

KARYA TULIS ILMIAH

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

(Studi Kasus di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Magetan)



Oleh :

EKA PRATAMA SARI

NIM 23613616

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

2026

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

(Studi Kasus di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Magetan)

Karya Tulis Ilmiah

Diajukan Kepada Program Studi D III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo Untuk Memperoleh

Gelar Ahli Madya Keperawatan



Oleh :

EKA PRATAMA SARI

NIM 23613616

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

2026

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Ditulis Oleh : EKA PRATAMA SARI

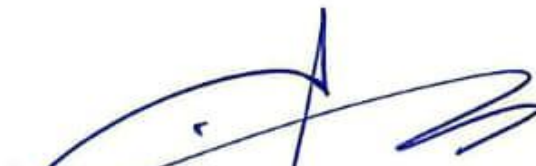
Judul : ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA
GANGGUAN TIDUR DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR

Telah disetujui untuk diajukan di hadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah pada
tanggal : 30 Juni 2026

Oleh :

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Sugeng Mashudi, S.Kep., Ns., M.Kes

NIDN. 0731038002



Rika Maya Sari, S.Kep., Ns., M.Kes

NIDN. 0711068503

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0714127901

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Ditulis Oleh : EKA PRATAMA SARI
Judul : ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA
GANGGUAN TIDUR DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR

Telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Karya Tulis Ilmiah di
Program Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Ponorogo, Tanggal : 30 Juni 2026

Tim Penguji

Ketua : Dr. Hery Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep

Tanda Tangan

.....

Anggota : 1. Dr. Sugeng Mashudi, S.Kep., Ns., M.Kes

.....

2. Rika Maya Sari, S.Kep., Ns., M.Kes

.....

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0714127901

PERSYARATAN KEASLIAN PENULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Eka Pratama Sari
NIM : 23613616
Instansi : Program Studi D-III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Asuhan Keperawatan Pada Lansia Gangguan Tidur Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur” adalah bukan Karya Tulis Ilmiah orang lain Sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebut sumbernya.

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

Ponorogo, 30 Juni 2026

Yang Menyatakan



10,000
REPUBLIK INDONESIA
METERAI
TEMPEL
A 89AOX115033570

EKA PRATAMA SARI

NIM 23613616

ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA GANGGUAN TIDUR DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR (Studi Kasus di Wisma Pandu UPT PSTW MAGETAN Tahun 2026)

Oleh : EKA PRATAMA SARI

NIM. 23613616

Gangguan pola tidur merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia akibat perubahan fisiologis proses penuaan dan faktor lingkungan yang memengaruhi kualitas serta kuantitas tidur. Gangguan tidur yang berkelanjutan dapat menyebabkan kelelahan, penurunan konsentrasi, mengantuk di siang hari, dan menurunkan kualitas hidup lansia. Tujuan studi kasus ini adalah memberikan asuhan keperawatan pada lansia dengan gangguan pola tidur di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Magetan.

Asuhan keperawatan dilakukan pada Ny. S di Wisma Pandu UPT PSTW Magetan selama 7 hari, yaitu tanggal 06–12 Mei 2026 dengan metode studi kasus menggunakan pendekatan proses keperawatan meliputi pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Hasil pengkajian menunjukkan klien mengalami gangguan pola tidur ditandai dengan sulit memulai tidur, sering terbangun akibat suara lingkungan, sulit tidur kembali, dan tidur terasa tidak puas.

Implementasi keperawatan dilakukan menggunakan intervensi dukungan tidur selama 7 hari berturut-turut. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan kualitas tidur, ditandai dengan klien lebih mudah memulai tidur, frekuensi terbangun berkurang, dan klien tampak lebih nyaman. Penanganan gangguan pola tidur pada lansia membutuhkan dukungan perawat dan lingkungan untuk mencapai asuhan keperawatan yang optimal.

Kata Kunci : Lansia, gangguan tidur, Gangguan Pola Tidur

ABSTRACT

NURSING CARE FOR ELDERLY WITH SLEEP DISORDER AND NURSING PROBLEM OF DISTURBED SLEEP PATTERN

(A Case Study at Pandu Dormitory, UPT PSTW Magetan, 2026)

By : EKA PRATAMA SARI

NIM 23613616

Sleep pattern disturbance is a common health problem in the elderly caused by physiological changes due to the aging process and environmental factors that affect sleep quality and quantity. Persistent sleep disturbances can cause fatigue, decreased concentration, daytime sleepiness, and reduced quality of life in the elderly. The purpose of this case study was to provide nursing care for an elderly patient with sleep pattern disturbance at the UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

Nursing care was provided to Mrs. S at Wisma Pandu UPT PSTW Magetan for 7 days, from May 6–12, 2026, using a case study method with a nursing process approach consisting of assessment, nursing diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. The assessment results showed that the client experienced sleep pattern disturbance, characterized by difficulty initiating sleep, frequent awakenings due to environmental noise, difficulty returning to sleep after waking, and feeling that sleep was not restful.

Nursing implementation was carried out using sleep support interventions for 7 consecutive days. The evaluation results showed an improvement in sleep quality, indicated by the client being able to initiate sleep more easily, reduced frequency of nighttime awakenings, and appearing more comfortable. Management of sleep pattern disturbance in the elderly requires support from nurses and the surrounding environment to achieve optimal nursing care.

Keywords: *Elderly, Sleep Disorder, Disturbed Sleep Pattern*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayat-nya sehingga karya tulis ilmiah berjudul **“Asuhan Keperawatan Pada Lansia Gangguan Tidur Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur”** dapat diselesaikan dengan baik serta tepat waktu. Tanpa izin dan pertolongan-nya penyusunan karya tulis ilmiah ini tentu tidak akan berjalan dengan lancar.

Penulis memahami dengan sepenuh hati bahwa kegiatan penelitian ini tidak mungkin terlaksana dan berjalan dengan baik sesuai harapan tanpa adanya dukungan dari berbagai pihak yang telah memberikan semangat, bimbingan, arahan, motivasi serta bantuan kepada penulis. Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terimakasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. Rido Kurnianto M.Ag selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kemudahan di dalam pemberian izin, sehingga dapat memperlancar penulis dalam melakukan penyusunan karya tulis ilmiah.
2. Saiful Nurhidayat S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Filia Icha Sukamto S.Kep., Ns., M.Kep selaku Kaprodi D III Keperawatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang sudah memberikan bimbingan serta motivasi sehingga meningkatkan semangat dalam melakukan penyusunan karya tulis ilmiah.

4. Dr. Sugeng Mashudi, S.Kep., Ns., M.Kes selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga, serta memberikan arahan dalam penyusunan dan penulisan Karya Tulis Ilmiah serta kesabaran dalam bimbingan.
5. Rika Maya Sari, S.Kep., Ns., M.Kes selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga, serta memberikan arahan dalam penyusunan dan penulisan Karya Tulis Ilmiah serta kesabaran dalam bimbingan.
6. Dra. Nenti Sarjanti, M.M selaku Kepala UPT PSTW Magetan yang telah memberikan izin untuk melakukan studi kasus.
7. Ibu Ayah yang selalu memberikan kasih sayang, kesabaran serta doa yang senantiasa menyertai setiap langkah hidup penulis. Dorongan dan dukungan yang diberikan telah menjadi sumber semangat dan kekuatan dalam berusaha hingga akhirnya tugas ini dapat diselesaikan.
8. Terimakasih kepada teman - teman Program Studi D III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo Angkatan 2023 yang telah memberikan dukungan, semangat serta motivasi berharga dalam proses penyusunan karya tulis ilmiah.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari sempurna, oleh sebab itu kritik dan saran sangat diharapkan oleh penulis guna menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini. Terimakasih sebesar-besarnya.

Ponorogo, 30 Juni 2026

Yang Menyatakan



EKA PRATAMA SARI

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERSYARATAN KEASLIAN PENULISAN	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN/ISTILAH.....	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.1 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Lanjut Usia.....	7
2.1.1 Definisi Lanjut Usia	7
2.1.2 Batasan-batasan Lanjut Usia.....	8
2.1.3 Ciri Lansia.....	8
2.1.4 Perubahan-perubahan pada Lansia	11
2.1.5 Tugas Perkembangan Lansia.....	21
2.1.6 Proses Menua (Aging Process)	24

2.1.7 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Proses Menua.....	25
2.1.8 Teori Menua	30
2.2 Konsep Dasar Gangguan Pola Tidur	39
2.2.1 Definisi.....	39
2.2.2 Siklus Tidur.....	40
2.2.3 Fisiologi Tidur pada Lansia	42
2.2.4 Etiologi Gangguan Pola Tidur	42
2.2.5 Klasifikasi	44
2.2.6 Tanda dan Gejala.....	47
2.2.7 Patofisiologi	49
2.2.8 Pathway.....	50
2.2.9 Komplikasi	50
2.2.10 Penatalaksanaan	51
2.3 Konsep Asuhan Keperawatan	53
2.3.1 Pengkajian Keperawatan.....	53
2.3.2 Analisis Data	66
2.3.3 Diagnosis Keperawatan	67
2.3.4 Intervensi Keperawatan	67
2.3.5 Implementasi.....	70
2.3.6 Evaluasi.....	71
2.4 Hubungan Antar Konsep	72
BAB 3 METODE STUDI KASUS	73
3.1 Metode	73
3.2 Teknik Penulisan	73
3.3 Waktu dan Tempat.....	73
3.3.1 Waktu Penelitian	74
3.3.2 Tempat Penelitian.....	74
3.4 Pengumpulan Data	74
3.5 Alur Kerja.....	76

3.6 Etika Penelitian	77
BAB 4 ASUHAN KEPERAWATAN	79
4.1 Pengkajian	79
4.1.1 Identitas	79
4.1.2 Riwayat Kesehatan	80
4.1.3 Status Fisiologis	83
4.1.4 Status Kognitif	94
4.1.5 Status Psikososial dan Spiritual	94
4.1.6 Pengkajian Lingkungan Tempat Tinggal	96
4.1.7 Informasi Tambahan	97
4.2 Analisa Data	98
4.3 Daftar Diagnosis	99
4.4 Rencana Keperawatan	99
4.5 Tindakan Keperawatan	101
4.6 Evaluasi	105
BAB 5 PEMBAHASAN	108
5.1 Pengkajian	108
5.2 Diagnosis Keperawatan	114
5.3 Perencanaan Keperawatan	115
5.4 Implementasi Keperawatan	117
5.5 Evaluasi Keperawatan	123
BAB 6 PENUTUP	125
6.1 Kesimpulan	125
6.1.1 Pengkajian	125
6.1.2 Diagnosis	125
6.1.3 Perencanaan	125
6.1.4 Implementasi	126
6.1.5 Evaluasi	126
6.2 Saran	127

6.2.1 Bagi Klien	127
6.2.2 Bagi Profesi Keperawatan.....	127
6.2.3 Bagi Institusi Pendidikan	127
6.2.4 Bagi UPT PSTW Magetan	128
6.2.5 Bagi Penulis	128
DAFTAR PUSTAKA.....	129
LAMPIRAN.....	134



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tabel Diagnosis Keperawatan.....	67
Tabel 2.2 Tabel Intervensi Keperawatan.....	68
Tabel 4.1 Analisa Data	98
Tabel 4.2 Daftar Diagnosis	99
Tabel 4.3 Rencana Tindakan Keperawatan.....	99
Tabel 4.4 Implementasi pada Klien dengan Gangguan Pola Tidur.....	101
Tabel 4.5 Evaluasi Klien dengan Gangguan Pola Tidur	104



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Pathway</i> Gangguan Tidur	50
Gambar 2.2 Hubungan Antar Konsep	72
Gambar 3.1 Alur Kerja	76
Gambar 4.1 Genogram	83



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Penjelasan Mengikuti Studi Kasus.....	134
Lampiran 2 : Permohonan Ijin Data Awal	135
Lampiran 3 : Informed Consent	136
Lampiran 4 : Surat Layak Etik.....	137
Lampiran 5 : Surat Keterangan Hasil Similarity	138
Lampiran 6 : Logbook Pembimbing I	139
Lampiran 7 : Logbook Pembimbing II	142
Lampiran 8 : Pengkajian Masalah Kesehatan Kronis	145
Lampiran 9 : Indeks Barthel	147
Lampiran 10 : Pengkajian Keseimbangan untuk Lansia	148
Lampiran 11 : Short Portable Mental Status Questioner (SPMSQ)	150
Lampiran 12 : Mini-Mental State Exam (MMSE).....	151
Lampiran 13 : Inventaris Depresi Geriatrik	152
Lampiran 14 : Apgar Lansia	154
Lampiran 15 : SOP.....	155

DAFTAR SINGKATAN/ISTILAH

WHO	: <i>World Health Organization</i>
UPT	: Unit Pelaksana Teknis
PSTW	: Pelayanan Sosial Tresna Werdha
POKJA	: Kelompok Kerja
DPP	: Dewan Pengurus Pusat
PPNI	: Persatuan Perawat Nasional Indonesia
SDKI	: Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standar Luaran Keperawatan Indonesia
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
IMT	: Indeks Massa Tubuh
NREM	: <i>Non-Rapid Eye Movement</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
CRT	: <i>Capillary Refill Time</i>