



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU
POSTPARTUM DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR DAN
PENERAPAN REFLEKSOLOGI KAKI UNTUK
MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

RIFDA HASANAH FAUZI

2210721056

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2023**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU
POSTPARTUM DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR DAN
PENERAPAN REFLEKSOLOGI KAKI UNTUK
MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners

RIFDA HASANAH FAUZI

2210721056

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2023**

PERNYATAAN ORISINALITAS

KIA ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Rifda Hasanah Fauzi

NIM : 2210721056

Tanggal : 27 April 2023

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 27 April 2023

Yang menyatakan

A handwritten signature in black ink is written over a red and white postage stamp. The stamp is a 1000 Rupiah meter stamp with the text 'SPESIAL RIBU RUPIAH', '1000', 'TANPA 20', 'METERAI', and 'TEMPEL'. Below the stamp is the alphanumeric code '61E43AJX055492187'.

Rifda Hasanah Fauzi

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rifda Hasanah Fauzi

NIM : 2210721056

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (Non-exclusive Royalty Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Asuhan Keperawatan Pada Ibu Postpartum Dengan Gangguan Pola Tidur Dan Penerapan Refleksologi Kaki Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Hasil KIA saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 27 April 2023

Yang menyatakan



(Rifda Hasanah Fauzi)

PENGESAHAN

KIA diajukan oleh :

Nama : Rifda Hasanah Fauzi

NIM : 2210721056

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Judul KIA : Analisis asuhan keperawatan pada ibu postpartum dengan gangguan pola tidur dan penerapan refleksologi kaki untuk meningkatkan kualitas tidur

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



Desmawati, M.Kep., Sp.Mat.,Phd

Ketua Penguji



Ns. Dora Samaria, M.Kep

Pengaji I



Ns. Lina Ayu Marluciana, M.Kep., Sp.Kep.Mat

Pengaji II (Pembimbing)



Desmawati, M.Kep., Sp.Mat.,Phd

Dekan IKF



Ns. Dora Samaria, M.Kep

Ketua Program Studi Profesi Ners



ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU POSTPARTUM DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR DAN PENERAPAN REFLEKSOLOGI KAKI UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR

Rifda Hasanah Fauzi

Abstrak

Tidur merupakan kebutuhan dasar manusia untuk memulihkan energi dan menjaga keseimbangan metabolisme. Kualitas tidur ibu postpartum menjadi hal penting karena kualitas tidur merupakan kepuasan seseorang dari tidurnya sehingga saat bangun tidur tubuhnya terasa lebih segar. Namun, seringkali ibu postpartum mengalami masalah kualitas tidur selama masa postpartum. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat membantu meningkatkan kualitas tidur adalah refleksologi kaki. Refleksologi kaki yaitu pemijatan di area kaki yang terhubung dengan bagian tubuh lain melalui sistem saraf. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis asuhan keperawatan dengan penerapan refleksologi kaki pada ibu postpartum. Responden yang terlibat sejumlah 2 orang meliputi pasien kelolaan dan pasien resume yang diberikan intervensi refleksologi kaki. Intervensi ini dilakukan selama tujuh hari dengan frekuensi satu kali perhari selama 15 menit. Instrumen yang digunakan sebagai alat ukur kualitas tidur ibu postpartum adalah *Postpartum Sleep Quality Scale* (PSQS). Hasil penelitian ini masalah gangguan pola tidur dapat teratasi setelah dilakukan terapi refleksologi kaki yang ditandai dengan pernyataan kepuasan tidur dan tubuh menjadi rileks.

Kata Kunci : Ibu Postpartum, Kualitas Tidur, Refleksologi Kaki

ANALYSIS OF NURSING CARE IN POSTPARTUM WOMEN WITH SLEEP PATTERN DISORDERS AND IMPLEMENTATION OF FOOT REFLEXOLOGY TO IMPROVE SLEEP QUALITY

Rifda Hasanah Fauzi

Abstract

Sleep is a basic human need to restore energy and maintain metabolic balance. The quality of sleep for postpartum mothers is important because the quality of sleep is a person's satisfaction from sleep so that when they wake up their bodies feel fresher. However, postpartum mothers often experience sleep quality problems during the postpartum period. One of the non-pharmacological therapies that can help improve sleep quality is foot reflexology. Foot reflexology, namely massage in the area of the foot that is connected to other parts of the body through the nervous system. The purpose of this study was to analyze nursing care with the application of foot reflexology in postpartum mothers. Respondents involved were 2 people including managed patients and resume patients who were given foot reflexology interventions. This intervention was carried out for seven days with a frequency of once per day for 15 minutes. The instrument used as a measure of sleep quality for postpartum mothers is the Postpartum Sleep Quality Scale (PSQS). The results of this study the problem of sleep pattern disturbances can be resolved after foot reflexology therapy which is marked by statements of sleep satisfaction and the body becomes relaxed.

Keywords: Postpartum Mother, Sleep Quality, Foot Reflexology

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga karya tulis ilmiah ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak bulan November 2022 adalah Analisis Asuhan Keperawatan Pada Ibu Postpartum Dengan Gangguan Pola Tidur Dan Penerapan Refleksologi Kaki Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur. Tujuan dari penulisan karya ilmiah akhir ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan dan memperoleh gelar Ners (Ns), Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta

Terima kasih penulis ucapkan kepada Dr. Anter Venus, MA, Comm selaku rektor UPN Veteran Jakarta, Ns. Desmawati, M. Kep., Sp. Kep. Mat, PhD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta, Ns. Wiwin Winarti, S.Kep M.Epid, MN selaku Ketua Jurusan Keperawatan dan Ns. Dora Samaria, M.Kep selaku Kepala Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Ns. Lina Ayu Marcelina, M.Kep., Sp.Kep. Mat selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran yang sangat bermanfaat. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada kedua pasien kelolaan maupun resume yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk berpartisipasi dalam karya ilmiah akhir ini. Terima kasih penulis sampaikan kepada orang tua, keluarga dan teman-teman Profesi Ners UPNVJ yang sudah memberikan semangat dan doa.

Penulis berharap produk yang dihasilkan dari laporan ini dapat bermanfaat untuk tenaga kesehatan maupun untuk masyarakat. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam laporan ini sehingga saya mengharapkan saran dan kritik yang membangun.

Jakarta, April 2023

Penulis

Rifda Hasanah Fauzi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Tujuan Penelitian	3
I.3 Manfaat Penulisan	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II.1 Konsep Postpartum.....	6
II.2 Konsep Tidur	11
II.3 Konsep Kualitas Tidur.....	15
II.4 Konsep Refleksologi Kaki.....	18
BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN	20
III.1 Pengkajian Keperawatan	20
III.2 Analisa Data.....	26
III.3 Masalah Keperawatan.....	29
III.4 Rencana Keperawatan	29
III.5 Implementasi Keperawatan	35
III.6 Evaluasi Keperawatan	40
III.7 Pengkajian Kasus Resume.....	49
BAB IV PEMBAHASAN.....	52
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penelitian	52
IV.2 Analisis Penerapan Evidence Based Nursing pada	56
BAB V PENUTUP.....	59
V.1. Kesimpulan.....	59
V.2. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	61
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Analisa Data Masalah Keperawatan	26
Tabel 2	Masalah Keperawatan	29
Tabel 3	Rencana Keperawatan.....	29
Tabel 4	Implementasi Keperawatan.....	35
Tabel 5	Evaluasi Keperawatan.....	40
Tabel 6	Gambaran Kualitas Tidur Ibu Postpartum (Kelolaan)	56
Tabel 7	Gambaran Kualitas Tidur Ibu Postpartum (Resume).....	56

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan Sidang
- Lampiran 2 Kartu Monitor Bimbingan
- Lampiran 3 Lembar Kuesioner
- Lampiran 4 SOP Refleksologi Kaki
- Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 6 Produk KIAN
- Lampiran 7 Sertifikat Hak Kekayaan Intelektual
- Lampiran 8 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 9 Hasil Uji Turnitin