagian dari manajemen keperawatan holistik bersama terapi medis standar, terutama pada pasien yang mengalami gangguan tidur signifikan dan membutuhkan opsi nonfarmakologis.

KESIMPULAN

Berdasarkan penerapan asuhan keperawatan pada pasien sinusitis dengan gangguan pola tidur, dapat disimpulkan bahwa gangguan pola tidur merupakan masalah keperawatan utama yang perlu ditangani secara komprehensif. Asuhan keperawatan yang diberikan melalui pendekatan proses keperawatan, meliputi pengkajian, penetapan diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi, mampu mengidentifikasi faktor penyebab gangguan tidur baik dari aspek fisik maupun lingkungan. Penerapan intervensi keperawatan berupa modifikasi lingkungan tidur, edukasi kesehatan, serta terapi komplementer akupunktur menunjukkan hasil yang positif terhadap peningkatan kenyamanan dan kualitas tidur pasien. Dengan demikian, terapi akupunktur dapat dipertimbangkan sebagai intervensi komplementer yang efektif dan aman dalam mendukung perbaikan gangguan pola tidur pada pasien sinusitis, serta berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup pasien secara holistik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Praktik Perawat Mandiri Latu Usadha Abiansemal Badung Bali atas kesempatan dan dukungan dalam pelaksanaan asuhan keperawatan ini. Ucapan terimakasih juga disampaikan kepada pasien dan keluarga yang telah bersedia bekerja sama selama proses perawatan, serta kepada semua pihak yang telah

memberikan dukungan, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga penulisan ini dapat diselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Althomaly, D., Almasoud, M., Jebakumar, A. Z., & Aldilaijan, K. (2024). *What Is The Impact Of Biological Treatment On Sleep Quality In Chronic Rhinosinusitis With Nasal Polyps Patients : A Retrospective Cross - Sectional Study. The Egyptian Journal Of Otolaryngology*, 40(152). <https://doi.org/10.1186/S43163-024-00711-4>
- Angeline Novia Toemon, Muhamad Umar Muhtar Hasan, Arif Rahman Jabal, Astrid Teresa, R. K. P. (2024). Hubungan Rinitis Alergi Dengan Kejadian Sinusitis Di RSUD Dr Doris Sylvanus. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, Xix(1), 119–124.
- Angga Yudandi. (2023). Asuhan Keperawatan Perioperatif Pada Pasien Sinusitis Dengan Tindakan FESS (*Functional Endoscopic Sinus Surgery*) Di Ruang Operasi Rumah Sakit Bhayangkara Tingkat Iii Bandar Lampung Tahun 2022 [Poltekkes Tanjungkarang]. <http://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/2796>
- Fried, J., Yuen, E., Gudis, D. A., Schlosser, R. J., Nguyen, S. A., & Rowan, N. R. (2022). *Changes In Sleep Quality Following Treatment For Chronic Rhinosinusitis: A Systematic Review And Meta-Analysis. American Journal Of Rhinology & Allergy*, 36(3), 386–396. <https://doi.org/10.1177/19458924211061442>
- Hye Kyu Min, Sooji Lee, Soeun Kim, Yejun Son, Jaeyu Park, Hyeon Jin Kim, Jinseok Lee, Hayeon Lee, Lee Smith, Masoud Rahmati, Jiseung Kang, Nikolaos G. Papadopoulos, Seong H. Cho, Jong Woo Hahn, D. K. Y. (2024). *Global Incidence And Prevalence Of Chronic Rhinosinusitis: A Systematic Review. Clinical And Experimental Allergy : Journal Of The British Society For Allergy And Clinical Immunology*, 55(1), 56–66. <https://doi.org/10.1111/Cea.14592>
- Lee, B., Kwon, C., & Park, M. Y. (2022). *Acupuncture For The Treatment Of Chronic Rhinosinusitis : A Prisma-Compliant Systematic Review And Meta-Analysis. Evidence-Based Complementary And Alternative Medicine*, 2022(6429836).
- Papagiannopoulos, P., & Edward C Kuan, B. A. T. (2020). *Chronic Rhinosinusitis And Sleep Quality. Pubmed*, 28(1), 11–13. <https://doi.org/10.1097/Moo.0000000000000600>
- Ricci, F., Anselmo-Lima, W. T., Macoto, E., Sakano, E., Cardoso, F., Valera, P., Lessa, M., Roithmann, R., Pignatari, S., Wady, A., Felippu, D., Degen, C., Sol, D., Sim, E., Pinna, F. D. R., Serpa, F. S., Ricci, G., Luz, L., Subtil, G., ... Eust, R. (2025). *Rhinosinusitis : Evidence And Experience – 2024. Brazilian Journal Of Otorhinolaryngology*, 91. <https://doi.org/10.1016/J.Bjorl.2025.101595>
- Syafia, A., Sa, H., & Himayani, R. (2023). Sinusitis Kronis : Chronic Sinusitis : Definition , Etiology , Classification , And Diagnosis. *Jurnal Agromedicine Unila: Jurnal Kesehatan Dan Agromedicine*, 10(1), 45–49.
- Triansyah, I., Fitriyati, B., & Etana, E. E. (2024). Hubungan Antara Rinitis Alergi Dengan Kejadian Rinosinusitis Kronis (Rsk) Pada Pasien Di Poliklinik Thtkl Rsi Siti Rahmah Padang. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 7(2).
- Yang, J., Ming, S., Chen, H., & Chen, Y. (2025). *Clinical Efficacy On Acupuncture For Perennial Allergic Rhinitis : A Study Protocol For A Randomized Clinical Trial. Front. Allergy*, 6(1600032), 1–8. <https://doi.org/10.3389/Falgy.2025.1600032>
- Yu, Y., Li, X., Zhu, Z., Wang, Y., Xi, Q., Qiu, J., Xu, Y., Liang, R., Guo, Y., & Zhang, M. (2025). *Acupuncture For Chronic Insomnia Disorder : A Systematic Review With Meta-Analysis And Trial Sequential Analysis. Frontiers In Neurology*, 16(1541276), 1–16. <https://doi.org/10.3389/Fneur.2025.1541276>