

ABSTRAK

Pada tingkat perkembangan atau usia dewasa tua (lansia), pola tidur normal yang dibutuhkan adalah tidur sekitar 6-8 jam sehari. Tetapi saat ini banyak ditemukan lansia yang mengalami hipertensi hanya tidur 3-4 jam sehari. Lansia dengan hipertensi dan penyakit jantung memiliki kualitas tidur yang buruk dan durasi tidur yang lebih sedikit dibanding lansia sehat. Pola tidur yang tidak adekuat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologis dan psikologis. Tujuan penelitian ini adalah memberikan asuhan keperawatan pada masalah gangguan pola tidur pada lansia dengan hipertensi di Panti Werdha Hargodedali Surabaya.

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

Hasil studi ini didapatkan gangguan pola tidur teratasi dengan kriteria hasil jam tidur meningkat dari 4 jam menjadi 7 jam, pola tidur baik, keluhan sering terjaga menurun, keluhan sering terbangun menurun.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah setelah dilakukan asuhan keperawatan pada kedua responden, masalah gangguan tidur teratasi dalam waktu 3 hari. Diharapkan bagi perawat memberikan asuhan keperawatan secara maksimal khususnya kepada klien yang mengalami gangguan pola tidur pada penderita hipertensi.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah setelah dilakukan asuhan keperawatan pada kedua responden, masalah gangguan tidur teratasi dalam waktu

3 hari. Diharapkan bagi perawat memberikan asuhan keperawatan secara maksimal khususnya kepada klien yang mengalami gangguan pola tidur pada penderita hipertensi.

Kata kunci : Gangguan Pola Tidur, Hipertensi.