



**ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR DI DESA PEKUNCEN
KECAMATAN SEMPOR**

HAFIFA ERLIANTI

2021010041

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

PROGRAM KEPERAWATAN DIPLOMA III

TAHUN AKADEMIK

2023/2024



**ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR DI DESA PEKUNCEN
KECAMATAN SEMPOR**

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk
menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Keperawatan

HAFIFA ERLIANTI

2021010041

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

TAHUN AKADEMIK

2023/2024

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Hafifa Erlianti

NIM : 2021010041

Program Studi : Keperawatan Diploma III

Institusi : Universitas Muhammadiyah Gombong

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Gombong, 22 Mei 2024

Pembuat Pernyataan



(Hafifa Erlianti)

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas Akademika Universitas Muhammadiyah Gombong, saya uyang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Hafifa Erlanti

NIM : 2021010041

Program Studi : Keperawatan Program Diploma III

Jenis Karya : KTI (Karya Tulis Ilmiah)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

“Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Gombong, 22 Mei 2024

Yang menyatakan



(Hafifa Erlanti)

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Hafifa Erlianti NIM 2021010041 dengan judul "Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor " telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Gombong, 27 April 2024

Pembimbing



Hendri Tamara Yuda, S.Kep., Ns., M.Kep

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma III



Hendri Tamara Yuda, S.Kep., Ns., M.Kep

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Hafifa Erlanti NIM 2021010041 dengan judul "Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor" telah dipertahankan di depan dewan pengaji pada tanggal 6 Mei 2024.

Dewan Pengaji

Pengaji Ketua

Fajar Agung Nugroho, MNS

(.....)

Pengaji Anggota

Hendri Tamara Yuda, S.Kep., Ns.,M.Kep

(.....)

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma III



Hendri Tamara Yuda, S.Kep., Ns.,M.Kep

KATA PENGANTAR

Segala puja dan puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, hidayah, serta inayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah dengan judul "**Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor**" sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan Program Studi Diploma III Keperawatan. Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis menyadari terdapat banyak keterbatasan pengetahuan dan pengalaman sehingga hasil penulisan masih jauh dari kata sempurna. Kelancaran penulisan Karya Tulis Ilmiah tidak terlepas dari bimbingan, arahan serta support berbagai pihak yang luar biasa membantu. Oleh sebab itu, penulis ingin menyampaikan terimakasih yang setulus-tulusnya kepada :

1. Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, bimbingan, dan inayah-Nya sehingga penulis diberikan kemudahan dan kelancaran dalam penulisan karya ilmiah ini
2. Kedua orang tua saya Bapak Dachirin dan Ibu Dayati, yang sudah ikhlas dan semangat mengantar putrinya ini dalam menuntut ilmu hingga jejang perkuliahan dan selalu mendoakan dan memberikan dukungan kepada saya.
3. Kakak saya tersayang Intan Lestari dan adik saya Silvia Uswatun Khasanah beserta keluarga besar saya yang selalu mendukung saya dan menyemangati saya dalam segala hal sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Ibu Dr. Hj. Herniyatun M.Kep Sp.Mat., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada penulis untuk menyelesaikan program studi.
5. Bapak Hendri Tamara Yuda S.Kep., Ns.,M.Kep, selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan dan selaku pembimbing yang telah memberikan dukungan dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
6. Bapak Fajar Agung Nugroho, MNS selaku dosen penguji karya tulis ilmiah.

7. Bapak Hendri Tamara Yuda M.Kep, selaku dosen pembimbing yang sudah banyak memberikan waktu, ilmu, arahan, dan kemudahan dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Ibu Ernawati, M.Kep selaku pembimbing akademik yang sudah memberikan arahan kepada kami.
9. Seluruh dosen dan staff karyawan Universitas Muhammadiyah Gombong yang sudah memberikan fasilitas kepada kami.
10. Annisa, Lintang, dan Nanda sahabat saya dari masih SMP sampai sekarang yang tiada henti memberikan semangat dan selalu membersamai, mendukung serta menghibur dalam keadaan apapun terima kasih sudah menjadi support system terbaik.
11. Sahabat SMA saya Dwi, Fadilah, Levi terimakasih sudah menjadi sahabat yang selalu mensupport dalam segala hal, menyemangati dan selalu mengingatkan saya tentang kebaikan.
12. Marcel Fernando seseorang yang sudah memberikan segala dukungannya dalam berbagai bentuk dan menjadi tempat keluh kesah selama penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
13. Sahabat-sahabat saya di kampus Fahma, Halwa, dan Dinda yang telah menjadi support system terbaik saya dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
14. Teman-teman Diploma Keperawatan 3A yang sudah membersamai saya selama tiga tahun.
15. Serta semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Program Studi Keperawatan Program Diploma III
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gombong
KTI, April 2024

Hafifa Erlanti¹. Hendri Tamara Yuda²
Email: hafifaaerliantii@gmail.com

ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR DI DESA PEKUNCEN KECAMATAN SEMPOR

Latar Belakang: Orang lanjut usia yaitu seseorang yang telah berusia di atas 60 tahun. Salah satu masalah kesehatan pada lansia adalah gangguan pola tidur/insomnia yang disebabkan oleh perubahan susunan saraf- saraf pusat yang mempengaruhi tidur pada lansia. Dalam hal ini peningkatan kualitas tidur dapat dimaksimalkan dengan terapi musik. Terapi musik dimanfaatkan lansia untuk mengurangi permasalahan gangguan tidur menghasilkan efek menenangkan, meningkatkan kualitas tidur, dan dapat diterapkan sebagai pengobatan sebelum tidur untuk insomnia.

Tujuan Umum: Penulisan karya tulis ilmiah ini yaitu untuk menggambarkan asuhan keperawatan lansia dengan masalah utama insomnia/gangguan pola tidur.

Metode Penelitian: Penulis menggunakan metode deskriptif yaitu penulis mendeskripsikan ketiga responden serta menggunakan standar operasional dengan 6 kali pertemuan. Proses pengambilan data dikumpulkan dengan menggunakan studi literatur, observasi, pendekatan, wawancara, pengkajian, dan proses pembuatan asuhan keperawatan.

Hasil : Setelah dilakukan asuhan keperawatan dan penerapan tindakan terapi non farmakologi dengan terapi musik Jawa terdapat kenaikan hasil PSQI dari sebelum terapi dengan sesudah terapi. Terdapat kenaikan dari skor 12,6 menjadi 5,6 untuk pre terapi dan skor 12,6 menjadi 3,6 untuk post terapi.

Rekomendasi: Terapi musik jawa dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas tidur pada lansia yang mengalami gangguan tidur/insomnia.

Kata Kunci: *terapi musik, lansia, insomnia.*

¹Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong

²Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

Nursing Study Program of Nursing Diploma III
Faculty of Health Sciences
Universitas of Muhammadiyah Gombong
KTI, April 2024

Hafifa Erlanti¹. Hendri Tamara Yuda²
Email: hafifaerlantii@gmail.com

ABSTRACT

NURSING CARE FOR THE ELDERLY WITH NURSING PROBLEMS OF SLEEP PATTERN DISORDERS IN PEKUNCEN VILLAGE, SEMPOR DISTRICT

Background: An elderly person is someone who is over 60 years of age. One of the health problems in the elderly is a sleep pattern disorder/insomnia caused by changes in the central nervous system that affect sleep in the older person. In this case, improved sleep quality can be maximized with music therapy. Music therapy is used by the elderly to reduce the problem of sleep disorders producing a soothing effect, improving the quality of sleep, and can be applied as a pre-sleep treatment for insomnia.

Objective : The purpose of writing this scientific paper is to provide a description of nursing care with the main problem of insomnia/sleep pattern disorder.

Method: This author used a descriptive method, namely the author described the condition of the three respondents and used operational standards with 6 meetings. The data collection process was collected by conducting literatur studies, observation, approaches, interviews, assessments, and the process of making nursing care.

Results: After nursing care and the application of non pharmacological therapeutic measures of Java music therapy there is an increase in PSQI results from before therapy to after therapy. There's been a rise from 12.6 to 5.6 for pre-therapy and 12.6 for 3.6 for post therapy.

Recommendation: Java music therapy can be used to improve the quality of sleep in the elderly suffering from sleep disorders/insomnia.

Keywords: *music therapy, laxity, insomnia*

¹Student of Universitas Muhammadiyah Gombong

²Lecturer of Universitas Muhammadiyah Gombong

DAFTAR ISI

Table of Contents

LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan	4
D. Manfaat Studi Kasus	5
BAB II	6
A. Tinjauan Pustaka	6
1. Konsep Medis Gangguan Pola Tidur	6
2. Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Pemenuhan Kebutuhan Istirahat Dan Tidur	12
3. Konsep Terapi Musik	18
B. Kerangka konsep	22
BAB III	23
A. Desain Karya Tulis	23
B. Pengambilan Subyek	23
C. Lokasi dan Waktu Pengambilan Kasus	24
D. Definisi Operasional	24
E. Instrumen	30
F. Langkah pengambilan Data	30
G. langkah Studi Kasus	32
BAB IV	34
A. Hasil Studi Kasus	34
B. Ringkasan hasil Inovasi Penerapan Tindakan Terapi Musik Jawa	47
C. Pembahasan	49

D. Keterbatasan Studi Kasus	54
BAB V.....	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN	61



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Pathway

Gambar 1.2 Kerangka Konsep



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Definisi operasional

Tabel 4.1 Tabel Observasi Kualitas Tidur Menggunakan Pengukuran PSQI Pada Tn. M dengan Terapi Musik Jawa

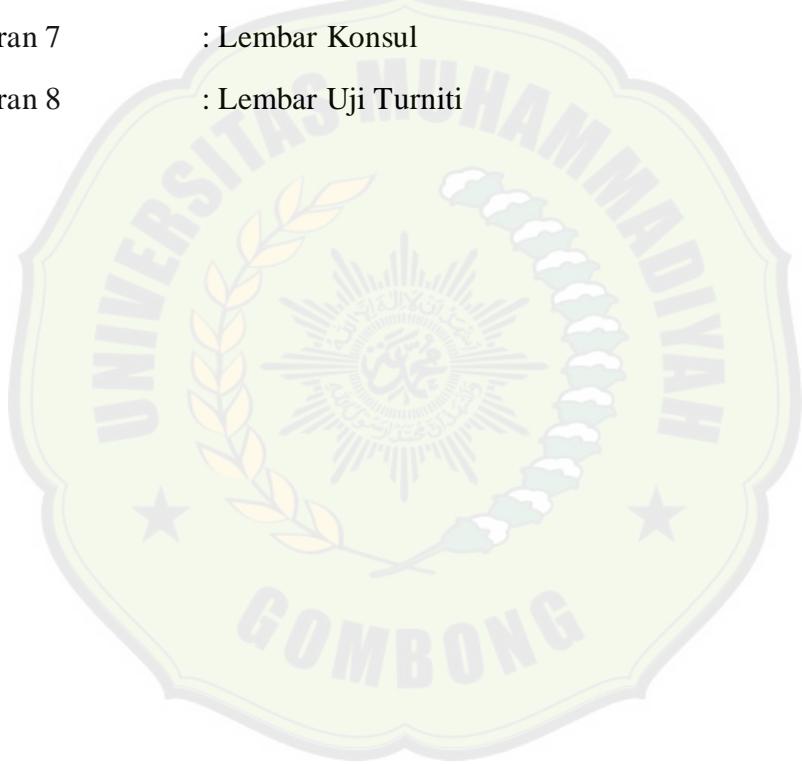
Tabel 4.2 Tabel Observasi Kualitas Tidur Menggunakan Pengukuran PSQI Pada Tn. K dengan Terapi Musik Jawa

Tabel 4.3 Tabel Observasi Kualitas Tidur Menggunakan Pengukuran PSQI Pada Tn. S dengan Terapi Musik Jawa



DAFTAR LAMPIRAN

- | | |
|------------|---------------------------|
| Lampiran 1 | : Lembar SOP |
| Lampiran 2 | : Lembar Observasi |
| Lampiran 3 | : Lembar PSP |
| Lampiran 4 | : Lembar Informed Concest |
| Lampiran 5 | : Dokumentasi |
| Lampiran 6 | : Lembar Askep |
| Lampiran 7 | : Lembar Konsul |
| Lampiran 8 | : Lembar Uji Turniti |



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Peningkatan signifikan lansia setiap tahunnya di berbagai negara, termasuk Indonesia, dengan hasil yang sangat beragam (Triatmodjo, 2021). Lansia mengalami proses penuaan yang melibatkan perubahan dan penurunan fisik, mental, dan sosial (Hanjani et al., 2021; Sulistyarini dkk., 2022). Regresi ini berdampak besar terhadap kesehatan lansia sehingga akan banyak mengalami gangguan kesehatan.

Masalah kesehatan yang umum dilaporkan dan didiagnosis antara lain hipertensi, asam urat, rheumatoid arthritis, diabetes, stroke, pneumonia, diare, dan penyakit menular seperti ISPA (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Yang kami maksud dengan orang lanjut usia yaitu seseorang yang telah berusia di atas 60 tahun. Lansia merupakan kumpulan umur yang sudah mencapai fase akhir kehidupan. Kumpulan lanjut usia ini sedang melalui proses yang disebut penuaan. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), ada batasan usia untuk orang lanjut usia. Usia rata-rata adalah 45 hingga 59 tahun. Lansia = 60-74 tahun. Senior (lansia) = 75 sampai 90 tahun. Sangat tua = 90 tahun atau lebih (WHO, 2018). Menurut WHO, jumlah lansia pada tahun 2019 sebanyak 705 juta orang, mewakili 9,18% dari populasi lansia di dunia. Jumlah ini diprediksi akan semakin bertambah dan mencapai 2 miliar pada tahun 2050. BPS mencatat proporsi penduduk lanjut usia di Indonesia sebanyak 10,82%. Populasi lansia memiliki konsentrasi 68,83% pada lansia muda, sisanya 23,74% termasuk dalam kelompok paruh baya dan lanjut usia, dan 7,43% termasuk dalam kelompok lanjut usia. Proporsi total penduduk Jawa Tengah usia lanjut terus meningkat 12% per tahun 2020 meningkat jadi 12,71 % per tahun 2021. Saat ini, terdapat 45.171 orang di Kabupaten Kebumen yang telah memasuki masa transisi menuju usia dewasa (usia 45-59 tahun). Kemudian, ada sekitar 102.442 orang (berusia di atas 60 tahun) yang merupakan lansia.

Kualitas tidur mengacu pada kondisi di mana tidur memberikan kesegaran dan kesehatan pada seseorang ketika bangun tidur. Banyak hal yang mempengaruhi kualitas tidur Anda, termasuk lingkungan, gaya hidup, olahraga, stres sosial, pola makan, dan kalori. Pola tidur pada lansia dapat berubah disebabkan oleh perubahan susunan saraf-saraf pusat yang mempengaruhi tidur pada lansia, Ernawati, (2022) (D.T.Hastuti & Prastiani, 2019). Kebiasaan tidur orang lanjut usia berubah secara mendasar seiring bertambahnya usia. Perubahan otak akibat proses penuaan penyebab rumumnya oleh penekanan sistem saraf pada korteks serebral yang mempunyai peran sebagai penghalang sistem gairah sehingga menjadi kurang berfungsi ketika bertambah usia (A'la et al, 2021). Menurut Tsabita (2020), dampak kualitas tidur yang buruk akibat masalah tidur pada lansia antara lain penurunan fungsi kognitif, peningkatan risiko terjatuh, kantuk di siang hari, kesehatan fisik dan mental yang buruk, serta gaya hidup terkait kesehatan yang buruk. Hal ini juga termasuk penurunan kualitas.

Gangguan tidur yang parah pada orang dewasa yang lebih tua memerlukan pengobatan yang tepat untuk meningkatkan kebutuhan tidur. Insomnia sering terjadi pada lansia, dengan prevalensi sekitar 10-50%, dan bentuk paling umum adalah insomnia kronis (Zou et al., 2019). Menurut Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit, insomnia dianggap sebagai masalah serius. Sekitar 50 juta hingga 70 juta orang dewasa Amerika menderita gangguan tidur. Sebuah penelitian internasional yang meneliti prevalensi insomnia menemukan angkanya sekitar 6,6% di Perancis dan Italia, dibandingkan dengan 37,2% di Amerika Serikat (Al Karaki dkk., 2020). Prevalensi insomnia juga telah dilaporkan di beberapa negara: 82,17% di India, 42,1% di Pakistan, 37,75% di Tiongkok, dan 56,4% di Nepal (Dangol dkk., 2020). Kuantitas dan kualitas tidur berkorelasi signifikan dengan usia, dan prevalensi insomnia pada lansia sehat berkisar antara 12 % dan 25% (Gencarelli et al., 2021). Prevalensi gangguan tidur masih relatif tinggi, bervariasi antara 6% dan 62,1% berdasarkan laporan dari berbagai wilayah di dunia (Liu et al., 2021).

Terapi musik adalah pengobatan yang murah, dilakukan sendiri, dan sederhana yang dapat dimanfaatkan lansia untuk mengurangi permasalahan gangguan tidur. Intervensi musik sebagai pengobatan non-obat jauh lebih bermanfaat dan tidak menghasilkan efek jangka panjang seperti metode farmakologis (Ding et al., 2021). Sebaliknya, salah satu hasil penelitian terapi musik untuk insomnia adalah penelitian mendengarkan musik yang menenangkan sebelum tidur. Penggunaan terapi musik menghasilkan efek menenangkan, meningkatkan kualitas tidur, dan dapat diterapkan sebagai pengobatan sebelum tidur untuk insomnia (Chen et al., 2021). Terapi musik gamelan membantu mengekspresikan emosi, mendukung rehabilitasi fisik, mempengaruhi suasana hati dan keadaan emosi secara positif, meningkatkan daya ingat, dan memberikan kesempatan unik untuk bersosialisasi dan membangun keintiman emosional. Ini adalah terapi yang ditujukan (Wulan dan Apriliyasari, 2020). Musik gamelan dicirikan sebagai musik yang bercirikan harmoni lambat, timbre konsisten, dan nada rendah, yang dapat mempengaruhi perubahan emosi positif seperti perasaan bahagia dan rileks (Purba, 2021). Penyesuaian terapi music dengan latar belakang klien, maka pemilihan musik gamelan jawa merupakan pilihan yang tepat bagi pasien dewasa yang mengalami ketidaknyamanan (nyeri). Musik gamelan yang digunakan adalah musik gamelan jawa dengan melodi pelog yang mempunyai suara lembut dan menenangkan serta cocok untuk lansia (Yusli dan Rachma, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, ditentukan bahwa lebih dari 70% peserta mengalami sulit tidur atau insomnia selama dua minggu pertama penelitian.. Menurut data lansia yang dapat digunakan untuk mendiagnosis insomnia, tidak semua lansia mengalami masalah sulit tidur. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, banyak lansia yang mengalami gangguan tidur, dimana lansia mengalami gangguan tidur pada pagi hari dan sering mengalaminya pada sore dan malam hari, serta tidak dapat melanjutkan tidurnya hingga keesokan harinya.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk menghasilkan Karya Ilmiah Akhir dengan judul. “Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor

Kecamatan Sempor". Maka dari itu penulis menggunakan terapi musik sebagai upaya penurunan insomnia yaitu sebagai alternatif terapi non farmakologi dalam menurunkan insomnia di Desa Pekuncen dengan nuansa budaya jawa melalui penerapan terapi musik gamelan.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah gambaran asuhan keperawatan pada pasien lansia dengan gangguan tidur atau insomnia menggunakan penerapan terapi music jawa?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menggambarkan asuhan keperawatan lansia dengan masalah utama insomnia di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengkajian pada lansia dengan masalah utama insomnia di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor.
- b. Mendeskripsikan hasil diagnosa keperawatan lansia dengan masalah utama insomnia di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor.
- c. Mendeskripsikan intervensi keperawatan lansia dengan masalah utama insomnia di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor.
- d. Mendeskripsikan implementasi keperawatan lansia dengan masalah utama insomnia di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor.
- e. Mendeskripsikan evaluasi keperawatan lansia dengan masalah utama insomnia di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor.
- f. Mendeskripsikan tanda gejala sebelum diberikan terapi musik Jawa asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah utama insomnia di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor.
- g. Mendeskripsikan tanda gejala sesudah diberikan terapi musik Jawa asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah utama insomnia di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor.

D. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi Masyarakat

Diharapkan penulis menggunakan pemberian terapi musik kepada masyarakat umum khususnya lansia agar dapat membantu mengatasi insomnia dan gangguan tidur serta meningkatkan kualitas tidurnya.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Diharapkan penulis dapat memberikan kontribusi terhadap kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi dalam pengobatan insomnia pada lansia..

3. Bagi Penulis

Mendapatkan wawasan dari penelitian tentang efek penelitian, terutama penelitian yang berfokus pada penggunaan terapi musik untuk mengurangi rasa sakit dan insomnia untuk kalangan lansia..

4. Bagi Puskesmas

Tulisan ini diharapkan dapat menjadi pedoman dalam menjalankan pelayanan mutu kesehatan jiwa, khususnya mengatasi insomnia dan mencapai kehidupan seperti lentera.

DAFTAR PUSTAKA

- A'la, N., Fitria, N., & Suryawati, I. (2021). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia. *Jurnal Assyifa' Ilmu Keperawatan Islami*, 6(2).
- Ashari H, Safitri DNRP, Khayati N. Efektivitas Musik Keroncong Terhadap Gangguan Tidur Lansia Dengan Hipertensi. *Holist Nurs Care Approach*. 2023;3(1):29. doi:10.26714/hnca.v3i1.11433
- Ekowati AL, Telium HD. Pengaturan MicroRNA pada Penuaan dan Kanker. 2023;3(2):69-80. doi:10.24853/mujg.3.2.69-80
- Faridah, U., Rusnoto., Kusumawati, D., Rahayu, S. & Wahab, D. (2021). Hubungan Kebiasaan Mengkonsumsi Kopi Dengan Gejala Gangguan Tidur Pada Lansia Di Desa Tempuran Demak. *The 13th University Research Colloquium* 2021.
<http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1328>
- Feralisa, J. & Widiharti. (2020). Perbedaan Kejadian Insomnia Pada Lansia Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi Air Hangat Pada Kaki. *Jurnal IJPN* Vol.1, No.2 Desember 2020. P-ISSN : 2746-5799, E-ISSN : 2747-156X.
<http://dx.doi.org/10.30587/ijpn.v1i2.2314>
- Fitriani, M. (2020). Penerapan Rendam Kaki Air Hangat Pada Lansia Dengan Gangguan Tidur di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Budhi Dharma Giwangan Yogyakarta. *Repository Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/id/eprint/2578>
- Fitriyah, L. (2021). Hubungan Antara Depresi Dengan Gangguan Tidur Pada Lansia : Literatur Riview. *Universitas Dr. Soebandi. Jurnal Keperawatan Universitas Dr. Soebandi.* <http://repository.stikesdrsoebandi.ac.id/id/eprint/185>

Kamagi RH, Sahar J. Terapi music pada gangguan tidur insomnia. 2021 DOI: <https://doi.org/10.31539/joting.v3i2.3002>

KISMANA ML. Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Kenyamanan Pada Pasien Dengan Penyakit Kardiovaskular. 2023;4(1):88-100.

Mutnawasitoh R A, Mirawati D. Peningkatan Pengetahuan Kader Lansia Dalam Mewujudkan Penuaan Yang Sukses (Success Full Ageing) Di Kecamatan Jebres Surakarta. *Peningkatan Pengetahuan Kader Lansia Dalam Mewujudkan Penuaan Yang Sukses (Success Full Ageing) Di Kec Jebres Surakarta* . 2023;7(1):1-7.

Nugroho, C. (2020). Penerapan Terapi Massage Punggung Pada Lansia Dengan Gangguan Tidur Di UPT RPSSLU Budhi Dharma Giwangan Yogyakarta. Repository Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. <http://eprint.poltekkesjogja.ac.id/id/eprint/2524>

Nurdin S, Insafitri S, Institut. Kualitas Tidur Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Lawawoi Kabupaten Sidenreng Rappang. *Journals Ners Community*. 2022;13(3):544-550.

Sari NW, Anggarawati T. Pengaruh Terapi Musik Gamelan Terhadap Penurunan Insomnia Lansia Di Masyarakat. *J Fisioter Dan Ilmu Kesehat Sisthana*. 2022;4(1):19-23. doi:10.55606/jufdikes.v4i1.4

Siregar, L. A. (2019). Laporan Kasus dan Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Gangguan Tidur di Desa Lamkat Kecamatan Darussalam Aceh Besar. Universitas Syiah Kuala Banda Aceh. <https://id.scribd.com/document/515768957>

Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik. Edisi 1. Jakarta : DPP PPNI.

Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia : Definisi dan Tindakan Keperawatan, Edisi 1. Jakarta : DPP PPNI.

Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). Standar Luaran Keperawatan Indonesia : Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan. Edisi 1. Jakarta : DPP PPNI.

Website A, Romadhon WA, Dewi RR, Ap R. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Pemberian Aroma Terapi Lavender (*Lavandula Angustifolia*) Dan Terapi Musik Langgam Jawa Terhadap Kualitas Dan Kuantitas Tidur Lansia Insomnia Berbasis Teori Adaptasi Roy. *J Keperawatan Muhammadiyah*. 2022;7(4):2022.

World Health Organization (WHO). 2018. Deafness and hearing loss. Available from:http://www.who.int/mediacentre/fa_ctsheets/fs300/en/

Wibowo, D. A. & Purnamasari, L. (2019). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Handapherang Kabupaten Ciamis Tahun 2019. Jurnal Keperawatan Galuh. Volume 1 Nomor 2. Doi: <http://dx.doi.org/10.25157/jkg.v1i2.2635>

Wungouw, H. & Rivelino, S. H. (2018). Pengaruh Terapi Rendam Air Hangat Pada Kaki Terhadap Insomnia Pada Lansia Di Kelurahan Angges Kecamatan Tahuna Barat. e-journal Keperawatan (e-Kp) Volume 6 Nomor 2, 1 Agustus 2018. Doi: <https://doi.org/10.35790/jkp.v6i2.25193>

LAMPIRAN



SOP TERAPI MUSIK

Pengertian	Terapi musik merupakan kemampuan atau kemanfaatan musik dan irama musik yang digunakan seseorang yang mengalami gangguan tidur atau insomnia, guna untuk meningkatkan kualitas tidur yang baik
Tujuan	<ol style="list-style-type: none">1. Meningkatkan kualitas tidur yang baik2. Memberikan efek rileks saat tidur3. Mengurangi emosional dan kecemasan
Alat dan Bahan	<ol style="list-style-type: none">1. Tv atau radio2. Kaset atau CD3. Hp
Prosedur	<ol style="list-style-type: none">a. Pre interaksi<ol style="list-style-type: none">1. Cek catatan keperawatan2. Menyiapkan alat alat3. Mengetahui faktor atau kondisi utama pasien4. Lakukan kebersihan (cuci tangan)b. Tahap orientasi<ol style="list-style-type: none">1. Ucapkan salam dan perkenalkan diri2. Menjelaskan tujuan dan manfaat terapi musik pada pasienc. Tahap kerja<ol style="list-style-type: none">1. Sebelum melakukan kegiatan terapi berikan pasien kesempatan untuk bertanya2. Menanyakan keluhan utama yang di rasakan pasien3. Menjaga privasi pasien, dan mulai dengan baik4. Memberikan kebebasan pada pasien untuk memilih musik jawa yang di sukai5. Menjelaskan unsur musik jawa yang dipilih pasien

	<p>6. Memilih posisi yang nyaman untuk mendengarkan musik (berbaring/ bersender)</p> <p>7. Batasi stimulasi eksternal seperti cahaya, suara, atau panggilan telefon selama mendengarkan musik tersebut</p> <p>8. Dekatkan peralatan musik Hp atau musik bok yang akan digunakan</p> <p>9. Memastikan peralatna dalam kondisi baik</p> <p>10. Nyalakan musik dalam waktu 30 menit.</p> <p>11. Mengatur volume musik, dan pastikan volume tidak terlalu keras dan nyaman di dengar</p> <p>12. Biarkan pasien mendengarkan musik dengan waktu yang di tentukan.</p> <p>d. Terminasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluasi hasil 2. Menyimpulkan hasil 3. Kontrak pertemuan selanjutnya 4. Membereskan alat alat 5. Akhiri dengan mengucap salam <p>Mencuci tangan</p>
Dokumentasi	<p>e. Dokumentasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mencatat hasil kegiatan yang telah dilakukan <ul style="list-style-type: none"> - Nama pasien, jenis kelamin, usia - Keluhan utama - Tindakan yang telah dilakukan - Waktu yang digunakan - Jenis terapi yang disampaikan - Perasaan setelah dan sebelum di terapi musik - Respon pasien - Tanggal pelaksanaan.

PENJELASAN UNTUK MENGIKUTI PENELITIAN

(PSP)

1. Kami adalah peneliti yang berasal dari Universitas Muhammadiyah Gombong/Keperawatan Progam Diploma III dengan ini meminta Anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul

" Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor ".

2. Tujuan dari penelitian studi kasus ini adalah yang dapat memberikan manfaat untuk meminimalkan dan mencegah insomnia pada lansia dengan tingkat insomnia ringan. Penelitian ini akan berlangsung selama 6 hari.
3. Prosedur pengambilan bahan data dengan metode wawancara yaitu metode memperoleh data secara lisan dari lansia kelolaan untuk memperoleh masalah keperawatan lansia. Cara ini mungkin menyebabkan ketidaknyamanan tetapi Anda tidak perlu khawatir karena penelitian ini untuk kepentingan pengembangan asuhan atau pelayanan keperawatan.
4. Keuntungan yang Anda peroleh dalam keikutsertaan anda pada penelitian ini adalah anda turut terlibat aktif mengikuti perkembangan asuhan dan 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, silahkan menghubungi peneliti pada nomor Hp : 083154590857.

Peneliti



(Hafifa Erlianti)

Universitas Muhammadiyah Gombong

Universitas Muhammadiyah Gombong

DOKUMENTASI



(Klien Tn. M)



(Klien Tn.K)



(Klien Tn. S)



PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

NAMA MAHASISWA : Hafifa Erlanti
NIM/NPM : 2021010041
NAMA PEMBIMBING : Hendri Tamara Yuda, S.Kep., Ns., M.Kep

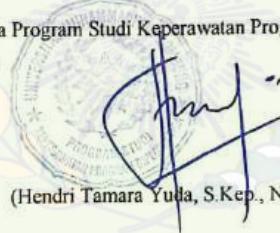
NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	PARAF MAHASISWA	PARAF PEMBIMBING
1.	Rabu, 11 Oktober 2023	Konsul Judul		
2.	Senin, 16 Oktober 2023	Konsul BAB I		
3.	Kamis, 19 Oktober 2023	Revisi BAB I		
4.	Rabu, 1 November 2023	ACC BAB I dan Konsul BAB II		
5.	Rabu, 8 November 2023	Revisi BAB II		
6.	Kamis, 16 November 2023	ACC BAB II dan Konsul BAB III		
7.	Sabtu, 18 November 2023	ACC Sidang Proposal		
8.	Selasa, 19 Maret 2024	Konsul ASKEP		
9.	Jumat, 22 Maret 2024	ACC ASKEP dan Konsul BAB IV, V		

Universitas Muhammadiyah Gombong

10.	Rabu, 27 Maret 2024	Konsul Revisi BAB IV,V		
11.	Kamis, 25 April 2024	Konsul Abstrak		
12.	Jum'at, 26 April 2024	Acc sidang Hasil		
13.	Senin, 29 April 2024	Konsul PPT		
14.				

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma III



(Hendri Tamara Yuda, S.Kep., Ns., M.Kep)

Universitas Muhammadiyah Gombong

Universitas Muhammadiyah Gombong



**PROGRAM STUDI PROGRAM DIPLOMA TIGA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2023/2024

**LEMBAR KONSULTASI
ABSTRAK KARYA TULIS ILMIAH**

Nama Mahasiswa : Hafifa Erlanti
NIM : 2021010041
Nama Pembimbing : Muhammad As'ad, M.Pd

No.	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	PARAF MAHASISWA	PARAF PEMBIMBING
1.	Jumat, 7 Juni 2024	Konsul Abstrak	H	
2.	Jumat, 21 Juni 2024	Revisi Abstrak	H	B
3.	Rabu, 24 Juni 2024	Acc Abstrak	H	-

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma III



(Hendri Tamara Yuda, S.Kep., Ns., M.Kep)

Universitas Muhammadiyah Gombong

Universitas Muhammadiyah Gombong



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
PERPUSTAKAAN
Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Fax. (0287) 472433 GOMBONG, 54412
Website : <https://library.unimugo.ac.id/>
E-mail : lib.unimugo@gmail.com

SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul : *ASURAH KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN POLA TIDUR DI DESA PERKUNGEN KECAMATAN SEMPOR.*

Nama : Hafipa Erranti
NIM : 2021010041
Program Studi : D3 Keperawatan
Hasil Cek : 24 %.

Gombong, ... 24 ... April ... 2024.

Mengetahui,
Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Pustakawan
Auva Rahmatyanti, L.Ji, S.I.P

S
(Sawiji, M.Sc)