KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TERAPI AKUPRESUR UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA

ANNISA AYU MUTHI'AH
P07120123025

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2026

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TERAPI AKUPRESUR UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan

HALAMAN JUDUL

ANNISA AYU MUTHI'AH
P07120123025

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2026

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah

PENERAPAN TERAPI AKUPRESUR UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA

APPLICATION OF ACUPRESSURE THERAPY TO IMPROVE SLEEP QUALITY IN ELDERLY

Disusun oleh:

ANNISA AYU MUTHI'AH
P07120123025

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:
13 Mei 2026

Menyetujui,

Pembimbing Utama,	Pembimbing Pendamping,
Tri Prabowo, S.Kp., M.Sc	Dr. Jenita Doli Tine Donsu, SKM., S.Tr. Kes., M.Si
NIP. 196505191988031001	NIP. 196507201989032001

Yogyakarta, ...2..Juni... 2026
Ketua Jurusan Keperawatan

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

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TERAPI AKUPRESUR UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA

Disusun Oleh:

ANNISA AYU MUTHI'AH
P07120123025

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal: 4 Juni 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Nurun Laasara, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 19670201990032001 (.....)

Anggota,
Tri Prabowo, S.Kp., M.Sc
NIP. 196505191988031001 (.....)

Anggota,
Dr. Jenita Doli Tine Donsu, SKM., S.Tr. Kes., M.Si
NIP. 196507201989032001 (.....)

Yogyakarta, ...23 Juni....2026
Ketua Jurusan Keperawatan

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

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : ANNISA AYU MUTHI'AH

NIM : P07120123025

Tanda Tangan : 

Tanggal : 25 April 2026

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademis Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Annisa Ayu Muthi'ah
NIM	: P07120123025
Program Studi	: Keperawatan Program Diploma Tiga
Jurusan	: Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul:

Penerapan Terapi Akupresur Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Pada Lansia

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan 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 : Yogyakarta

Pada tanggal : 25 April 2026

Yang menyatakan,



Annisa Ayu Muthi'ah

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini. Sholawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW sebagai suri teladan umat Islam. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan, pengarahan serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Bapak Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom selaku Ketua Jurusan Keperawatan Yogyakarta.
3. Bapak Abdul Majid, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga.
4. Ibu Nurun Laasara, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dosen Penguji Karya Tulis Ilmiah.
5. Bapak Tri Prabowo, S.Kp., M.Sc selaku Pembimbing Utama penulisan Karya Tulis Ilmiah.
6. Dr. Jenita Doli Tine Donsu, SKM., S.Tr. Kes., M.Si selaku Pembimbing Pendamping penulisan Karya Tulis Ilmiah.
7. Lansia yang menjadi subjek penelitian serta berbagai pihak yang telah berkontribusi memberikan segala bantuannya dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kesalahan dan kekurangan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Kritik dan saran seluas-luasnya dari pembaca sangat diharapkan yang kemudian akan dijadikan sebagai evaluasi. Semoga penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dapat diterima dan dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 25 April 2026
Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
PERSETUJUAN PEMBIMBING ii
HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS v
KATA PENGANTAR vi
DAFTAR ISI vii
DAFTAR TABEL viii
DAFTAR GAMBAR ix
DAFTAR LAMPIRAN x
ABSTRAK xi
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 9
C. Tujuan Studi Kasus 9
D. Ruang Lingkup Penelitian 9
E. Manfaat Penelitian 10
F. Keaslian Penelitian 11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA 13
A. Telaah Pustaka 13
B. Kerangka Teori 39
BAB III METODE PENELITIAN 40
A. Jenis Studi Kasus 40
B. Subjek Studi Kasus 40
C. Fokus Studi 41
D. Definisi Operasional 41
E. Instrumen Studi Kasus 42
F. Metode Pengumpulan Data 43
G. Tempat dan Waktu Studi Kasus 45
H. Analisa Data dan Penyajian Data 45
I. Etika Penelitian Studi Kasus 46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 48
A. Hasil Studi Kasus 48
B. Pembahasan Studi Kasus 78
C. Keterbatasan Studi Kasus 87
BAB V PENUTUP 88
A. Kesimpulan 88
B. Saran 89
DAFTAR PUSTAKA 91

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian 30
Tabel 2. Standar Operasional Prosedur Terapi Akupresur 36
Tabel 3. Perencanaan Keperawatan 35
Tabel 4. Identitas Klien 1 dan Klien 2 48
Tabel 5. Riwayat Kesehatan Klien 1 dan Klien 2 49
Tabel 6. Pengkajian Kemampuan Fungsional Klien 1 dan Klien 2 54
Tabel 7. Pengkajian Psikologis dan Sosial Klien 1 dan Klien 2 55
Tabel 8. Analisa Data pada Klien 1 58
Tabel 9. Analisa Data pada Klien 2 58
Tabel 10. Perencanaan Keperawatan pada Klien 1 dan Klien 60
Tabel 11. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Ke-1 Klien 1 62
Tabel 12. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Ke-2 Klien 1 63
Tabel 13. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Ke-3 Klien 1 64
Tabel 14. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Ke-4 Klien 1 65
Tabel 15. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Ke-5 Klien 1 66
Tabel 16. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Ke-6 Klien 1 67
Tabel 17. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Ke-7 Klien 1 68
Tabel 18. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Ke-1 Klien 2 69
Tabel 19. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Ke-2 Klien 2 70
Tabel 20. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Ke-3 Klien 2 71
Tabel 21. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Ke-4 Klien 2 72
Tabel 22. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Ke-5 Klien 2 73
Tabel 23. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Ke-6 Klien 2 74
Tabel 24. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Hari Ke-7 Klien 2 75
Tabel 25. Perkembangan Kualitas Tidur Klien Selama Penerapan Terapi Akupresur 81

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Titik Akupresur. 29
Gambar 2. Kerangka Teori 38
Gambar 3. Desa Sepaten, Kalurahan Kranggan, Kapanewon Galur. 40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.1 Riwayat Bimbingan 93
Lampiran 1.2 Surat Studi Pendahuluan..... 99
Lampiran 1.3 Surat Izin Penelitian..... 101
Lampiran 1.4 *Ethical Clearance* 102
Lampiran 1.5 Standar Operasional Prosedur Terapi Akupresur..... 103
Lampiran 1.6 *Similarity* 104
Lampiran 1.7 Surat Persetujuan Responden 1 105
Lampiran 1.8 Surat Persetujuan Responden 2 106
Lampiran 1.9 Kuesioner *PSQI* Ny. S Sebelum Penerapan Terapi Akupresur..... 107
Lampiran 1.10 Kuesioner *PSQI* Ny. S Setelah Penerapan Terapi Akupresur 108
Lampiran 1.11 Kuesioner *PSQI* Ny. W Sebelum Penerapan Terapi Akupresur.. 109
Lampiran 1.12 Kuesioner *PSQI* Ny. W Setelah Penerapan Terapi Akupresur.....110
Lampiran 1.13 Daftar Penerimaan Transport Praktisi Akupresur.....111
Lampiran 1.14 Jadwal Penelitian 112
Lampiran 1.15 Rencana Anggaran Penelitian.....113
Lampiran 1.16 Pengkajian Asuhan Keperawatan Gerontik 114
Lampiran 1.17 Pengkajian Kualitas Tidur 123
Lampiran 1.18 Dokumentasi..... 124