

## ABSTRAK

Lansia dengan hipertensi yang mengalami gangguan pola tidur hanya tidur 3-4 jam per hari, sedangkan pola tidur normal yang dibutuhkan adalah tidur sekitar 6-7 jam sehari. Kualitas tidur buruk dan durasi tidur yang sedikit bila dibandingkan dengan lansia yang sehat, hal ini sangat tidak nyaman, oleh karena itu perlu dilakukan asuhan keperawatan.. Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur.

Jenis penelitian ini adalah studi kasus, subjek yang dilakukan yaitu 2 klien penderita hipertensi yang mengalami gangguan pola tidur. Pengumpulan data dilakukan selama 6 hari dengan menggunakan teknik wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, analisis data, pengangkatan diagnosa, intervensi, implementasi, dan evaluasi.

Hasil studi kasus ini didapatkan keluhan utama Ny.I dan Ny.S tidur 3-4 jam perhari, terdapat mata panda, nampak sering menguap dan wajah tampak tidak segar. Setelah dilakukan tindakan keperawatan pada Ny.I dan Ny.S selama 6 hari didapatkan bahwa jam tidur pasien meningkat selama 5-6 jam sehari, pola tidur yang nyenyak dan bangun pagi terasa segar, serta efisiensi tidur tidak sering terbangun pada malam hari, tidak terdapat mata panda, pasien tampak tidak sering menguap.

Setelah dilakukan asuhan keperawatan pada Ny. I dan Ny. S , masalah gangguan pola tidur teratasi sebagian dalam waktu 6 hari, tidak ada mata panda, pasien tidak tampak sering menguap, pasien tampak lebih segar. Diharapkan bagi perawat dapat memantau pola aktivitas istirahat dan tidur serta membantu melakukan terapi relaksasi otot progresif seperti tarik nafas dalam, mengepalkan tangan, menekukan tangan ke pundak, menikkan pundak yang telah diajarkan secara maksimal khususnya kepada klien yang mengalami gangguan pola tidur pada penderita hipertensi.

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