

ABSTRAK

Pada tingkat perkembangan atau usia dewasa tua (lansia), pola tidur normal yang dibutuhkan adalah tidur sekitar 6 jam sehari. Tetapi saat ini banyak ditemukan, lansia yang mengalami hipertensi hanya tidur 1-2 jam sehari. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah memberikan asuhan keperawatan dengan masalah gangguan pola tidur pada lansia dengan hipertensi di Panti Werdha Hargodedali Surabaya.

Penelitian ini menggunakan metode yaitu studi kasus dengan teknik wawancara, observasi, pemeriksaan fisik kepada kedua responden, rencana tindakan keperawatan menggunakan teknik relaksasi dan terapi musik, melakukan evaluasi dan pendokumentasian untuk mengeksplorasikan masalah asuhan keperawatan dengan masalah gangguan pola tidur pada lansia dengan hipertensi di Panti Werdha Hargodedali Surabaya.

Hasil studi kasus ini didapatkan bahwa masalah teratasi pada kedua responden dengan mencapai kriteria pola tidur nyenyak, bangun pagi terasa segar, dan efisiensi tidur tidak sering terbangun pada malam hari.

Simpulan dari studi kasus ini adalah setelah dilakukan asuhan keperawatan dengan menggunakan teknik relaksasi dan terapi musik pada Ny.M dan Ny.K, masalah gangguan polanya teratasi. Diharapkan klien mampu melakukan dengan baik, bagi perawat memberikan asuhan keperawatan secara maksimal khususnya kepada klien yang mengalami gangguan pola tidur pada penderita hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi. Gangguan Pola Tidur