

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA LANSIA  
NY.M DENGAN KASUS GANGGUAN POLA TIDUR  
MELALUI PENERAPAN TERAPI BACK MASSAGE  
PADA LANSIA DI RW I KELURAHAN KOTO  
PULAI KECAMATAN KOTO TANGAH  
PADANG 2019**



**Dosen Pembimbing:**

- 1. Gusti Sumarsih, S.Kp., M.Biomed**
- 2. Mohd. Jamil, S.Kp, M. Biomed**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
2019**

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

MARET 2019

Nama : Yaumil Hidayatil Husna, S.Kep

No. Bp : 1841312002

Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Ny.M Dengan Kasus Gangguan Pola Tidur Melalui Penerapan Terapi *Back Massage* Pada Lansia Di Rw I Kelurahan Koto Pulai Kecamatan Koto Tengah Padang 2019

#### ABSTRAK

Berbagai perubahan dan kemunduran yang terjadi pada lansia merupakan suatu proses alami akibat proses penuaan. Salah satu perubahan yang terjadi seiring bertambahnya usia adalah perubahan pada pola tidur. Dalam istilah kesehatan gangguan pola tidur disebut dengan insomnia. Tidur yang tidak adekuat dapat mengakibatkan gangguan fisiologis dan psikologis. Dampak gangguan pola tidur lansia menyebabkan penurunan kemampuan aktivitas sehari-hari, pelupa, menurunnya konsentrasi, rentan terhadap penyakit, cemas, depresi, dan penyakit jantung. Pada lansia kelolaan ditemukan perawatan serta peran keluarga yang belum optimal dalam merawat lansia dengan gangguan pola tidur sehingga diperlukan penanganan dan asuhan keperawatan lebih lanjut. Masalah yang ditemukan yaitu gangguan pola tidur pada Ny. M di RW Kelurahan Koto Pulai Kecamatan Koto Tengah Kota Padang. Terapi *back massage* adalah tindakan massase atau pijatan yang diberikan pada punggung dengan perlahan selama 3-10 menit. Melalui terapi *back massage* ini akan memberikan efek memperlancar peredaran darah, dapat memberikan efek rileks pada tubuh, menghilangkan stress, menghilangkan rasa lelah dan letih sehingga dapat meningkatkan kualitas tidur. Tujuan karya tulis ilmiah ini untuk memberikan gambaran tentang pelaksanaan asuhan keperawatan terhadap lansia dengan gangguan pola tidur dengan penerapan terapi *back massage*. Karya tulis ilmiah ini menggunakan studi kasus dan asuhan keperawatan yang dilakukan menggunakan pendekatan proses keperawatan. Hasil akhir yang didapatkan yaitu terjadinya penambahan pengetahuan klien dan keluarga dan peningkatan skor PSQI dari 12 menjadi 8. Diharapkan dengan ini petugas kesehatan dapat memberikan pelayanan dan pemeriksaan kesehatan dengan optimal pada lansia.

Kata Kunci : Lansia, Gangguan Pola Tidur, Terapi *Back Massage*

Daftar Pustaka : 30 (2004-2018)

NURSING FACULTY  
ANDALAS UNIVERSITY  
MARCH, 2019

Name : Yaumil Hidayatil Husna, S.Kep  
No. BP : 1841312002

*Nursing Care For Elderly Families In Ny. M With Insomnia Through The  
Application Of Back Massage Therapy In RW I Koto Pulai Village, Koto Tengah  
District, Padang 2019*

*Abstract*

*Various changes and setbacks that occur in the elderly are a natural process due to the aging process. One of effects that occurs with age is a change in sleep patterns. In terms of health, sleep disturbances are called insomnia. Inadequate sleep can result in physiological and psychological disorders. The impact of disruption of the sleep patterns of the elderly causes a decrease in the ability of daily activities, forgetfulness, decreased concentration, susceptible to disease, anxiety, depression, and heart disease. In elderly that under management found that care and family roles that have not been optimal in caring for elderly people with disturbed sleep patterns so that further handling and nursing care is needed. Problems found in the sleep pattern disorder in Ny. M in RW Koto Pulai Sub-District Koto Tengah District, Padang City. Back massage therapy is an act of massase or massage that is given slowly to the back for 3-10 minutes. Through this back massage therapy will provide the effect of improving blood circulation, can provide a relaxing effect on the body, relieve stress, relieve fatigue and fatigue so as to improve sleep quality. The purpose of this scientific paper is to provide an overview of the implementation of nursing care for the elderly with impaired sleep patterns by applying back massage therapy. This scientific paper uses case studies and nursing care carried out using the nursing process approach. The final results obtained were the increase in knowledge of clients and families and an increase in PSQI scores from 12 to 8. It is expected that health workers can provide optimal health services and checks on the elderly.*

*Keyword : Elderly, Insomnia, Back Massage Therapy  
Bibliography : 30 (2006-2018)*