



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Telepon (0352) 481124, Faksimile (0352) 461796, email akademik@umpo.ac.id website
www.umpo.ac.id
Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = B
(SK Nomor 169/SK/Akred/PT/IV/2015)

Nomor: **1515/IV.6/PN/2018**
Hal : Permohonan Data Awal

20 Rabi'ul Awwal 1440 H
28 November 2018 M

Kepada
Yth. Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
Kabupaten Magetan
Di
Magetan

Assalamu 'alaikum w. w

Disampaikan dengan hormat bahwa sebagai rangkaian pelaksanaan Ujian Akhir Program (UAP) Mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo Tahun Akademik 2018 /2019, maka mahasiswa / mahasiswi diwajibkan untuk menyusun Data Awal lingkup Keperawatan, maka bersama ini mengharap bantuan dan kerjasama Bapak / Ibu dapatnya memberikan kemudahan dalam melaksanakan izin data awal Karya Tulis Ilmiah (KTI) , dengan pokok permasalahan **Jumlah Lansia Menderita Hipertensi di Panti Werdha Magetan Tahun 2018**. Adapun nama mahasiswa / mahasiswi sebagai berikut

Nama : Lucky Linggarsari
NIM : 16612853
Prodi : D-III Keperawatan

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya di sampaikan terima kasih

Wassalamu 'alaikum w. w



[Signature]
Andarmayu, S. Kep. Ns., M. Kes. &
NIK. 19791215 200302 12



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Telepon (0352) 481124, Faksimile (0352) 461796, email: akademik@umpo.ac.id website :
www.umpo.ac.id
Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = B
(SK Nomor 169/SK/Akred/PT/IV/2015)

Nomor : 1687/IV.6/PN/2018

Ponorogo, 12 Desember 2018

H a l : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada
Yth. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
Kabupaten Magetan
Di
Magetan

Assalamu'alaikum w. w.

Disampaikan dengan hormat bahwa sebagai rangkaian pelaksanaan Ujian Akhir Program (UAP) Pendidikan Prodi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo Tahun Akademik 2018 / 2019, maka mahasiswa / mahasiswi diwajibkan untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah (penelitian/riset sederhana) lingkup Keperawatan.

Untuk kegiatan dimaksud mengharap bantuan dan kerjasama Bapak / Ibu dapatnya memberikan informasi kepada mahasiswa / mahasiswi kami dalam mencari data ijin penelitian pada penyusunan Karya Tulis Ilmiah. Adapun nama mahasiswa / mahasiswi sebagai berikut :

Nama	: Lucky Linggarsari
NIM	: 16612853
Lokasi	: UPTD. Panti Sosial Tresna Werdha Magetan
Waktu	: 6 (bulan)
Judul Penelitian/Riset	: Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Hipertensi yang Mengalami Insomnia

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya di sampaikan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum w. w.



Wakil Dekan,
Mefti Verawati, S.Kep.Ns., M.Kes. 4
NIK 19800520 200302 12



PEMERINTAH KABUPATEN MAGETAN
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Jalan Basuki Rachmat Barat Nomor 1 Magetan Kode Pos 63314
Telepon (0351) 8198137 Fax. (0351) 8198137
E-mail: bakesbangpol.go.id

SURAT KETERANGAN IZIN PENGAMBILAN DATA AWAL

Nomor : 072 / 376 / 403.205 / 2018

Membaca : Surat dari Universitas Muhammadiyah Ponorogo, tgl. 28 Nopember 2018 nomor : 1519/IV.6/PN/2018 perihal permohonan ijin Pengambilan Data Awal.

Mengingat : 1. Instruksi Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 1972.
2. Surat Gubernur Jawa Timur tanggal 17 Juli 1972 Nomor : Gub./187/1972.
3. Radiogram Gubernur Jatim, tgl 30 Desember 1999 No.300/1885/303/1999
perihal proses perijinan Survey KKN, PKL dan sejenisnya.

Dengan ini menyatakan **TIDAK KEBERATAN** dilaksanakan Izin Pengambilan Data Awal yang diajukan oleh :

Nama : LUCKY LINGGARSARI
NIM : 16612853
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Jurusan : D III Keperawatan
Tahun Akademik : 2018 / 2019
Judul : " Jumlah Lansia Menderita Hipertensi di Panti Werdha Magetan Tahun 2018 "

Nama Penanggung Jawab : Sulisty Andarmoyo, S. Kep. Ns., M.Kes
Jabatan : Dekan
Alamat : Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo
Lokasi : Panti Sosial Tresna Werdha Magetan
Waktu pelaksanaan : Bulan Desember 2018 s/d Januari 2019

Dengan ketentuan – ketentuan sebagai berikut :

1. Dalam jangka waktu 1 x 24 jam setelah tiba ditempat yang dituju diwajibkan melaporkan kedatangannya kepada Camat dan Kepolisian setempat.
2. Mentaati ketentuan – ketentuan yang berlaku di Daerah Hukum Pemerintah setempat.
3. Menjaga tata tertib, keamanan, kesopanan dan kesusilaan serta menghindari pernyataan pernyataan, baik dengan lisan maupun tulisan / lukisan yang dapat melukai / menyinggung perasaan atau menghina agama, bangsa, negara dari suatu golongan penduduk.
4. Tidak diperkenankan menjalankan kegiatan lain diluar ketentuan yang telah ditetapkan sebagaimana tersebut diatas.
5. Setelah berakhirnya survey / research dan lain – lain, diwajibkan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat Pemerintah setempat mengenai selesainya pelaksanaan survey / research dan lain – lain sebelum meninggalkan tempat survey / research dan lain – lain.
6. Selesai pelaksanaan kegiatan survey / research / penelitian dan lain – lain **diwajibkan** memberikan laporan hasil pelaksanaan kegiatan dan atau menyerahkan 1 (satu) eksemplar hasil penelitian kepada **Bakesbangpol dan Badan Perencanaan Pembangunan, Penelitian dan Pengembangan Daerah Kabupaten Magetan.**



PEMERINTAH KABUPATEN MAGETAN
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Jalan Basuki Rachmat Barat Nomor 1 Magetan Kode Pos 63314
Telepon (0351) 8198137 Fax. (0351) 8198137
E-mail: bakesbangpol.go.id

SURAT KETERANGAN IZIN PENGAMBILAN DATA AWAL

Nomor : 072 / 376 / 403.205 / 2018

Membaca : Surat dari Universitas Muhammadiyah Ponorogo, tgl. 28 Nopember 2018 nomor : 1519/IV.6/PN/2018 perihal permohonan ijin Pengambilan Data Awal.

Mengingat : 1. Instruksi Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 1972.
2. Surat Gubernur Jawa Timur tanggal 17 Juli 1972 Nomor : Gub./187/1972.
3. Radiogram Gubernur Jatim, tgl 30 Desember 1999 No.300/1885/303/1999
perihal proses perijinan Survey KKN, PKL dan sejenisnya.

Dengan ini menyatakan **TIDAK KEBERATAN** dilaksanakan Izin Pengambilan Data Awal yang diajukan oleh :

Nama : LUCKY LINGGARSARI
NIM : 16612853
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Jurusan : D III Keperawatan
Tahun Akademik : 2018 / 2019
Judul : " Jumlah Lansia Menderita Hipertensi di Panti Werdha Magetan Tahun 2018 "

Nama Penanggung Jawab : Sulisty Andarmoyo, S. Kep. Ns., M.Kes
Jabatan : Dekan
Alamat : Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo
Lokasi : Panti Sosial Tresna Werdha Magetan
Waktu pelaksanaan : Bulan Desember 2018 s/d Januari 2019

Dengan ketentuan – ketentuan sebagai berikut :

1. Dalam jangka waktu 1 x 24 jam setelah tiba ditempat yang dituju diwajibkan melaporkan kedatangannya kepada Camat dan Kepolisian setempat.
2. Mentaati ketentuan – ketentuan yang berlaku di Daerah Hukum Pemerintah setempat.
3. Menjaga tata tertib, keamanan, kesopanan dan kesusilaan serta menghindari pernyataan pernyataan, baik dengan lesan maupun tulisan / lukisan yang dapat melukai / menyinggung perasaan atau menghina agama, bangsa, negara dari suatu golongan penduduk.
4. Tidak diperkenankan menjalankan kegiatan lain diluar ketentuan yang telah ditetapkan sebagaimana tersebut diatas.
5. Setelah berakhirnya survey / research dan lain – lain, diwajibkan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat Pemerintah setempat mengenai selesainya pelaksanaan survey / research dan lain – lain sebelum meninggalkan tempat survey / research dan lain – lain.
6. Selesai pelaksanaan kegiatan survey / research / penelitian dan lain – lain **diwajibkan** memberikan laporan hasil pelaksanaan kegiatan dan atau menyerahkan 1 (satu) eksemplar hasil penelitian **kepada Bakesbangpol dan Badan Perencanaan Pembangunan, Penelitian dan Pengembangan Daerah Kabupaten Magetan.**

7. Surat keterangan ini akan dicabut dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak memenuhi ketentuan sebagaimana tersebut diatas.

Magetan, 11 Desember 2018

KEPALA BAKESBANGPOL
KABUPATEN MAGETAN



EKO MURYANTO, S.IP,M.Si

Pembina Tingkat I

NIP. 19750527 199311 1 001

Tembusan Yth :

1. Sdr Kepala Badan Perencanaan Pembangunan, Penelitian dan Pengembangan Daerah Kabupaten Magetan.
2. Sdr Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Magetan
3. Sdr Kepala Panti Sosial Tresna Werdha Magetan



PEMERINTAH KABUPATEN MAGETAN
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Jalan Basuki Rachmat Barat Nomor 1 Magetan Kode Pos 63314
Telepon (0351) 8198137 Fax. (0351) 8198137
E-mail: bakesbangpol.go.id

SURAT KETERANGAN IZIN PENELITIAN

Nomor : 072 / 383 / 403.205 / 2018

- Membaca : Surat dari Universitas Muhammadiyah Ponorogo, tgl. 12 Desember 2018 nomor : 1687/IV.6/PN/2018 perihal permohonan ijin Penelitian.
- Mengingat : 1. Instruksi Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 1972.
2. Surat Gubernur Jawa Timur tanggal 17 Juli 1972 Nomor : Gub./187/1972.
3. Radiogram Gubernur Jatim, tgl 30 Desember 1999 No.300/1885/303/1999 perihal proses perijinan Survey KKN, PKL dan sejenisnya.

Dengan ini menyatakan **TIDAK KEBERATAN** dilaksanakan Izin Penelitian yang diajukan oleh :

Nama : LUCKY LINGGARSARI
NIM : 16612853
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : D – III Keperawatan
Tahun Akademik : 2018 / 2019
Judul : " Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Hipertensi yang Mengalami Insomnia "

Nama Penanggung Jawab : Metti Verawati, S.Kep.Ns., M.Kes
Jabatan : Wakil Dekan
Alamat : Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo
Lokasi : UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Magetan
Waktu pelaksanaan : Bulan Desember 2018 s/d Pebruari 2019

Dengan ketentuan – ketentuan sebagai berikut :

1. Dalam jangka waktu 1 x 24 jam setelah tiba ditempat yang dituju diwajibkan melaporkan kedatangannya kepada Camat dan Kepolisian setempat.
2. Mentaati ketentuan – ketentuan yang berlaku di Daerah Hukum Pemerintah setempat.
3. Menjaga tata tertib, keamanan, kesopanan dan kesusilaan serta menghindari pernyataan pernyataan, baik dengan lesan maupun tulisan / lukisan yang dapat melukai / menyinggung perasaan atau menghina agama, bangsa, negara dari suatu golongan penduduk.
4. Tidak diperkenankan menjalankan kegiatan lain diluar ketentuan yang telah ditetapkan sebagaimana tersebut diatas.
5. Setelah berakhirnya survey / research dan lain – lain, diwajibkan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat Pemerintah setempat mengenai selesainya pelaksanaan survey / research dan lain – lain sebelum meninggalkan tempat survey / research dan lain – lain.
6. Selesai pelaksanaan kegiatan survey / research / penelitian dan lain – lain **diwajibkan** memberikan laporan hasil pelaksanaan kegiatan dan atau menyerahkan 1 (satu) eksemplar hasil penelitian kepada **Bakesbangpol dan Badan Perencanaan Pembangunan, Penelitian dan Pengembangan Daerah Kabupaten Magetan.**

7. Surat keterangan ini akan dicabut dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak memenuhi ketentuan sebagaimana tersebut diatas.

Magetan, 17 Desember 2018

KEPALA BAKESBANGPOL
KABUPATEN MAGETAN



EKO MURYANTO, S.IP,M.Si

Pembina Tingkat I

NIP. 19750527 199311 1 001

Tembusan Yth :

1. Sdr Kepala Badan Perencanaan Pembangunan, Penelitian dan Pengembangan Daerah Kabupaten Magetan.
- 2 Sdr Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Magetan
- 3 Sdr Kepala UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Magetan



PEMERINTAH KABUPATEN MAGETAN
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Jalan Tripandita Nomor 17 Magetan Kode Pos 63314
Telepon (0351) 8198137 Fax. (0351) 8198137
E-mail: bakesbangpol.go.id

SURAT KETERANGAN IZIN PENELITIAN

Nomor : 072 / 81 / 403.205 / 2019

- Dasar : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 tahun 2011 tentang Pedoman Penertiban Rekomendasi Penelitian, sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 7 tahun 2014 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 tahun 2011.
2. Peraturan Bupati Magetan Nomor 32 Tahun 2017 tentang Perubahan Atas Peraturan Bupati Magetan Nomor 80 Tahun 2016 tentang Kedudukan, Susunan Organisasi, Tugas dan Fungsi, serta Tata Kerja Badan Perencanaan Pembangunan Penelitian dan Pengembangan Daerah Kabupaten Magetan.
- Menimbang : Surat dari Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
- Memperhatikan : Surat Rekomendasi dari Dinas Sosial UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan tgl. 11 Maret 2019 nomor 460/188/107.6.15/2019 diijinkan / tidak keberatan untuk Penelitian.

Dengan ini menyatakan **TIDAK KEBERATAN** dilaksanakan Izin Penelitian yang diajukan oleh :

Nama : LUCKY LINGGARSARI
NIM : 16612853
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Jurusan : D III Keperawatan
Tahun Akademik : 2018 / 2019
Judul : " Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Hipertensi yang mengalami Insomnia "

Nama Penanggung Jawab : Metti Verawati, S.Kep.Ns., M.Kes
Jabatan : Wakil Dekan
Alamat : Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo
Lokasi : UPT Panti Sosial Tresna Werdha Magetan
Waktu pelaksanaan : Bulan Maret s/d Mei 2019

Dengan ketentuan – ketentuan sebagai berikut :

1. Dalam jangka waktu 1 x 24 jam setelah tiba ditempat yang dituju diwajibkan melaporkan kedatangannya kepada Camat dan Kepolisian setempat.
2. Mentaati ketentuan – ketentuan yang berlaku di Daerah Hukum Pemerintah setempat.
3. Menjaga tata tertib, keamanan, kesopanan dan kesusilaan serta menghindari pernyataan pernyataan, baik dengan lisan maupun tulisan / lukisan yang dapat melukai / menyinggung perasaan atau menghina agama, bangsa, negara dari suatu golongan penduduk.
4. Tidak diperkenankan menjalankan kegiatan lain diluar ketentuan yang telah ditetapkan sebagaimana tersebut diatas.
5. Setelah berakhirnya survey / research dan lain – lain, diwajibkan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat Pemerintah setempat mengenai selesainya pelaksanaan survey / research dan lain – lain sebelum meninggalkan tempat survey / research dan lain – lain.

6. Selesai pelaksanaan kegiatan survey / research / penelitian dan lain – lain **diwajibkan** memberikan laporan hasil pelaksanaan kegiatan dan atau menyerahkan 2 (dua) eksemplar hasil penelitian **kepada Bakesbangpol Kabupaten Magetan.**
7. Surat keterangan ini akan dicabut dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak memenuhi kekentuan sebagaimana tersebut diatas.

Magetan, 15 Maret 2019

KEPALA BAKESBANGPOL
KABUPATEN MAGETAN



EKO MURYANTO, S.IP,M.Si

Pembina Tingkat I

NIP.19750527 199311 1 0011

Tembusan Yth :

1. Sdr Kepala Dinas Sosial Kabupaten Magetan.
2. Sdr Kepala UPT Panti Sosial Tresna Werdha Magetan

PENJELASAN UNTUK MENGIKUTI PENELITIAN (PSP)

1. Kami adalah mahasiswa yang berasal dari Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penerapan asuhan keperawatan pada KTI yang berjudul “Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Hipertensi Yang Mengalami Insomnia”.
2. Tujuan dari pemberian asuhan keperawatan ini adalah untuk melakukan asuhan keperawatan pada lansia sehat dengan masalah defisit perawatan diri yang dapat memberi manfaat untuk meningkatkan perawatan diri secara mandiri. Pemberian asuhan keperawatan ini akan berlangsung selama minimal 3 hari.
3. Prosedur pengambilan bahan data dengan cara wawancara dipimpin dengan menggunakan pedoman wawancara yang akan berlangsung kurang lebih 15-20 menit. Cara ini menyebabkan ketidaknyamanan tetapi Anda tidak perlu khawatir karena penelitian ini untuk kepentingan pengembangan asuhan keperawatan/pelayanan keperawatan.
4. Keuntungan yang Anda peroleh dalam keikutsertaan Anda pada penelitian ini adalah Anda turut terlibat aktif mengikuti perkembangan asuhan/tindakan yang diberikan.
5. Nama dan jati diri Anda beserta seluruh informasi yang saudara sampaikan akan tetap dirahasiakan.
6. Jika saudara membutuhkan informasi sehubungan dengan penelitian ini, silakan menghubungi peneliti pada nomor HP : 083845181364

Peneliti



Lucky Linggarsari

NIM. 16612853

INFORMED CONCENT
(Persetujuan Menjadi Partisipant)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai pemberian asuhan keperawatan yang akan dilakukan oleh Lucky Linggarsari dalam KTI dengan judul "Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Hipertensi Yang Mengalami Insomnia"

Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi pada pemberian asuhan keperawatan ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila selama pemberian asuhan keperawatan ini saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

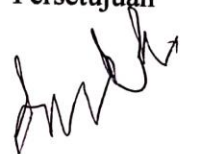
Ponorogo,..... 25 - Maret - 2019

Saksi



Rmdk.

Yang memberikan
Persetujuan



SUKILAH

Ponorogo 25-3-2019

Peneliti



Lucky Linggarsari
NIM 16612853



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR
DINAS SOSIAL
UNIT PELAKSANA TEKNIS
PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA MAGETAN
Jalan Raya Panekan Telepon (0351) 895428
M A G E T A N

SURAT KETERANGAN

Nomor : 460/659 /107.6.15/2019

Yang bertanda tangan dibawah ini;

Nama : SUHARSONO, S.Sos
NIP : 19610824 198910 1 001
Pangkat : Penata Tk.I
Jabatan : Kepala UPT PSTW Magetan
Alamat : Jl.Raya Panekan No. 1 Magetan

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa :

Nama : LUCKY LINGGARSARI
NIM : 16612853
Alamat : Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Telah melaksanakan penelitian pengambilan kasus dengan judul "Jumlah Lansia Menderita Hipertensi di UPT PSTW Magetan Tahun 2018 ".

Demikian surat keterangan ini dibuat, untuk dipergunakan seperlunya.

Magetan, 17 Juli 2019

Kepala UPT



SUHARSONO, S.Sos

NIP.19610824 198910 1 001



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Telepon (0352) 481124, Faksimile (0352) 461796, email: akademik@umpo.ac.id website :

www.umpo.ac.id
Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = B
(SK Nomor 169/SK/Akred/PT/IV/2015)

Nomor : 950 /IV.6/PN/2019

Ponorogo, 22 Juli 2019

Lamp. : 1 lembar

Hal : Surat Permohonan Penunjukan Pendamping
Implementasi Keperawatan (Studi Kasus)

Kepada :

Yth. UPT PSTW Magetan

Di

Magetan

Assalamu'alaikum w. w.

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya pengambilan kasus sebagai rangkaian Tugas Akhir (Studi kasus) mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu UPT PSTW Magetan untuk menunjuk 1 perawat dalam proses pendampingan implementasi keperawatan pada saat pengambilan kasus. Adapun nama mahasiswa sebagai berikut :

Nama : Lucky Linggarsari
NIM : 16612853
Judul : Asuhan Keperawatan pada lansia dengan Hipertensi yang mengalami Insomnia.

Waktu pelaksanaan mahasiswa akan berkoordinasi langsung dengan Bapak/Ibu pendamping.

Demikian, surat permohonan ini kami sampaikan atas kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum w. w.

Dekan





Sulisty Andarmoyo, S.Kep.Ns., M.Kes
NHC. 9791215 200302 12






**BUKU KEGIATAN BIMBINGAN
KARYA TULIS ILMIAH (KTI)**



Pembimbing : 1. Saiful Nurhidayat S.Kep.Nc.M.Kep
2. Sri Andayani S.Kep.Ns.M.Kep
Nama Mahasiswa : LUCKY LIMGGARSARI
NIM : 16612053




**PRODI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2018 / 2019




NO.	HARI/ TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
1	2-10-18	Jurnal No. → Cdk pola tiduranya apa? Insomnia atau ?	
2	17/10/18	Bab I Remi Soni, sona	
3	22/10/18	Bab I F. rta J K Bm lmi sm.	
4	25/10/18	Bab I I & K : Remi soni sona	

NO.	HARI/ TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
5	5-11-18	Bab I peng. Au. Kumul. bab II	
6	15-11-18	Bab 2 Rend. & tabel dll.	
7	21-11-18	Ceng. C. Karyo Rend.	
8	23-11-18	Karyo Karyo Rend. Bab III Rend.	
9	26-11-18	Bab 2 Au. Bab III Au. Kumul. kore.	

NO.	HARI/ TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
10	20-11-18	ke sj yg .	
11	11/4 19	<p>Tulisan direkt Patz kawan .</p> <p>lain ? lihat di material .</p> <p>Sama cek am buku partu .</p>	

NO.	HARI/ TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
12	23/11/19	HTP Amstel - Pyloric 2; 2 Jajin - Pasi 5. 6. 5.	
13	9/11/19	Bab IV Au. Gigitan bab 5	
14	11/11/19	Bab 5 Sifat perubahan karies akusasi p 2 F-T-O (air - Rini Sini)	





Com 6




NO.	HARI/ TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
4	22/7/54	Lb 5 & 6 Reni Sun Sun	
16	27/7/54	Kend Kel	
17	24/7/54	Su Se y	




**BUKU KEGIATAN BIMBINGAN
KARYA TULIS ILMIAH (KTI)**


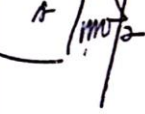
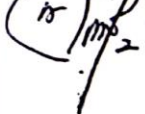
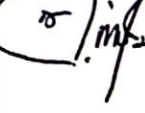

Pembimbing : Saiful Nurhidayat S.kep. Ns .M.kep
Sri Andayani S.kep Ns .M.kep
Nama Mahasiswa : Lucky Linggarsari
NIM : 16612853

**PRODI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2018 / 2019**

NO.	HARI/ TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
1.	Senin, 8/10/18	<ul style="list-style-type: none"> - Cari masalah keperawatan yang lebih spesifik. - Insomnia / Gangg pola tidur 	
	Selasa, 25/10/18	<p>BAB I:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kronologi harus urut. - Sistem penulisan. - Kalimat jcr terlalu panjang. - Rumus jcr di tengah paragraf. - patopy-dex 	
3.	Rabu, 7/11/2018	<ul style="list-style-type: none"> - Pilih diagnosa yg sesuai ↳ Gangg. pola tidur ↳ insomnia. ↳ pilih salah satu. <p>lanjut BAB II.</p>	
4.	Rabu, 2/11/18	<p>BAB I: Sistem penulisan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dampak? <p>BAB II:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pathway direvisi. - kerangka konsep <p>BAB III</p> <p>Alur kerja.</p>	

NO.	HARI/ TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
5.	Senin, $\frac{26}{11}$ 18	Sistem penulisan. - Daftar pustaka: 1-10	
6.	$\frac{3}{12}$ 2018.	- RAB - Lampiran. - Daftar pustaka.	
7.	$\frac{4}{12}$ 2018.	ACC. Maju Ujian.	

NO.	HARI/ TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
8	23 4 2019.	<p>- Lengkapi kegiatan rencana jlan kesembangunan di Luwra.</p> <p>Evaluasi : jam evaluasi Implementasi : jam masing- masing tuduhan . Rencana : palai NOC/NIC Daftar diagnosis : Tabel masalah teratasi → TTD Analisa data : Tanggal muncul → Data objektif lebih dipertajam .</p>	
9	9 7 2019.	<p>BAB 4 :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Analisa Data : DO - Intervensi Keperawatan . - Implementasi Selama 3 hari . tanggal 26 dan 27 blm ada . 	
10	10 7 2019.	<ul style="list-style-type: none"> - Spasi : 2 . - revisi sesuai saran . - Lanjut BAB 5 . 	

NO.	HARI/ TANGGAL	REKOMENDASI	TANDA TANGAN
11	12 7 2019	<ul style="list-style-type: none"> - BAB 5 : - Pola istirahat tidur FTO - Tanda - Gejala Insomnia disesuaikan dengan hasil pemeriksaan fisik/ pengkajian . - Teori pendukung dari lupluntasi . - Evaluasi dibuat setiap hari . 	
12.	18 7 2019.	<ul style="list-style-type: none"> - Bahasa asing etah niring - Judul buku tidak perlu ditulis di pembahasannya . - 1 kalimat ≠ 1 paragraf . perbaiki sesuai saran . 	
13.	22 7 2019	Lanjut BAB 6	
14.	23 7 2019.	Kontrol keseluruhan .	
15	24 7 2019.	ACC . Maju Ujian .	



INSOMNIA



Oleh :

Lucky Linggarsari

PRODI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PONOROGO

2019

Apa itu Insomnia?

Insomnia adalah suatu gejala yang meliputi sukar tidur, terbangun lebih awal atau tidur yang tidak berkualitas dan mudah terbangun

Penyebab Insomnia :

Usia, Status Kesehatan, Lingkungan, psikologi, Diet, Gaya Hidup.

Tanda Dan Gejala Insomnia :

1. Sering bangun waktu malam
2. Perubahan suasana hati
3. Sering terbangun ketika tidur.
4. Sukar untuk memulai tidur.
5. Kantong mata hitam.
6. Badan tidak segar
7. Sulit berkonsentrasi
8. Merasa kelelahan

Penanganan Insomnia

1. Jelaskan pentingnya tidur yang adekuat
2. Fasilitas untuk mempertahankan aktivitas sebelum tidur
3. Ciptakan Lingkungan yang nyaman
4. Kolaborasi dengan pasien dan keluarga tentang teknik tidur pasien
5. Monitor Tidur pasien
6. Monitor waktu makan dengan waktu tidur pasien, batasi jam tidur siang.

PENGAJIAN



IMPLEMENTASI



EVALUASI



**SATUAN ACARA PENYULUHAN PADA NY. SUKILAH DENGAN HIPERTENSI
YANG MENGALAMI INSOMNIA DI WISMA PANDU UPT PANTI TRESNA WERDHA**

MAGETAN



Oleh:

LUCKY LINGGARSARI

NIM 16612853 (3B)

PRODI D3 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

MARET 2019

SATUAN ACARA PENYULUHAN INSOMNIA

Pokok Bahasan : Insomnia

Sub Pokok Bahasan :

1. Pengertian tidur
2. Pengertian insomnia
3. Tanda dan gejala insomnia
4. Penyebab insomnia
5. Dampak insomnia
6. Cara mengatasi insomnia

Sasaran : Penghuni Wisma Pandu PSTW Magetan

Jumlah : 1 (Ny. Sukilah)

Hari/Tanggal : Selasa, 26- Maret- 2019

Waktu : 1x30 Menit

I. Latar belakang

Tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar yang harus dipenuhi oleh setiap manusia sebagai makhluk biopsikososial, dimana tidur dapat memulihkan tingkat aktifitas normal dan keseimbangan normal dari berbagai bagian sistem saraf pusat. Apabila seseorang mengalami gangguan tidur dapat menimbulkan dua efek fisiologik yaitu : efek

pada sistem saraf dan efek pada struktur tubuh lainnya. Efek pada sistem saraf dapat mengacaukan fungsi tubuh maupun organ tubuh itu sendiri. Secara tidak langsung kekurangan tidur akan mempengaruhi sistem saraf pusat.

Gangguan tidur ini sering dikaitkan dengan gangguan fungsi pikiran yang progresif dan kadang-kadang bahkan dapat menimbulkan perilaku abnormal dari sistem saraf. Gangguan tidur yang berkepanjangan dapat menyebabkan kelambahan berfikir, mudah tersinggung atau bahkan menjadi psikotik. Gangguan tidur ini sering dialami oleh orang dewasa dan lansia yang disebabkan oleh berbagai hal seperti stress dan cemas. Untuk itu perlu penanganan secara komprehensif.

Oleh karena itu dalam praktek Pendidikan Kesehatan, akan melakukan penyuluhan mengenai gangguan tidur yang ditujukan pada penghuni Wisma Pandu PSTW Magetan

II. Tujuan Instruksional Umum

Setelah mengikuti proses penyuluhan diharapkan lansia penghuni Wisma Pandu PSTW Magetan mampu memahami gangguan tidur dan upaya penanganannya.

III. Tujuan Instruksional Khusus

Setelah mengikuti proses penyuluhan diharapkan lansia mengetahui :

1. Pengertian Insomnia
2. Tanda dan gejala gangguan tidur
3. Penyebab gangguan tidur
4. Akibat tidur yang terganggu
5. Cara mengatasi gangguan tidur

IV. Materi (terlampir)

V. Metoda

Ceramah dan tanya jawab

VI. Alat dan Media

1. Leaflet

VII. Kegiatan Penyuluhan

No.	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Lansia
1.	5 menit	Pembukaan	
		<ul style="list-style-type: none">- Memberi salam- Memperkenalkan diri- Menjelaskan kontrak, waktu, topik dan tujuan penyuluhan	<ul style="list-style-type: none">- Menjawab Salam- Mendengarkan dan memperhatikan- Mendengarkan dan memperhatikan
2.	30 menit	Pelaksanaan	
		<ul style="list-style-type: none">- Apersepsi	<ul style="list-style-type: none">- Mengemukakan pendapat

	<ul style="list-style-type: none"> - Mengkaji pengetahuan lansia tentang tidur - Memberi reinforcement positif - Menjelaskan pengertian tidur 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengemukakan pendapat - Mendengarkan dan memperhatikan - Mendengarkan dan memperhatikan
	<ul style="list-style-type: none"> - Mengkaji pengetahuan lansia tentang gangguan tidur/insomnia - Memberi reinforcement positif - Menjelaskan pengertian gangguan insomnia - Mengkaji pengetahuan lansia tentang tanda dan gejala insomnia - Memberi reinforcement positif 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengemukakan pendapat - Mendengarkan dan memperhatikan - Mendengarkan dan memperhatikan - Mengemukakan pendapat - Mendengarkan dan memperhatikan
	<ul style="list-style-type: none"> - Menjelaskan tentang tanda dan gejala insomnia 	<ul style="list-style-type: none"> - Mendengarkan dan memperhatikan

	<ul style="list-style-type: none"> - Mengkaji pengetahuan lansia tentang penyebab insomnia - Memberi reinforcement positif - Menjelaskan tentang penyebab insomnia - Mengkaji pengetahuan lansia tentang insomnia - Memberi reinforcement positif - Menjelaskan akibat insomnia 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengemukakan pendapat - Mendengarkan dan memperhatikan - Mendengarkan dan memperhatikan - Mengungkapkan pendapat - Mendengarkan dan memperhatikan - Mendengarkan dan memperhatikan
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<ul style="list-style-type: none"> - Mengkaji pengetahuan lansia tentang cara mengatasi insomnia - Memberi reinforcement positif - Menjelaskan cara mengatasi insomnia - Memberi kesempatan pada lansia untuk bertanya - Menjawab pertanyaan. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mendengarkan dan memperhatikan - Mendengarkan dan memperhatikan - Mendengarkan dan memperhatikan - Mengajukan pertanyaan - Mendengarkan dan memperhatikan
10 menit	<ul style="list-style-type: none"> - Bersama lansia menyimpulkan materi penyuluhan - Melakukan evaluasi - Menutup penyuluhan dan memberikan salam 	<ul style="list-style-type: none"> - Bersama moderator menyimpulkan materi penyuluhan - Menjawab pertanyaan - Menjawab salam

VIII. Evaluasi

1. Evaluasi Struktur

Lansia menyepakati kontrak yang telah disepakati, dan tersedianya media penyuluhan

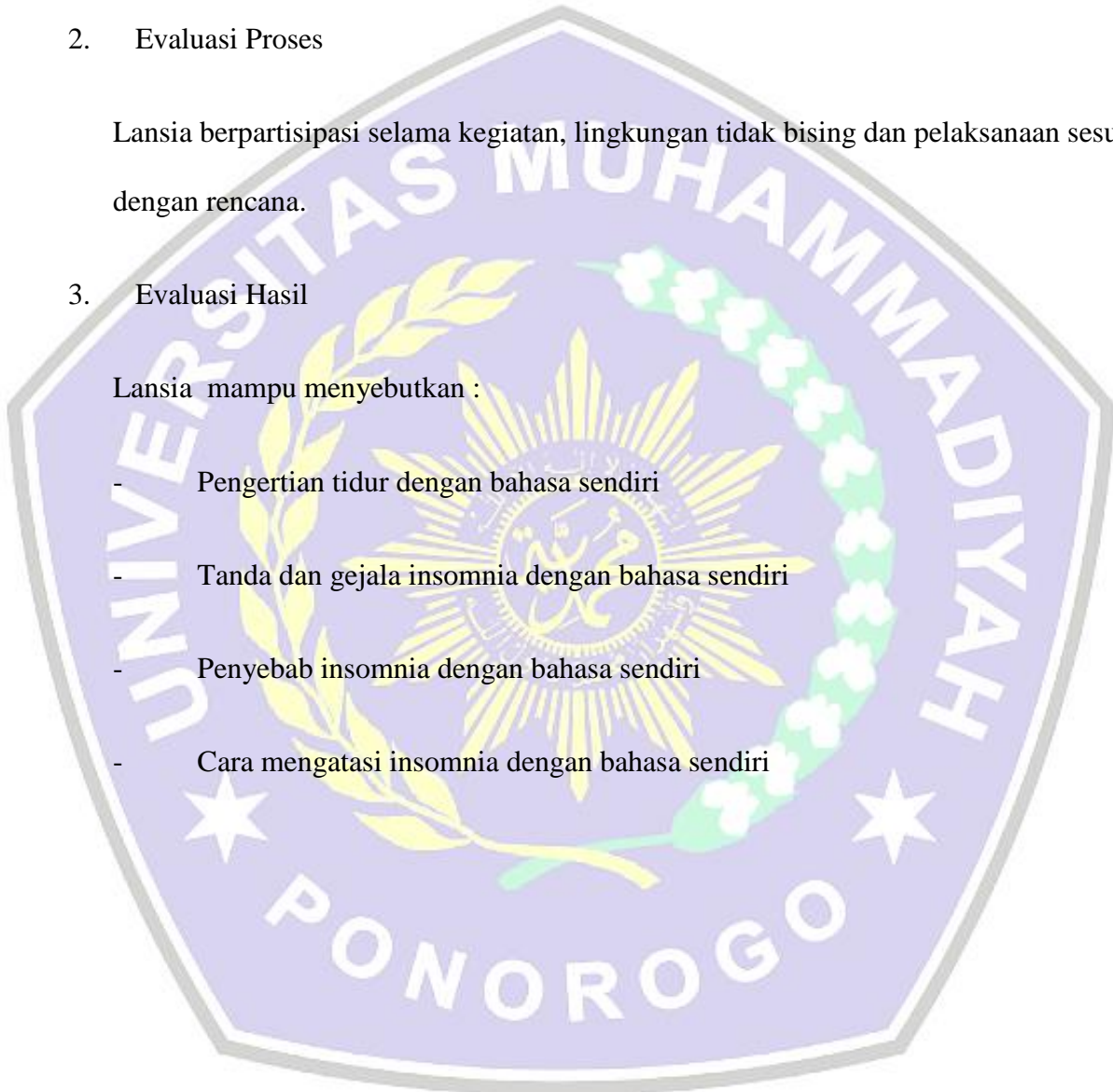
2. Evaluasi Proses

Lansia berpartisipasi selama kegiatan, lingkungan tidak bising dan pelaksanaan sesuai dengan rencana.

3. Evaluasi Hasil

Lansia mampu menyebutkan :

- Pengertian tidur dengan bahasa sendiri
- Tanda dan gejala insomnia dengan bahasa sendiri
- Penyebab insomnia dengan bahasa sendiri
- Cara mengatasi insomnia dengan bahasa sendiri



MATERI

INSOMNIA

1. Defenisi tidur

Tidur adalah kondisi tidak sadar dan bekerjanya otot yang terjadi secara periodik, dengan kata lain adanya hubungan dengan lingkungan dalam kondisi tidur, kecuali oleh suatu stimulus.

2. Pengertian insomnia

Insomnia adalah suatu keadaan dimana seseorang sulit tidur atau ngantuk.

3. Penyebab Insomnia

- a. Masalah Kejiwaan : Stress, masalah keluarga.
- b. Problem Psikiatri/Sakit Jiwa
- c. Gaya hidup : pemakaian obat perangsang seperti nikotin (rokok), obat penurun berat badan, asthma, pemakaian alkohol, jam tidur tidak teratur, malas bekerja/beraktifitas.
- d. Lingkungan : bising, cahaya yang terlalu terang.
- e. Sakit fisik (sesak nafas, nyeri dan lain-lain)

4. Tanda dan gejala Insomnia

- a. Sering bangun waktu malam.
- b. Perubahan suasana hati
- c. Sering terbangun ketika tidur.
- d. Sukar untuk memulai tidur.

e. Kantong mata hitam.

5. Dampak atau akibat dari Insomnia

- a. Menurunnya vitalitas kerja
- b. Daya ingat dan konsentrasi menurun
- c. Tidak ada tenaga / malas
- d. Keterampilan berkomunikasi yang tidak bagus
- e. Badan lemah / kelelahan / sakit kepala.

6. Cara mengatasi Insomnia

- a. Ciptakan lingkungan yang tenang dan aman untuk tidur : kurangi bising dan cahaya ruangan yang tidak diinginkan, ruangan tidak terlalu panas atau dingin.
- b. Olah raga kurang lebih 6 jam sebelum tidur.
- c. Mandi dengan air hangat, sebaiknya dilakukan 1 atau 2 jam sebelum tidur.
- d. Hindari stress dengan cara berdzikir, membaca dan lain-lain.
- e. Hindari meminum minuman yang mengandung kafein (seperti kopi), dan alkohol di malam hari.
- f. Hindari penggunaan obat tidur jangka panjang
- g. Gunakan teknik relaksasi

Cara teknik relaksasi nafas dalam :

Ø Hirup udara melalui hidung

Ø Tahan 2-3 detik

Ø Setelah itu hembuskan melalui mulut secara perlahan-lahan

Daftar Pustaka

Stuart and Sundeen. Diagnosa Keperawatan Jiwa : EGC : Jakarta

Williams Adrian (1999). Insomnia ; Pustaka Delapratasa : Jakarta

Hall Guyton (2000). Fisiologi Kedokteran ; EGC : Jakarta

Keliat, B.A (1998). Penatalaksanaan Stress; EGC : Jakarta

