

KARYA TULIS ILMIAH

ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN MASALAH

KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR

Di Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Magetan



Oleh :

ARISTA DWI WIJAYANTI

18613234

PRODI D III KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2021

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANJUT USIA
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN
POLA TIDUR**

Di Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Magetan

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan Kepada Progam Studi D III Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan



Oleh :

ARISTA DWI WIJAYANTI

18613234

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

2021

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Oleh : ARISTA DWI WIJAYANTI


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

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah pada
Tanggal 28 Juni 2021

Oleh :

Pembimbing I


Pembimbing II


Filia Icha S, S.Kep. Ns., M.Kep
NIDN. 0731058601


Sholihatul M, S.Kep. Ns., M.Kep
NIDN. 0726058701

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo




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

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Oleh : ARISTA DWI WIJAYANTI

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 : 5 Juli 2021

Tim Penguji


Tanda Tangan

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

Anggota : 1. Ririn Nasriati, S.Kep. Ns., M.Kep. :

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

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo


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

NIDN. 0715127903

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang Bertanda tangan di bawah ini :

Nama : ARISTA DWI WIJAYANTI

NIM : 18613234

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”** 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 dengan sebenarnya-sebenarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, kami bersedia mendapatkan sanksi.

Ponorogo, 29 Juni 2021

Yang menyatakan



Arista Dwi Wijayanti

NIM 18613234

ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR DI PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA (PSTW) MAGETAN

Oleh :
Arista Dwi Wijayanti
NIM. 18613234

Gangguan Pola Tidur merupakan perasaan tidak nyaman atau terganggu yang disebabkan oleh suatu keadaan ketika individu mengalami suatu perubahan pada kualitas maupun kuantitas pola istirahatnya. Gangguan pola tidur dapat mempengaruhi kesehatan lansia. Hal tersebut dikarenakan pada saat kebutuhan istirahat tidur lansia tidak terpenuhi maka akan mengganggu aktivitas atau kegiatan lansia. Penelitian ini menggunakan tindakan keperawatan dalam mengurangi gangguan pola tidur pada lansia dengan memberikan dukungan tidur maupun edukasi aktivitas istirahat. Tujuan dari penelitian ini untuk melakukan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur. Metode yang digunakan yaitu metode pemecahan masalah dengan pendekatan proses keperawatan. Sampel yang digunakan yaitu lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.

Hasil asuhan keperawatan pada Ny. S yang telah dilakukan selama 8 hari, didapati asuhan keperawatan pada Ny. S dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur yaitu sudah teratasi. Kriteria yang telah tercapai yaitu keluhan sulit tidur menurun, keluhan sering terjaga menurun, keluhan pola tidur berubah menurun, keluhan istirahat tidak cukup menurun. Sebelum dilakukan asuhan keperawatan klien tidur selama 3-4 jam perhari, setelah dilakukan tindakan keperawatan klien tidur selama 6-7 jam perhari dan pada siang hari klien tidur selama 1-2 jam. Normalnya seseorang membutuhkan waktu tidur yang cukup selama 7-8 jam perhari. Intervensi masih dilakukan secara mandiri oleh Ny. S sesuai dengan yang telah diajarkan, agar tercapainya keadekuatan kualitas dan kuantitas tidur klien.

Kata Kunci : *Asuhan Keperawatan, Gangguan Pola Tidur, Lansia*

ABSTRACT

NURSING CARE IN THE ELDERLY WITH NURSING PROBLEMS SLEEP DISORDERS IN SOCIAL SERVICES TRESNA WERDHA (PSTW) MAGETAN

By :
Arista Dwi Wijayanti
NIM. 18613234

A sleep pattern disturbance is an unpleasant or disturbing feeling generated by a situation in which the individual's rest pattern changes in quality or quantity. Sleep disturbances can have a negative impact on the elderly's health. This is because if the elderly's demand for sleep rest is not addressed, it will interfere with their activities and activities. By offering sleep support and instruction for rest activities, this study uses nursing interventions to lessen sleep pattern disturbances in the elderly. The goal of this study was to provide nursing care for the elderly who had sleep pattern disturbances and had nursing concerns. A problem-solving method using a nursing process approach was adopted. The elderly with nursing concerns with sleep patterns at the UPT Panti Sosial Tresna Werdha Magetan were utilized as a sample.

The outcomes of Mrs. S's nursing care, which lasted for eight days, revealed that nursing care for Mrs. S with the nursing problem of sleep pattern disturbances had been resolved. Complaints of decreased sleeplessness, complaints of frequent decreased wakefulness, complaints of decreased sleep patterns, and complaints of insufficient rest have all been met. The client sleeps for 3-4 hours per day before receiving nursing care, 6-7 hours per day after receiving nursing care, and 1-2 hours per day throughout the day. Normally, a person need 7-8 hours of sleep every day. Mrs. S continues to carry out the intervention autonomously, in accordance with what has been taught, in order to obtain adequate client sleep quality and quantity.

Keywords: *Nursing Care, Sleep Pattern Disorder, Elderly*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala nikmat, rahmat dan anugerah-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini yang berjudul **“Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur”** di Panti Werda Kabupaten Magetan. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini merupakan persyaratan dalam menyelesaikan Program studi D3 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

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

1. Allah Swt yang telah memberi Rahmat, Hidayah, serta Ridho-Nya yang membuat saya masih dapat merasakan kenikmatan hidup hingga saat ini.
2. Dr. Happy Susanto, M.A. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi D3 Keperawatan.
3. Sulisty Andarmoyo, S.Kep. Ns., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan izin dalam menyusun dan menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
4. Rika Maya Sari, S.Kep. Ns., M.Kes., selaku Kaprodi D3 Keperawatan universitas muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan arahan untuk segera menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.

5. Filia Icha Sukanto, S.Kep. Ns., M.Kep., selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan serta motivasi untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Sholihatul Maghfirah, S.Kep. Ns., M.Kep., selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Bapak dan Ibu dosen yang tanpa bosan memberikan ilmu yang bermanfaat.
8. Bapak dan Ibu saya tercinta yang selalu mengiringi langkah saya dengan doa dan terus memberi semangat, harapan, serta dukungan yang tiada hentinya.
9. Kakak serta saudara-saudara saya tersayang yang memberikan motivasi serta memberikan masukan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
10. Teman-teman mahasiswa D3 Keperawatan angkatan 2018 atas kerja sama dan motivasinya.
11. Dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu atas bantuan yang dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.

Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan manfaat kepada pembaca khususnya di bidang kesehatan. Aamiin.

Ponorogo, 25 Juni 2021



Arista Dwi Wijayanti

NIM 18613234

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Tujuan	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Proses Menua (<i>Aging Proses</i>)	6
2.1.1 Definisi Menua	6
2.1.2 Teori Proses Menua	6

2.1.3 Perubahan Sistem Organ Tubuh Akibat Proses Menua	9
2.2 Konsep Lansia	16
2.2.1 Pengertian Lansia	16
2.2.2 Batasan- Batasan Lansia	17
2.2.3 Ciri- ciri Lansia	17
2.2.4 Tipe Lansia	19
2.2.5 Karakteristik Lansia	21
2.2.6 Pengertian Gangguan Pola Tidur	22
2.2.7 Faktor Yang Berhubungan Dengan Gangguan Pola Tidur	22
2.2.8 Manifestasi Klinis Gangguan Pola Tidur	24
2.2.9 Tahapan Tidur	25
2.2.10 Fisiologi Tidur	25
2.2.11 Gangguan Pola Tidur Pada Lansia	28
2.2.12 Pemeriksaan Penunjang	29
2.2.13 Penatalaksanaan Gangguan Tidur pada Lansia	29
2.2.14 Komplikasi	33
2.3 Konsep Asuhan Keperawatan	34
2.3.1 Pengkajian	34
2.3.2 Analisa Data	48
2.3.3 Diagnosa Keperawatan	49
2.3.4 Intervensi	50
2.3.5 Implementasi	54
2.3.6 Evaluasi	55
2.3.7 Hubungan Antar Konsep	56

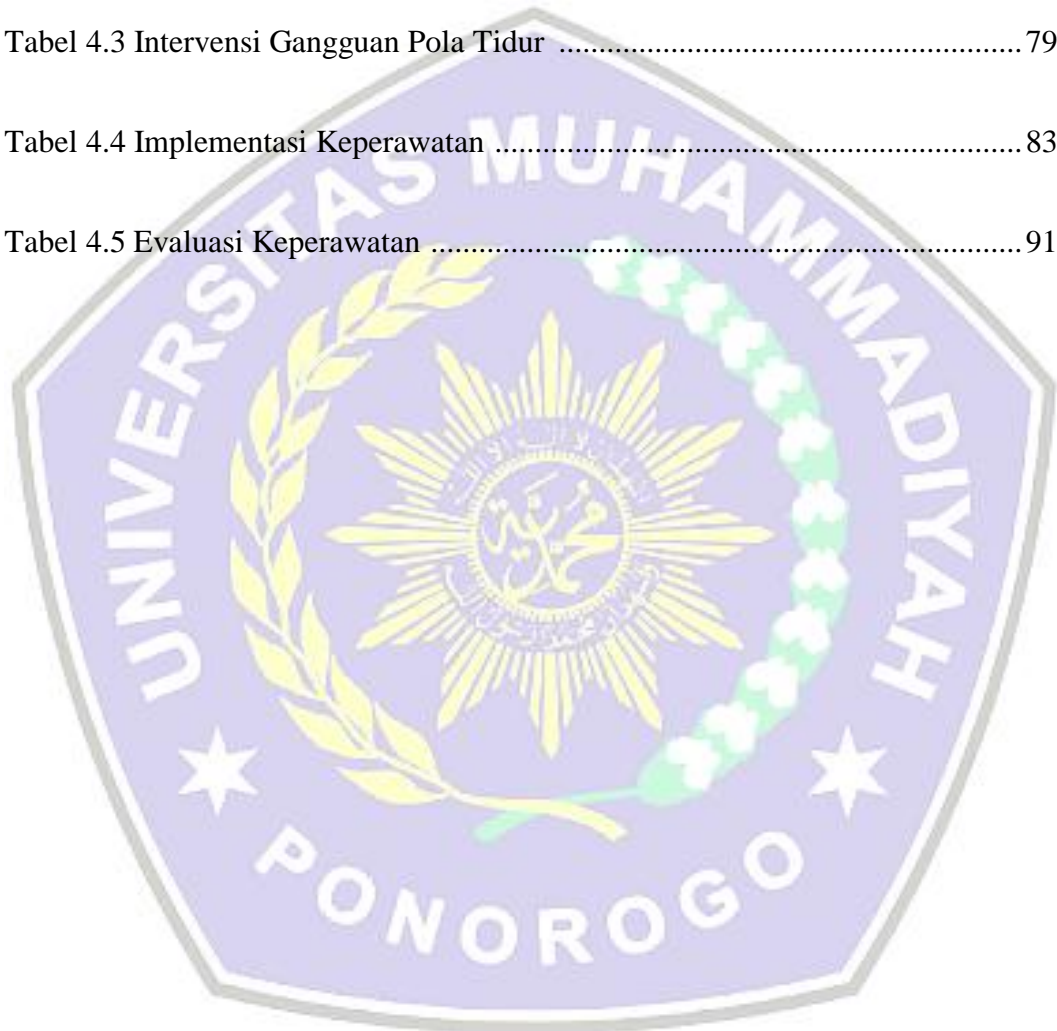
2.3.8 Pathway	57
BAB 3 METODE STUDI KASUS	58
3.1 Metode	58
3.2 Teknik Penulisan	58
3.3 Waktu dan Tempat	58
3.4 Alur Kerja	59
3.5 Metode Pengumpulan Data	60
3.6 Etika	60
BAB 4 ASUHAN KEPERAWATAN	62
4.1 Pengkajian	62
4.1.1 Identitas	62
4.1.2 Riwayat Kesehatan	63
4.1.3 Masalah Kesehatan Kronis	64
4.1.4 Riwayat Kesehatan Masa Lalu	64
4.1.5 Riwayat Kesehatan Keluarga	65
4.1.6 Status Fisiologis	65
4.1.7 Pemeriksaan Fisik	70
4.1.8 Status Kognitif	73
4.1.9 Status Psikososial dan Spiritual	73
4.1.10 Pengkajian Lingkungan Tempat Tinggal	74
4.2 Analisa Data	76
4.3 Daftar Diagnosa	78
4.4 Intervensi Keperawatan	79
4.5 Implementasi Keperawatan	83

4.6 Evaluasi	91
BAB 5 PEMBAHASAN	97
5.1 Pengkajian	97
5.2 Diagnosis Keperawatan	99
5.3 Perencanaan	100
5.4 Pelaksanaan	102
5.5 Evaluasi	103
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	106
A. Kesimpulan	106
B. Saran	107
DAFTAR PUSTAKA	109
Lampiran-Lampiran	111



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Intervensi Gangguan Pola Tidur	50
Tabel 4.1 Analisa Data	76
Tabel 4.2 Daftar Diagnosa	78
Tabel 4.3 Intervensi Gangguan Pola Tidur	79
Tabel 4.4 Implementasi Keperawatan	83
Tabel 4.5 Evaluasi Keperawatan	91



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Hubungan Antar Konsep	56
Gambar 2.2 Pathway	57
Gambar 3.1 Alur Kerja	59
Gambar 4.1 Genogram	65



DAFTAR SINGKATAN

- WHO : *World Health Organization*
- PSTW : *Pelayanan Sosial Tresna Werdha*
- SLKI : *Standart Luaran Keperawatan Indonesia*
- DPP : *Dewan Pengawas Pusat*
- PPNI : *Persatuan Perawat Nasional Indonesia*
- POKJA : *Kelompok Kerja*



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pengkajian Masalah Kesehatan Kronis	109
Lampiran 2. Pengkajian Keseimbangan Lansia	111
Lampiran 3. Penilaian Fungsi Intelektual Lansia.....	113
Lampiran 4. Penilaian Aspek Kognitif dari Fungsi Mental Lansia	114
Lampiran 5. Penilaian Fungsi Sosial Lansia.....	116
Lampiran 6. Pengkajian Tingkat Depresi Lansia.....	117
Lampiran 7. Pengkajian Tingkat Depresi.....	119
Lampiran 8. Indeks Barthel.....	122
Lampiran 9. Indeks Kemandirian Pada Kehidupan sehari-hari	123
Lampiran 10. Penjelasan Mengikuti Penelitian	124
Lampiran 11. Inform Consent.....	126
Lampiran 12. SAP Penyuluhan Istirahat Tidur dan Teknik Relaksasi	127
Lampiran 13. SOP Istirahat Tidur.....	129
Lampiran 14. SOP Teknik Relaksasi Otot Progresif	131
Lampiran 15. Leaflet Edukasi Gangguan Pola Tidur.....	137
Lampiran 16. Permohonan Data Awal.....	138
Lampiran 17. Surat Rekomendasi.....	139
Lampiran 18. Surat Keterangan Telah Melakukan Studi Kasus	141
Lampiran 19. Lembar Bimbingan.....	142