



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA
TAHAP PERKEMBANGAN REMAJA DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN KETIDAKMAMPUAN
KOPING KELUARGA DI DESA SIDOTOTO
KECAMATAN PADURESO**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh:
Wiwit Al Fattah
202403081

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2025



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA
TAHAP PERKEMBANGAN REMAJA DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN KETIDAKMAMPUAN
KOPING KELUARGA DI DESA SIDOTOTO
KECAMATAN PADURESO**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memenuhi gelar Ners

Disusun Oleh:

Wiwit Al Fattah

202403081

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

2025

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Wiwit Al Fattah

NIM : 202403081

Tanda Tangan :



Tanggal : 01 September 2025

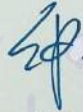


HALAMAN PERSETUJUAN

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA TAHAP
PERKEMBANGAN REMAJA DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN KETIDAKMAMPUAN KOPING KELUARGA
DI DESA SIDOTOTO KECAMATAN PADURESIO**

Telah disetujui dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diajukan pada
Tanggal 01 September 2025

Pembimbing



(Ernawati, M. Kep)

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners



(Wuri Erami, M.Kep)

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh:

Nama : Wiwit Al Fattah
NIM : 202403081
Program Studi : Profesi Ners Program Profesi
Judul KIA-N : Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Tahap Perkembangan Remaja Dengan Masalah Keperawatan Ketidakmampuan Koping Keluarga Di Desa Sidototo Kecamatan Padureso

Telah berhasil dipertahankan dihadapan penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi Universitas Muhammadiyah Gombong.

Penguji Satu



(Marsito, M.Kep, Sp.Kom)

Penguji Dua



(Ernawati, M. Kep)

Ditetapkan di : GOMBONG

Tanggal : 01 September 2025

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitis akademik Universitas Muhammadiyah Gombong saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Wiwit Al Fattah

NIM : 202403081

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Studi

Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir Ners

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non-exclusive royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA TAHAP
PERKEMBANGAN REMAJA DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN KETIDAKMAMPUAN KOPING KELUARGA DI
DESA SIDOTOTO KECAMATAN PADURESO**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan) dengan Hak Bebas Royalti Noneklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasi tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di: Gombong, Kebumen

Pada Tanggal

Yang Menyatakan



(Wiwit Al Fattah)

Program Studi Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gombong
Karya Ilmiah Akhir, Juni 2025
Wiwit Al Fattah¹⁾, Ernawati²⁾
Alfatahwiwit51@gmail.com

ABSTRAK

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA TAHAP PERKEMBANGAN REMAJA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN KETIDAKMAMPUAN KOPING KELUARGA DI DESA SIDOTOTO KECAMATAN PADURESO

Latar Belakang: Masa remaja adalah waktu di mana seseorang bergerak dari usia anak-anak ke usia dewasa. Remaja yang tumbuh dan berkembang di era millennium saat ini akan banyak bersentuhan dengan kemajuan teknologi yang semakin memudahkan mereka untuk mendapatkan berbagai informasi yang mereka butuhkan. Antara lain, waktu tidur yang lebih singkat, waktu tidur yang ditunda, dan kualitas tidur yang terus menurun, pola tidur remaja telah mengalami perubahan yang signifikan

Tujuan: Menggambarkan Asuhan Keperawatan Keluarga Tahap Perkembangan Remaja Dengan Masalah Keperawatan Ketidakkampuan Koping Keluarga Di Desa Sidototo Kecamatan Padureso.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode studi kasus deskriptif. Responden yang digunakan sejumlah 5 orang. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner PSQI dengan 18 pertanyaan.

Hasil: Hasil evaluasi keperawatan dari kelima keluarga dengan perkembangan usia remaja semua keluarga dapat teratasi dengan adanya peningkatan kualitas tidur remaja dengan adanya Komunikasi antara anggota keluarga meningkat, Perasaan diabaikan menurun.

Kesimpulan: Hasil inovasi terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) pada keluarga tahap perkembangan usia remaja yang memiliki masalah gangguan tidur ini efektif untuk meningkatkan kualitas tidur.

Rekomendasi : Diharapkan karya ilmiah ini dapat menjadi bahan pertimbangan atau referensi bagi penulis-penulis selanjutnya atau dapat dikembangkan lebih lanjut untuk mengeksplorasi topik terkait dengan berbagai pendekatan, seperti menambah durasi waktu intervensi atau mengkombinasikan tindakan-tindakan yang lebih variatif.

Kata Kunci;

Kualitas Tidur, Remaja, Terapi SEFT

¹ Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong

² Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

Nursing Professional Study Program Faculty of Health Science
Universitas Muhammadiyah Gombong
Final Scientific Work, June 2024
Wiwit Al Fattah¹⁾, Eka Riyanti²⁾
Alfatahwiwit51@gmail.com

ABSTRACT

ANALYSIS OF FAMILY NURSING CARE DURING ADOLESCENT DEVELOPMENT STAGE WITH FAMILY COPING INABILITY NURSING PROBLEMS IN SIDOTOTO VILLAGE, PADURESIO DISTRICT

Background: Adolescence is the period during which a person transitions from childhood to adulthood. Adolescents growing up in this millennium era will be greatly exposed to technological advancements that increasingly facilitate their access to various information they need. Among other things, shorter sleep duration, delayed sleep time, and declining sleep quality, the sleeping patterns of adolescents have undergone significant changes.

Objective: Describing Family Nursing Care for Adolescents Development Stage with Nursing Problem of Family Coping Inability in Sidototo Village, Paduresio District.

Method: This research uses a descriptive case study method. The respondents consisted of 5 people. The instrument used is the PSQI questionnaire with 18 questions. was using 15-items of knowledge questionnaire. The data analysis using Wilcoxon test.

Results The results of the nursing evaluation from the five families with adolescents show that all families can address issues with the improvement of the adolescents' sleep quality, alongside increased communication among family members, and a decrease in feelings of being neglected.

Conclusion : The results of the innovation of the Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy on families in the adolescent development stage with sleep disturbance issues are effective in improving sleep quality.

Recommendation: It is hoped that this scientific work can serve as a consideration or reference for future authors or can be further developed to explore related topics with various approaches, such as extending the duration of interventions or combining more varied actions.

Keywords;

Sleep Quality, Adolescents, SEFT Therapy

¹- Student of Universitas Muhammadiyah Gombong

²- Lecturer of Universitas Muhammadiyah Gombong

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Puji syukur kehadiran Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan proposal dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Tahap Perkembangan Remaja Dengan Masalah Keperawatan Ketidakmampuan Koping Keluarga Di Desa Sidototo Kecamatan Padureso”. Shalawat serta salam tetap turunkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad *Shallallahu 'Alaihi Wa Sallam* yang telah menyampaikan risalah-Nya.

Penyusunan proposal ini untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai derajat sarjana keperawatan (S.Kep,Ners) pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gombong. Penyusunan ini dapat terlaksana dengan baik berkat dukungan dan bimbingan dari banyak pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* yang selalu memberikan kemudahan penulis dalam menyelesaikan proposal ini.
2. Ibu Nur Hayati dan Bapak M. Margono yang telah berdoa,berjuang dan memberikan semangat, serta dukungan, sehingga dapat mengerjakan skripsi dengan lancar.
3. Hj. Dr. Herniyatun, S.Kep.,M.Kep.Sp.Mat selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong.
4. Ibu Wuru Utami, M.Kep selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gombong
5. Ibu Ernawati, M.Kep selaku Pembimbing yang telah berkenan memberikan bimbingan dan pengarahan kepada peneliti dan selaku penguji 2.
6. Bapak Marsito, M.Kep, Sp.Kom selaku Dosen Penguji I.

7. Seluruh dosen dan staf karyawan Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gombong yang telah memberikan keluasan kepada peneliti.
8. Semua pihak yang telah membantu tetapi tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Penulis telah berupaya dengan maksimum namun penulis menyadari bahwa penyusunan penelitian ini masih banyak terdapat kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan masukan, kritik, dan saran yang bersifat membangun ke arah perbaikan dan penyempurnaan penelitian ini. Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat dalam memperkaya khasanah dalam pendidikan. *Aamiin.*

Gombong, 01 September 2025
Peneliti,

Wiwit Al Fattah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan.....	4
C. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Tinjauan Teori	6
B. Kerangka Konsep	34
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
A. Desain Karya Tulis.....	35
B. Subjek Studi Kasus	35
C. Lokasi dan Waktu Studi Kasus	36
D. Definisi Operasional	36
E. Instrumen Studi Kasus	37
F. Langkah Pengambilan Data.....	38
G. Etika Studi Kasus	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Ringkasan Proses Asuhan Keperawatan	40
B. Ringkasan Hasil Inovasi Penerapan Tindakan	61
C. Pembahasan.....	63
D. Keterbatasan Studi Kasus.....	71

BAB V PENUTUP.....	72
A. Kesimpulan	72
B. Saran.....	73
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN.....	



DAFTAR TABEL

Tabel 3 1 Definisi Operasional.....	36
Tabel 4 1 Gambaran Tingkat Kualitas Tidur Klien Sebelum dan Setelah Pemberian Intervensi (n=5).....	61
Tabel 4 2 Gambaran perbandingan skor PSQ Klien Sebelum dan Setelah Pemberian Intervensi (n=5).....	61



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2 1 Pohon Masalah Tahap Perkembangan Keluarga Remaja.....	26
Gambar 2 2 Kerangka Konsep	34



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di Indonesia, ada sekitar 225 juta orang. Pada tahun 2023, sekitar 23,18% (64,16 juta) jiwa penduduk adalah remaja, menurut Badan Pusat Statistik. Menurut (Ramadina et al., 2022), masa remaja adalah tahapan perubahan fisiologi (fisik) dan psikologi (emosional, sikap, dan perilaku), seperti yang disebutkan dalam Permenkes RI No 25 Tahun 2014. Hasil survei data menunjukkan bahwa 1784 orang tinggal di Desa Rangkah, dengan 274 remaja berusia 10 hingga 19 tahun yang termasuk dalam keluarga dalam tahap perkembangan usia remaja. Lembaga pendidikan pertama dan terpenting, keluarga, sangat menentukan masa depan seseorang (Rahmadania & Zoahira, 2021). Menurut WHO 2018 Remaja, adalah kelompok penduduk yang berusia 10-19 tahun. Jumlah populasi yang cukup besar yaitu 18,3% dari total penduduk (> 43 juta), keunikan dalam pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun sosial di mana mereka memasuki masa yang penuh dengan storm and stress, yaitu masa Pubertas (Wulandari, 2022).

Masa remaja adalah waktu di mana seseorang bergerak dari usia anak-anak ke usia dewasa. Ini adalah masa transisi yang penuh emosi, atau berada di antara dua dunia yang menghubungkan masa kecil yang masih bergantung pada kehidupan dewasa (Suryana et al., 2022). Adanya banyak perubahan fisik dan mental adalah ciri yang dapat dilihat. Fase pubertas, juga dikenal sebagai pubertas, adalah suatu periode di mana kematangan kerangka atau fisik tubuh, seperti proporsi tubuh, berat, dan tinggi badan, mengalami perubahan pesat, terutama pada awal masa remaja. Orangtua, guru, dan pemerhati pendidikan harus sangat memperhatikan perilaku remaja yang menyimpang, seperti berbuat onar, mencuri, dan lain-lain (Lubis et al., 2023). Usia membutuhkan jumlah tidur yang berbeda, karena aktivitas berkurang seiring bertambahnya usia. Selain itu, tidur dapat berdampak pada jenis kelamin karena perbedaan fisiologis dan psikologis antara laki-laki dan perempuan. Pada remaja, waktu

tidur mereka dapat dipengaruhi oleh aktivitas sehari-hari mereka, seperti kegiatan ekstrakurikuler, kegiatan di sekolah, kehidupan sosial, dan lain-lain (Al., 2023).

Beberapa faktor, seperti usia, kelas, jenis kelamin, aktivitas sehari-hari, riwayat sakit, dan pola hidup, memengaruhi kualitas tidur remaja. Sakit juga dapat memengaruhi kualitas tidur karena orang yang sakit lebih membutuhkan lebih banyak waktu tidur daripada orang yang tidak sakit. Salah satu pola hidup remaja adalah penggunaan smartphone yang berlebihan, sekitar 6-8 jam setiap hari, yang dapat menyebabkan kecanduan dan masalah tidur. Kualitas tidur memiliki dampak besar pada kesehatan fisik dan mental, terutama bagi remaja. Kurang tidur dapat menyebabkan gejala-gejala seperti kantuk berlebihan di siang hari, perubahan suasana hati, peningkatan penggunaan obat perangsang, penurunan prestasi akademik, dan peningkatan risiko cedera. Pada saat yang sama, tidur berkualitas baik dapat meningkatkan suasana hati, daya ingat, motivasi, konsentrasi, dan kinerja kognitif seseorang (Al., 2023). Kualitas tidur sangat berdampak pada kehidupan sehari-hari khususnya pada remaja (Nugraha et al., 2023).

Keluarga merupakan tempat penting untuk kemajuan dan pembentukan anak-anak secara keseluruhan, dan keluarga memainkan peran penting dalam membangun karakter dan identitas seorang anak. Lingkungan keluarga, serta peran kedua orang tua, sangat memengaruhi kualitas karakter dan jiwa anak (Ahmad et al., 2021).

Setiap fase perkembangan memiliki tugas yang harus diselesaikan. Pada masa remaja, misalnya, mereka harus menemukan cara untuk menyeimbangkan kebebasan dan tanggung jawab, mulai berfokus pada hubungan perkawinan, belajar berkomunikasi dengan orang tua mereka, dan saling memberikan perhatian sambil tetap memberikan kebebasan yang bertanggung jawab (Lestari, 2020). Namun, remaja sering menghadapi berbagai masalah yang tidak dapat mereka selesaikan sendiri. Beberapa masalah psikososial remaja termasuk stres. Ini adalah masalah yang banyak

dialami remaja karena aktivitas sehari-hari, hubungan dengan teman sebaya, atau kesulitan belajar di sekolah (Rahayu, 2019).

Remaja yang tumbuh dan berkembang di era millennium saat ini akan banyak bersentuhan dengan kemajuan teknologi yang semakin memudahkan mereka untuk mendapatkan berbagai informasi yang mereka butuhkan. Antara lain, waktu tidur yang lebih singkat, waktu tidur yang ditunda, dan kualitas tidur yang terus menurun, pola tidur remaja telah mengalami perubahan yang signifikan. Akses internet dan jam sekolah yang sibuk adalah masalah yang mereka hadapi. Kualitas tidur remaja dapat dipengaruhi oleh konsumsi kafein yang lebih tinggi dan faktor stres yang dialaminya. Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur yaitu lingkungan, Aktivitas fisik, Penggunaan Gadget, dan tingkat stress. Lingkungan dapat mempercepat atau memperlambat tidur. Dengan demikian komunikasi antara orang tua dan anak bisa terganggu dan bisa tidak terjadinya komunikasi antara orang tua dan anak. Sehingga disini penulis mengambil judul dengan diagnosa koping keluarga tidak efektif (Nugraha et al., 2023).

SEFT adalah terapi tambahan yang membantu mengatasi gangguan tidur dengan menggabungkan energi mind-body atau tubuh dengan energi spiritual melalui ketukan di 12 jalur energi tubuh. Di mana terapi SEFT ini berpusat pada pengendalian perilaku, emosi, dan pikiran seseorang (Hari Prasetyo, 2018). Dampaknya seseorang akan menjadi lebih santai dan tenang, yang membuatnya lebih mudah tertidur. Dalam terapi ini, tapping atau ketukan ringan juga dapat meningkatkan pergerakan sinyal neurotransmitter. Ini dapat berdampak pada regulasi hypothalamic-pituitary-adrenal (HPA) axis dan penurunan produksi kortisol atau hormon stres dalam tubuh (Hari Prasetyo, 2018).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Febita & Pujiati pada tahun 2019 yang berjudul Pengaruh Terapi Seft (Teknik Kebebasan Spiritual Emosional) Pada Remaja Dalam Upaya Meningkatkan Kualitas Tidur Mereka Saat Mengalami Insomnia. Penelitian, yang dilakukan menggunakan uji wilcoxon, menemukan nilai p 0,88 pada kelompok kontrol dan nilai p 0,000

pada kelompok intervensi. Artinya, terapi SEFT untuk mengatasi insomnia remaja mengalami perubahan yang signifikan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Hari Prasetyo, 2018) intervensi pada penelitian terapi SEFT yang dilakukan selama 7 kali dalam 2 minggu dilakukan selama 5 menit sebelum tidur efektif dan dapat meningkatkan kualitas tidur.

Berdasarkan masalah tersebut peneliti tertarik untuk karya tulis ilmiah dengan judul "Asuhan Keperawatan Keluarga Tahap Perkembangan Remaja Dengan Masalah Keperawatan Ketidakmampuan Koping Keluarga Dengan Insomnia Menggunakan Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Di Desa Sidototo Kecamatan Padureso"

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk menggambarkan Asuhan Keperawatan Keluarga Tahap Perkembangan Remaja Dengan Masalah Keperawatan Ketidakmampuan Koping Keluarga Di Desa Sidototo Kecamatan Padureso.

2. Tujuan Khusus

- a. Menjelaskan hasil pengkajian dari asuhan keperawatan keluarga tahap perkembangan remaja dengan masalah keperawatan Ketidakmampuan Koping Keluarga.
- b. Menjelaskan hasil analisa dari asuhan keperawatan keluarga tahap perkembangan remaja dengan masalah keperawatan Ketidakmampuan Koping Keluarga.
- c. Memaparkan hasil intervensi asuhan keperawatan keluarga tahap perkembangan remaja dengan masalah keperawatan Ketidakmampuan Koping Keluarga.
- d. Memaparkan hasil implementasi asuhan keperawatan keluarga tahap perkembangan remaja dengan masalah keperawatan Ketidakmampuan Koping Keluarga.
- e. Memaparkan hasil evaluasi asuhan keperawatan keluarga tahap perkembangan remaja dengan masalah keperawatan Ketidakmampuan Koping Keluarga.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Keilmuan

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti lain dan salah satu sumber rujukan bagi penelitian. sekaligus sebagai tambahan ilmu pengetahuan dalam pelaksanaan asuhan keperawatan dengan Ketidakmampuan Koping Keluarga.

2. Manfaat Aplikatif

a. Penulis

Untuk mengetahui dan mempelajari tentang asuhan keperawatan keluarga tahap perkembangan remaja dengan masalah keperawatan Ketidakmampuan Koping Keluarga menggunakan terapi SEFT

b. Masyarakat

Studi kasus ini dapat memberikan pengetahuan, dan informasi khususnya kepada keluarga dengan tahap perkembangan remaja untuk mengatasi masalah Ketidakmampuan Koping Keluarga dengan terapi SEFT.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, J. M., Adrian, H., & Arif, M. (2021). Pentingnya Menciptakan Pendidikan Karakter Dalam lingkungan keluarga. *Jurnal Pendias*, 3(1), 1–24. <https://media.neliti.com/media/publications/29315-ID-urgensi-pendidikan-agama-luar-sekolah->
- Al., R. et. (2023). Faktor Yang Memengaruhi Kualitas Tidur Pada Remaja Usia Sekolah Menengah Pertama. *JKJ: Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 11(4), 809–816.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian*.
- Assyakurrohim, D., Ikhrum, D., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2022). *Metode Studi Kasus dalam Penelitian Kualitatif*. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*. 3(01), 1–9.
- Dian Siti Nurjanah. (2019). Terapi SEFT. *Dian Siti Nurjanah*, 8(5), 55.
- Diorarta, R., & Mustikasari. (2020). Tugas Perkembangan Remaja Dengan Dukungan Keluarga: Studi Kasus. *Carolus Journal of Nursing*, 2(2), 111–120. <https://doi.org/10.37480/cjon.v2i2.35>
- Fitriana, N. (2019). *Terapi Seft (Spiritual Emosional Freedom Technique) Pada Remaja Dalam Upaya Peningkatan Kualitas Tidur Pada Kasus Insomnia*. *Universita*.
- Freedman. (2010). Fungsi dan tugas keluarga menurut freedman. *Procedia Manufacturing*, 1(22 Jan), 1–17.
- Hari Prasetyo, S. I. P. A. I. R. R. (2018). Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Kualitas Tidur Pasien Rawat Inap Kelas III di RSUD Sleman Yogyakarta. *Thesis*, 4(3), 76–86.
- Kurniati, I. D., Setiawan, R., Rohmani, A., Lahdji, A., Tajally, A., Ratnaningrum, K., Basuki, R., Reviewer, S., & Wahab, Z. (2019). *Buku Ajar*.
- Lestari, D. E. (2020). Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Tahap Perkembangan Keluarga Dewasa. *Laboratorium Penelitian Dan Pengembangan FARMAKA TROPIS Fakultas Farmasi Universitas Muallawarman, Samarinda, Kalimantan Timur*, 33(April), 5–24.
- Lubis, Z., Ariani, E., Segala, S. M., & Wulan, W. (2023). Pendidikan Keluarga Sebagai Basis Pendidikan Anak. *Pema (Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 1(2), 92–106. <https://doi.org/10.56832/pema.v1i2.98>
- Mulawarman, M., & Nurfitri, A. D. (2023). Perilaku Pengguna Media Sosial beserta Implikasinya Ditinjau dari Perspektif Psikologi Sosial Terapan. *Buletin Psikologi*, 25(1), 36–44. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.22759>

- Nugraha, F. A., Aisyiah, A., & Wowor, T. J. F. (2023). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Remaja di SMPN 254 Jakarta. *Malahayati Nursing Journal*, 5(9), 3063–3076. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i9.9242>
- Rahayu, F. (2019). Hubungan Tingkat Stres Dengan Strategi Koping Yang Digunakan Siswa- Siswi Akselerasi SMA Negeri 2 Kota Tangerang Selatan. *Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah*, 1–101.
- Rahmadania, W. O., & Zoahira, W. O. A. (2021). Terapi Spritual Emotional Freedom Technique (SEFT) terhadap Tingkat Kecemasan pada Keluarga Pasien yang Kritis. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 610–618. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.1872>
- Ramadina, R. D., Rebti Sari, E. D. A., Fatmawati, N. A., Dianova, V. U., & Ditiya, R. D. W. (2022). Penggunaan Terapi Seft (Spiritual Emotional Freedom Technique) Dalam Memperbaiki Kualitas Tidur Dan Stabilitas Tekanan Darah: Literature Review. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 10(3), 320. <https://doi.org/10.24843/coping.2022.v10.i03.p12>
- RI, K. (2023). *Rencana Aksi Kegiatan P2PML*.
- Salwa, A., & Rahayu, D. A. (2022). Penerapan Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gayamsari. *Holistic Nursing Care Approach*, 2(2), 71. <https://doi.org/10.26714/hnca.v2i2.10365>
- Smeltzer, S. C., Lestari, P., & Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, F. (2018). Keperawatan medikal-bedah. *Jakarta:EGC*, 1(1), 48–61.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 1917–1928. <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494>
- Wulandari, A. (2022). Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan dan Keperawatannya. *Jurnal Keperawatan Anak*, 2, 39–43. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKA/article/view/3954>

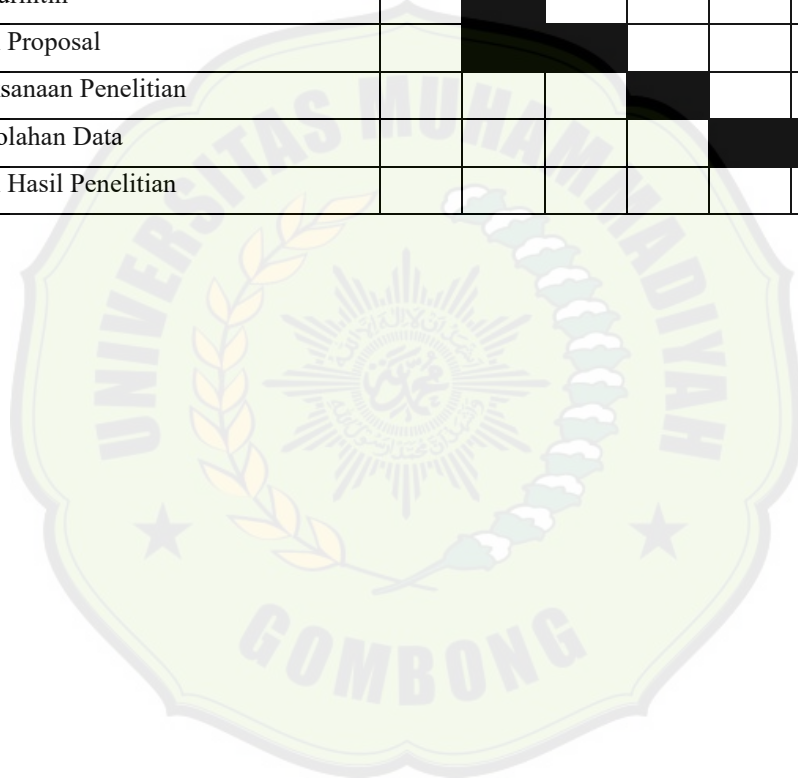
LAMPIRAN



Lampiran 1 Jadwal Pelaksanaan Kegiatan


**JADWAL PELAKSANAAN KEGIATAN PENYUSUNAN PROPOSAL DAN
HASIL KIA NERS**

Kegiatan	Nov 2024	Des 2024	Jan 2025	Feb 2025	Mar 2025	April 2025	Mei 2025
Penentuan Tema	■						
Penyusunan Proposal	■	■					
Uji Turnitin		■					
Ujian Proposal		■	■				
Pelaksanaan Penelitian				■			
Pengolahan Data					■	■	
Ujian Hasil Penelitian							■



Lampiran 2 SOP

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR TERAPI SPIRITUAL
EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT)**

	TERAPI SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT)
Pengertian	Spiritual emotional freedom technique (SEFT) adalah metode sederhana yang menekankan fokus pada masalah dalam diri individu disertai dengan menekan secara lembut padatitik akupuntur (tapping) di wajah, tubuh bagian atas dan tangan.
Tujuan	<ol style="list-style-type: none">1) Mengatasi insomnia2) Meningkatkan kualitas tidur3) Menurunkan skala nyeri4) Mengurangi kecemasan5) Menghilangkan fobia dan kecanduan6) Menurunkan tekanan darah
Indikasi	Insomnia, fobia, gangguan fisik dan seksual, stress dan kecemasan, trauma, alergi, sakit kepala, migrain, kecanduan.
Petugas	Perawat
Peralatan	<ol style="list-style-type: none">1. Lembar Observasi2. Stetoskop3. Tensimeter
Prosedur pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none">A. Tahap Orientasi<ol style="list-style-type: none">1. Memberikan salam sebagai pendekatan terapeutik2. Menjelaskan tujuan dan prosedurr Tindakan pada keluarga/klien3. Menanyakan persetujuan kesiapan pasienB. Tahap Kerja<ol style="list-style-type: none">1. Membaca tasmiyah2. Pastikan klien siap untuk dilakukan SEFT

	<ol style="list-style-type: none"> 3. Jauhkan benda toxin (jam, sabuk, handphone, laptop, cincin, pakaian yang wangi atau benda yang berada di tubuh kita atau didepan kita dijauhkan) 4. Anjurkan untuk meminum air putih terlebih dahulu (untuk mencegah energi yang keluar saat tapping) 5. Posisi SEFTer dengan pasien tidak boleh berhadapan karena adanya hantaran energi yang keluar dari tubuh, dianjurkan untuk posisi menyamping antara SEFTer dengan pasien 6. Tentukan masalah yang akan diterapi. Masalah ini harus jelas dan spesifik, bisa dibayangkan atau rasakan langsung <p>C. Tahap Terminasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan evaluasi Tindakan 2. Membaca tahmid dan berpamitan dengan klien 3. Mencuci tangan 4. Mencatat kegiatan dalam lembar catatan keperawatan
Persiapan Alat	Pakaian yang nyaman dan longgar
Cara Kerja	<ol style="list-style-type: none"> 1. Estimate Severity <ol style="list-style-type: none"> a. Ukur skala awal dari masalah dengan kisaran angka 0 sampai 10 b. Identifikasi rasa sakitnya, bukan nama sakitnya. Contoh: (sakit kepala bagian samping, nyeri pundak atas kanan, dan lain-lain). c. Angka 0 berarti tidak ada gangguan (tidak terasa sakit sama sekali) Angka 10 berarti gangguan sangat kuat atau masalahnya sangat berat. 2. Melakukan <i>Set Up</i> <p>Ucapkan kalimat set up sesuai dengan masalah yang sedang anda hadapi dengan penuh perasaan sebanyak 3 kali, sambil</p>

menekan dada di bagian *sore spot*, yaitu di daerah sekitar dada atas yang jika ditekan terasa agak sakit.

Contoh: Ya Allah, meskipun saya menderita nyeri perut yang sangat hebat dan sering *baser*, saya ikhlas, saya pasrah padaMu sepenuhnya. (Bila anda beragama lain, anda bisa mengganti Ya Allah dengan Ya Tuhan)

3. Lakukan *Tune In*

a. Pikirkan dan bayangkan peristiwa spesifik yang membangkitkan emosi negatif yang ingin dihilangkan sambil mengulangi kata penguat yang mewakili emosi negatif yang kita rasakan. Kata penguat terbaik, biasanya diambil dari kalimat yang kita pilih dalam set up, misalnya: rasa nyeri. Cara lain melakukan *tune in* ialah sambil membayangkan peristiwanya atau merasakan sakitnya, lalu kita mengganti kata penguatnya dengan doa khusyuk: Saya ikhlas, saya pasrah padaMu Ya Allah

4. Lakukan *Tapping*

Tapping adalah mengetuk ringan dengan dua ujung jari pada titik-titik tertentu di tubuh kita sebanyak kurang lebih 5-7 kali ketukan, sambil terus melakukan *tune in* (mengucapkan permasalahan yang sedang dialami klien). Adapun titik-titik tersebut adalah:

- a) top of head (bagian atas kepala)
- b) end of eyebrow (titik permulaan alis mata)
- c) side of eye (titik permulaan alis mata)
- d) under eye (2 cm di bawah mata)
- e) under nose (di bawah hidung)
- f) chin (antara dagu dan bagian bawah bibir)
- g) collarbone (pada ujung tempat bertemu tulang dada dan tulang rusuk pertama)

	<p>h) under arm (untuk laki-laki terletak di bawah ketiak sejajar dengan putting susu dan wanita terletak di perbatasan antara tulang dada dan bagian bawah payudara)</p> <p>i) gamut (di bagian antara perpanjangan tulang jari manis dan tulang jari kelingking)</p> <p>j) karate point (di samping telapak tangan)</p> <p>k) Di titik terakhir (Gamut Spot), lakukan 9 <i>Gamut procedure</i> sambil menekan pada titik gamut dan tuning adalah sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Menutup mata 2) Membuka mata 3) Menggerakkan mata dengan keras ke kanan bawah 4) Menggerakkan mata dengan keras ke kanan bawah 5) Memutar bola mata searah jarum jam 6) Memutar bola mata berlawanan arah jarum jam 7) Bergumam dengan berirama selama 2 detik 8) Menghitung dari 1 sampai 5 9) Bergumam dan bersenandung lagi selama 2 detik <p>5. <i>The Tapping Again</i> langkah terakhir adalah mengulang lagi <i>the tapping</i> dan diakhiri dengan tarik nafas panjang, hembuskan dan ucapkan rasa syukur (sesuai agama masing-masing).</p>
Hasil	Pasien memiliki perasaan lega dengan beban yang dirasakan selama ini, missal kecemasan, rasa takut, stress, kecewa, nyeri
Hal Yang Perlu Diperhatikan	Pastikan lingkungan nyaman dan tenang

Lampiran 3 Lembar Penjelasan Studi Kasus

LEMBAR PENJELASAN STUDI KASUS

Kepada Yth.

Calon Responden Studi Kasus

Di tempat

Dengan Hormat

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi Universitas Muhammadiyah Gombong.

Nama : Wiwit Al Fattah

NIM : 202403081

Akan mengadakan studi kasus dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Tahap Perkembangan Remaja Dengan Masalah Keperawatan Ketidakmampuan Koping Keluarga Di Desa Sidototo Kecamatan Padureso”. Studi kasus ini tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan bagi responden, kerahasiaan semua informasi responden akan dijaga, dan hanya dipergunakan untuk kepentingan studi kasus. Jika Anda tidak bersedia menjadi responden, maka tidak ada paksaan dan ancaman bagi Anda dan keluarga. Apabila anda bersedia menjadi responden, maka tidak ada paksaan dan ancaman bagi Anda dan keluarga. Apabila anda bersedia menjadi responden, maka saya mohon untuk menandatangani lembar persetujuan yang terlampir di belakang.

1. Apabila Remaja bersedia berpartisipasi, terlebih dahulu akan dilakukan anamnesa mengenai keluhan atau status psikososial remaja.
2. Kemudian remaja akan menandatangani lembar persetujuan yang akan disaksikan oleh keluarga.
3. Apabila saat studi kasus berlangsung tetapi Remaja ingin mengundurkan diri karena merasa tidak nyaman, maka Remaja diperbolehkan mengundurkan diri dari studi kasus ini.

Demikian surat permohonan ini saya ajukan, atas perkenaan dan kesediaan responden dalam studi kasus ini, saya mengucapkan banyak terimakasih.

Hormat Saya,
(Wiwit Al Fattah)

Lampiran 4 Informed consent

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Setelah membaca dan memahami isi penjelasan pada lembar pertama saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama (Inisial) :

Umur :

Alamat :

Jenis Kelamin :

Menyatakan bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam studi kasus yang akan dilakukan oleh Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi Universitas Muhammadiyah Gombong.

Nama : Wiwit Al Fattah

NIM : 202403081

Dengan “Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Tahap Perkembangan Remaja Dengan Masalah Keperawatan Ketidakmampuan Koping Keluarga Di Desa Sidototo Kecamatan Padureso”. Saya memahami bahwa studi kasus ini tidak berakibat negative dan merugikan bagi saya, karena penelitian ini digunakan untuk pengembangan ilmu Kesehatan. Oleh karena itu, saya bersedia menjadi responden dalam studi kasus ini dengan menandatangani surat persetujuan ini. Apabila saya merasa tidak nyaman, maka saya berhak mundur dari studi kasus ini dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Gombong.....2024

Saksi/Keluarga

Peneliti

Responden

(.....)

(Wiwit Al Fattah)

(.....)

Lampiran 5 Lembar Bimbingan

Lampiran 5 Lembar Bimbingan




UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS
Jl Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong 54412

Nama Mahasiswa : Wiwit Al Fattah
NIM : 202403081
Pembimbing : Ernawati, M.Kep

Tanggal Bimbingan	Topik /Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
28 Oktober 2024	Bimbingan Awal	
29 Oktober 2024	Konsul Judul ACC	
11 November 2024	Konsul BAB I, Revisi	
16 November 2024	BAB I ACC, lanjut BAB II	
24 Desember 2024	Konsul BAB II, Revisi	
30 Desember 2024	Konsul BAB II, BAB III	
11 Januari 2025	Konsul BAB II, BAB III	
17 Januari 2025	Konsul BAB III, Revisi	
22 Januari 2025	Konsul BAB III, Revisi	

Universitas Muhammadiyah Gombong

24 Januari 2025	ACC	
10 Mei 2025	Konsul BAB IV dan V	
19 Mei 2025	Revisi BAB IV dan V	
28 Mei 2025	ACC	

Mengetahui
Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners

(Wuri Utami, M.Kep)



LAMPIRAN 6

**KUESIONER KUALITAS TIDUR
(PSQI)**

1. Jam berapa biasanya anda mulai tidur malam?
2. Berapa lama anda biasanya baru bisa tertidur tiap malam?
3. Jam berapa anda biasanya bangun pagi?
4. Berapa lama anda tidur dimalam hari?

5	Seberapa sering masalah-masalah dibawah ini mengganggu tidur anda?	Tidak pernah (0)	1x/mgg (1)	2x/mgg (2)	≥ 3 x/mgg (3)
a)	Tidak mampu tertidur selama 30 menit sejak berbaring				
b)	Terbangun ditengah malam atau terlalu dini				
c)	Terbangun untuk ke kamar mandi				
d)	Tidak mampu bernafas dengan leluasa				
e)	Batuk atau mengorok				
f)	Kedinginan dimalam hari				
g)	Kepanasan dimalam hari				
h)	Mimpi buruk				
i)	Terasa nyeri				
j)	Alasan lain				
6	Seberapa sering anda menggunakan obat tidur				
7	Seberapa sering anda mengantuk ketika melakukan aktifitas disiang hari				
		Tidak Antusias (3)	Kecil (2)	Sedang (1)	Besar (0)
8	Seberapa besar antusias anda ingin menyelesaikan masalah yang anda hadapi				

		Sangat Baik (0)	Baik (1)	Kurang (2)	Sangat Kurang (3)
9	Pertanyaan pre intervensi : Bagaimana kualitas tidur anda selama sebulan yang lalu				
	Pertanyaan postintervensi : Bagaimana kualitas tidur anda selama seminggu yang lalu				

Keterangan Cara Skoring

Komponen :

1. Kualitas tidur subyektif (dilihat dari pertanyaan nomer 9)

- 0 = sangat baik
- 1 = baik
- 2 = kurang 3 = sangat kurang

2. Latensi tidur atau kesulitan dalam memulai tidur (total skor dari pertanyaan nomer 2 dan 5a)

Pertanyaan nomer 2

- 0 = \leq 15 menit
- 1 = 16-30 menit
- 2 = 31-60 menit
- 3 = $>$ 60 menit

Pertanyaan nomer 5a

- 0 = tidak pernah
- 1 = 1x seminggu
- 2 = 2x seminggu
- 3 = $>$ 3x seminggu

Jumlahkan skor pertanyaan nomer 2 dan 5a, dengan skor dibawah ini

- 0 = skor 0
- 1 = skor 1-2
- 2 = skor 3-4
- 3 = skor 5-6

3. Lama tidur malam (dilihat dari pertanyaan nomer 4)

- 0 = $>$ 7 jam
- 1 = 6-7 jam

2 = 5-6 jam 3 = < 5 jam

4. Efisiensi tidur (pertanyaan nomer 1, 3, 4)

Efisiensi tidur = lama tidur/lama di tempat tidur x 100%

Lama tidur (pertanyaan nomer 4)

Lama di tempat tidur (kalkulasi respon pertanyaan nomer 1 dan 3) Jika didapat hasil berikut, skornya :

0 = > 85%

1 = 75-84%

2 = 65-74%

3 = < 65%

5. Gangguan Ketika tidur malam (pertanyaan nomer 5b sampai 5j)

0 = tidak pernah

1 = 1x seminggu

2 = 2x seminggu

3 = > 3x seminggu

Jumlahkan skor pertanyaan nomer 5b sampai 5j dengan hasil skor :

0 = skor 0

1 = skor 1-9

2 = skor 10-18

3 = skor 19-27

6. Menggunakan obat-obat tidur (pertanyaan nomer 6)

0 = tidak pernah

1 = 1x seminggu

2 = 2x seminggu 3 = > 3x seminggu

7. Terganggunya aktifitas disiang hari (pertanyaan nomer 7 dan 8)

Pertanyaan nomer 7

0 = tidak pernah

1 = 1x seminggu

2 = 2x seminggu

3 = > 3x seminggu

Pertanyaan nomer 8

0 = tidak antusias

1 = kecil

2 = sedang

3 = besar

Jumlahkan skor pertanyaan nomer 7 dan 8 dengan hasil skor :

0 = skor 0

1 = skor 1-2

2 = skor 3-4

3 = skor 5-6

Skor akhir : jumlahkan skor mulai dari komponen 1 sampai 7



LAMPIRAN 7

**LEMBAR OBSERVASI
JADWAL LATIHAN TERAPI SEFT**

Inisial :

Usia :

Hari/Tanggal	Waktu Mulai	Waktu Selesai	Mandiri (√)	Dibantu (√)	Evaluasi Perasaan

Lampiran 8

	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 : Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Tahap perkembangan Remaja Dengan Masalah Keperawatan Ketidakkemampuan (Caring Keluarga di Desa Sidototo Kecamatan Padureso

Nama : Wwit Al Fattah
NIM : 201403081
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Hasil Cek : 18 %

Gombong, 28 Mei 2015

Pustakawan

(Aulia Fahmawati U.)

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

(Sawiji, M.Sc)

