

ABSTRAK

Nama : Syahrul Syarif Syafi'i

Program Studi : Profesi Ners

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Kualitas Tidur Dengan Pemberian Terapi Komplementer Pijat Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Teratai Bawah RSUD R. T Notopuro Sidoarjo

Pembimbing : Sri Sudarsih, S.Kep.Ns.,M.Kes

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang dianggap cukup berbahaya di seluruh dunia dan merupakan *the silent killer* nomer satu di Indonesia sehingga pengobatannya seringkali tertunda. Hipertensi dapat menyebabkan munculnya berbagai macam masalah salah satunya adalah kualitas tidur berkurang sehingga perlu penanganan seperti head massage. Massage juga dapat membantu pembentukan endorphin yang merupakan penghilang rasa sakit alami bagi tubuh. Tujuan penelitian ini adalah melaksanakan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah kualitas tidur yang diberikan terapi komplementer terapi pijat kepala. Penelitian ini melibatkan 2 pasien hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur di ruang Teratai Bawah RSUD R. T Notopuro Sidoarjo. Terdapat hasil yang signifikan dari hasil evaluasi pada kedua pasien yang menunjukkan adanya perubahan kualitas tidur dari yang tidak bisa tidur sama sekali hingga menunjukkan perkembangan kualitas tidur yang kembali normal setelah dilakukan terapi komplementer pijat kepala. Terapi pijat kepala merupakan salah satu alternatif yang dapat dilakukan oleh pasien hipertensi dengan kualitas tidur yang buruk secara mandiri atau dibantu oleh orang lain. Terapi ini dapat dilakukan ketika ketidaknyamanan terhadap rasa sakit atau nyeri di area kepala muncul dengan intensitas pemberian terapi selama 10-15 menit dan dapat disesuaikan dengan kondisi yang dirasakan klien. Dampak dari latihan ini akan memberikan efek positif berupa mengembalikan rasa nyaman pasien dan terutama pada kualitas tidur yang kembali normal.

Kata Kunci : Kualitas Tidur, Pijat, Hipertensi

ABSTRACT

Nama : Syahrul Syarif Syafi'i

Program Studi : Profesi Ners

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Kualitas Tidur Dengan Pemberian Terapi Komplementer Pijat Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Teratai Bawah RSUD R. T Notopuro Sidoarjo

Pembimbing : Sri Sudarsih, S.Kep.Ns.,M.Kes

Hypertension is a significant health issue worldwide and is considered the number one silent killer in Indonesia, often leading to delayed treatment. Hypertension can cause various problems, one of which is a reduction in sleep quality, thus requiring interventions such as head massage. Massage can also aid in the production of endorphins, which are the body's natural pain relievers. The aim of this study is to provide nursing care to hypertensive patients with sleep quality issues through complementary head massage therapy. This study involved 2 hypertensive patients with sleep pattern disturbances in the Teratai Bawah ward of RSUD R. T Notopuro Sidoarjo. Significant results were observed from the evaluation, showing improvements in sleep quality from an inability to sleep to a return to normal sleep quality after receiving complementary head massage therapy. Head massage therapy is an alternative that can be performed by hypertensive patients with poor sleep quality, either independently or with assistance from others. This therapy can be applied when discomfort or pain in the head area arises, with therapy duration ranging from 10 to 15 minutes, adjustable to the client's condition. The impact of this practice provides positive effects, including restoring the patient's comfort, particularly resulting in the return to normal sleep quality.

Keywords: Sleep Quality, Massage, Hypertension