

KARYA TULIS ILMIAH

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN GANGGUAN
POLA TIDUR**

Studi Kasus di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan



Oleh:

VIONA ALIFYA ASTUTI

NIM. 20613366

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2023

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN GANGGUAN
POLA TIDUR**

Studi Kasus di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan kepada Program Studi Diploma III Keperawatan
di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo
untuk Memenuhi Syarat Penyusunan Karya Tulis Ilmiah



Oleh:

VIONA ALIFYA ASTUTI

NIM. 20613366

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Oleh : VIONA ALIFYA ASTUTI

Judul : ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN
GANGGUAN POLA TIDUR

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan dewan penguji pada

Tanggal: 14 Juni 2023

Pembimbing 1

Pembimbing 2

Filia Icha S., S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN. 073158601

Navlil Mawadda R.,S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN. 0724058906

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIDN. 0715127903

HALAMAN PENGESAHAN DEWAN PENGUJI

Karya Tulis Oleh : VIONA ALIFYA ASTUTI

Judul : ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN
GANGGUAN POLA TIDUR

Telah diujikan dan disetujui oleh tim penguji pada ujian di Program Diploma III
Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Tanggal : 14 Juli 2023

Tim penguji

Tanda tangan

Ketua : Sulistyو Andarmoyo., S.Kep., Ns., M.Kes (.....)

Anggota : 1. Ririn Nasriati., S.Kep., Ns., M.Kep (.....)

2. Filia Icha S., S.Kep., Ns., M.Kep (.....)

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Sulistyو Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIDN. 0715127903

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH

Nama : Viona Alifya Astuti

NIM : 20613366

Institut : Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah (KTI) yang berjudul: “Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Gangguan Pola Tidur di Panti Sosial Tresna Werdha Kabupaten Magetan” adalah bukan Karya Tulis Ilmiah orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya. Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, kami bersedia mendapatkan sangsi.

Ponorogo, 14 Juli 2023

Yang menyatakan



Viona Alifya Astuti
NIM. 20613366

ABSTRAK**Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Gangguan Pola Tidur di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan**

Oleh:

Viona Alifya Astuti**NIM. 20613366**

Proses penuaan membuat lansia lebih mudah mengalami gangguan tidur yang berakibat pada kualitas hidupnya dan berhubungan dengan angka mortalitas yang tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk melakukan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur.

Penelitian ini menggunakan rancangan studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan. Klien merupakan lansia dengan gangguan pola tidur. Proses keperawatan meliputi pengkajian, implementasi, dan evaluasi.

Hasil pengkajian yang dilakukan pada Ny. S, klien mengalami gangguan tidur karena sering terbangun di tengah malam karena BAK dan kebisingan. Rencana keperawatan yang diaplikasikan berdasarkan diagnosa keperawatan gangguan pola tidur berhubungan dengan hambatan lingkungan (pencahayaannya dan kebisingan) yaitu dukungan tidur dengan kriteria hasil yang diharapkan yaitu pola tidur membaik. Implementasi keperawatan dilaksanakan selama enam hari terhitung sejak tanggal 8 Mei – 13 Mei 2023, meliputi memodifikasi lingkungan, menganjurkan menghindari minuman yang mengganggu tidur, mengidentifikasi faktor pengganggu tidur, menjelaskan pentingnya tidur cukup selama sakit, memfasilitasi hal-hal yang mampu menghilangkan stress sebelum tidur, dan menganjurkan relaksasi autogenik. Evaluasi keperawatan diperoleh bahwa masalah gangguan pola tidur klien teratasi dan intervensi relaksasi autogenik dan berdzikir tetap dilanjutkan. Lansia dapat menerapkan terapi seperti relaksasi autogenik, berdzikir, maupun terapi lainnya yang dapat membantu merilekskan tubuh sehingga diperoleh pola tidur yang berkualitas dan berkuantitas.

Kata Kunci: Gangguan Pola Tidur, Lansia, Asuhan Keperawatan

ABSTRACT

Nursing Care for Elderly with Sleep Pattern Disorders at the Tresna Werdha Magetan Social Institution

By:
Viona Alifya Astuti
NIM. 20613366

The aging process makes the elderly more susceptible to sleep disturbances which results in quality of life and is associated with high mortality rates. This study aims to provide nursing care to the elderly with sleep disorder nursing problems.

This study used a case study design with a nursing process approach. The client is an elderly with disturbed sleep patterns. The nursing process includes assessment, implementation, and evaluation.

The results of the study conducted on Mrs. S, the client has sleep disturbances because he often wakes up in the middle of the night due to urination and noise. The nursing plan applied is based on nursing diagnoses of disturbed sleep patterns related to environmental barriers (lighting and noise), namely sleep support with the expected outcome criteria, namely improved sleep patterns. Implementation of nursing was carried out for six days from May 8 to May 13 2023, including modifying the environment, recommending avoiding drinks that disturb sleep, identifying factors that interfere with sleep, explaining the importance of getting enough sleep during illness, facilitating things that can relieve stress before going to bed, and promotes autogenic relaxation. The nursing evaluation found that the client's sleep pattern disturbance problem was resolved and autogenic relaxation and dhikr interventions were continued. The elderly can apply therapies such as autogenic relaxation, dhikr, and other therapies that can help relax the body so that quality and quantity sleep patterns are obtained.

Keywords: *Sleep Pattern Disorder, Elderly, Nursing Care.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan Hidayah Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Ilmiah yang judul “Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Gangguan Pola Tidur di Panti Sosial Tresna Werdha Kabupaten Magetan” sesuai waktu yang ditentukan.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah studi kasus ini penulis banyak mendapatkan pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Happy Susanto, M.A selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kemudahan dalam pemberian ijin dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
2. Sulistyo Andarmoyo., S.Kep., Ns., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kemudahan dan izin sehingga memperlancar penyusunan Karya Tulis Ilmiah studi kasus ini.
3. Rika Maya Sari, S.Kep., Ns., M.Kes selaku Kaprodi Diploma III Keperawatan yang telah memberikan ijin dan kemudahan sehingga Karya Tulis Ilmiah studi kasus ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Filia Icha S., S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku pembimbing satu yang dengan kesabaran dan ketelitiannya dalam membimbing, sehingga Karya Tulis Ilmiah studi kasus ini dapat terselesaikan dengan baik.

5. Naylil Mawadda R.,S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku pembimbing dua yang dengan kesabaran dan ketelitiannya dalam membimbing, sehingga Karya Tulis Ilmiah studi kasus ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Kedua orang tua dan kakek nenek yang senantiasa memberikan doa, semangat dan motivasi baik moral maupun material sehingga terselesaikan Karya Tulis Ilmiah studi kasus ini.
7. Teman-teman seperjuangan D-III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo atas kerja sama dan motivasinya.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu atas bantuan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga Allah SWT memberikan imbalan atas kebaikan serta ketulusan yang telah mereka berikan selama ini pada penulis.

Penulis menyadari bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah studi kasus ini banyak terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik sebagai masukan dalam penyempurnaan penulisan ini. Akhirnya penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat diterima dan bermanfaat bagi semua.

Ponorogo, 14 Juli 2023
Yang menyatakan



Viona Alfya Astuti
NIM. 20613366

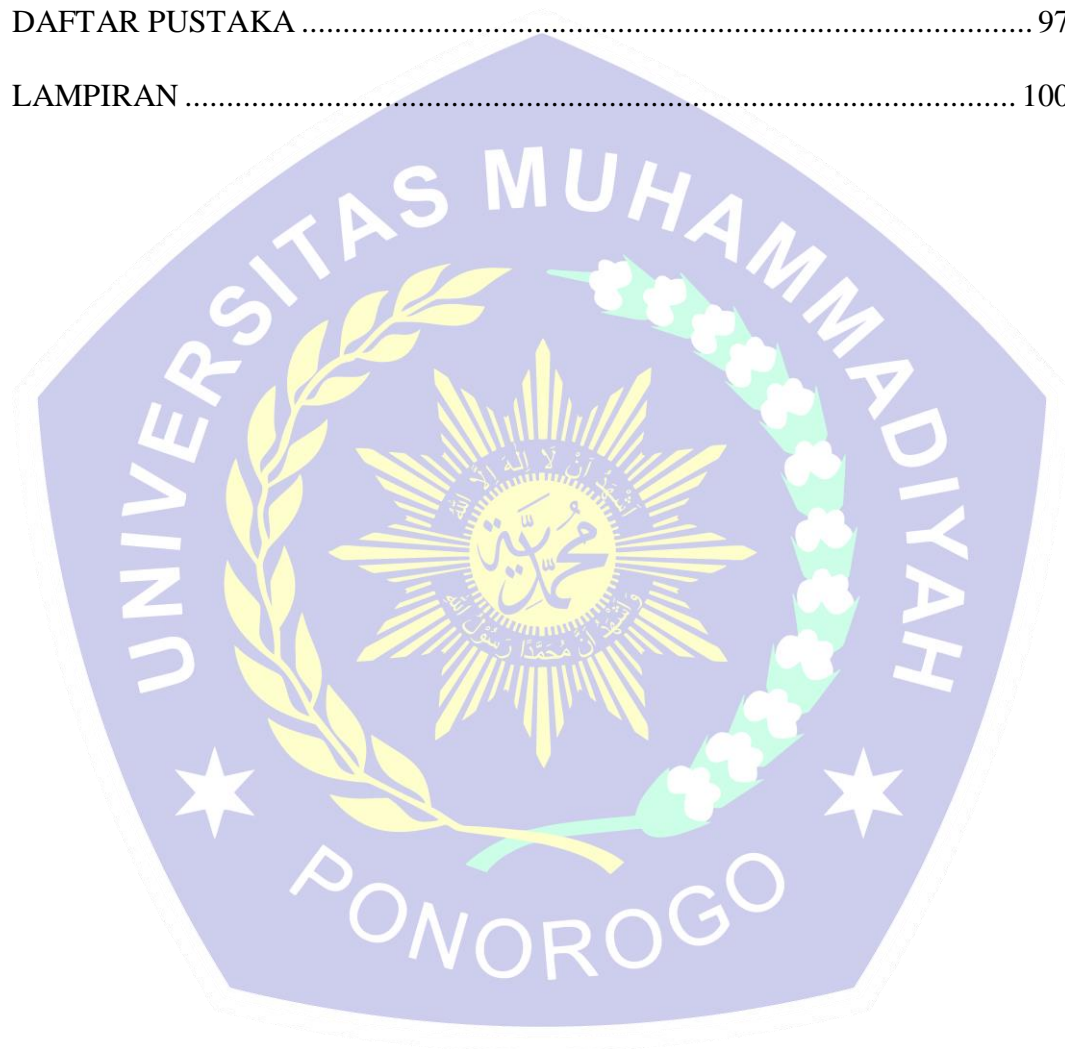
DAFTAR ISI

SAMPUL LUAR	i
SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN DEWAN PENGUJI	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH.....	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Lansia.....	8

2.1.1	Definisi Lansia	8
2.1.2	Ciri-ciri Lansia	9
2.1.3	Karakteristik Lansia	10
2.1.4	Klasifikasi Lansia	13
2.1.5	Perubahan yang Terjadi pada Lansia	14
2.1.6	Tugas Perkembangan Lansia	22
2.2	Konsep Tidur	24
2.2.1	Definisi Tidur	24
2.2.2	Fisiologi Tidur	25
2.2.3	Fisiologi Tidur pada Lansia	26
2.2.4	Siklus Tidur	27
2.2.5	Kualitas Tidur	29
2.2.6	Etiologi Gangguan Pola Tidur	31
2.2.7	Tanda dan Gejala Gangguan Pola Tidur	32
2.2.8	Klasifikasi Gangguan Tidur	33
2.2.9	Patofisiologi Gangguan Pola Tidur	35
2.2.10	Pathway	36
2.2.11	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kualitas dan Kuantitas Tidur	36
2.2.12	Dampak Gangguan Pola Tidur	37
2.2.13	Penatalaksanaan	38
2.3	Konsep Asuhan Keperawatan	42
2.3.1	Pengkajian Keperawatan	42
2.3.2	Diagnosis Keperawatan	47

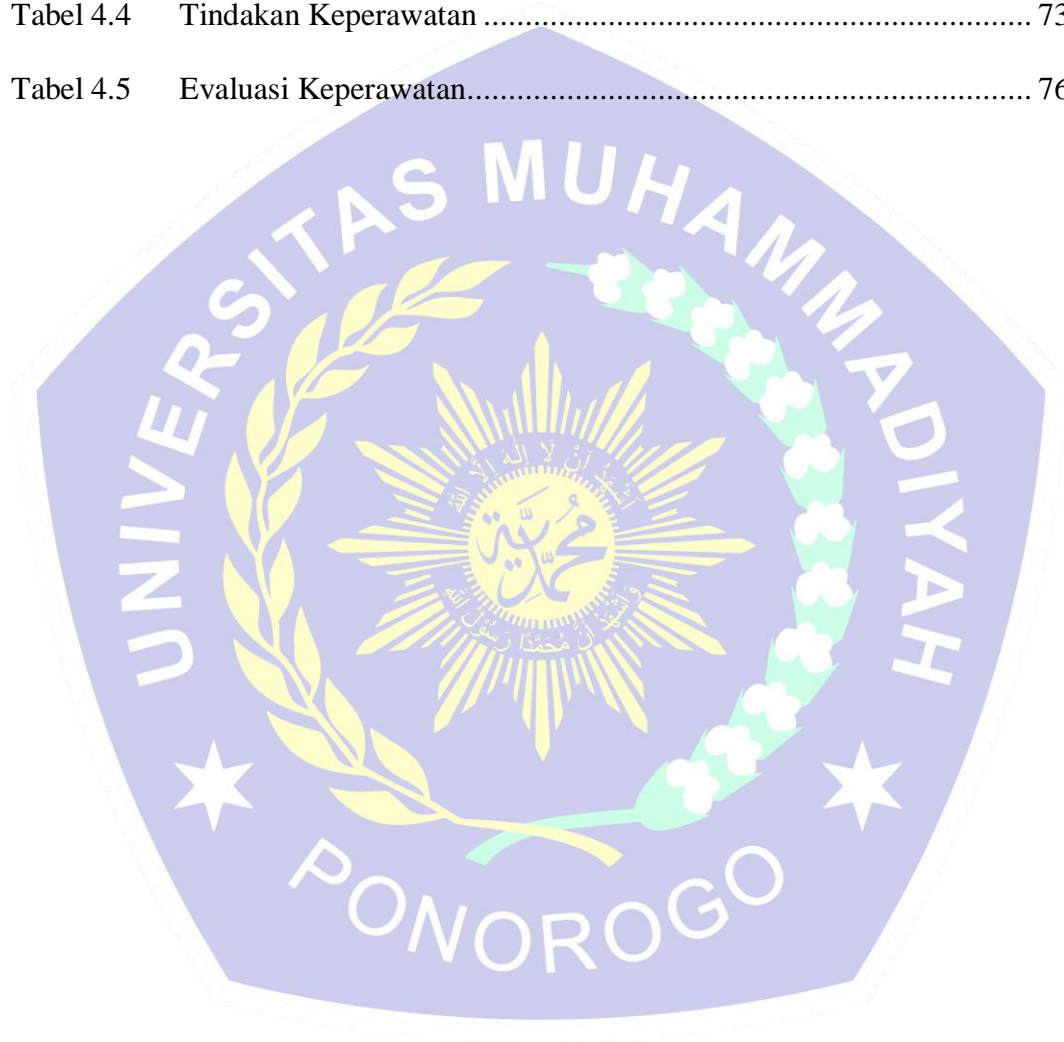
2.3.3 Intervensi Keperawatan	48
2.3.4 Implementasi.....	50
2.3.5 Evaluasi	50
2.4 Hubungan Antar Konsep	52
BAB 3 METODE STUDI KASUS.....	53
3.1 Metode Penelitian.....	53
3.2 Teknik Penulisan.....	54
3.3 Waktu dan Tempat	54
3.3.1 Waktu Penelitian	54
3.3.2 Tempat Penelitian.....	55
3.4 Pengumpulan Data	55
3.5 Alur Kerja (<i>Frame Work</i>).....	56
3.6 Etika.....	56
BAB 4 ASUHAN KEPERAWATAN	58
4.1 Pengkajian.....	58
4.2 Analisa Data.....	70
4.3 Daftar Diagnosis.....	71
4.4 Rencana Keperawatan	71
4.5 Tindakan Keperawatan	73
4.6 Evaluasi Keperawatan	76
BAB 5 PEMBAHASAN	79
5.1 Pengkajian.....	79
5.2 Diagnosa Keperawatan	83
5.3 Perencanaan Keperawatan	84

5.4 Implementasi Keperawatan.....	85
5.5 Evaluasi Keperawatan	90
BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN.....	95
6.1 Kesimpulan	95
6.2 Saran	96
DAFTAR PUSTAKA	97
LAMPIRAN	100



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Intervensi Gangguan Pola Tidur.....	48
Tabel 4.1	Analisa Data.....	70
Tabel 4.2	Daftar Diagnosis.....	71
Tabel 4.3	Rencana Keperawatan.....	71
Tabel 4.4	Tindakan Keperawatan.....	73
Tabel 4.5	Evaluasi Keperawatan.....	76



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Pathway</i> Gangguan Pola Tidur	36
Gambar 2.2 Hubungan Antar Konsep	52
Gambar 3.1 Alur Kerja	56
Gambar 4.1 Genogram.....	61



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Informed Consent</i>	100
Lampiran 2. Pengkajian Keseimbangan untuk Lansia.....	101
Lampiran 3. Pengkajian Masalah Kesehatan Kronis	104
Lampiran 4. SPMSQ.....	106
Lampiran 5. MMSE	108
Lampiran 6. APGAR Lansia	110
Lampiran 7. Inventaris Depresi Geriatrik	111
Lampiran 8. Inventaris Depresi Beck	113
Lampiran 9. Indek Barthel	116
Lampiran 10. Satuan Acara Penyuluhan.....	118
Lampiran 11. SOP	127
Lampiran 12. Leaflet.....	129
Lampiran 13. Surat Permohonan Data Awal.....	130
Lampiran 14. Surat Permohonan Ijin Studi Kasus (Penelitian)	131
Lampiran 15. Surat Balasan Ijin Studi Kasus.....	133
Lampiran 16. Dokumentasi.....	135
Lampiran 17. Logbook.....	138