

KARYA TULIS ILMIAH

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA Ny. N DENGAN GANGGUAN
POLA TIDUR AKIBAT POST PARTUM
DI RUANG NIFAS RAWAT INAP
RSUD BALI MANDARA
TAHUN 2026**



OLEH :

KOMANG DESY SARAS NATALIA DEWI

NIM.P07120123009

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGAM STUDI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA Ny. N DENGAN GANGGUAN
POLA TIDUR AKIBAT POST PARTUM
DI RUANG NIFAS RAWAT INAP
RSUD BALI MANDARA
TAHUN 2026**



Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan pada
Program Studi D III Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Denpasar

OLEH :

KOMANG DESY SARAS NATALIA DEWI

NIM.P07120123009

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA Ny. N DENGAN GANGGUAN
POLA TIDUR AKIBAT POST PARTUM
DI RUANG NIFAS RAWAT INAP
RSUD BALI MANDARA
TAHUN 2026**



DIAJUKAN OLEH :

KOMANG DESY SARAS NATALIA DEWI

NIM.P07120123009

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :

Ni Nyoman Hartati, S.Kep.,Ns.,M.Biomed
NIP. 196211081982122001

Pembimbing Pendamping :

Dra. I D.A Ketut Surinati, S.Kep, Ners, M.Kes
NIP. 196412311985032010

**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**

I Made Sukarja, S.Kep.,Ners.,M.Kep.
NIP. 196812311992031020

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA Ny. N DENGAN GANGGUAN
POLA TIDUR AKIBAT POST PARTUM
DI RUANG NIFAS RAWAT INAP
RSUD BALI MANDARA
TAHUN 2026**

DIAJUKAN OLEH :

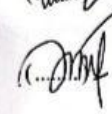
KOMANG DESY SARAS NATALIA DEWI

NIM.P07120123009

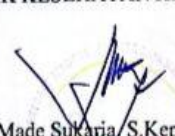
TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

**PADA HARI : SELASA
TANGGAL : 28 APRIL 2026**

TIM PENGUJI :

- | | | |
|--|-----------------|---|
| 1. Suratiah, S.Kep, Ners, M.Biomed
NIP. 197112281994022001 | (Ketua Penguji) |  |
| 2. Nengah Runiari, S.Kp,S.Pd,M.Kep, Sp.Mat
NIP. 197202191994012001 | (Anggota I) |  |
| 3. Ni Luh Ketut Suardani, S.Kep.,Ners., M.Kes
NIP. 197112281994022001 | (Anggota II) |  |

**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**


**I Made Sukarya, S.Kep.,Ners.,M.Kep.
NIP. 196812311992031020**



SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Komang Desy Saras Natalia Dewi
NIM : P07120123009
Program Studi : Diploma III
Jurusan : Keperawatan Tahun
Akademik : 2025/2026
Alamat : Perumahan GSM Kauh No.1 Perangsada
Blahbatuh Gianyar

Dengan ini menyatakan :

1. Tugas Akhir dengan judul "Asuhan Keperawatan Pada Ny.N Dengan Gangguan Pola Tidur Akibat *Post Partum* Di Ruang Nifas Rawat Inap RSUD Bali Mandara tahun 2026" adalah **benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, April 2026
Yang membuat pernyataan



Komang Desy Saras Natalia Dewi
Nim.P07120123009

**NURSING CARE FOR Mrs. N WITH SLEEP PATTERN
DISORDERS DUE TO POST-PARTUM IN THE IN PATIENT
POSTPARTUM ROOM OF BALI MANDARA REGIONAL
HOSPITAL IN 2026**

ABSTRAC

Sleep pattern disturbance is a disturbance in the quality and quantity of sleep time due to external factors. Sleep pattern disturbances that are often complained of during postpartum are hormonal changes, anxiety about being a new mother, breastfeeding schedules that disrupt sleep, restless sleep, and mood swings. This case report aims to provide Nursing Care for Mrs. N with sleep pattern disturbances due to postpartum in the inpatient postpartum ward of Bali Mandara Regional Hospital. This case report is presented descriptively with a case report design, a sample of case reports amounted to one person with inclusion criteria. The results of the assessment found that the patient said she had difficulty sleeping, complained of frequent waking, complained of dissatisfied sleep, and the patient also said her rest was reduced. The nursing diagnosis formulated was sleep pattern disturbances due to postpartum. Implementation provided based on interventions in the form of activity/rest education, non-pharmacological therapy, acupressure therapy, and relaxation therapy. The evaluation results showed that complaints of difficulty sleeping decreased, complaints of frequent waking decreased, complaints of dissatisfied sleep decreased, complaints of changing sleep patterns decreased, complaints of insufficient rest decreased, and the ability to carry out activities increased. From the case report, it was concluded that nursing care can help in overcoming the problem of sleep pattern disturbances due to postpartum.

Keywords: *Nursing care, post cesarean section, non-pharmacological therapy*

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA Ny. N DENGAN GANGGUAN
POLA TIDUR AKIBAT POST PARTUM
DI RUANG NIFAS RAWAT INAP
RSUD BALI MANDARA
TAHUN 2026**

ABSTRAK

Gangguan pola tidur merupakan gangguan kualitas dan kuantitas waktu tidur akibat faktor eksternal. Gangguan pola tidur yang sering dikeluhkan pada saat post partum yaitu, perubahan hormonal, kecemasan menjadi ibu baru, jadwal menyusui yang mengganggu tidur, tidur tidak nyenyak, serta perubahan suasana hati. Laporan kasus ini bertujuan memberikan Asuhan Keperawatan Ny.N dengan gangguan pola tidur akibat post partum di ruang nifas rawat inap RSUD Bali Mandara. Laporan kasus ini disajikan secara deskriptif dengan desain laporan kasus, sampel laporan kasus berjumlah satu orang dengan kriteria inklusi. Hasil Pengkajian didapatkan pasien mengatakan susah tidur, Mengeluh sering terjaga, mengeluh tidur tidak puas, dan pasien juga mengatakan istirahatnya menjadi berkurang. Diagnosis keperawatan yang dirumuskan adalah gangguan pola tidur akibat post partum. Implementasi yang diberikan berdasarkan intervensi berupa edukasi aktivitas/istirahat, terapi non-farmakologi, terapi akupressure, dan terapi relaksasi. Hasil evaluasi didapatkan keluhan sulit tidur menurun, keluhan sering terjaga menurun, keluhan tidak puas tidur menurun, keluhan pola tidur berubah menurun, keluhan istirahat tidak cukup menurun, kemampuan beraktivitas meningkat. Dari Laporan kasus tersebut disimpulkan bahwa asuhan keperawatan dapat membantu dalam mengatasi masalah gangguan pola tidur akibat post partum.

Kata Kunci : gangguan pola tidur, post partum, terapi non-farmakologi

RINGKASAN PENELITIAN

ASUHAN KEPERAWATAN PADA Ny. N DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR AKIBAT POST PARTUM DI RUANG NIFAS RAWAT INAP RSUD BALI MANDARA TAHUN 2026

Oleh : Komang Desy Saras Natalia Dewi
Email : sarasnataliadewi25@gmail.com

Penelitian ini merupakan studi kasus deskriptif yang bertujuan untuk memberikan gambaran secara menyeluruh mengenai asuhan keperawatan pada pasien Ny. N yang mengalami gangguan pola tidur setelah menjalani persalinan dengan metode seksio sesarea di ruang nifas rawat inap RSUD Bali Mandara. Latar belakang penelitian ini berangkat dari fenomena meningkatnya angka persalinan Seksio Sesarea di Indonesia, termasuk di Bali, yang dalam beberapa tahun terakhir menunjukkan tren peningkatan signifikan. Metode Seksio Sesarea meskipun aman secara medis, memberikan dampak fisiologis dan psikologis pada ibu pasca melahirkan, salah satunya adalah gangguan pola tidur. Gangguan ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti nyeri pascaoperasi, perubahan hormonal, adaptasi terhadap peran baru sebagai ibu, stres, serta kehadiran bayi yang sering terbangun di malam hari. Masalah gangguan tidur yang tidak tertangani dengan baik dapat menghambat proses penyembuhan, menurunkan produksi ASI, serta mengganggu kemampuan ibu dalam merawat bayi secara optimal.

Pada penelitian ini, subjek yang dipilih adalah Ny. N, seorang ibu berusia 24 tahun yang mengalami gangguan tidur pasca SC. Proses keperawatan dilaksanakan melalui lima tahapan, yakni pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Berdasarkan hasil pengkajian, Ny. N mengeluh sulit tidur, sering terbangun, dan merasa tidak cukup istirahat, yang dibuktikan secara objektif dari kondisi fisiknya seperti mata sayu, kelelahan, dan perubahan mood. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah gangguan pola tidur (D.0055) yang berhubungan dengan kurangnya kontrol tidur pasca Seksio Sesarea. Intervensi keperawatan yang diberikan berfokus pada pendekatan non-farmakologis, yaitu

edukasi tentang manajemen aktivitas dan istirahat, terapi relaksasi (seperti napas dalam dan suasana kamar yang tenang), serta teknik akupresure pada titik tertentu untuk meningkatkan kenyamanan dan kualitas tidur. Semua intervensi dilakukan selama empat hari berturut-turut dengan durasi sesi intervensi selama 30 menit per hari.

Penerapan terapi non-farmakologis terbukti efektif dan aman, serta tidak menimbulkan efek samping seperti halnya obat tidur. Temuan ini menegaskan bahwa pendekatan komplementer dalam keperawatan sangat bermanfaat, terutama dalam merawat pasien pascaoperasi seperti pada kasus Seksio Sesarea. Penelitian ini juga menggaris bawahi pentingnya peran perawat dalam memberikan edukasi serta terapi sederhana yang dapat dilakukan di rumah oleh pasien dengan bimbingan keluarga.

Sebagai kesimpulan, intervensi keperawatan berbasis terapi non-farmakologis seperti edukasi istirahat-aktivitas, teknik relaksasi, dan akupresure dapat menjadi pilihan utama dalam mengatasi gangguan tidur pada ibu post Seksio Sesarea. Selain efektif, pendekatan ini dinilai lebih aman dan murah dibandingkan terapi farmakologis. Oleh karena itu, penelitian ini merekomendasikan agar pendekatan tersebut dapat dijadikan standar intervensi pada kasus serupa di fasilitas kesehatan, serta menjadi referensi bagi penelitian lebih lanjut dalam bidang keperawatan maternitas, khususnya dalam pemulihan pasca persalinan Seksio Sesarea.

Hasil dari evaluasi menunjukkan adanya perbaikan yang signifikan pada pola tidur pasien. Keluhan sulit tidur dan sering terbangun menurun, pasien merasa lebih puas dengan waktu tidurnya, dan kemampuan aktivitas harian meningkat.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Asuhan Keperawatan pada Ny.N dengan gangguan pola tidur akibat Post Partum di Ruang Nifas Rawat Inap RSUD Bali Mandara” dengan baik.

Tujuan dari penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar. Penulis menyadari bahwa tersusunnya Karya Tulis Ilmiah ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Dr. Sri Rahayu, S.Kep.,Ners.,S.Tr.Keb.,M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan untuk menempuh jenjang pendidikan di program studi Diploma III Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
2. Bapak I Made Sukarja, S.Kep.,Ners,M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Polekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan, dukungan moral dan perhatian kepada penulis selama menempuh jenjang Pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar.
3. Bapak Ns. I Wayan Suardana, S.Kep.,M.Kep selaku Ketua Program Studi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan, dukungan moral dan perhatian kepada penulis selama menempuh jenjang Pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar.

4. Ibu Ni Nyoman Hartati, S.Kep.,Ns.,M.Biomed selaku pembimbing 1 yang bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, dorongan dan motivasi selama penulis menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Dra. I D.A.Ketut Surinati., S.Kep.,Ns., M.Kes. selaku pembimbing 2 yang telah memberikan petunjuk, masukan dan saran dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Seluruh dosen yang terlibat dalam mata kuliah metodologi penelitian yang telah memberikan ilmunya, sehingga penulis dapat menerapkan dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah.
7. Orang tua, teman-teman dan semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dan mendukung sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu.

Penulis menyadari bahwa penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu besar harapan agar Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat dan dapat digunakan sebagai pedoman dalam melaksanakan penelitian selanjutnya.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	iv
ABSTRAC	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Laporan Kasus	5
D. Manfaat Laporan Kasus	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Konsep Dasar Post partum.....	7
1. Definisi Post partum	7
2. Tahapan Masa nifas	7
3. Perubahan Fisiologis pada Masa nifas	8
4. Perubahan Psikologis pada Masa nifas.....	8
5. Kebutuhan Dasar Ibu Masa nifas	9
B. Konsep dasar gangguan pola tidur akibat post partum	10
1. Definisi	10
2. Penyebab	11
3. Tanda dan gejala.....	11
4. Dampak Gangguan Pola Tidur pada Ibu Post Partum.....	12
5. Faktor – faktor yang mempengaruhi pola tidur	12

6. Penyimpangan waktu tidur yang umum terjadi.....	15
7. Kondisi klinis terkait gangguan pola tidur	17
C. Problem tree.....	18
D. Konsep asuhan keperawatan pada post partum dengan gangguan pola tidur.....	19
1. Pengkajian keperawatan	19
2. Diagnosis Keperawatan.....	22
3. Intervensi keperawatan	24
4. Implementasi keperawatan.....	26
5. Evaluasi.....	27
BAB III HASIL DAN PEMBAHASAN	29
A. Hasil.....	29
1. Pengkajian keperawatan	30
2. Diagnosis Keperawatan	38
3. Intervensi Keperawatan	39
4. Implementasi Keperawatan	41
5. Evaluasi keperawatan	47
B. Pembahasan	48
1. Pengkajian Keperawatan	48
2. Diagnosis Keperawatan	49
3. Intervensi keperawatan.....	50
4. Implementasi keperawatan	51
5. Evaluasi Keperawatan	52
C. Keterbatasan	53
BAB IV SIMPULAN DAN SARAN	54
A. Simpulan.....	54
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA.....	56

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Analisis Data keperawatan.....	22
Tabel 2 Analisis Masalah Keperawatan.....	23
Tabel 3 Intervensi Keperawatan	24
Tabel 4 Kehamilan, persalinan dan nifas sekarang.....	32
Tabel 5 Analisa Data.....	38
Tabel 6 Intervensi Keperawatan	39
Tabel 7 Implementasi Keperawatan	41
Tabel 8 Evaluasi Keperawatan.....	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Problem tree pada pasien dengan gangguan pola tidur akibat post partum.	18
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 lembar Asuhan Keperawatan ibu post partum	60
Lampiran 2 jadwal laporan kasus	66
Lampiran 3 realisasi Biaya Laporan kasus	67
Lampiran 4 permohonan jadi pasien.....	68
Lampiran 5 validasi bimbingan	73
Lampiran 6 hasil cek Turnitin.....	74
Lampiran 7 pengambilan data.....	81
Lampiran 8 ijin pengambilan kasus.....	82
Lampiran 9 sop gangguan pola tidur	85
Lampiran 10 sop teknik relaksasi napas dalam.....	90
Lampiran 11 dokumentasi kegiatan.....	92
Lampiran 12 bukti telah menyelesaikan administrasi	93
Lampiran 13 Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository	94

DAFTAR SINGKATAN

1. PPNI : Persatuan Perawat Nasional Indonesia
2. SDKI : Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia
3. SLKI : Standar Luaran Keperawatan Indonesia
4. SIKI : Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
5. CRT : *Capillary Refill Time*
6. TFU : Tinggi fundus uteri
7. HB : Hemoglobin
8. MRS : Masuk rumah sakit
9. DO : Data Objektif

10. DS : Data Subjektif
11. TD : Tekanan Darah
12. N : Nadi
13. RR : *Respiration Rate*
14. S : Suhu
15. LILA : Lingkar lengan atas
16. BB : Berat badan
17. TB : Tinggi badan
18. BAK : Buang Air Kecil
19. BAB : Buang Air Besar
20. ASI : Air Susu Ibu
21. IMD : Inisiasi Menyusui Dini
22. SMA : Sekolah Menengah Atas
23. WITA : Waktu Indonesia Tengah
24. KB : Keluarga Berencana
25. REM : Rapid Eye Movement