

ABSTRAK

Lansia sering mengalami berbagai macam penurunan fungsi kehidupan salah satunya gangguan tidur atau sering disebut dengan insomnia. Insomnia pada lansia dapat mengakibatkan kurangnya konsentrasi pada siang hari. Tujuan peneliti adalah menerapkan terapi murrotal Al-Qur'an pada klien lanjut usia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya.

Desain penelitian ini menggunakan studi kasus, dilakukan pada satu klien yaitu Ny. K dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur. Metode pengumpulan data dengan menggunakan format pengkajian gerontik dengan melakukan wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan penerapan terapi murrotal AL-Qur'an. Penerapan terapi murrotal AL-Qur'an dilakukan selama 30 menit pada pagi hari dan diaplikasikan pada malam hari selama 4 hari.

Hasil studi kasus pada klien dengan insomnia didapatkan satu diagnosa prioritas yakni gangguan pola tidur. Setelah dilakukan penerapan terapi murrotal AL-Qur'an selama 4 hari, menunjukkan hasil peningkatan jam istirahat tidur pada lansia, sebelum diberikan terapi murrotal AL-Qur'an jam istirahat tidur hanya 3 jam dan sesudah di berikan terapi murrotal AL-Qur'an tidur bertambah menjadi 7-8 jam.

Simpulan dari studi kasus ini, terapi murrotal AL-Qur'an efektif untuk memberikan dampak penambahan jam tidur. Disarankan pada lansia untuk diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari untuk mengatasi insomnia. Bagi peneliti selanjutnya terapi murrotal tersebut sebagai tambahan ilmu pengetahuan.

Kata kunci : Insomnia, Lansia, Gangguan Pola Tidur, Terapi Murrotal