

ABSTRAK

PENERAPAN TERAPI AKTIVITAS BERKEBUN PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR DI PANJANG JIWO RT 04 RW 01 SURABAYA

Oleh : Mayang Citra Paramita, S.Kep

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi di masyarakat. Salah satu penyebab hipertensi yaitu Gangguan pola tidur yang terjadi pada lansia harus mendapat penanganan segera, karena seseorang yang mengalami gangguan berkepanjangan akan berdampak pada kesehatan. Terapi aktivitas berkebun adalah salah satu metode yang dapat digunakan sebagai terapi alternatif untuk menormalkan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan terapi aktivitas berkebun pada lansia hipertensi dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur.

Desain penelitian ini adalah studi kasus. Subjek penelitian ini yaitu dua lansia yang menderita hipertensi dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur. Penelitian ini dilakukan di wilayah Panjang Jiwo pada bulan Mei 2020. Metode pengumpulan data menggunakan lembar asuhan keperawatan keluarga dengan melakukan anamnesa, pemeriksaan fisik, serta observasi. Kemudian dilakukan analisa data, ditemukan masalah keperawatan gangguan pola tidur. Setelah itu diintervensi dan dievaluasi hasil dari pemberian terapi aktivitas fisik berkebun.

Hasil yang didapatkan setelah melakukan terapi aktivitas fisik berkebun selama 3 hari pada masing-masing pasien didapatkan hasil gangguan pola tidur teratasi sebagian sampai teratasi semuanya.

Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terapi aktivitas berkebun pada lansia penderita hipertensi dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur dapat dipergunakan sebagai terapi non farmakologi. Perawat diharapkan dapat meningkatkan asuhan keperawatan secara komprehensif terutama pada klien lansia dengan hipertensi.

Kata kunci : hipertensi, gangguan pola tidur, terapi aktivitas berkebu