

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN *SLEEPHYGIENE* DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN
ISTIRAHAT TIDUR UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR
PASIEN *ACUTE LYMPHOBLASTIC LEUKEMIA* DI
RSUP DR. SARDJITO**



**ALY SAHID SAIFULLAH
P71203124068**

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN *SLEEPHYGIENE* DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN
ISTIRAHAT TIDUR UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR
PASIEN *ACUTE LYMPHOBLASTIC LEUKEMIA* DI
RSUP DR. SARDJITO**

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ners



ALY SAHID SAIFULLAH
P71203124068

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)

“Penerapan *Sleep Hygiene* dalam Pemenuhan Kebutuhan Istirahat Tidur untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Pasien *Acute Lymphoblastic Leukemia* di RSUP dr. Sardjito”

Disusun oleh:
ALY SAHID SAIFULLAH
P71203124068

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:
28 Mei 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

Harmilah, S.Pd, S.Kep.Ners.M.Kep.Sp.MB
NIP.196807031990032002

Ns. Sapta Rahayu Noamperani, S.Pd., S.Kep., M.Kep.
NIP. 196711061991012001

Yogyakarta, 28 Mei 2025
Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Palestin, SKM, M.Kep, Sp.Kom.
NIP.197207161994031005

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)

“Penerapan *Sleep Hygiene* dalam Pemenuhan Kebutuhan Istirahat Tidur untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Pasien *Acute Lymphoblastic Leukemia* di RSUP dr. Sardjito”

Disusun oleh:

ALY SAHID SAIFULLAH

P71203124068

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
pada tanggal 3 Juni 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

Ns. Maryana, S.Si.T, S.Psi, S.Kep.M.Kep.

NIP. 197504072002121002

(.....)

Anggota,

Ns. Harmilah, S.Pd, S.Kep., M.Kep., Sp.MB.

NIP.196807031990032002

(.....)

Anggota,

Ns. Sapta Rahayu Noamperani, S.Pd., S.Kep., M.Kep.

NIP. 196711061991012001

(.....)

Yogyakarta, 11 Juni 2025

Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Palestin, SKM, M.Kep, Sp.Kom.

NIP. 197207161994031005

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Aly Sahid Saifullah

NIM : P71203124068

Tanda tangan



Tanggal : 28 Mei 2025

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIAN UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai cititas akademika Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aly Sahid Saifullah
NIM : P71203124068
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Jurusan : Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty- Free Right*)** atas Tugas Akhir Profesi Ners (KIAN) saya yang berjudul: “Penerapan *Sleep Hygiene* dalam Pemenuhan Kebutuhan Istirahat Tidur untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Pasien *Acute Lymphoblastic Leukemia* di RSUP dr. Sardjito”.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta san sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta
Pada tanggal : 28 Mei 2025

Yang menyatakan



(Aly Sahid Saifullah)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini. Penulisan KIAN ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. KIAN ini terwujud atas bimbingan, arahan, dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
2. Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
3. Ns. Harmilah, S.Pd., S.Kep., M.Kep., Sp.MB., selaku Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Yogyakarta sekaligus dosen pembimbing utama yang selalu memberikan bimbingan, saran, dan motivasi dalam penyusunan KIAN ini.
4. Ns. Maryana, S.Si.T, S.Psi, S.Kep., M.Kep. selaku dosen penguji yang telah memberikan saran kepada penulis dalam perbaikan KIAN ini.
5. Ns. Sapta Rahayu Noamperani, S.Pd., S.Kep., M.Kep., selaku pembimbing pendamping yang selalu memberikan bimbingan, saran, dan motivasi dalam penyusunan KIAN ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen beserta seluruh pengelola Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
7. Orang tua dan adik-adik yang telah memberikan doa, motivasi, serta dukungan dalam membersamai proses yang dijalani penulis.
8. Teman-teman anggota kelas Pendidikan Profesi Ners VII.
9. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu atas dukungan dalam penyusunan KIAN ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
ABSTRACT.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners	4
C. Manfaat Karya Ilmiah Akhir Ners.....	5
D. Ruang Lingkup.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Konsep Kebutuhan Istirahat dan Tidur	7
B. Konsep Anak Usia Sekolah	13
C. Konsep Penyakit <i>Acute Lymphoblastic Leukemia</i> (ALL).....	16
D. Hasil <i>Literature Review</i>	23
E. Konsep <i>Sleep Hygiene</i>	30
F. <i>Web Of Causation</i> (WOC) <i>Acute Lymphoblastic Leukemia</i> (ALL).....	33
BAB III METODE PENELITIAN.....	34
A. Laporan Studi Kasus	34
B. Rencana Studi Kasus	39
BAB IV LAPORAN KASUS	47
A. Pengkajian keperawatan	47
B. Diagnosis keperawatan.....	51
C. Perencanaan keperawatan	53
D. Implementasi keperawatan	54
E. Evaluasi keperawatan	55
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	57
A. Pengkajian Keperawatan	57
B. Diagnosis Keperawatan	59
C. Perencanaan Keperawatan.....	60
D. Implementasi Keperawatan	62
E. Evaluasi Keperawatan	64
BAB VI PENUTUP	66
A. Kesimpulan.....	66
B. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN.....	71

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Hasil Penelusuran Artikel Jurnal	24
Gambar 2. 2 <i>Web Of Causation</i> (WOC) <i>Acute Lymphoblastic Leukemia</i> (ALL)	33

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Hasil Analisis Artikel Jurnal	26
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	35
Tabel 3. 2 Intervensi Keperawatan Anak dengan ALL	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. SOP Terapi Sleep Hygiene	72
Lampiran 2. Lembar Edukasi dan Observasi <i>Sleep Diary</i> pelaksanaan <i>Sleep Hygiene</i>	74
Lampiran 3. Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI)	75
Lampiran 4. Hasil Penelusuran Artikel Jurnal	77
Lampiran 5. Asuhan Keperawatan Pasien Kelolaan	83