

**PENERAPAN TERAPI SEFT (*SPIRITUAL EMOTIONAL
FREEDOM TECHNIQUE*) TERHADAP PENINGKATAN
KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN
MEDIA VIDEO**

LAPORAN TUGAS AKHIR

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan
pada Program Studi Diploma III Keperawatan**



Oleh

ANISA NURUL FATAH

B2018010

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2020**

**PENERAPAN TERAPI SEFT (*SPIRITUAL EMOTIONAL
FREEDOM TECHNIQUE*) TERHADAP PENINGKATAN
KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN
MEDIA VIDEO**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan
pada Program Studi Diploma III Keperawatan**



Oleh

ANISA NURUL FATAH

B2018010

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2020**

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya tulis ilmiah dengan judul :

PENERAPAN TERAPI SEFT (*SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*) TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN MEDIA VIDEO

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Tugas Akhir yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya di lingkungan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Tugas Akhir ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 26 Oktober 2020



Anisa Nurul Fatah

NIM. B2018010

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anisa Nurul Fatah

NIM : B2018010

Jenis Karya : Tugas Akhir

Judul : Tips Dan Trik Tingkatkan Kualitas Tidur Lansia Dengan Terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*)

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Eksklusif Royalti-Free Right*) kepada Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas tugas akhir saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas ‘Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), menawar dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis pencipta dan sebagai pemilik hak cipta

Dibuat di Surakarta

Pada tanggal 26 Oktober 2020

Yang menyatakan



(Anisa Nurul Fatah)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Project Akhir dengan judul :

**PENERAPAN TERAPI SEFT (*SPIRITUAL EMOTIONAL
FREEDOM TECHNIQUE*) TERHADAP PENINGKATAN
KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN
MEDIA VIDEO**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Project Akhir Program Studi
DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 31 Desember 2020

Pembimbing



Riyani Wulandari, M. Kep

NIDN. 0624087901

Mengetahui

Kaprodi DIII Keperawatan



Ns. Norman Wijaya Gati, S. Kep., M. Kep., Sp. Kep.J

NIDN. 0615018601

PENGESAHAN PENGUJI

Project Akhir dengan judul :

PENERAPAN TERAPI SEFT (*SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE*) TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN MEDIA VIDEO

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Project akhir ini telah diujikan pada sidang tanggal 31 Desember 2020 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai project akhir pada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 31 Desember 2020

Mengesahkan,

Penguji 1. Mulyaningsih, M. Kep

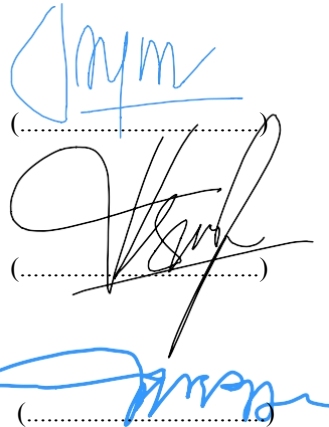
NIDN. 0007047310

2. Tri Susilowati, M. Kep

NIDN. 0621018203

3. Riyani Wulandari, M. Kep

NIDN. 0624087901



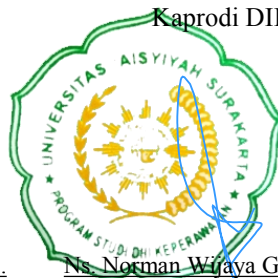
Mengetahui



Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Endah Sri Wahyuni, S.Kep. Ns., M. Kep.

NIDN. 0602058501



Kaprodi DIII Keperawatan

Ns. Norman Wijaya Gati, S. Kep., M. Kep., Sp. Kep.J

NIDN. 0615018601

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya yang telah melindungi serta membimbing penulis sehingga dapat menyelesaikan penyusunan Tugas Akhir. Tugas Akhir ini disusun untuk melengkapi sebagian syarat guna memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Tugas Akhir ini tidak akan terwujud tanpa keterlibatan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis perlu menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setulus-tulusnya kepada para pihak yang membantu sehingga penulisan tugas akhir ini terlaksana dengan lancar, yakni kepada :

- a. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Surakarta dan sekaligus Pembimbing yang telah membimbing, meluangkan waktu dan memberikan pengarahan, sehingga proposal Tugas Akhir ini dapat terselesaikan.
- b. Endah Sri Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
- c. Dosen Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
- d. Karyawan beserta jajaran Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang telah membantu dan menyediakan sarana prasarana guna mendukung kelancaran Tugas Akhir.
- e. Bapak Sukarman dan Ibu Fatimah selaku orang tua saya yang tidak pernah lelah memberikan doa serta dukungan, baik secara moril maupun materil dalam pembuatan proposal tugas akhir ini.
- f. Teman-teman seperjuangan Universitas 'Aisyiyah Surakarta angkatan 2018 yang telah berjuang bersama-sama hingga saat ini.

- g. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan proposal ini yang tidak bisa saya sebut satu-satu.

Penulis menyadari bahwa proposal ini masih jauh dari kesempurnaan karena kesempurnaan hanyalah milik Allah swt, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun akan proposal ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.