

ABSTRAK

Usia merupakan faktor yang berpengaruh terhadap kualitas tidur. Pertambahan umur pada individu merupakan suatu proses yang fisiologi akan terjadi pada setiap manusia, pada proses penuaan seseorang akan mengalami berbagai masalah tersendiri baik secara fisik maupun mental. Gangguan tidur atau insomnia merupakan salah satu gangguan yang terjadi pada lansia. Keadaan ini merupakan keluhan tidur yang paling sering, dapat bersifat sementara maupun persisten. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Penerapan *Massage* pada punggung pada lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di UPT Panti Wherda Mojopahit Mojokerto

Desain penelitian menggunakan studi kasus yang dilakukan pada 1 lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur. Penelitian dilakukan di UPT Panti Wherda Mojopahit Mojokerto pada 1 Mei sampai 11 Mei 2018. Metode pengumpulan data menggunakan lembar pengkajian keperawatan Gerontik, dengan melakukan wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik, kemudian dilakukan analisa data dan dibuat intervensi. Setelah itu dilakukan tindakan dan dievaluasi.

Hasil yang didapatkan setelah penerapan asuhan keperawatan dengan menggunakan NIC (*Nursing Intervention Care*) yang dilakukan selama 2 kali seminggu berturut-turut selama 2 minggu pada lansia yaitu kualitas dan kuantitas tidur lansia lebih baik dibandingkan dengan hari pertama.

Massage pada punggung dapat membantu mengurangi gangguan pola tidur pada lansia. Jadi disarankan pada klien yang ada di panti wherda mojopahit Mojokerto untuk menerapkan *Massage* pada punggung sebagai upaya penanganan pada lansia yang mengalami masalah gangguan pola tidur.

Kata Kunci :Gangguan Pola Tidur, *Massage*