

## ABSTRAK

Lansia dengan hipertensi akan mengalami banyak masalah keperawatan terutama gangguan pola tidur, jika gangguan pola tidur tidak diatasi maka akan menyebabkan risiko terjadinya berbagai penyakit serius, seperti penyakit jantung, kanker, dan stroke. Pada tingkat perkembangan atau usia dewasa tua, pola tidur normal yang dibutuhkan adalah tidur sekitar 6 jam sehari, namun lansia dengan hipertensi di Posyandu Lansia Bima Tamanan Trenggalek hanya tidur sekitar 3-4 jam sehari. Tujuan dari penelitian ini adalah memberikan asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur.

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus untuk mengeksplor masalah asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur. Metode pengumpulan data dilakukan pada dua klien yaitu Ny. H dan Ny. K dengan menggunakan tehnik wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, analisis data, pengangkatan diagnosa, intervensi, implementasi, dan evaluasi.

Hasil studi kasus ini didapatkan bahwa jam tidur pasien meningkat selama 5-6 jam sehari, keluhan sulit tidur, keluhan tidak puas tidur, keluhan pola tidur berubah, keluhan istirahat tidak cukup, 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. H dan Ny. K, masalah gangguan pola tidur teratasi dalam waktu 3 hari. Diharapkan bagi perawat posyandu dapat memantau pola aktivitas istirahat dan tidur serta membantu melakukan terapi relaksasi otot progresif yang telah diajarkan secara maksimal khususnya kepada klien yang mengalami gangguan pola tidur pada penderita hipertensi.

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