

Analisis praktik klinik keperawatan kesehatan masyarakat perkotaan pada Nenek M 76 tahun dengan masalah insomnia di Wisma Mawar Sasana Tresna Werdha Budi Mulia 1 Ciracas = Analysis of clinical practice of urban health nursing in Grandma M 76 years with insomnia at rose room nursing home Budi Mulia 1 Ciracas

Istiqomah Nur Khasanah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20447485&lokasi=lokal>

Abstrak

Insomnia adalah gangguan jumlah dan kualitas tidur yang mengganggu fungsi. Insomnia menjadi satu masalah gangguan tidur yang paling banyak dialami oleh lansia di masyarakat perkotaan saat ini. Penulisan karya ilmiah akhir ners ini bertujuan untuk melaporkan hasil analisis praktik klinik keperawatan di Sasana Tresna Werdha Budi Mulia 1 Ciracas yang dilakukan selama 7 pekan dalam mengatasi masalah insomnia pada lansia. Penulisan karya ilmiah akhir ini menggunakan studi literatur dari hasil riset terkait konsep kesehatan lingkungan urban dan intervensi keperawatan untuk mengatasi insomnia pada lansia.

Hasil analisa keperawatan kesehatan masyarakat perkotaan terhadap masalah insomnia pada lansia adalah bahwa faktor ansietas dan relaksasi otot memiliki peran penting untuk meningkatkan jumlah dan kualitas tidur pada lansia. Latihan relaksasi otot progresif yang dilakukan sebanyak tiga kali dalam sepekan menjadi intervensi keperawatan yang direkomendasikan untuk mengatasi insomnia pada lansia.

.....Insomnia is a disruption in amount and quality of sleep that impairs functioning. Insomnia is one of disruption of sleep which most often found in elderly today 39 s urban society. This scientific papers aimed to report the analysis the result of clinical nursing intervention for insomnia in elderly at Nursing Home Budi Mulia 1 Ciracas in 7 weeks. Process of writing this scientific paper use literature study and result of research that related to the concept of urban environmental health and nursing intervention to treat insomnia in elderly.

The results of the analysis of the urban public health nursing to the incidence of insomnia in elderly is anxiety and relaxation are important to increase amount and quality of sleep in elderly. Progressive muscle relaxation is a nursing interventions that recommended to solve the insomnia in elderly.