

ABSTRAK

Gangguan pola tidur jika tidak ditangani segera maka dapat menimbulkan gangguan untuk melakukan aktivitas sepanjang hari, melemahkan energi dan mood, kesehatan, serta kualitas hidup, dan menyebabkan rasa frustrasi bagi yang mengalaminya. Tujuan studi kasus ini adalah untuk menerapkan *Massage Punggung* pada lansia dengan Insomnia di UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto.

Desain penelitian karya ilmiah akhir ini menggunakan metode kasus dengan subyek yang digunakan adalah 2 pasien dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur pada lansia yang menderita Insomnia. Penelitian dilakukan di UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto selama 2 minggu dengan metode pengumpulan data meliputi pengajian komperhensif, menentukan diagnosa, menentukan intervensi, melaksanakan tindakan dan mengevaluasi.

Hasil studi kasus pada Insomnia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur setelah diberikan terapi pemijatan dengan modifikasi *Massage Punggung* selama 3 kali dalam seminggu didapatkan hasil kualitas tidur pasien semakin membaik yaitu pasien sudah bisa tidur nyenyak dan bangun di pagi harinya dan tampak segar.

Simpulan dari penerapan *massage punggung* yaitu klien mampu meningkatkan kualitas tidur dan jam tidur. Perawat diharapkan dapat menerapkan dan menganjurkan penerapan *massage punggung* terkait untuk memodifikasi dalam mengatasi gangguan pola tidur pada lansia.

Kata Kunci : *Massage Punggung*, Pola Tidur, Insomnia