

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 sering melaporkan bahwa kualitas tidurnya buruk dan durasi tidur yang sedikit bila dibandingkan dengan lansia yang sehat, hal ini karena penurunan fungsi fisiologis, kurang gerak bisa juga disebabkan oleh beberapa faktor penyakit. Oleh karena itu tujuan dari 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 bahwa masalah gangguan pola tidur teratasi pada kedua responden dengan mencapai kriteria jam tidur kedua klien meningkat dengan durasi tidur awal 4 jam dengan mencapai rata-rata hasil observasi selama 3 hari didapatkan tidur selama 7 jam, pola tidur nyenyak, bangun pagi lebih segar, dan tidak sering terbangun saat tidur.

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.