

ABSTRAK

Gangguan tidur merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dihadapi oleh lansia. Kondisi ini membutuhkan perhatian yang serius. Buruknya kualitas tidur lansia disebabkan oleh meningkatnya latensi tidur, berkurangnya efisiensi tidur dan terbangun lebih awal karena proses penuaan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pemberian terapi murottal al-qur'an pada lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di UPT Pesanggrahan Mojopahit Mojokerto.

Desain penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus melalui asuhan keperawatan pada dua lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur. Pengumpulan data yang digunakan dengan menggunakan metode wawancara, observasi, pemeriksaan fisik. Data yang diperoleh kemudian dianalisa untuk menegakkan tindakan yang sudah direncanakan serta melakukan evaluasi.

Hasil penelitian yang didapatkan setelah pemberian terapi murottal al-qur'an yang dilakukan selama 3 hari dalam sehari kurang lebih 30 menit pada kedua lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur didapatkan adanya keluhan sulit tidur menurun, keluhan sering terjaga menurun, keluhan tidak puas tidur menurun dengan dibuktikannya Ny. K mengatakan mampu memulai tidur dengan nyaman dan jarang terbangun lagi sedangkan Tn.H mengatakan mampu memulai tidur dengan nyaman dan merasa tubuhnya menjadi lebih fresh.

Simpulan dari studi kasus ini, pemberian terapi murottal al-qur'an dapat membantu mengatasi masalah keperawatan gangguan pola tidur pada lansia. Perawat diharapkan dapat menerapkan pemberian terapi murottal al-qur'an terhadap lansia yang mengalami gangguan pola tidur.

Kata kunci : Terapi murottal al-qur'an, gangguan pola tidur