

**KARYA TULIS ILMIAH  
ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN  
MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR**

**Di UPT Panti Sosial Lanjut Usia Kabupaten Magetan**



Oleh :  
**RENI AGUSTIN**  
NIM 16612780

**PRODI D3 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO  
2019**

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

**Di UPT Panti Sosial Lanjut Usia Kabupaten Magetan**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Diajukan Kepada Program Study D III Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo  
Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan**



**Oleh :  
RENI AGUSTIN  
16612780**

**PRODI D3 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO  
2019**

## HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Oleh : RENI AGUSTIN

Judul : ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN  
MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA  
TIDUR

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah pada  
Tanggal 11 Juli 2019

Oleh :

Pembimbing I



**Lina Ema Purwanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep**  
NIDN. 0730017702

Pembimbing II



**Rika Maya Sari, S.Kep.,Ns.,M.Kes**  
NIDN. 0711068503

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



**Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes**

NIDN. 0715127903

## HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Oleh : RENI AGUSTIN

Judul : ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN  
MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA  
TIDUR

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

Tanggal 31 Juli 2019

Tim Penguji

TandaTangan

Ketua : Sholihatul Maghfirah, S.Kep.,Ns.,M.Kep :

Anggota : 1. Laily Isroin, S.Kep.,Ns.,M.Kep :

2. Lina Ema Purwanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep :



Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



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

NIDN. 0715127903

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : RENI AGUSTIN

NIM : 16612780

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

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah (KTI) yang berjudul :”**Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur di UPT Panti Sosial Lanjut Usia Kabupaten 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 kami buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, kami bersedia mendapatkan sangsi.

Ponorogo, 14 Mei 2019

Yang menyatakan



**Reni Agustin**

**NIM 16612780**

## RINGKASAN

### ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR

(DI UPT Panti Sosial Lanjut Usia Kabupaten Magetan)

Oleh :

Reni Agustin  
NIM 16612780

Lansia merupakan seseorang yang telah mencapai usia diatas 60 tahun. Gangguan pada pola tidur merupakan salah satu dampak dari perubahan fisik yang dialami lansia. Tujuan dari studi kasus ini adalah untuk mengetahui asuhan keperawatan yang akan dilakukan pada lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur meliputi pengkajian (analisa), membuat diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi dan evaluasi keperawatan.

Asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur dilakukan di wilayah kerja kota Magetan di UPT Panti Sosial Lanjut Usia Magetan selama 1 minggu pada bulan Mei 2019. Metode yang digunakan adalah proses keperawatan.

Hasil pengkajian didapatkan bahwa Ny.S mengalami gangguan pada pola tidurnya dikarenakan pasien sering terbangun untuk buang air kecil, telinga pasien berdenging, pusing, sendi kaki terasa linu dan berat. Tindakan keperawatan dilakukan yaitu dengan memonitor pola dan jumlah waktu tidur, monitor makanan dan minuman sebelum tidur, serta mengajarkan teknik relaksasi autogenik.

Hasil evaluasi didapatkan Ny.S mampu mencegah gangguan pola tidurnya serta pasien mampu mengontrol BAK yang membuatnya sering terbangun ketika malam hari. Pasien dapat tidur dengan nyaman.

Asuhan keperawatan pada lansia ini diharapkan pasien mampu melakukan teknik relaksasi autogenik yang diajarkan serta mampu menjaga keadaan baik fisik, psikologi dan lingkungannya sehingga pasien mampu mencegah terjadinya gangguan pada pola tidurnya.

**Kata Kunci** : Lansia, Gangguan pola tidur.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT atas segala rahmad dan anugerah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan Judul “Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur”. Untuk memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Penulis menyadari bahwa dalam rangka melaksanakan kegiatan penelitian ini tidak akan terlaksanan dan berjalan dengan lancar sebagaimana yang diharapkan peneliti tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak yang telah memberikan semangat, motivasi, dukungan, arahan serta bimbingan kepada penulis. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Dr. H. Sulton, M.Si selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kemudahan dalam pemberian ijin penelitian untuk melakukan penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
2. Sulisty Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberi pengarahan serta memberikan kemudahan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
3. Rika Maya Sari S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Ka. Prodi DIII Keperawatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo dan juga selaku pembimbing II yang telah memberikan banyak motivasi, bimbingan serta arahan selama proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

4. Lina Ema Purwanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan , motivasi dan arahan selama penyusunan dan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Eko Muryanto, S.IP, M.Si selaku Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Magetan yang telah membantu peneliti dalam proses pembuatan surat untuk pengambilan data awal maupun ijin penelitian di UPT Panti Sosial Lanjut Usia Magetan.
6. Suharsono, S.Sos selaku Kepala UPT Panti Sosial Lanjut Usia Kabupaten Magetan yang telah memberi izin pada peneliti dalam pengambilan data awal dan pengambilan kasus di panti.
7. Sri Emik Wahyuni, Amd.Kep. selaku pembimbing lahan di panti Magetan yang telah menyempatkan waktunya dalam mendampingi peneliti dan memberi arahan selama proses pengambilan kasus.
8. Partisipan di Wisma Sinta UPT PSLU Magetan yang telah bersedia menjadi subyek dalam penelitian ini.
9. Ayah, Ibu dan Sekeluarga yang selalu memberi semangat serta motivasi dan doa agar dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan tepat waktu dan wisuda tepat waktu.
10. Teman-temanku di kos maupun di Fakultas Ilmu Kesehatan UNMUH Ponorogo dan semua pihak yang tidak penulis sebutkan namanya satu persatu yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan yang kalian berikan kepada penulis atas budi baik serta ketulusan yang telah mereka berikan dan bisa meluangkan waktunya untuk membantu penulis. Penulis menyadari dalam



penulisan serta penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih ada kesalahan dan jauh dari sempurna, maka saran serta kritik yang konstruktif sangat penulis harapkan demi perbaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis berharap semoga karya Tulis Ilmiah yang penulis susun ini dapat bermanfaat dan menambah pengetahuan bagi penulis khususnya dan masyarakat pada umumnya.

Ponorogo, 14 Mei 2019

Penulis



Reni Agustin

NIM : 16612780



## DAFTAR ISI

Halaman Judul Depan .....	i
Halaman Judul Dalam .....	ii
Halaman Persetujuan Pembimbing .....	iii
Halaman Pengesahan .....	iv
Halaman Pernyataan Keaslian Tulisan .....	v
Ringkasan .....	vi
Kata Pengantar .....	vii
Daftar Isi .....	ix
Daftar Tabel .....	xii
Daftar Gambar .....	xiii
Daftar Lampiran.....	xiv
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penulisan .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Proses Menua	
2.1.1 Definisi Menua ... ..	7
2.1.2 Teori Proses Menua .....	7
2.1.3 Perubahan Akibat Proses Menua .....	10

2.1.4 Faktor Yang Mempengaruhi Proses Menua pada lansia .....	14
2.2 Konsep Lansia	
2.2.1 Pengertian Lansia .....	15
2.2.2 Klasifikasi Lansia .....	16
2.2.3 Ciri-ciri Lansia .....	17
2.2.4 Tipe Lansia .....	18
2.2.5 Karakteristik Lansia.....	20
2.2.6 Masalah atau Risiko yang Sering Terjadi Pada Lanjut Usia .....	22
2.2.7 Pengertian Gangguan Pola Tidur .....	25
2.2.7.1 Faktor Yang Berhubungan .....	25
2.2.7.2 Manifestasi Klinis Gangguan Pola Tidur .....	27
2.2.7.3 Tahapan Tidur .....	28
2.2.7.4 Fisiologi Tidur .....	28
2.2.7.5 Gangguan Pola Tidur Pada Lansia.....	31
2.2.7.6 Pemeriksaan Penunjang .....	32
2.2.7.7 Penatalaksanaan Gangguan Tidur Pada Lansia .....	32
2.2.7.8 Komplikasi .....	36
2.3 Konsep Asuhan Keperawatan Lansia Dengan Gangguan Pola Tidur	
2.3.1 Pengkajian .....	37
2.3.2 Analisa data .....	40
2.3.3 Diagnosa Keperawatan .....	41
2.3.4 Intervensi .....	41
2.3.5 Implementasi .....	43
2.3.6 Evaluasi .....	44
2.4 Hubungan antar konsep .....	46

**BAB 3 METODE PENELITIAN**

3.1 Metode Penelitian .....	47
3.2 Teknik Penulisan.....	48
3.3 Waktu dan Tempat .....	48
3.4 Alur Kerja .....	49
3.5 Etika .....	49

**BAB 4 ASUHAN KEPERAWATAN**

4.1 Pengkajian .....	52
4.2 Analisa Data .....	67
4.3 Daftar Diagnosa .....	68
4.4 Rencana Keperawatan .....	69
4.5 Tindakan Keperawatan .....	71
4.6 Evaluasi .....	74

**BAB 5 PEMBAHASAN**

5.1 Pengkajian .....	76
5.2 Perencanaan .....	80
5.3 Implementasi .....	85
5.4 Evaluasi .....	90

**BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN**

6.1 Kesimpulan .....	93
6.2 Saran .....	94

DAFTAR PUSTAKA .....	96
----------------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Perubahan pola tidur pada lansia .....	30
Tabel 2.2 Intervensi gangguan pola tidur .....	41
Tabel 4.1 Analisa data .....	67
Tabel 4.2 Daftar diagnosa .....	68
Tabel 4.3 Rencana keperawatan .....	69
Tabel 4.4 Tindakan keperawatan .....	71
Tabel 4.5 Evaluasi .....	74



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Hubungan antar konsep asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur .....	46
Gambar 3.1	Kerangka kerja asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur .....	49
Gambar 4.1	Genogram .....	55



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Penjelasan untuk mengikuti penelitian (PSP) .....	99
Lampiran 2	Imformed consent (Persetujuan menjadi partisipan) .....	100
Lampiran 3	Pengkajian masalah kesehatan kronis .....	101
Lampiran 4	Indek katz (Indek kemandirian pada aktivitas sehari-hari) ...	103
Lampiran 5	Indek barthel .....	104
Lampiran 6	Pengkajian keseimbangan untuk lansia .....	105
Lampiran 7	MMSE (Penilaian aspek kognitif dari fungsi mental lansia).	107
Lampiran 8	Inventaris depresi geriatrik .....	108
Lampiran 9	SPMSQ (Penilaian untuk fungsi intelektual lansia) .....	110
Lampiran 10	Apgar lansia .....	111
Lampiran 11	Permohonan data awal .....	112
Lampiran 12	Hasil balasan surat izin pengambilan data awal .....	113
Lampiran 13	Permohonan ijin penelitian .....	115
Lampiran 14	Hasil balasan surat keterangan izin penelitian .....	116
Lampiran 15	Surat permohonan pendampingan studi kasus .....	118
Lampiran 16	Surat hasil penelitian studi kasus di PSTW Magetan .....	119
Lampiran 17	Buku kegiatan bimbingan .....	120