

KARYA TULIS ILMIAH
ASUHAN KEPERAWATAN LANSIA YANG MENGALAMI
GANGGUAN TIDUR DENGAN MASALAH KEPERAWATAN
GANGGUAN POLA TIDUR
di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan



Oleh :

ELLY RAHMAWATI

NIM 20613390

PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2023

ASUHAN KEPERAWATAN LANSIA YANG MENGALAMI
GANGGUAN TIDUR DENGAN MASALAH KEPERAWATAN
GANGGUAN POLA TIDUR

(Studi Kasus di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Magetan)

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan kepada Program Studi D III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo Untuk Memenuhi Syarat Penyusunan
Karya Tulis Ilmiah



Oleh:

ELLY RAHMAWATI

NIM 20613390

PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2023

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Oleh : ELLY RAHMAWATI

Judul :ASUHAN KEPERAWATAN LANSIA YANG
MENGALAMI GANGGUAN TIDUR DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA
TIDUR

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah pada
Tanggal: 13 Juli 2023.

Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II



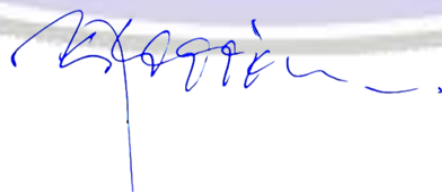
Lina Ema P, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN 0730017702



Elmie Muftiana, S. Kep., Ns., M.Kep
NIDN 0703127602

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



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

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Oleh : ELLY RAHMAWATI

Judul : ASUHAN KEPERAWATAN LANSIA YANG MENGALAMI GANGGUAN TIDUR DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR

Telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Karya Tulis Ilmiah di Program Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, Tanggal: 18 Juli 2023.

Tim Penguji:

Tanda Tangan

Ketua : Laily Isro'in, S.Kep., Ns., M.Kep

: 

Anggota : 1. Rika Maya Sari, S.Kep., Ns., M.Kes

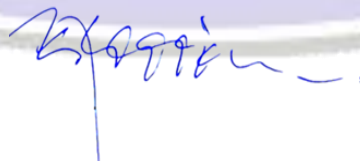
: 

2. Elmie Muftiana, S.Kep., Ns., M.Kep

: 

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Univeritas Muhammadiyah Ponorogo



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

PERYARATAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Elly Rahmawati

NIM : 20613390

Instansi : Program Studi D-III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Menyatakan bahwa karya tulis ilmiah yang berjudul “Asuhan Keperawatan Lansia yang Mengalami Gangguan Tidur dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur” adalah bukan Karya Tulis Ilmiah orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebut sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi.

Ponorogo, 30 Juni 2023

Yang menyatakan



ELLY RAHMAWATI

20613390

ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN LANSIA YANG MENGALAMI GANGGUAN TIDUR DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR

(Studi Kasus di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Magetan)

Oleh : ELLY RAHMAWATI
NIM. 20613390

Gangguan mental yang sering dialami oleh lansia yaitu kesulitan tidur atau insomnia, kehilangan daya ingat atau demensia, kesedihan, kesepian, dan obsesif kompulsif. Studi kasus ini bertujuan untuk melakukan asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami gangguan tidur dengan masalah gangguan pola tidur.

Asuhan keperawatan lansia yang mengalami gangguan tidur dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur dilakukan di UPT PSTW Magetan selama 6 hari yaitu pada tanggal 28 maret 2023 – 1 april 2023. Metode yang digunakan dengan desain studi kasus yaitu metode pemecahan masalah (*problem solving*) dengan pendekatan proses keperawatan.

Hasil pengkajian didapatkan klien mengalami masalah keperawatan gangguan pola tidur dibuktikan dengan klien mengeluh sering terbangun tengah malam, tidak bisa tidur kembali setelah terbangun, serta mudah terbangun ketika mendengar suara yang tiba-tiba muncul saat dirinya tertidur. Tindakan keperawatan yang dilakukan yaitu dukungan tidur. Setelah dilakukan tindakan keperawatan didapatkan hasil pola tidur Ny. S membaik.

Asuhan keperawatan lansia yang mengalami gangguan tidur dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur ini diharapkan dapat menjadi sumber untuk menambah pengetahuan dan informasi bagi pelayanan kesehatan, khususnya perawat dan tenaga kesehatan dalam mengatasi masalah keperawatan gangguan pola tidur.

Kata Kunci : Lansia, gangguan pola tidur, asuhan keperawatan

ABSTRACT
NURSING CARE OF ELDERLY EXPERIENCED
SLEEP DISORDERS WITH NURSING PROBLEMS
SLEEP DISORDER

(Case Study at UPT Social Services Tresna Werdha, Magetan Regency)

By: ELLY RAHMAWATI

NIM. 20613390

Mental disorders that are often experienced by the elderly are difficulty sleeping or insomnia, memory loss or dementia, sadness, loneliness, and obsessive-compulsive disorder. This case study aims to provide nursing care to the elderly who experience sleep disturbances with sleep pattern disturbances.

Nursing care for elderly who experience sleep disturbances with nursing problems of sleep pattern disturbances was carried out at UPT PSTW Magetan for 6 days, namely March 28, 2023 – April 1, 2023. The method used with case study design is the problem solving method with a process approach nursing.

The results of the study found that the client experienced nursing problems with sleep pattern disturbances as evidenced by the client complaining that he often woke up in the middle of the night, could not go back to sleep after waking up, and was easily awakened when he heard a sudden sound when he fell asleep. The nursing action taken is sleep support. After the nursing action was carried out, the results of Mrs. S improved.

It is hoped that nursing care for the elderly who experience sleep disturbances with sleep disorder nursing problems can be a source of increasing knowledge and information for health services, especially nurses and health workers in dealing with sleep disorder nursing problems.

Keywords : *Elderly, sleep pattern disturbance, nursing care*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, nikmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal yang berjudul Asuhan Keperawatan Lansia Yang Mengalami Gangguan Tidur Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur ini tepat pada waktunya. Tanpa pertolongan-Nya tentunya penulis tidak akan sanggup untuk menyelesaikan proposal ini dengan baik. Sholawat serta salam semoga senantiasa terlimpah curahkan kepada baginda tercinta kita yaitu Nabi Muhammad SAW yang kita nanti-nantikan syafa'atnya di akhirat nanti.

Penulis menyadari dengan sepenuh hati bahwa penyusunan proposal ini tidak akan terlaksana sebagaimana yang diharapkan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak yang telah memberikan banyak bimbingan, arahan, dan motivasi kepada penulis. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Dr. Happy Susanto, MA selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
2. Sulistyو Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Rika Maya Sari, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Kepala Program Studi D-III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
4. Lina Ema Purwanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan selama penyusunan Proposal ini.
5. Elmie Muftiana, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan selama penyusunan Proposal ini.

Penulis menyadari, proposal ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karenanya, kritik dan saran yang membangun akan penulis nantikan demi kesempurnaan proposal ini. Akhirnya penulis berharap proposal ini dapat bermanfaat khususnya bagi bidang keperawatan.

Ponorogo, 30 November 2022

Yang menyatakan



Elly Rahmawati
NIM. 20613390



DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERYARATAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN/ISTILAH.....	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan.....	4
1.1.1 Tujuan Umum.....	4
1.1.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Dasar Lansia.....	7
2.1.1 Definisi Lansia.....	7
2.1.2 Proses Menua.....	7
2.1.3 Klasifikasi Lansia	7

2.1.4 Teori Proses Penuaan.....	8
2.1.5 Tipe Lansia	15
2.1.6 Karakteristik Lansia.....	17
2.1.7 Perubahan Pada Lansia.....	18
2.2 Konsep Dasar Gangguan Pola Tidur.....	26
2.2.1 Definisi Gangguan Pola Tidur.....	26
2.2.2 Klasifikasi Gangguan Tidur.....	27
2.2.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Gangguan Pola tidur.....	28
2.2.4 Manifestasi Klinis Gangguan Pola Tidur	30
2.2.5 Tahapan Tidur.....	31
2.2.6 Fisiologi Tidur	31
2.2.7 <i>Pathway</i>	35
2.2.8 Gangguan Pola Tidur pada Lansia.....	36
2.2.9 Pemeriksaan Penunjang.....	37
2.2.10 Penatalaksanaan Gangguan Tidur Pada Lansia	37
2.2.11 Komplikasi.....	41
2.3 Konsep Asuhan Keperawatan.....	42
2.3.1 Pengkajian.....	42
2.3.2 Analisis Data.....	50
2.3.3 Diagnosis Keperawatan	51
2.3.4 Intervensi Keperawatan	52
2.3.5 Implementasi.....	54
2.3.6 Evaluasi.....	56
2.4 Hubungan Antar Konsep	57
BAB 3 METODE STUDI KASUS	58
3.1 Metode.....	58

3.2 Teknik Penulisan	58
3.3 Waktu dan Tempat	58
3.4 Alur Kerja.....	59
3.5 Etika Penelitian.....	60
BAB 4 ASUHAN KEPERAWATAN	61
4.1 Pengkajian	61
4.1.1 Identitas.....	61
4.1.2 Riwayat Kesehatan	62
4.1.3 Status Fisiologis.....	64
4.1.4 Status Kognitif (format terlampir)	72
4.1.5 Status Psikososial dan Spiritual	72
4.1.6 Pengkajian Lingkungan Tempat Tinggal.....	74
4.1.7 Informasi Tambahan.....	75
4.2 Analisis Data	76
4.3 Daftar Diagnosis.....	77
4.4 Rencana Keperawatan	78
4.5 Tindakan Keperawatan.....	80
4.6 Evaluasi	83
BAB 5 PEMBAHASAN.....	85
5.1 Pengkajian	85
5.2 Diagnosis Keperawatan.....	87
5.3 Intervensi Keperawatan.....	87
5.4 Implementasi Keperawatan	88
5.5 Evaluasi	92
BAB 6 PENUTUP.....	93
6.1 Kesimpulan.....	93

6.2 Saran.....	94
DAFTAR PUSTAKA	96



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Intervensi Gangguan Pola Tidur	53
Tabel 4. 1 Analisis Data	76
Tabel 4. 2 Daftar Diagnosis	77
Tabel 4. 3 Rencana Keperawatan	78
Tabel 4. 4 Tindakan Keperawatan	80
Tabel 4. 5 Evaluasi	83



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pathway gangguan pola tidur pada lansia	35
Gambar 2. 2 Hubungan Antar Konsep.....	57
Gambar 3. 1 Gambar <i>frame work</i> asuhan keperawatan lansia yang mengalami gangguan pola tidur dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur.....	59

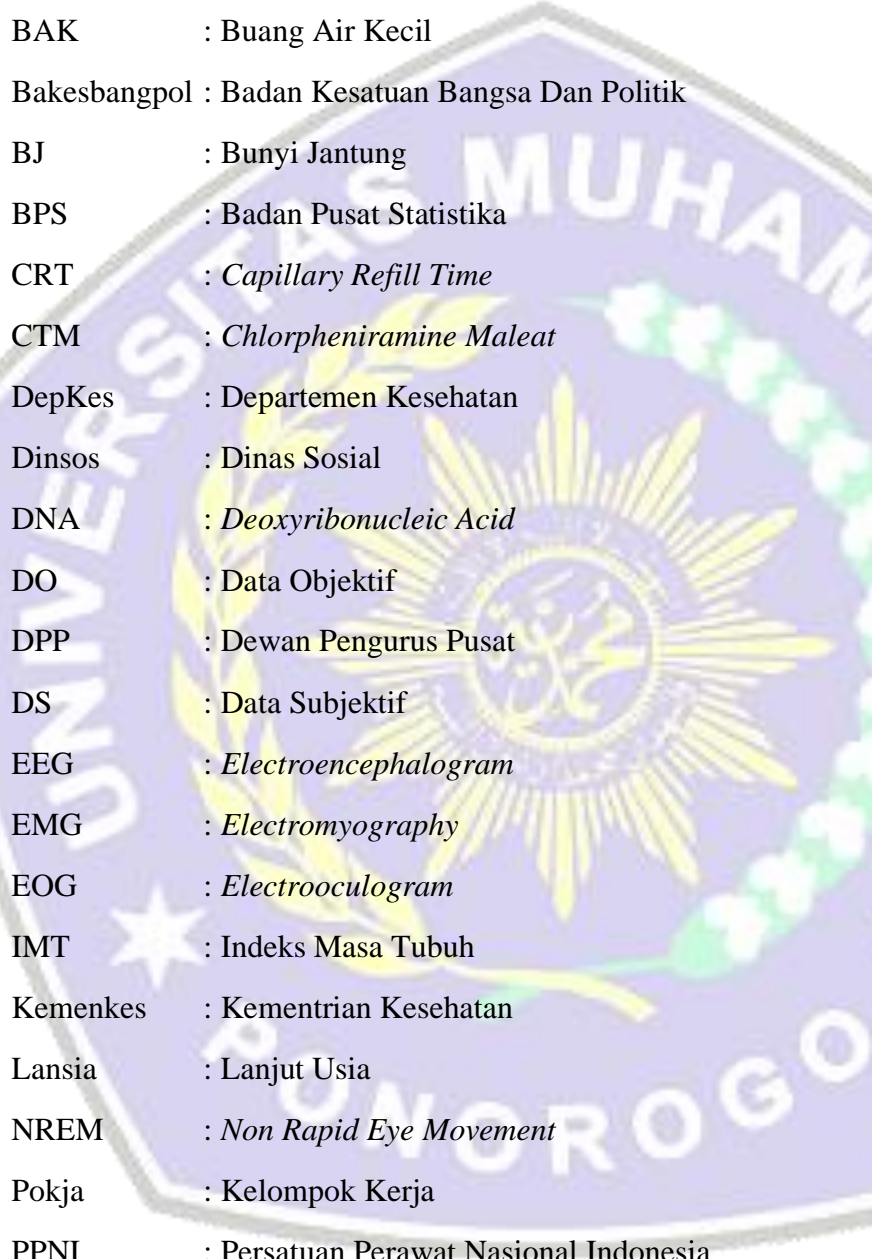


DAFTAR LAMPIRAN

<i>Lampiran 1: Informed Consent</i>	99
Lampiran 2 : Pengkajian Masalah Kesehatan Kronis	100
Lampiran 3 : Indek Barthel	101
Lampiran 4 : Pengkajian Keseimbangan Untuk Lansia.....	102
Lampiran 5 : Short Portable Status Questioner (SPMSQ).....	103
Lampiran 6 : Inventaris Depresi Geriatrik.....	104
Lampiran 7 : APGAR Lansia	106
Lampiran 8 : Surat Permohonan Ijin Studi Kasus ke BAKESBANGPOL	107
Lampiran 9 : Surat Permohonan Ijin Studi Kasus ke Dinsos Jawa Timur	108
Lampiran 10 : Jadwal Tidur	109
Lampiran 11 : Surat Balasan Bakesbangpol.....	110
Lampiran 12 : Surat Balasan Dinsos Jawa Timur.....	111
Lampiran 13 : SAP Makanan dan minuman yang mengganggu tidur	111
Lampiran 14 : Leaflet.....	119
Lampiran 15 : SOP Massage punggung	120
Lampiran 16 : Buku Kegiatan Bimbingan Pembimbing I	122
Lampiran 17 : Buku Kegiatan Bimbingan Pembimbing II.....	126



DAFTAR SINGKATAN/ISTILAH



APGAR	: <i>Appearance, Pulse, Grimace, Activity, Respiration</i>
BAB	: Buang Air Besar
BAK	: Buang Air Kecil
Bakesbangpol	: Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik
BJ	: Bunyi Jantung
BPS	: Badan Pusat Statistika
CRT	: <i>Capillary Refill Time</i>
CTM	: <i>Chlorpheniramine Maleat</i>
DepKes	: Departemen Kesehatan
Dinsos	: Dinas Sosial
DNA	: <i>Deoxyribonucleic Acid</i>
DO	: Data Objektif
DPP	: Dewan Pengurus Pusat
DS	: Data Subjektif
EEG	: <i>Electroencephalogram</i>
EMG	: <i>Electromyography</i>
EOG	: <i>Electrooculogram</i>
IMT	: Indeks Masa Tubuh
Kemenkes	: Kementerian Kesehatan
Lansia	: Lanjut Usia
NREM	: <i>Non Rapid Eye Movement</i>
Pokja	: Kelompok Kerja
PPNI	: Persatuan Perawat Nasional Indonesia
PSTW	: Panti Sosial Tresna Werdha
RAS	: <i>Reticular Activating System</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
RI	: Republik Indonesia

RT	: Rukun Tetangga
SAP	: Satuan Acara Penyuluhan
SD	: Sekolah Dasar
SDKI	: Standart Diagnosa Keperawatan Indonesia
SIKI	: Standart Intervensi Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standart Luaran Keperawatan Indonesia
SOP	: Standart Operasional Prosedur
SPMSQ	: <i>Short Portable Mental Questionnaire</i>
SUPAS	: Survei Penduduk Antar Sensus
UPT	: Unit Pelaksanaan Teknis
WC	: <i>Water Closet</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

