

**PENERAPAN INTERVENSI PIJAT KEHAMILAN DALAM PENINGKATAN
KUALITAS TIDUR PADA IBU HAMIL DALAM ASUHAN KEPERAWATAN
KELUARGA DI PADOKAN KIDUL**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Disusun Oleh :

Fajar Fitriyana

233203048

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
TAHUN 2024**

HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN INTERVENSI PIJAT KEHAMILAN DALAM
PENINGKATAN KUALITAS TIDUR PADA IBU HAMIL DALAM
ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DI PADOKAN KIDUL**

Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal 21 Agustus 2024

Oleh :

Fajar Fitriyana

233203049

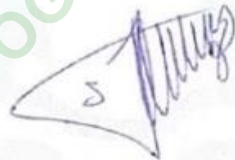
Penguji



(Dr. Sujono Riyadi, M.Kes)

NIDN.0501087601

Pembimbing I



(Suwarno, MNS)

NIDN.0507108703

Pembimbing II



(Jazimatul Khoiriyah K, AMd.Kep)

NIRA.34020095287

Mengetahui,
Ka. Prodi Profesi Ners




Fajriyati Nur Azizah, M. Kep. Sp.Kep.J
NIDN.0514058301

HALAMAN PENYATAAN KARYA TULIS AKHIR NERS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta :

Nama : Fajar Fitriyana

NPM : 233203048

Program Studi : Profesi Ners

Judul Karya Tulis Ilmiah : Penerapan Intervensi Pijat Kehamilan Dalam Peningkatan Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil Dalam Asuhan Keperawatan Keluarga Di Padokan Kidul

Menyatakan bahwa hasil penelitian dan judul di atas adalah hasil kerja saya sendiri dan bukan hasil plagiarisme. Dengan ini saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah. Demikian surat ini dibuat dengan sebenarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Yogyakarta, 30 September 2024



Fajar Fitriyana, S.Kep

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Berkat rahmat, hidayah dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners yang berjudul “Penerapan Intervensi Pijat Kehamilan Dalam Peningkatan Kualitas Tidur Ibu Hamil”. Laporan Karya Ilmiah ini terwujud atas dukungan, bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih kepada :

1. Ibu Prof. Dr. rer.nat.apt. Triana Hertiani, S.Si., M.Si. selaku rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Ibu Ida nursanti, S.Kep.,Ns., MPH selaku Dekan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Ibu Fajriyati Nur Azizah, M. Kep. Sp.Kep.J selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
4. Bapak Dr. Sujono Riyadi, M.Kes selaku penguji yang sudah memberikan saran, masukan, arahan serta koreksi dalam Karya Ilmiah Akhir Ners.
5. Bapak Suwarno, MNS selaku pembimbing I yang sudah meluangkan waktu dalam memberikan saran, masukan, arahan serta koreksi dalam Karya Tulis Ilmiah.
6. Ibu Jazimatul Khoiriyah Kurniawati, AMd.Kep selaku pembimbing II yang sudah meluangkan waktu dalam memberikan saran, masukan, arahan serta koreksi dalam Karya Tulis Ilmiah.
7. Ibu Retno Sumiyarini, S.Kep, Ners, M.M.Ed.. selaku dosen pembimbing akademik yang sudah membimbing dan mengarahkan saya selama saya menempuh pendidikan Profesi Ners di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta ini.
8. Responden dan keluarga yang sudah berkenan berpartisipasi dalam penelitian.

9. Kedua orangtua, Ayah Supiyoto dan Ibu Suriyah serta Adik Muiz yang sudah memberikan dukungan berupa doa dan semangat pada penulis selama masa pendidikan.
10. Rekan seperjuangan grup MasyaAllah Tabarakallah yang sudah sama-sama berproses selama pendidikan S1 Keperawatan hingga profesi Ners.
11. Diri saya sendiri yang telah mampu menyelesaikan tugas akhir ini, terimakasih sudah bertahan dan sudah melakukan yang terbaik
12. Member Stray Kids dan Exo yang sudah menjadi moodbooster dan melalui karyanya sudah memberikan motivasi bagi penulis.
13. Seluruh pihak yang turut membantu dalam penyusunan karya tulis ilmiah yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa melimpahkan kebaikan kepada semuanya. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa karya tulis ilmiah ini jauh dari kata sempurna. Semata-mata karna keterbatasan yang ada pada penulis baik pengalaman, pengetahuan, dan waktu yang tersedia. Besar harapan penulis semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan menambah ilmu pengetahuan. Akhir Kata Penulis Ucapkan Terimakasih

Yogyakarta, 11 Agustus 2024

Penulis

Fajar Fitriyana, S.Kep

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	
HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH AKHIR NERS.....	ii
HALAMAN PENYATAAN KARYA TULIS AKHIR NERS	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
INTISARI.....	xi
ABSTRAK.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penulisan.....	2
1. Tujuan Umum.....	2
2. Tujuan Khusus.....	2
C. Manfaat	3
1. Manfaat teoritis.....	3
2. Manfaat praktis.....	3
D. Teknik Pengumpulan Data.....	4
E. Kriteria Inklusi dan Eklusi Responden	4
BAB II TINJAUAN TEORI	5
A. Kehamilan	5
1. Definisi kehamilan.....	5
2. Perubahan-perubahan selama kehamilan.....	5
B. Kualitas Tidur	10
1. Definisi kualitas tidur	10
2. Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur	11
C. Pijat Kehamilan.....	11
1. Definisi pijat kehamilan.....	11
2. Manfaat pijat kehamilan	12

3. Hal-hal yang perlu diperhatikan	12
4. Titik yang dihindari dalam pemijatan ibu hamil.....	13
5. SOP pijat kehamilan	14
D. Asuhan Keperawatan Teoritis Ibu Hamil Trimester 3	17
BAB III TINJAUAN KASUS.....	41
PENGKAJIAN KEPERAWATAN KELUARGA	41
ANALISA DATA.....	55
INTERVENSI KEPERAWATAN INDIVIDU	60
INTERVENSI KEPERAWATAN KELUARGA.....	61
CATATAN PERKEMBANGAN KEPERAWATAN.....	63
BAB IV TEHNIK PENCARIAN JURNAL DAN ANALISIS JURNAL	70
A. Strategi Pencarian Jurnal.....	70
B. Resume Jurnal	71
C. Resume IMRAD	71
D. Rencana Aplikasi Jurnal Pada Kasus	73
BAB V PEMBAHASAN DAN IMPLIKASI.....	75
A. Kesimpulan	82
B. Saran	83
DAFTAR PUSTAKA	84

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 SOP Teknik Pijat Kehamilan	14
Tabel 2. 2 Perencanaan Keperawatan Teoritis	31
Tabel 3. 1 Pengkajian	41
Tabel 3. 2 Daftar anggota keluarga	42
Tabel 3. 3 Tingkat kemandirian keluarga	51
Tabel 5. 1 Hasil Kuesioner PSQI Pre dan Post Intervensi Pijat Kehamilan Pada Ny.D	76
Tabel 5. 2 Kisi - Kisi Kuesioner PSQI	77

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANIL
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Peta Rumah	42
Gambar 3. 2 Genogram	42
Gambar 3. 3 Ecomap.....	44
Gambar 3. 4 <i>Family attachment</i>	50
Gambar 3. 5 <i>Family tree-well being</i>	51
Gambar 4. 1 Strategi Pencarian Jurnal	71

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Kuesioner PSQI.....	89
Lampiran 2 Dokumentasi.....	92
Lampiran 3 SOP Pijat Kehamilan.....	93
Lampiran 4 Surat Etik.....	96
Lampiran 5 Lembar Bimbingan Dosen Pembimbing.....	97
Lampiran 6 Lembar Bimbingan Pembimbing Lahan.....	98
Lampiran 7 Cek Turnitin.....	99

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA