

**GAMBARAN KUALITAS TIDUR PASIEN DIABETES  
MELITUS DENGAN PENERAPAN TERAPI SEFT (*SPIRITUAL  
EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*)  
DI RSUD DOKTER SOEKARJO  
KOTA TASIKMALAYA**

**KARYA TULIS ILMIAH**



**Oleh:**

**MIRA KOMARIAH**

**NIM. P2.06.20.1.19.022**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
TASIKMALAYA**

**2022**

## **KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan

Program Studi DIII Keperawatan Tasikmalaya



**Oleh:**

**MIRA KOMARIAH**

**NIM. P2.06.20.1.19.022**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA**

**JURUSAN KEPERAWATAN**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN**

**TASIKMALAYA**

**2022**

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Proposal Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Gambaran Kualitas Tidur Pasien Diabetes Melitus dengan Penerapan Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) di RSUD Dokter Soekarjo Kota Tasikmalaya”. Penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tentunya tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Hj. Ani Radiati R, S.Pd., M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Dudi Hartono, S.Kp, Ners, M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Bu Lia Herliana, S.Kp, Ners, M.Kep, selaku ketua Program Studi D III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Bu Novi Indriani, M.Tr.Kep selaku pembimbing 1 yang telah membimbing penulis dengan saran serta masukan dan motivasi yang membangun selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Pak Yudi Triguna, S.Kep, Ners, M.Kep selaku pembimbing 2 yang telah membimbing penulis selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Seluruh staf Pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalani perkuliahan.

7. Kedua orangtua, teteh-teteh, dan adik-adik yang selalu memberikan dukungan dan senantiasa selalu mendoakan penulis.
8. Seluruh teman-teman angkatan 26 Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, khususnya keluarga 26A yang selalu saling menguatkan dan memberikan dukungan, dan yang telah bersama-sama berjuang melawati 6 semester dengan suka dukanya masing-masing.
9. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan. Hal ini tidak luput dari kekurangan maupun keterbatasan dalam kemampuan, pengalaman, dan literature yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan di masa yang akan datang.

Penulis

Mira

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA**

**Mira Komariah<sup>1</sup>**

**P2.06.20.1.19.022**

**Novi Indriani, M.Tr.Kep<sup>2</sup>**

**198611282010122002**

**Yudi Triguna, S.Kep., Ners., M.Kep<sup>3</sup>**

**197908082002121004**

**“Gambaran Kualitas Tidur Pasien Diabetes Melitus dengan Penerapan  
Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*)  
di RSUD Dokter Soekarjo Kota Tasikmalaya”**

**ABSTRAK**

Diabetes melitus didefinisikan sebagai penyakit kronis akibat pankreas tidak memproduksi insulin yang cukup atau ketidakefektifan tubuh menggunakan insulin. Ketidakseimbangan kadar glukosa darah penderita DM (Diabetes Melitus) menimbulkan ketidaknyamanan terutama di malam hari yang dapat mengganggu istirahat tidur sehingga terjadi penurunan kualitas tidur. Penurunan kualitas tidur dapat diatasi dengan terapi SEFT dengan unsur spiritual dan energi tubuh. Tujuan dari penelitian ini untuk menggambarkan kualitas tidur pada pasien DM di RSUD dr. Soekarjo Kota Tasikmalaya dengan penerapan terapi SEFT. Desain penelitian adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini dilakukan pada dua pasien dengan diabetes melitus selama tiga hari menggunakan instrument penelitian *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas tidur kedua pasien DM buruk dengan skor PSQI pasien 1 yaitu 9 dan pasien 2 yaitu 12. Setelah diberikan terapi SEFT terjadi penurunan skor PSQI pada kedua pasien yaitu pasien 1 menjadi 6 dan pasien 2 menjadi 7. Kesimpulan yang didapat yaitu kualitas tidur kedua pasien DM setelah diberikan terapi SEFT yaitu buruk. Namun, terjadi perubahan yaitu penurunan skor PSQI mendekati kualitas tidur baik. Terapi SEFT pada pasien DM dengan kualitas tidur buruk harus memperhatikan kunci keberhasilan terapi SEFT dan terapi SEFT dapat digunakan sebagai terapi pilihan untuk meningkatkan kualitas tidur dengan lingkungan yang tenang dan nyaman.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, Kualitas Tidur, Terapi SEFT

Daftar Pustaka: 55 buah (2013-2022)

**MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA  
TASIKMALAYA HEALTH POLYTECHNIC**

**Mira Komariah<sup>1</sup>**

**P2.06.20.1.05.022**

**Novi Indriani, M.Tr.Kep<sup>2</sup>**

**198611282010122002**

**Yudi Triguna, S.Kep., Ners., M.Kep<sup>3</sup>**

**197908082002121004**

***“Description of Sleep Quality for Diabetes Mellitus Patients with the  
Application of SEFT(Spiritual Emotional Freedom Technique) Therapy  
at RSUD dr. Soekarjo, Tasikmalaya City”***

**ABSTRACT**

*Diabetes mellitus is defined as a chronic disease caused by the pancreas not producing enough insulin or the body's ineffective use of insulin. Imbalance of blood glucose levels in people with diabetes mellitus (Diabetes Mellitus) causes discomfort, especially at night which can interfere with sleep rest, resulting in a decrease in sleep quality. Decreased sleep quality can be overcome with SEFT therapy with spiritual elements and body energy. The purpose of this study was to describe the quality of sleep in DM patients with the application of SEFT therapy at RSUD dr. Soekarjo, City of Tasikmalaya. The research design is qualitative with a case study approach. This study was conducted on two patients with diabetes mellitus for three days using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) research instrument. The results showed that the sleep quality of the two DM patients was poor with the PSQI score of patient 1 being 9 and patient 2 being 12. After being given SEFT therapy there was a decrease in PSQI scores in both patients, namely patient 1 to 6 and patient 2 to 7. The conclusion was sleep quality. both DM patients after SEFT therapy were bad. However, there was a change, namely a decrease in PSQI scores approaching good sleep quality. SEFT therapy in DM patients with poor sleep quality must pay attention to the key to the success of SEFT therapy and SEFT therapy can be used as a therapy of choice to improve sleep quality in a calm and comfortable environment.*

*Key Words: Diabetes Mellitus, Sleep Quality, SEFT Therapy  
Bibliography: 55 (2013-2022)*

## DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM KARYA TULIS ILMIAH.....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
ABSTRAK .....	vii
<i>ABSTRACT</i> .....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR SKEMA.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan masalah.....	5
C. Tujuan .....	6
1. Tujuan Umum.....	6
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat .....	6
1. Bagi Pasien dan Keluarga.....	6
2. Bagi Penulis.....	6
3. Bagi Institusi Pendidikan.....	7
4. Bagi Rumah Sakit.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Diabetes Melitus .....	8
1. Pengertian.....	8
2. Klasifikasi.....	9
3. Faktor Penyebab Diabetes Melitus.....	11

4.	Patofisiologi.....	14
5.	Manifestasi klinik .....	21
6.	Komplikasi .....	21
7.	Penatalaksanaan.....	23
B.	Konsep Kualitas Tidur .....	25
1.	Pengertian.....	25
2.	Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur .....	25
3.	Komponen kualitas tidur berdasarkan PSQI .....	27
4.	Karakteristik Tidur .....	27
5.	Manfaat Tidur.....	27
6.	Tahapan tidur.....	28
7.	Siklus Tidur .....	29
8.	Gangguan Tidur yang Umum Terjadi .....	29
9.	Penatalaksanaan gangguan tidur.....	31
C.	Konsep Terapi Spiritual Emosional Freedom Technique (SEFT) .....	32
1.	Pengertian.....	32
2.	Manfaat terapi SEFT .....	32
3.	Tahapan terapi SEFT .....	33
4.	Prosedur terapi SEFT .....	37
5.	Lima Kunci Keberhasilan SEFT .....	42
D.	Penerapan Terapi SEFT terhadap Peningkatan Kualitas Tidur pada Pasien Diabetes Melitus.....	43
E.	Konsep Asuhan Keperawatan Diabetes Melitus .....	48
1.	Pengkajian .....	48
2.	Diagnosa Keperawatan.....	53
3.	Perencanaan Keperawatan.....	54
4.	Implementasi Keperawatan .....	56
5.	Evaluasi keperawatan .....	57
<b>BAB III METODOLOGI KTI .....</b>		<b>58</b>
A.	Desain KTI.....	58
B.	Subjek KTI.....	58



C. Definisi Operasional.....	58
D. Batasan Istilah .....	59
E. Lokasi dan Waktu .....	59
F. Prosedur Penulisan KTI .....	60
G. Teknik Pengumpulan Data.....	60
H. Instrumen dan Pengambilan Data .....	61
I. Etika Studi Kasus .....	63
BAB IV .....	65
A. Hasil .....	65
B. Pembahasan.....	69
C. Keterbatasan.....	81
BAB V.....	83
A. Kesimpulan .....	83
B. Saran.....	84
DAFTAR PUSTAKA .....	85

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Etiologi Diabetes Melitus .....	11
Tabel 2.2	Kadar Tes Laboratorium Darah untuk Diagnosis Diabetes dan Prediabetes .....	13
Table 3.1	Perencanaan Keperawatan .....	54
Tabel 4.1	Karakteristik Subjek Penelitian atau Responden .....	66
Table 4.2	Skoring Nilai PSQI Pasien 1 Ny. A & Pasien 2 Ny. A.....	66
Table 4.3	Skoring Nilai PSQI Pasien 1 Ny. A & Pasien 2 Ny. A setelah Dilakukan Terapi SEFT .....	68
Diagram 4.1	Perubahan Skor Global PSQI Pasien 1 dan Pasien 2 .....	69

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Anatomi Fisiologi Pankreas .....	14
Gambar 2.2	Patofisiologi DM Tipe 1.....	15
Gambar 2.3	Patofisiologi DM tipe 2 .....	17
Gambar 2.4	<i>The Egregious Eleven</i> .....	18

## DAFTAR SKEMA

Skema 2.1	<i>Pathway</i> DM tipe 1 dan DM tipe 2 .....	20
-----------	--	----

## DAFTAR LAMPIRAN

<i>Lampiran I</i>	<i>Surat Permohonan Menjadi Subjek .....</i>	<i>94</i>
<i>Lampiran II</i>	<i>Surat Pernyataan Kesiediaan Menjadi Subjek.....</i>	<i>96</i>
<i>Lampiran III</i>	<i>Kuisisioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) .....</i>	<i>98</i>
<i>Lampiran IV</i>	<i>Keterangan Cara Skoring PSQI .....</i>	<i>100</i>
<i>Lampiran V</i>	<i>SOP Terapi SEFT .....</i>	<i>102</i>
<i>Lampiran VI</i>	<i>Jadwal Kegiatan.....</i>	<i>105</i>
<i>Lampiran VII</i>	<i>Hasil Penilaian Instrumen PSQI.....</i>	<i>106</i>
<i>Lampiran VIII</i>	<i>Daftar Riwayat Hidup.....</i>	<i>122</i>
<i>Lampiran IX</i>	<i>Asuhan Keperawatan.....</i>	<i>123</i>
<i>Lampiran X</i>	<i>Lembar Konsultasi KTI.....</i>	<i>187</i>