

KARYA TULIS ILMIAH
ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANJUT USIA
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN KELETIHAN

Di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Magetan



Oleh :

MONICA ROSHA YOVANKA

NIM 18613237

PRODI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2021

**ASUHAN KEPERAWATAN PADALANJUT USIA
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN KELETIHAN**

Di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Magetan

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan Kepada Program Studi DIII Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan



Oleh :

MONICA ROSHA YOVANKA

NIM 18613237

**PRODI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2021

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis oleh : MONICA ROSHA YOVANKA

Judul : ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANJUT
USIA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN
KELETIHAN

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Pada Tanggal : 01 Juli 2021.



Universitas Muhammadiyah Ponorogo

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




HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis oleh : MONICA ROSHA YOVANKA

Judul : ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANJUT
USIA 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 : 01 Juli 2021

	Tim Penguji	Tanda tangan
Ketua	: Metti Verawati, S. Kep.Ns.,M.Kes	: 
Anggota	: 1. Lina Ema Purwanti, S. Kep.Ns.,M.Kep	: 
	: 2. Rika Maya Sari, S. Kep.Ns.,M.Kes	: 

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



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

NIDN. 0715127903

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : MONICA ROSHA YOVANKA

NIM : 18613237

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

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah (KTI) yang berjudul : **“Asuhan Keperawatan Pada Lanjut Usia Dengan Masalah Keperawatan Keletihan di UPT Panti Sosial Tresna Werdha 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, saya bersedia mendapatkan sanksi.

Ponorogo, 01 Juli 2021

Yang menyatakan,



Monica Rosha Yovanka

NIM. 18613237

ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANJUT USIA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN KELETIHAN DI UPT PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA MAGETAN

Oleh :
Monica Rosha Yovanka
NIM. 18613237

Keletihan adalah perpaduan dari wujud penurunan fungsi mental dan fisik yang menghasilkan berkurangnya semangat kerja sehingga mengakibatkan efektifitas dan efisiensi kerja menurun. Terdapat salah satu faktor yang mempengaruhi keletihanyaitu pada *aging process* karena semakin bertambahnya usia maka semakin menurun pula kinerja metabolisme dalam tubuh. Studi kasus ini menggunakan tindakan keperawatan dalam mengurangi keletihan pada lansia dengan memberikan manajemen energi. Tujuan dari studi kasus ini untuk melakukan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah keperawatan keletihan. Metode yang digunakan dalam studi kasus ini yaitu metode pemecahan masalah dengan pendekatan proses keperawatan. Sampel yang digunakan yaitu lansia dengan masalah keperawatan keletihan di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.

Hasil asuhan keperawatan pada Ny. T yang telah dilakukan selama 7 hari, didapati bahwa asuhan keperawatan pada Ny. T dengan masalah keperawatan keletihan yaitu teratasi sebagian. Kriteria hasil yang telah tercapai yaitu kepulihan energi meningkat, motivasi meningkat, verbalisasi letih menurun, lesu menurun, selera makan membaik dan pola istirahat membaik. Data fokus yang diperoleh melalui pemeriksaan ekstremitas terdapat kekuatan otot 4 pada kaki sebelah kanan. Ny. T tidak pernah tidur siang dan ketika malam terbangun akan sulit kembali untuk tidur, sehingga gangguan pola tidur ini dapat menyebabkan keletihan saat beraktivitas tetapi pada Ny. T risiko jatuh sangat rendah dengan skor =3.

Kata kunci: Asuhan Keperawatan, Keletihan, Lansia

ABSTRACT

NURSING CARE IN THE ELDERLY WITH NURSING PROBLEMS FATIGUE AT THE UPT PANTI SOCIAL TRESNA WERDHA MAGETAN

By :
Monica Rosha Yovanka
NIM. 18613237

Fatigue is a combination of a decrease in mental and physical function that results in reduced morale, resulting in decreased work effectiveness and efficiency. There is one factor that affects fatigue, namely the aging process because as you age, the metabolic performance in the body decreases. This case study uses nursing actions to reduce fatigue in the elderly by providing energy management. The purpose of this case study is to provide nursing care for the elderly with fatigue nursing problems. The method used in this case study is a problem solving method with a nursing process approach. The sample used is the elderly with fatigue nursing problems at the UPT Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.

The results of nursing care on Mrs. T which has been done for 7 days, it was found that the nursing care for Mrs. T with fatigue nursing problem that is partially resolved. The criteria for the results that have been achieved are increased energy recovery, increased motivation, decreased fatigue verbalization, decreased lethargy, improved appetite and improved rest patterns. The focal data obtained through examination of the extremities showed muscle strength 4 in the right leg. T never sleeps during the day and when he wakes up at night it will be difficult to go back to sleep, so this sleep pattern disorder can cause fatigue during activities. The risk of falling is very low with a score of = 3.

Keywords: *Nursing Care, Fatigue, Elderly*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini dengan judul “ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANJUT USIA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN KELETIHAN di UPT Panti 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. Di 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 terselesaikan, terutama kepada :

1. Dr. Happy Susanto, M.A. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang sudah memberikan kemudahan di dalam pemberian izin, sehingga dapat memperlancar penulis dalam melakukan penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
2. Sulistyio Andarmoyo, S. Kep., Ns., M. Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kemudahan dalam pemberian izin.

3. Rika Maya Sari, S. Kep., Ns., M. Kes selaku Pembimbing satu dan Kaprodi D3 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang sudah memberikan bimbingan serta nasehat dan motivasi sehingga meningkatkan semangat dalam melakukan penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
4. Elmie Muftiana, 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.
5. Segenap Dosen dan Karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah banyak membantu penulis selama masa perkuliahan maupun dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Ayah Drs. Basuki Wismowiyono, M.MPd dan Ibu Asri Nurwahyuni, S.Pd selaku orangtua yang sangat penulis hormati dan selalu memberikan segalanya bagi penulis, semoga penulis dapat menjadi seseorang yang diharapkan dan dibanggakan keluarga.
7. Kakak dan Adikku tersayang Sonia Rosha Yolanda, S.H dan Chikita Rosha Elvika yang selalu memberikan motivasi dan dukungan sehingga penulis semangat mengejar cita-cita dan kesuksesan.
8. Sahabatku tersayang yang selalu membuat penulis merasakan mempunyai teman sejati yang saling support dalam suka maupun duka untuk penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
9. Teman-teman angkatan tahun 2018 yang selalu memotivasi dan menjadikan penulis lebih bersemangat dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

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

Ponorogo, 01 Juli 2021

Penulis,

Monica Rosha Yovanka



DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Lanjut Usia	6
2.1.1 Definisi Lansia.....	6
2.1.2 Batasan Lansia	7
2.1.3 Ciri-Ciri Lansia.....	8
2.1.4 Teori Proses Menua	10
2.1.5 Faktor Yang Mempengaruhi Penuaan	15
2.1.6 Perubahan-Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia.....	17
2.2 Konsep Keletihan	18
2.2.1 Definisi keletihan.....	18
2.2.2 Faktor-Faktor Penyebab Keletihan	19
2.2.3 Tanda dan Gejala Keletihan.....	23

2.2.4	Komplikasi Keletihan	23
2.2.5	Pencegahan Keletihan.....	24
2.2.6	Pathway Keletihan	26
2.3	Konsep Asuhan Keperawatan Keletihan	27
2.3.1	Pengkajian.....	27
2.3.2	Pemeriksaan Fisik <i>Head to toe</i>	30
2.3.3	Diagnosa Keperawatan	31
2.3.4	Intervensi Keperawatan	32
2.3.5	Implementasi Keperawatan.....	34
2.3.6	Evaluasi Keperawatan.....	36
2.3.7	Hubungan Antar Konsep	38
BAB 3	METODE KASUS.....	39
3.1	Metode.....	39
3.2	Teknik Penulisan	40
3.3	Waktu dan tempat.....	40
3.4	Alur kerja (<i>frame work</i>).....	41
3.5	Etika penelitian.....	42
BAB 4	ASUHAN KEPERAWATAN	44
4.1	Pengkajian.....	44
4.2	Analisa Data.....	60
4.3	Daftar Diagnosa	62
4.4	Rencana Keperawatan.....	63
4.5	Tindakan Keperawatan	65
4.6	Evaluasi.....	70
BAB 5	PEMBAHASAN.....	74
5.1	Pengkajian.....	74
5.2	Diagnosa Keperawatan	77
5.3	Perencanaan	78

5.4 Implementasi.....	80
5.5 Evaluasi.....	85
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	88
6.1 Kesimpulan	89
6.2 Saran	89
DAFTAR PUSTAKA	



DAFTAR TABEL

Tabel 2.4	Intervensi Keletihan.....	32
Tabel 4.1	Analisa Data.....	60
Tabel 4.2	Diagnosa Keperawatan.....	62
Tabel 4.3	Perencanaan Keperawatan.....	63
Tabel 4.4	Tindakan Keperawatan.....	65
Tabel 4.6	Evaluasi.....	70



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway keletihan pada lansia.....	26
Gambar 2.2 Hubungan Antar Konsep.....	38
Gambar 3.1 Alur kerja (<i>frame work</i>).....	41
Gambar 4.1 Genogram Klien Ny. T.....	47



DAFTAR SINGKATAN



SDKI	: Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standar Luaran Keperawatan Indonesia
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
BAK	: Buang Air Kecil
BAB	: Buang Air Besar
IMT	: Indeks Massa Tubuh
TTV	: Tanda-Tanda Vital
QS	: Quran Surat
BPS	: Badan Pusat Statistik
WHO	: <i>World Health Organization</i>
SAP	: Satuan Acara Penyuluhan
SOP	: <i>Standar Operasional Prosedur</i>
ASKEP	: Asuhan Keperawatan
BANKESBANG	: Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik
UPT	: Unit Pelayanan Terpadu
PSTW	: Panti Sosial Tresna Werdha

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Lembar Penjelasan Mengikuti Penelitian (PSP).....	93
Lampiran 2 : Lembar <i>Informed Consent</i>	94
Lampiran 3 : <i>Standar Operasional Prosedur</i> (SOP) Manajemen Energi.....	95
Lampiran 4 : Format <i>Short Portabele Mental Questionnaire</i> (SPMSQ)	96
Lampiran 5 : Format Indeks Kartz	97
Lampiran 6 : Format Pengkajian Keseimbangan Untuk Lansia	98
Lampiran 7 : Format <i>Mini-Mental State Exam</i> (MMSE)	101
Lampiran 8 : Format Inventaris Depresi Geriatrik	103
Lampiran 9: Format APGAR Lansia.....	105
Lampiran 10 : Format Inventaris Deprsi Beck	106
Lampiran 11 : Format Indeks Barthel	110
Lampiran 12 : Format Surat Izin Penelitian Panti Sosial Tresna Werdha Magetan	111
Lampiran 13 : Format Surat Izin Penelitian BANKESBANG Magetan	112
Lampiran 14 : Format Surat Izin Penelitian BANKESBANG Surabaya.....	114
Lampiran 15 :Format Surat Selesai Pengambilan Kasus UPT PSTW Magetan..	115
Lampiran 16 : <i>Scan Log Book</i> Pembimbing satu	116
Lampiran 17 : <i>Scan Log Book</i> Pembimbing dua.....	123
Lampiran 18 : Dokumentasi Proses implementasi dan evaluasi.....	127