

ABSTRAK

Gangguan pola tidur merupakan salah satu kondisi yang paling umum dijumpai pada lansia hipertensi dikarenakan lansia dengan hipertensi sering melaporkan bahwa kualitas tidurnya buruk dan durasi tidur yang sedikit bila dibandingkan dengan lansia yang sehat. Tujuan penelitian ini adalah penerapan terapi dzikir pada lansia hipertensi dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di Posyandu Lansia Desa Made Surabaya.

Desain penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan menggunakan penerapan terapi dzikir. Penelitian ini dilakukan di rumah klien selama 7 hari dengan frekuensi 1x/hari. Subyek yang digunakan adalah 2 klien dengan diagnosa medis hipertensi dan masalah keperawatan gangguan pola tidur. Metode pengumpulan data meliputi pengkajian, menentukan diagnosa, menentukan intervensi, melaksanakan implementasi dan melakukan evaluasi. Instrument penelitian dengan menggunakan metode wawancara dan observasi langsung.

Hasil yang didapat dari data pengkajian klien 1 dan klien 2 mengatakan sering terbangun pada malam hari sehingga muncul diagnosa keperawatan gangguan pola tidur dan nyeri akut dengan intervensi yang dilakukan pada diagnosa keperawatan gangguan pola tidur adalah dukungan tidur, implementasi yang diberikan yaitu terapi dzikir selama 7 hari dengan frekuensi 1x/hari, didapatkan hasil pola tidur klien semakin membaik yaitu klien 1 dan klien 2 sudah bisa tidur nyenyak.

Penerapan terapi dzikir ini efektif dapat memperbaiki pola tidur yang buruk, yang dirasakan oleh lansia hipertensi. Perawat diharapkan dapat memberikan terapi dzikir sesuai standar operasional prosedur (SOP) pada lansia maupun keluarga sehingga dapat melakukan terapi secara mandiri.

Kata Kunci : Terapi Dzikir, Gangguan Pola Tidur, Hipertensi