

## **ABSTRAK**

Lansia dengan hipertensi yang mengalami gangguan pola tidur hanya tidur 1-2 jam per hari. kualitas tidurnya buruk dan durasi tidur yang sedikit bila di bandingkan dengan lansia yang sehat, hal ini dikarenakan adanya penurunan fungsi fisiologis, kurang gerak dan bisa juga disebabkan oleh beberapa faktor penyakit. Penelitian bertujuan melaksanakan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur pada lansia dengan diagnosa medis hipertensi di Desa Kupang lor Rt.03 Rw.02 Jabon Sidoarjo.

Desain penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus, subjek penelitian dua lansia dengan diagnosa hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur. Penelitian menggunakan teknik wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Asuhan keperawatan diberikan selama 3 kali dalam seminggu.

Hasil studi pada lansia yang mengalami hipertensi didapatkan bahwa masalah gangguan pola tidur teratasi pada kedua responden dengan mencapai kriteria jam tidur keduanya meningkat dengan durasi tidur awal 3-4 jam menjadi 7-8 jam, dengan keluhan sulit tidur menurun, dan keluhan pola tidur berubah menurun.

Kesimpulan dari studi kasus ini adalah setelah dilakukan asuhan keperawatan pada kedua responden dengan masalah gangguan pola tidur teratasi sesuai kriteria hasil. Diharapkan untuk pihak keluarga dapat memantau dan mendukung adanya terapi senam secara rutin dan mengatur pola tidur dengan baik.

**Kata Kunci : Gangguan Pola Tidur, Hipertensi**