

ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS BANGSAL KABUPATEN MOJOKERTO

OLEH: BUNGA PRAVITA DEVI

Gangguan pola tidur pada lansia merupakan keadaan dimana individu mengalami suatu perubahan dalam kuantitas dan kualitas pola istirahatnya yang menyebabkan rasa tidak nyaman atau mengganggu gaya hidup yang di inginkan. Tujuan penelitian ini untuk melaksanakan asuhan keperawatan gangguan pola tidur pada lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bangsal. Metode yang digunakan berupa studi kasus dengan asuhan keperawatan pada dua klien dan melakukan pengkajian, menyusun rencana, tindakan, evaluasi. Hasil pengkajian klien 1 mengalami tekanan darah 190/120 mmHg mengeluh sulit memulai tidur, sering terbangun tengah malam, sedangkan klien 2 mengalami tekanan darah 180/110 mmHg mengeluh sulit tidur, tidak puas tidur. Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x24 jam gangguan pola tidur pada kedua klien teratasi dengan kriteria hasil keluhan sulit tidur menurun, keluhan tidak puas tidur menurun, keluhan pola tidur berubah menurun, keluhan istirahat tidak cukup menurun. Untuk memperbaiki masalah pola tidur, yang perlu dilakukan yaitu memastikan modifikasi lingkungan, teknik relaksasi otot autogenik merupakan alternatif salah satu cara untuk meningkatkan pola tidur.

Kata kunci: Gangguan pola tidur, Hipertensi, Lansia

BINA SEHAT PPNI

ABSTRACT

NURSING CARE OF SLEEP DISORDERS IN ELDERLY WITH HYPERTENSION IN THE WORKING AREA OF PUSKESMAS BANGSAL, MOJOKERTO DISTRICT

BY: BUNGA PRAVITA DEVI

Sleep pattern disorders in the elderly are a condition where individuals experience a change in the quantity and quality of their rest patterns which causes discomfort or disrupts their desired lifestyle. The aim of this research is to carry out nursing care for sleep pattern disorders in elderly people with hypertension in the Bangsal Community Health Center Work Area. The method used is a case study with nursing care for two clients and conducting assessments, preparing plans, actions, evaluations. The results of the assessment were that client 1 had blood pressure of 190/120 mmHg complaining of difficulty falling asleep, often waking up in the middle of the night, while client 2 had blood pressure of 180/110 mmHg complaining of difficulty sleeping, dissatisfaction with sleeping. After carrying out nursing actions for 3 x 24 hours, the sleep pattern disturbances in both clients were resolved with the resulting criteria: complaints of difficulty sleeping decreased, complaints of dissatisfaction with sleep decreased, complaints of changing sleep patterns decreased, complaints of not getting enough rest decreased. To improve sleep pattern problems, what needs to be done is ensuring environmental modifications, autogenic muscle relaxation techniques are an alternative way to improve sleep patterns.

Keywords: Elderly, hypertension, sleep pattern disorders

BINA SEHAT PPNI