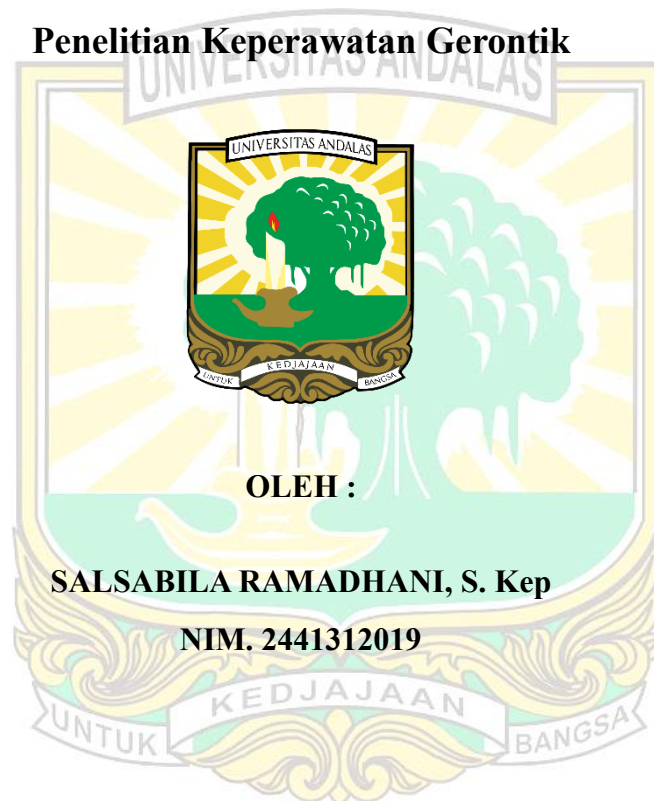


KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN PENERAPAN
TERAPI *SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*
(SEFT) TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS TIDUR
PADA LANSIA YANG MENGALAMI GANGGUAN
TIDUR DI KOTA PADANG TAHUN 2025**

Penelitian Keperawatan Gerontik



OLEH :

SALSABILA RAMADHANI, S. Kep

NIM. 2441312019

Pembimbing Utama : Gusti Sumarsih Agoes, S. Kp, M. Biomed

Pembimbing Pendamping : Ns. Muthmainnah, M. Kep

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

2025

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS ANDALAS
LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR
JUNI, 2025**

**Nama : Salsabila Ramadhani, S. Kep
NIM : 2441312019**

Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Penerapan Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Pada Lansia Yang Mengalami Gangguan Tidur Di Kota Padang Tahun 2025

ABSTRAK

Masalah gangguan tidur yang tinggi pada lansia disebabkan oleh penurunan produksi hormon, faktor eksternal (obat-obatan, kondisi lingkungan, suara, pencahayaan kamar), dan faktor internal yaitu psikologis (kecemasan, depresi, stres) serta fisiologis (kondisi penyakit akut dan kronis yang diidap). Hal ini berpotensi untuk menurunkan kualitas tidur lansia dan berkurangnya waktu tidur lansia. Salah satu penatalaksanaan non farmakologis yang dianjurkan pada lansia dengan masalah gangguan tidur untuk meningkatkan kualitas tidur adalah dengan terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*). Tujuan penulisan karya ilmiah akhir ini untuk memaparkan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah gangguan tidur dengan penerapan terapi SEFT mengatasi masalah gangguan tidur pada lansia. Metode penulisan karya ilmiah akhir ini adalah studi kasus. Prosedur yang dilakukan adalah pengkajian, penetapan masalah keperawatan, penyusunan intervensi, pelaksanaan implementasi dan evaluasi hasil tindakan. Diagnosis keperawatan yang terkait adalah gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur (nyeri dan kecemasan) dibuktikan dengan pasien mengeluh sulit tidur di malam hari. Asuhan keperawatan yang diberikan kepada Ny. M selama 9 hari berturut-turut memberikan dampak positif yaitu terdapat peningkatan kualitas tidur dari skor PSQI 13 menjadi 9. Lansia disarankan untuk melakukan terapi SEFT secara rutin dan mandiri agar bisa terus meningkatkan kualitas tidur. Terapi SEFT dapat menjadi penatalaksanaan *Non- Farmakologi* untuk meningkatkan kualitas tidur pada lansia yang mengalami gangguan tidur.

Kata kunci : Asuhan Keperawatan, Lansia, Gangguan tidur, Kualitas Tidur, Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT)

PROFESSIONAL NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF NURSING, ANDALAS UNIVERSITY
FINAL SCIENTIFIC PAPER REPORT
JUNE, 2025

Name : Salsabila Ramadhani, S.Kep

Student ID Number : 2441312019

Nursing Care for Older Adults Through the Application of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) to Improve Sleep Quality in Elderly Patients with Sleep Disorders in Padang City in 2025

ABSTRACT

The high incidence of sleep disorders among the elderly is caused by decreased hormone production, external factors (such as medications, environmental conditions, noise, and room lighting), as well as internal factors, including psychological (anxiety, depression, stress) and physiological aspects (acute and chronic illnesses). These factors can potentially reduce the quality and duration of sleep in older adults. One recommended non-pharmacological management for elderly individuals experiencing sleep disturbances is the application of Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) therapy. The purpose of this final scientific paper is to describe nursing care for elderly patients with sleep disorders through the implementation of SEFT therapy to address their sleep-related problems. This paper uses a case study method. The procedures carried out include assessment, nursing diagnosis formulation, intervention planning, implementation, and evaluation of outcomes. The relevant nursing diagnosis identified was disturbed sleep pattern related to pain and anxiety, as evidenced by the patient's complaint of difficulty sleeping at night. Nursing care provided to Mrs. M for nine consecutive days resulted in a positive impact, showing an improvement in sleep quality, with the PSQI score decreasing from 13 to 9. SEFT therapy can be considered an effective non-pharmacological approach to enhance sleep quality in elderly patients experiencing sleep disturbances.

Keywords: Nursing Care, Elderly, Sleep Disorder, Sleep Quality, Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)