

KARYA TULIS ILMIAH
ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN
GANGGUAN AKTIVITAS DAN ISTIRAHAT DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN KELETIHAN
(Studi Kasus di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan)



PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2024

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN GANGGUAN
AKTIVITAS DAN ISTIRAHAT DENGAN MASALAH KEPERAWATAN
KELETIHAN**

(Studi Kasus di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha 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 :

VIKA DINA NUR HERITA

NIM : 21613434

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2024

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Oleh : VIKA DINA NUR HERITA

Judul : ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN
GANGGUAN AKTIVITAS DAN ISTIRAHAT DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN KELETIHAN

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah pada

Tanggal : 12 Juni 2024

Oleh :

Pembimbing 1



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

NIDN 0731058601

Pembimbing 2



Navlil Mawadda, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIDN 0724058906

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,Ph.D

NIDN 0715127903

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Oleh : VIKA DINA NUR HERITA

Judul : ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN
GANGGUAN AKTIVITAS DAN ISTIRAHAT DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN KELETIHAN

Telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Karya Tulis Ilmiah di
Program Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Ponorogo

Tanggal : 14 Juni 2024

Tim Penguji

Tanda Tangan

Ketua : Sulisty Andarmoyo, S.Kep., Ns., M.Kes., Ph.D :

Anggota : 1. Metti Verawati, S.Kep., Ns., M.Kes :

2. Filia Icha S. S, Kep., Ns., M. Kep :

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Sulisty Andarmoyo, S.Kep., Ns., M.Kes., Ph.D

NIDN 0715127903

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : VIKA DINA NUR HERITA
NIM : 21613434
Instansi : Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammdiyah Ponorogo

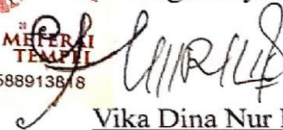
Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah (KTI) yang berjudul : **“Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Gangguan Aktivitas Dan Istirahat Dengan Masalah Keperawatan Keletihan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan”** adalah bukan Karya Tulis Ilmiah milik orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

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

Ponorogo, 12 Juni 2024

Yang menyatakan :





Vika Dina Nur Herita

21613434

ABSTRAK

KARYA TULIS ILMIAH : ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA
DENGAN GANGGUAN AKTIVITAS DAN ISTIRAHAT DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN KELETIHAN
(Studi Kasus di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan)

Oleh :
VIKA DINA NUR HERITA
21613434

Keletihan merupakan rasa letih yang luar biasa yang disertai dengan penurunan kapasitas untuk melakukan tugas fisik dan mental pada tingkat yang normal. Keletihan menimbulkan perasaan lelah berlebih, berlangsung secara terus menerus dan melemahkan tubuh, sehingga menurunkan kemampuan fungsi tubuh dan menyebabkan gangguan aktivitas fisik seseorang. Tujuan dari studi kasus ini adalah melakukan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah keperawatan keletihan.

Metode yang digunakan adalah metode pemecahan masalah (*Problem Solving*) dengan pendekatan proses keperawatan. Asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami gangguan aktivitas dan istirahat dengan masalah keperawatan keletihan selama 6 hari yaitu pada tanggal 07-12 Februari 2024.

Hasil pengkajian data fokus yang didapatkan pada Ny S melalui pemeriksaan fisik ekstremitas terdapat kekuatan otot 4 pada tangan kiri dan kaki kiri, terlihat lemah saat berjalan dan sulit digerakkan karena kaku yang menyebabkan keletihan saat beraktivitas. Pengkajian masalah kesehatan kronis Ny. S didapatkan masalah kesehatan kronis ringan dengan skor = 12 dibuktikan dengan klien mengatakan cepat letih, pandangan kabur, mata berair, kekakuan pada tangan kiri dan kaki kiri dan BAK pada malam hari. Berdasarkan pengkajian tersebut, masalah keperawatan yang muncul yaitu keletihan. Tindakan keperawatan yang dilakukan yaitu manajemen energi, melakukan latihan rentang gerak (ROM) dan memberikan terapi komplementer refleksi pijat kaki.

Pemberian Asuhan Keperawatan dilakukan selama 6 hari serta dilakukan pengamatan terhadap respon klien. Setiap harinya dilakukan evaluasi untuk mengetahui bagaimana perkembangan klien dalam melakukan upaya mengurangi keletihan. Dengan melakukan latihan rentang gerak aktif dan pasif, klien mengatakan kaku pada tanga kiri dan kaki kiri berkurang dan keletihan menurun, klien mengatakan badannya terasa rileks dan bisa tidur nyenyak setelah dilakukan refleksi pijat kaki.

Kata Kunci: Asuhan Keperawatan, Keletihan, Lansia

ABSTRACT

**SCIENTIFIC PAPER: NURSING CARE IN THE ELDERLY WITH ACTIVITY
DISORDERS AND REST WITH NURSING PROBLEMS FATIGUE
(Case Study at UPT Social Services Tresna Werdha Magetan)**

By:
VIKA DINA NUR HERITA
21613434

Fatigue is an overwhelming feeling of fatigue accompanied by a decrease in capacity to perform physical and mental tasks at a normal level. Fatigue causes a feeling of excessive fatigue, lasts continuously and weakens the body, thereby decreasing the ability of the body to function and causing a person's physical activity disorders. The purpose of this case study is to provide nursing care to the elderly with nursing fatigue problems.

The method used is a problem solving method with a nursing process approach. Nursing care for the elderly who experience activity disturbances and rest with nursing fatigue problems for 6 days, namely on February 7-12, 2024.

The results of the focus data assessment obtained on Mrs. S through a physical examination of the extremities showed that there was muscle strength 4 in the left hand and left leg, looking weak when walking and difficult to move because of stiffness which caused fatigue during activities. The assessment of Mrs. S's chronic health problems found that she had mild chronic health problems with a score = 12 as evidenced by the client saying that she was tired quickly, blurred vision, watery eyes, stiffness in the left hand and left leg and diarrhea at night. Based on the assessment, the nursing problem that arises is fatigue. The nursing actions carried out are energy management, performing range of motion exercises (ROM) and providing complementary therapy for foot massage reflexology.

The provision of Nursing Care is carried out for 6 days and observations are made on the client's response. Every day an evaluation is carried out to find out how the client is developing in making efforts to reduce fatigue. By doing active and passive range of motion exercises, the client said that the stiffness in the left and left legs was reduced and fatigue decreased, the client said that his body felt relaxed and could sleep well after the foot massage reflex.

Keywords: *nursing care, fatigue, elderly*

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kami panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini dengan judul “ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN GANGGUAN AKTIVITAS DAN ISTIRAHAT DENGAN MASALAH KEPERAWATAN KELETIHAN di UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA MAGETAN”. Karya Tulis Ilmiah ini ditulis untuk memperoleh gelar Ahli Madya keperawatan pada program studi D3 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Penulis sepenuhnya menyadari begitu banyak kekurangan dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini, untuk itu penulis dengan besar hati menerima saran dan kritik yang membangun. Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini tentunya banyak sekali hambatan dan tantangan yang dihadapi, maka dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terimakasih kepada semua pihak, karena atas bantuan, bimbingan dan dukungannya penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini dapat terealisasi, terutama kepada :

1. Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya selama masa perkuliahan dan pengerjaan Karya Tulis Ilmiah ini. Karunia berupa kemudahan dan kelancaran dalam pengerjaan seperti kesehatan, keuangan, waktu, serta yang terpenting iman dan islam yang menjadi faktor penting dalam terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini dengan tepat waktu.
2. Dr. Happy Susanto, M.A. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang sudah memberikann kemudahan di dalam pemberian izin,

sehingga dapat memperlancar penulis dalam melakukan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

3. Sulistyو Andarmoyo, S.Kep., Ns., M.Kes., Ph.D selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kemudahan dalam pemeberian izin sehingga dapat memperlancar dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Rika Maya Sari, S.Kep., Ns., M.Kes selaku Kaprodi D3 Keperawatan yang telah memberikan motivasi sehingga meningkatkan semangat dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah.
5. Filia Icha Sukamto, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing satu yang sudah menyediakan waktu dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan arahan dengan penuh kesabaran bagi tersusunnya penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Naylil Mawadda, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing dua yang sudah menyediakan waktu dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan arahan dengan penuh kesabaran bagi tersusunnya penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Segenap Dosen dan Karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah banyak membantu penulis selama masa perkuliahan maupun dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Ayah dan ibu selaku orang tua yang sangat penulis hormati dan selalu memberikan segalanya bagi penulis, semoga penulis dapat menjadi seseorang yang diharapkan dan dibanggakan keluarga.
9. Sahabat-sahabatku tersayang yang selalu membuat penulis merasakan mempunyai teman sejati yang saling menyemangati dalam suka maupun duka untuk penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.

10. Ucapan terimakasih kepada diri saya sendiri yang telah berusaha semaksimal mungkin, terimakasih karena sudah bertahan, terimakasih karena tidak menyerah dan terimakasih karena selalu percaya pada diri sendiri.

Demikian semoga penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua, terutama untuk penulis, kalangan akademik, praktisi serta masyarakat umum.

Ponorogo, 12 Juni 2024

Penulis



Vika Dina Nur Herita



DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DALAM	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Rumusan Masalah.....	5
1.3. Tujuan Penelitian	5
1.4. Manfaat Penelitian	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. Batasan Lansia	10
2.1.4. Teori Proses Menua	10
2.1.5. Faktor yang Mempengaruhi Penuaan	16
2.1.6. Perubahan-Perubahan yang Terjadi pada Lansia	18
2.2. Konsep Keletihan.....	21
2.2.1. Definisi Keletihan	21
2.2.2. Klasifikasi Keletihan.....	22
2.2.3. Etiologi Keletihan	23
2.2.4. Tanda dan Gejala Keletihan	27
2.2.5. Komplikasi Keletihan	28
2.2.6. Pencegahan Keletihan	29
2.2.7. Pathway Keletihan	30
2.3. Konsep Asuhan Keperawatan	31
2.3.1. Pengkajian.....	31
2.3.2. Pemeriksaan Fisik	35
2.3.3. Diagnosis Keperawatan	40
2.3.4. Intervensi Keperawatan	40
2.3.5. Implementasi Keperawatan.....	42
2.3.6. Nilai Keislaman	44
2.3.7. Evaluasi Keperawatan.....	45

2.3.8. Hubungan Antar Konsep.....	46
BAB 3 METODE STUDI KASUS	47
3.1. Metode	47
3.2. Teknik Penulisan.....	47
3.3. Waktu dan Tempat	48
3.4. Alur Kerja	49
3.5. Etika Penelitian.....	50
BAB 4 ASUHAN KEPERAWATAN	52
4.1 Pengkajian.....	52
4.2 Analisa Data.....	67
4.3 Diagnosis Keperawatan	68
4.4 Intervensi Keperawatan	69
4.5 Implementasi Keperawatan	70
4.6 Evaluasi Keperawatan	74
BAB 5 PEMBAHASAN	77
5.1 Pengkajian.....	77
5.2 Diagnosis Keperawatan	80
5.3 Intervensi Keperawatan	82
5.4 Implementasi Keperawatan	83
5.5 Evaluasi Keperawatan	86
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	89
6.1 Kesimpulan	89
6.2 Saran	91
DAFTAR PUSTAKA.....	93



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Intervensi Keperawatan Pada Lansia Dengan Gangguan Aktivitas dan Istirahat Dengan Masalah Keperawatan Keletihan	41
Tabel 4.1	Analisa Data Pada Lansia Dengan Gangguan Aktivitas dan Istirahat Dengan Masalah Keperawatan Keletihan	67
Tabel 4.2	Diagnosis Keperawatan Pada Lansia Dengan Masalah Keperawatan Keletihan	68
Tabel 4.3	Rencana Keperawatan Pada Lansia Dengan Masalah Keperawatan Keletihan	69
Tabel 4.4	Tindakan Keperawatan Pada Lansia Dengan Masalah Keperawatan Keletihan	70
Tabel 4.5	Evaluasi Keperawatan Pada Lansia Dengan Masalah Keperawatan Keletihan	74



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Pathway Keletihan Pada Lansia.....	30
Gambar 2.2	Hubungan Antar Konsep Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Gangguan Aktivitas Dan Istirahat Dengan Masalah Keperawatan Keletihan.....	46
Gambar 3.1	Alur Kerja Antar Konsep Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Gangguan Aktivitas Dan Istirahat Dengan Masalah Keperawatan Keletihan.....	49
Gambar 4.1	Genogram Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Gangguan Aktivitas Dan Istirahat Dengan Masalah Keperawatan Keletihan ..	54



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Penjelasan Untuk Mengikuti Studi Kasus	96
Lampiran 2 : <i>Informed Consent</i>	97
Lampiran 3 : SAP Teknik Refleksi Pijat Kaki	98
Lampiran 4 : Leaflet Teknik Refleksi Pijat Kaki	104
Lampiran 5 : SAP <i>Range Of Motion</i> (ROM) Pasif dan Aktif	105
Lampiran 6 : Leaflet <i>Range Of Motion</i> (ROM) Pasif dan Aktif	114
Lampiran 7 : Format Pengkajian Masalah Kesehatan Kronis.....	115
Lampiran 8 : Format <i>Indek Barthel</i>	117
Lampiran 9 : Format Pengkajian Keseimbangan Untuk Lansia	118
Lampiran 10 : Format <i>Short Portable Mental Status Questioner (SPMSQ)</i> ...	119
Lampiran 11 : Format <i>Inventaris Depresi Geriatrik</i>	120
Lampiran 12 : Format APGAR Lansia.....	123
Lampiran 13 : Format Surat Izin Penelitian UPT PSTW Magetan.....	124
Lampiran 14 : Format Surat Izin Dinas Sosial Surabaya	125
Lampiran 15 : Format Surat Izin BAKESBANG Surabaya	126
Lampiran 16 : Surat Keterangan Etik.....	127
Lampiran 17 : Format Surat Selesai Penelitian Pengambilan Kasus	128
Lampiran 18 : Logbook Pembimbing 1	129
Lampiran 19 : Logbook Pembimbing 2	134
Lampiran 20 : Dokumentasi Proses Implementasi dan Evaluasi.....	137

DAFTAR SINGKATAN

1. WHO : *World Healt Organization*
2. Kemenkes : Kementerian Kesehatan
3. BPS : Badan Pusat Statistik
4. Depkes RI : Departemen Kesehatan Republik Indonesia
5. DPP : Dewan Pengurus Pusat
6. PPNI : Persatuan Perawat Nasional Indonesia
7. SDKI : Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia
8. SIKI : Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
9. SLKI : Standar Luaran Keperawatan Indonesia
10. DNA : *Deoxyribonucleic acid*
11. RNA : *Ribonucleic Acid*
12. QOL : *Quality Of Life*
13. GCS : *Glas Coma Scale*
14. TTV : Tanda-Tanda Vital
15. IMT : Indeks Masa Tubuh
16. RR : *Respiratory Rate*
17. ICS : *Intercostal Space*
18. ROM : *Range Of Motion*
19. CRT : *Cardiac Resynchronizzation Therapy*
20. SPMSQ : *Short Portable Mental Status Questioner*
21. MMSE : *Mini Mental State Exam*
22. APGAR : *Adaptation, Partnership, Growth, Affection, Resolve*

23. SOP : *Standar Operating Prosedur*
24. SAP : Satuan Acara Penyuluhan
25. KTI : Karya Tulis Ilmiah
26. BAB : Buang Air Besar
27. BAK : Buang Air Kecil

