

## **ABSTRAK**

Pada tingkat perkembangan atau lansia, pola tidur normal yang dibutuhkan adalah tidur sekitar 6-7 jam/hari, namun lansia dengan gangguan pola tidur di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya hanya tidur sekitar 3-4 jam/hari karena mengalami perubahan fisiologis, biologis, psikologis dan sosial. Tujuan dari penelitian ini adalah memberikan asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami masalah gangguan pola tidur di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya.

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus untuk mengeksplor masalah asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami masalah gangguan pola tidur selama 4 hari. Pengumpulan data dilakukan pada dua klien yaitu Ny. D dan Ny. M dengan menggunakan tehnik wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, analisis data, pengangkatan diagnosa, intervensi, implementasi dan evaluasi.

Dengan memberikan terapi relaksasi progresif kepada klien, sehingga hasil studi kasus ini didapatkan bahwa jam tidur pasien meningkat selama 5-6 jam/hari, pola tidur yang nyenyak dan bangun pagi terasa segar, serta efisiensi tidur tidak sering terbangun pada malam hari.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah setelah dilakukan asuhan keperawatan pada Ny. D dan Ny. M, masalah gangguan pola tidur teratasi sebagian. Diharapkan bagi perawat dapat memantau pola aktivitas istirahat dan tidur serta membantu melakukan terapi relaksasi progresif yang telah diajarkan, khususnya pada klien yang mengalami gangguan pola tidur pada penderita hipertensi.

**Kata kunci : Gangguan Pola Tidur, Hipertensi.**