

## **BAB IV**

### **ASUHAN KEPERAWATAN**

#### **4.1 Pengkajian Keperawatan**

**Nama Mahasiswa** : Ramiathus Syofi'ah Hosnaini

**NIM** : P17212245049

**Tanggal Pengkajian** : 16 September 2024

**Ruang/RS** : Puskesmas Wagir

Tanggal Masuk : 16-09-2024      Tanggal Pengkajian : 16-09-2024

Jam Masuk : 10.15 WIB      Jam Pengkajian : 10.15 WIB

Tempat : Puskesmas Wagir

#### **A. DATA UMUM KLIEN**

1. Nama klien : Ny. H
2. Usia : 27 Tahun
3. Agama : Islam
4. Status Perkawinan : Menikah
5. Pekerjaan : Karyawan Swasta
6. Pendidikan Terakhir : Sarjana
7. Alamat : Wagir, Malang

#### **B. ANAMNESA**

1. **Keluhan Utama** : Klien periksa untuk USG rutin, pada saat pengkajian pasien mengatakan sulit tidur, sering terbangun dan merasa kurang nyaman selama 7 hari.

## **2. Riwayat Menstruasi:**

- a. Menarchea : Umur
- b. Siklus : 28-30 hari
- c. Jumlah :
- d. Lamanya : 6-8 hari
- e. Keteraturan : Teratur
- f. Disminorhea : Iya, namun tidak parah

## **3. Riwayat Perkawinan**

- a. Status Perkawinan : Menikah
- b. Perkawinan : 1 kali
- c. Dengan suami sekarang : 1 setengah tahun
- d. Umur pertama kali kawin : 26 tahun

## **4. Riwayat KB**

Klien mengatakan tidak pernah KB atau kontrasepsi setelah menikah.

## **5. Riwayat kehamilan yang lalu**

Klien belum pernah hamil sebelumnya.

## **6. Pengalaman menyusui**

Klien belum pernah menyusui

## **7. Riwayat kehamilan saat ini**

- a. HPHT : 21 Desember 2023
- b. Tafsiran persalinan: 16 Maret 2025
- c. BB sebelum hamil: 50kg

d. TD Sebelum hamil: 109/82 mmHg

Tabel 3.1 Anamnesa Kunjungan ANC

TD	BB/TB	TFU	Letak & Presentasi Janin	DJJ	Usia Gestasi	Keluhan	Data lain
130/86	58kg/155	32cm	Posisi kepala di bawah	149	29-30 mgg	Sulit tidur, sering terbangun, jam tidur berkurang, tidak puas tidur	-

### 8. Riwayat Kesehatan yang lalu

Tidak ditemukan riwayat kesehatan sebelumnya.

### 9. Pola Aktifitas sehari-hari

#### 1) Eliminasi

- BAB: 2 hari sekali atau bahkan 3-4 hari sekali
- BAK: normal

#### 2) Nutrisi

- Makan : makan 3x sehari porsi normal
- Minum: 1-2 liter/hari

#### 3) Istirahat

- Tidur malam hari : klien sulit tidur di malam hari, sering terbangun dan merasa kurang nyaman
- Tidur siang hari : klien jarang tidur siang karena bekerja

4) Kebersihan

- Pemeliharaan badan : klien mandi 2x sehari
- Pemeliharaan gigi dan mulut : bersih tidak ada masalah
- Pemeliharaan kuku : kuku klien bersih

**10. Riwayat Kesehatan Keluarga**

Tidak ditemukan riwayat kesehatan keluarga

**C. DATA UMUM KESEHATAN SAAT INI**

1. Status obstetric : G1P0000Ab000
2. Umur kehamilan : 29-30 minggu
3. Keadaan Umum : Baik
4. Kesadaran : Compos mentis
5. BB/TB : 58 kg 155 cm
6. Tanda Vital
  - TD : 130/86 mmHg
  - Nadi : 104x/menit
  - Suhu : 36.5°C
  - RR : 21x/menit
7. Pemeriksaan Kepala Leher
  - Kepala : bulat, tidak ada perdarahan, tidak ada lesi
  - Mata : normal simetris
  - Hidung : normal
  - Mulut : normal, lembab tidak ada lesi
  - Telinga : normal

- Leher : tidak ada pembesaran vena jugularis, nadi teraba
- Masalah khusus : tidak ada

#### **8. Pemeriksaan integument**

- Warna : Kemerahan
- Turgor : Elastis
- Tekstur : normal, kenyal
- Kelembaban : lembab
- Kelainan pada kulit : tidak ditemukan kelainan pada kulit

#### **9. Dada/Thorak**

- Mammae
  - a. Bentuk : Bulat, simetris tidak ada benjolan
  - b. Konsistensi : padat
  - c. Areola : normal
  - d. Keadaan puting susu : menonjol
  - e. Pengeluaran kostrum : kolostrum belum keluar
  - f. Pengeluaran ASI : ASI belum keluar
- Jantung : denyut nadi terdengar, tidak ada an ataupun lesi di daerah sekitar dada.
- Paru : pernapasan versikuler, normal tidak ada masalah

#### **10. Abdomen**

- Bentuk abdomen : bulat

- Pigmentasi : striae albican tidak ada, linea nigra terlihat jelas
- Masalah khusus : tidak ada masalah khusus
- Fungsi pencernaan : pasien mengatakan BAB makin jarang bisa 3-4 hari sekali
- Pemeriksaan obstetri :
  - a. Pemeriksaan Leopold I  
Tinggi fundus uterus (TFU): 32cm
  - b. Pemeriksaan Leopold II  
Posisi kanan: punggung/bagian terkecil/bokong/kepala  
Posisi kiri : punggung/bagian terkecil/bokong/kepala
  - c. Pemeriksaan Leopold III  
Presentasi bagian bawah janin: kepala/bokong/kosong
  - d. Pemeriksaan Leopold IV  
Seberapa jauh bagian bawah janin masuk PAP
  - e. Pemeriksaan DJJ  
Frekuensi 149x/menit  
Iramanya reguler

#### 11. Perineum dan Genetalia

- keadaan vulva perineum :
- Vagina : tidak varises
- Kebersihan : bersih
- Keputihan : normal
- Hemorroid : tidak ada hemorrhoid
- Masalah khusus : tidak ditemukan masalah khusus

## 12. Ekstremitas

### a. Ekstremitas atas

Edema : tidak

### b. Ekstremitas bawah

Edema : iya, kadang-kadang di kaki

Varises : tidak ada

Reflek patella : +

Masalah khusus : tidak ada masalah khusus

## 13. Eliminasi

Urine : BAK 3-4x/hari

BAB : 3-4 hari sekali

Masalah khusus : pasien mengeluh sulit BAB dan tidak teratur

## 14. Istirahat dan kenyamanan

- Pola tidur : pasien mengeluh tidak bisa tidur, sering terbangun. Lama tidur 3-4 jam saat malam selama 7 hari terakhir.
- Keluhan ketidaknyamanan : iya pasien mengeluh tidak nyaman saat tidur
- Sifat nyeri : tidak mengeluh nyeri
- Intensitas nyeri : tidak terkaji

## 15. Mobilisasi dan latihan

- Tingkat mobilisasi pasien mobilisasi seperti biasa tanpa ada masalah

- Latihan/senam pasien mengikuti program senam 1x/minggu
- Masalah khusus tidak ada masalah khusus

#### 16. Nutrisi dan cairan

- Asupan nutrisi pasien cukup baik dalam mengelola asupan nutrisi
- Nafsu makan **baik**/kurang/tidak ada
- Asupan cairan cukup
- Masalah khusus tidak ditemukan masalah khusus

#### 17. Keadaan Mental

- Adaptasi psikologis pasien mengatakan sedikit bingung dan perlu beradaptasi terkait kehamilan pertamanya. Pasien juga khawatir apakah gangguan tidur dapat mempengaruhi bayi yang ada di kandungannya
- Penerimaan terhadap kehamilan pasien dan keluarga bahagia dengan kehamilannya.
- Masalah khusus

#### 18. Pola hidup yang meningkatkan resiko kehamilan tidak ada masalah khusus terkait hal ini

#### 19. Persiapan persalinan

- Senam hamil pasien rutin mengikuti senam hamil seminggu sekali
- Rencana tempat melahirkan rumah sakit
- Perlengkapan kebutuhan bayi atau ibu perlengkapan kebutuhan persalinan sudah disiapkan

- Kesiapan mental ibu dan keluarga ibu dan keluarga siap menanti kelahiran sang bayi
- Pengetahuan tentang tanda-tanda melahirkan, cara menangani nyeri, proses persalinan ibu mengetahui pengetahuan karena ikut kelas hamil
- Perawatan payudara klien sudah mengetahui cara perawatan payudara

20. Obat-obat yang dikonsumsi saat ini: tidak ada

21. Hasil pemeriksaan penunjang

- Hb 12,2 gr%
- Protein urine: negative
- Golongan darah: O rh +
- USG: plasenta corpus, air ketuban cukup, jenis kelamin laki-laki, usia kehamilan 29-30 minggu, BB janin: 1500gr

22. Rangkuman hasil pengkajian

Masalah: gangguan pola tidur, ketidaknyamanan

23. Rencana kunjungan : -

24. Terapi yang diberikan:

- Asam folat 1x400 mcg/PO
- Vit B kompleks 1x150mg/PO

## PEMERIKSAAN PENUNJANG

### A. Radiologi

Tabel 4.2 Pemeriksaan Penunjang USG

Tanggal	Jenis Pemeriksaan	Hasil Pemeriksaan
16 September 2024	USG	Plasenta corpus, air ketuban cukup, jenis kelamin laki-laki, usia kehamilan 29-30 minggu, bb: 1500gr

### B. Laboratorium

Tabel 4.3 Pemeriksaan Penunjang Lab

Tanggal	Jenis Pemeriksaan	Hasil Pemeriksaan
16 September 2024	Hb	12,2gr%

## 4.2 Analisa Data Keperawatan


Tabel 4.4 Analisa Data Keperawatan

No.	Data	Kemungkinan Penyebab	Masalah
1.	<b>DS:</b> Pasien mengatakan pasien tidak bisa tidur, sering terbangun, tidur tidak puas selama 1 minggu terakhir <b>DO:</b> 1. KU pasien terlihat lelah dan lemah 2. Pasien mengeluh tidak	Kehamilan trimester 3 ↓ Hambatan lingkungan ↓ Kurang kontrol tidur ↓ Mengeluh sulit tidur	Gangguan Pola Tidur

	bisa tidur selama 7 hari terakhir 3. Nafsu makan baik 4. Tidur 3-4 jam di malam hari, siang tidak tidur 5. Skor PSQI : 13 (>5, buruk) 6. Hasil TTV a. TD : 130/86 mmHg b. N: 104x/menit	↓ Gangguan pola tidur	
--	---	--------------------------	--

### 4.3 Diganosa Keperawatan

*Tabel 4.5 Tabel Diagnosa Keperawatan*

No.	Tanggal	Diagnose Keperawatan	Nama dan Tanda tangan
1.	16 September 2024	<b>D.0055</b> Gangguan pola tidur b.d kurang kontrol tidur d.d sering terbangun, kehamilan trimester 3, tidak puas tidur, skor PSQI 13	 Syofi

#### 4.4 Intervensi Keperawatan

Tabel 4.6 Intervensi Keperawatan


No.	Diagnosa Keperawatan (SDKI)	SLKI (Standar Luaran Keperawatan Indonesia)	SIKI (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia)
1.	<b>Gangguan Pola Tidur (D.0055)</b>	<b>SLKI: Pola Tidur (L.05045)</b>  Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x30 menit, diharapkan pola tidur membaik dengan kriteria hasil : <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Keluhan sulit tidur menurun</li> <li>2. Keluhan sering terjaga menurun</li> <li>3. Keluhan tidak puas tidur menurun</li> <li>4. Keluhan pola tidur berubah menurun</li> <li>5. Keluhan istirahat tidak cukup menurun</li> </ol>	<b>SIKI: Dukungan Tidur (1.05174)</b>  <b>Observasi</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identifikasi pola aktivitas dan tidur</li> <li>2. Identifikasi faktor pengganggu tidur (fisik dan / atau psikologis)</li> <li>3. Identifikasi makanan dan minuman yang mengganggu tidur (mis: kopi, teh, alcohol, makan mendekati waktu tidur, minum banyak air sebelum tidur)</li> <li>4. Identifikasi obat tidur yang dikonsumsi</li> </ol> <b>Terapeutik</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Modifikasi lingkungan (mis: pencahayaan, kebisingan, suhu,</li> </ol>




			<p>matras, dan tempat tidur)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Batasi waktu tidur siang, jika perlu</li> <li>3. Fasilitasi menghilangkan stress sebelum tidur</li> <li>4. Tetapkan jadwal tidur rutin</li> <li>5. Lakukan prosedur untuk meningkatkan kenyamanan (mis: pijat, pengaturan posisi, terapi akupresur)</li> <li>6. Sesuaikan jadwal pemberian obat dan/atau Tindakan untuk menunjang siklus tidur-terjaga</li> </ol> <p><b>Edukasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jelaskan pentingnya tidur cukup selama sakit</li> <li>2. Anjurkan menepati kebiasaan waktu tidur</li> <li>3. Anjurkan menghindari makanan/minuman yang mengganggu tidur</li> </ol>
--	--	--	---





			<p>4. Anjurkan penggunaan obat tidur yang tidak mengandung supresor terhadap tidur REM</p> <p>5. Ajarkan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap gangguan pola tidur (mis: psikologis, gaya hidup, sering berubah shift bekerja)</p> <p>6. Ajarkan relaksasi otot autogenic atau cara nonfarmakologi lainnya</p>
--	--	--	--



#### 4.5 Implementasi Keperawatan


Tabel 4.7 Implementasi Keperawatan Hari ke 1

No.	Tanggal	Jam	Tindakan Keperawatan	Nama & Tanda Tangan
1.	16 September 2024	10.15	<p>Mengkaji keluhan yang dirasakan pasien</p> <p>R: Pasien datang ke puskesmas untuk kunjungan ANC mengeluh tidak bisa tidur selama 7 hari ini, sering terbangun, tidak puas tidur dan merasa tidak nyaman ketika pada saat tidur. Pasien juga khawatir</p>	 Syofi

			apakah dapat mempengaruhi bayi yang ada pada kandungannya	
2.	16 September 2024	10.20	<p>Mengkaji aktifitas sehari-hari dan faktor penyebab pengganggu tidur</p> <p>R: pasien mengatakan siang pergi bekerja dan tidak tidur di siang harinya. Pada malam harinya pasien tidak mengkonsumsi makanan penyebab sulit tidur</p>	 Syofi
3.	16 September 2024	10.25	<p>Mengukur tanda-tanda vital pasien</p> <p>R:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- TD: 130/86 mmHg</li> <li>- N: 104x/menit</li> <li>- RR: 21x/menit</li> <li>- S: 36,5</li> <li>- LILA : 25cm</li> <li>- TFU : 32cm</li> </ul>	 Syofi
4.	16 S September 2024	10.30	<p>Melakukan kolaborasi dengan dokter pemeriksaan USG</p> <p>R: Plasenta corpus, air ketuban cukup, jenis kelamin laki-laki, usia kehamilan 29-30 minggu,</p>	 Syofi



			bb: 1500gr	
5.	16 September 2024	10.45	Menganjurkan pasien untuk tes lab Hb  R: pasien melakukan tes lab Hb pada pemeriksaan ANC	  Syofi
6.	16 September 2024	13.15	Melihat hasil tes kehamilan  R: Didapatkan hasil kadar Hb: 12,4	  Syofi
7.	16 September 2024	13.20	Menanyakan dan mengkaji kepada pasien terkait permasalahan gangguan tidur yang dialami menggunakan kuesioner PSQI  R: pasien mengatakan kurang nyaman apabila pada saat tidur karena masih belum terbiasa dengan kehamilan di trimester ke 3 ini dan ini adalah kehamilan pertama. Nilai skor PSQI 13.	  Syofi
8.	16 September 2024	13.25	Memberikan edukasi dan pengertian terkait kondisi yang dialami serta mengajarkan pasien dalam melakukan terapi mendengarkan musik secara mandiri di rumah	  Syofi




			<p>Terapi dilakukan 2x/hari pada saat pagi dan malam sebelum tidur sambil mendengarkan musik gamelan klasik selama 10-15 menit dalam keadaan rileks dengan menggunakan headset dan handphone.</p> <p>R: Pasien mendengarkan dengan baik edukasi yang diberikan serta bertanya untuk rekomendasi musik gamelan klasik</p>	
10.	16 September 2024	13.35	<p>Mendiskusikan kontrak waktu dengan pasien serta mengarahkan melakukan intervensi terapi musik untuk mengatasi gangguan tidur yang dialami untuk dilaksanakan di rumah secara mandiri (home visit)</p> <p>R: pasien setuju untuk besok kontrak waktu</p>	 Syofi
10.	16 September 2024	13.40	<p>Menganjurkan pasien untuk melakukan pemeriksaan sesuai jadwal dan agar waspada apabila sudah mengalami tanda-tanda melahirkan segera datang ke</p>	 Syofi

			faskes terdekat	
13.	16 September 2024	13.50	Memberikan kolaborasi obat-obatan dan vitamin <ul style="list-style-type: none"> <li>- asam folat 1x400 mcg/PO</li> <li>- vitamin B kompleks 1x50 mg/PO</li> </ul>	 Syofi

## Hari ke 2

Tabel 4.8 Implementasi Keperawatan Hari ke 2




No.	Tanggal	Jam	Tindakan Keperawatan	Nama & Tanda Tangan
1.	17 September 2024	15.30	Mengkaji keluhan yang dirasakan pasien menggunakan kuesioner PSQI  R: Pasien mengatakan sudah mulai bisa tidur namun terkadang masih terbangun, pasien sudah melakukan saran edukasi yang diberikan kemarin. Nilai skor PSQI 10.	 Syofi
2.	17 September 2024	15.35	Mengajarkan pasien terapi musik gamelan klasik secara mandiri dengan posisi rileks selama 10-15 menit	 Syofi


			R: pasien mengatakan sudah mulai rileks setelah mendengarkan musik	
3.	17 September 2024	15.55	<p>Memberikan edukasi terkait penyebab sulit tidur, membatasi waktu tidur siang menyarankan untuk menghilangkan stress sebelum tidur, metapkan jadwal tidur rutin serta menghindari makanan/minuman penyebab sulit tidur</p> <p>R: pasien mendengarkan dan paham terkait edukasi yang diberikan</p>	 Syofi
3.	17 September 2024	16.15	<p>Mendiskusikan terkait ketidaknyamanan posisi pada saat tidur serta cara terapi relaksasi setelah mendengarkan musik gamelan klasik pada saat akan tidur.</p> <p>R: pasien kooperatif dan merasa sangat terbantu dengan edukasi yang diberikan</p>	 Syofi
3.	16 September 2024	10.25	Melakukan kontrak waktu untuk evaluasi selanjutnya	

			R: pasien setuju terkait kontrak waktu	Syofi
--	--	--	--	-------

### Hari ke 3

Tabel 4.9 Implementasi Keperawatan Hari ke 3

No.	Tanggal	Jam	Tindakan Keperawatan	Nama & Tanda Tangan
1.	18 September 2024	15.30	Mengkaji keluhan yang dirasakan pasien menggunakan kuesioner PSQI  R: Pasien mengatakan sudah mulai bisa tidur dan jarang terbangun ketika malam hari. tidur pasien sudah mulai 5-6 jam tiap malamnya. Nilai skor PSQI 10.	 Syofi
2.	18 September 2024	15.35	Memeriksa TTV pasien  R: - TD: 120/85 mmHg - N: 84x/menit - RR: 21x/menit - S: 36,5	 Syofi
3.	18 September 2024	15.45	Mengevaluasi hasil intervensi yang dilakukan serta memberikan edukasi terkait terapi harus	 Syofi

			<p>dilakukan secara rutin untuk meningkatkan kualitas tidur pasien.</p> <p>R: Pasien mengatakan akan terus melakukan terapi musik yang diberikan agar bisa dapat tidur dengan nyaman.</p>	
4.	18 September 2024	15.50	Menyarankan pasien apabila sudah merasakan adanya tanda-tanda melahirkan untuk segera ke faskes terdekat.	 Syofi

#### 4.6 Evaluasi Keperawatan

Tabel 4.10 Evaluasi Keperawatan Hari ke 1, 2, 3

No.	Diagnosa Keperawatan	Tanggal
		16 September 2024
1.	Gangguan pola tidur b.d kurang kontrol tidur d.d sering terbangun, kehamilan trimester 3, tidak puas tidur, skor PSQI 13	<p><b>S:</b> pasien mengatakan tidak bisa tidur selama 7 hari, sering terbangun, tidak puas tidur</p> <p><b>O:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pasien terlihat lelah</li> <li>2. Keluhan sulit tidur</li> <li>3. Keluhan sering terjaga</li> <li>4. Keluhan tidak puas tidur</li> <li>5. Keluhan pola tidur berubah</li> <li>6. Keluhan istirahat tidak cukup</li> </ol>

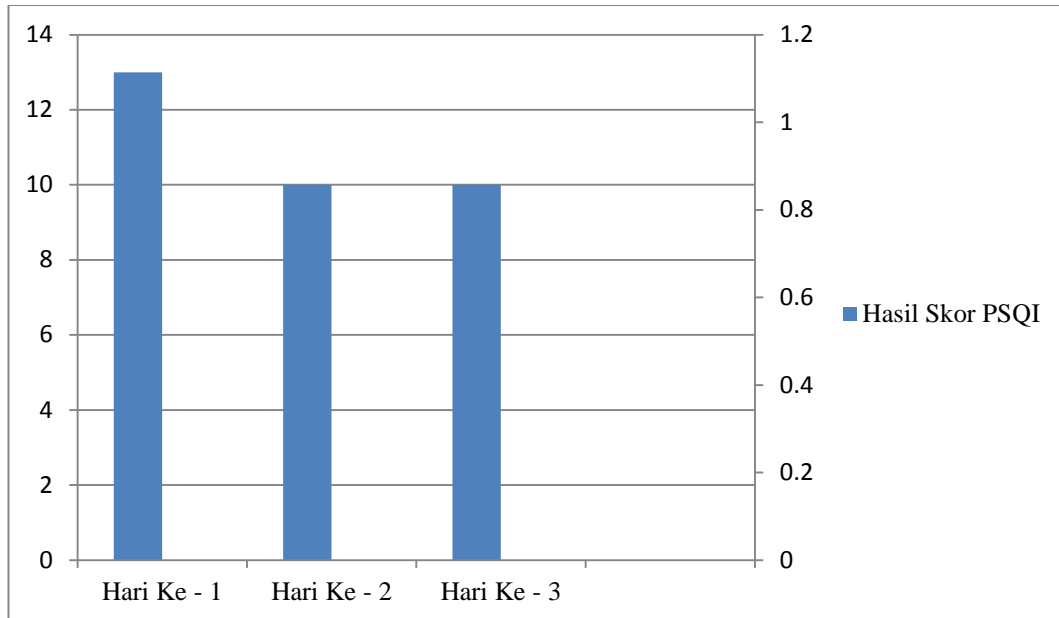
		<p>7. Katung mata pasien terlihat</p> <p>8. Pasien terlihat mengantuk</p> <p>9. Pasien terlihat lemas</p> <p>10. Pasien tidur 3-4 jam di malam hari</p> <p>11. Skor PSQI : 13 (&gt;5, buruk)</p> <p>12. Hasil TTV</p> <p style="padding-left: 40px;">a. TD : 130/86 mmHg</p> <p style="padding-left: 40px;">b. N: 104x/menit</p> <p><b>A:</b> Masalah keperawatan belum teratasi</p> <p><b>P:</b> Lanjutkan intervensi, dilanjutkan mandiri di rumah</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Terapi musik gamelan klasik 2x/hari pagi dan malam sebelum tidur selama 10-15 menit</li> <li>2. Hindari makanan penyebab sulit tidur</li> <li>3. Hindari aktifitas yang mempersulit tidur</li> </ol>
<b>No.</b>	<b>Diagnosa Keperawatan</b>	<b>Tanggal</b>
		<b>17 September 2024</b>
<b>1.</b>	Gangguan pola tidur b.d kurang kontrol tidur d.d sering terbangun, kehamilan trimester 3, tidak puas tidur, skor PSQI 13	<p><b>S:</b> Pasien mengatakan sudah mulai bisa tidur, namun masih terkadang terbangun di malam hari</p> <p><b>O:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pasien terlihat lebih segar</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Keluhan sulit tidur menurun</li> <li>3. Keluhan sering terjaga menurun</li> <li>4. Keluhan tidak puas tidur menurun</li> <li>5. Keluhan pola tidur berubah tetap</li> <li>6. Keluhan istirahat tidak cukup tetap</li> <li>7. K/U cukup</li> <li>8. Pasien tidur 4-6 jam di malam hari</li> <li>9. Skor PSQI : 10 (&gt;5, buruk)</li> </ol> <p>A: Masalah keperawatan teratasi sebagian</p> <p>P: Lanjutkan intervensi, dilanjutkan mandiri di rumah</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Terapi musik gamelan klasik 2x/hari pagi dan malam sebelum tidur selama 10-15 menit</li> <li>2. Hindari makanan penyebab sulit tidur</li> <li>3. Hindari aktifitas yang mempersulit tidur</li> </ol>
<b>No.</b>	<b>Diagnosa Keperawatan</b>	<b>Tanggal</b>
		<b>18 September 2024</b>
<b>1.</b>	Gangguan pola tidur b.d kurang kontrol tidur d.d sering terbangun,	<b>S:</b> Pasien mengatakan sudah mulai bisa tidur, namun masih terkadang

	<p>kehamilan trimester 3, tidak puas tidur, skor PSQI 13</p>	<p>terbangun di malam hari</p> <p><b>O:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Pasien terlihat lebih segar</li><li>2. K/U cukup</li><li>3. Pasien tidur 4-6 jam di malam hari</li><li>4. Keluhan sulit tidur menurun</li><li>5. Keluhan sering terjaga berkurang</li><li>6. Keluhan tidak puas tidur menurun</li><li>7. Keluhan pola tidur berubah tetap</li><li>8. Keluhan istirahat tidak cukup tetap</li><li>9. Skor PSQI : 10 (&gt;5, buruk)</li></ol> <p><b>A:</b> Masalah keperawatan teratasi sebagian</p> <p><b>P:</b> Lanjutkan intervensi, dilanjutkan mandiri di rumah</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Terapi musik gamelan klasik 2x/hari pagi dan malam sebelum tidur selama 10-15 menit</li><li>- Hindari makanan penyebab sulit tidur</li><li>- Hindari aktifitas yang mempersulit tidur</li></ul>
--	--	---

#### 4.7. Hasil Perhitungan Skor PSQI pada Kualitas Tidur

Gambar 1 Diagram skor PSQI hari ke 1 2 dan 3



Gambar 3.1 diatas menunjukkan bahwa nilai skor PSQI hari ke-1 yaitu 13 menunjukkan kualitas tidur pada Ny. H buruk. Hari kedua dan ketiga mengalami penurunan skor yaitu 10. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan kualitas tidur pada Ny. H setelah dilakukan intervensi pemberian musik gamelan kalasik selama 10-15 menit di pagi dan malam sebelum tidur.