

ABSTRAK

Penelitian Studi Kasus di UPTD Panti Griya Wreda Jambangan Surabaya

Oleh : Natasya Cici Diwanti

Salah satu pengaturan gaya hidup dari penderita hipertensi dapat dilakukan dengan mengatur pola tidur. Pola tidur normal yang dibutuhkan adalah 6 - 8 jam sehari. Tetapi saat ini banyak ditemukan lansia yang mengalami hipertensi hanya tidur 3 - 4 jam sehari. Lansia dengan hipertensi dan penyakit jantung sering melaporkan bahwa kualitas tidurnya buruk dan durasi tidur yang sedikit, hal ini karena penurunan fungsi fisiologis. Penelitian ini dapat memberikan asuhan keperawatan pada masalah gangguan pola tidur di UPTD Panti Griya Wreda Jambangan Surabaya. Metode studi kasus ini dengan teknik wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, rencana tindakan keperawatan responden pertama dan kedua menggunakan terapi dukungan tidur dan terapi musik, melakukan evaluasi dan pendokumentasian untuk mengeksplorasi masalah asuhan keperawatan dengan masalah gangguan pola tidur pada lansia di UPTD Panti Griya Wreda Jambangan Surabaya.

Hasil studi kasus pada lansia yang mengalami hipertensi didapatkan bahwa masalah gangguan pola tidur teratasi pada kedua responden dengan mencapai kriteria jam tidur keduanya meningkat dengan durasi tidur awal 3 - 4 jam menjadi 7 - 8 jam, dengan keluhan sulit tidur menurun dan keluhan pola tidur berubah menurun.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah setelah dilakukan asuhan keperawatan pada kedua responden telah mencapai hasil yang sama. Masalah gangguan pola tidur teratasi dalam waktu 3 hari. Penting bagi peneliti melakukan asuhan keperawatan dengan memberikan tindakan nonfarmakologis terapi musik dan melakukan massase pada bagian yang nyeri secara komprehensif dan konsisten pada kedua pasien karena terapi ini sangat efektif untuk mengurangi gangguan pola tidur.

Kata Kunci : Hipertensi, Gangguan pola tidur.