

## ABSTRAK

Insomnia merupakan gejala yang sering dikeluhkan penderita hipertensi terutama lansia. Lansia selalu terbangun pada dini hari dan tidak bisa tidur kembali, tidak nyenyak, tidur hanya 3-4 jam per hari. Kurangnya tidur malam mengakibatkan penurunan konsentrasi pada lansia yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Penanganan insomnia dapat dilakukan dengan pengobatan non farmakologis. Peneliti bertujuan untuk menerapkan terapi murottal Al-Qur'an pada lansia hipertensi dengan masalah keperawatan insomnia di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya.

Desain penelitian adalah studi kasus yang dilakukan pada Ny. J dan Ny. M yang menderita hipertensi dengan masalah keperawatan insomnia pada 15-20 April 2019. Metode pengumpulan data menggunakan lembar pengkajian keperawatan gerontik dengan melakukan anamnesa, pemeriksaan fisik dan observasi.

Hasil yang didapatkan setelah penerapan terapi murottal Al-Qur'an pada kedua klien yang dilakukan selama 3 hari yaitu insomnia pada kedua klien menunjukkan peningkatan yaitu dari banyak terganggu menjadi tidak terganggu secara bertahap, jumlah jam tidur bertambah sekitar 5-6 jam per hari, pola tidur tidak terganggu, kedua klien bisa memulai tidur, tidur menjadi nyenyak serta tidak terbangun pada malam hari, perasaan segar setelah tidur.

Simpulan bahwa penerapan terapi murottal Al-Qur'an pada lansia hipertensi dapat menurunkan insomnia. Disarankan untuk dapat dilakukan secara rutin oleh institusi sebagai terapi sehari-hari untuk menurunkan insomnia dan hipertensi lansia.

**Kata Kunci :** Insomnia, Hipertensi, Terapi Murottal Al-Qur'an