

ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR DI DUSUN NGUMPAK DESA JABON KABUPATEN MOJOKERTO

OLEH : MUHAMMAD NOVAL SAHRUL ROMADHON

Gangguan pola tidur yang dialami lansia disebabkan oleh proses penurunan atau kemunduran secara aspek fisik, mental, sosial. Perubahan pada system neurologis yang menyebabkan penurunan jumlah neuron dan neurotransmitter menyebabkan menyulitkan lansia untuk tidur. Tujuan studi kasus ini memberikan gambaran umum pelaksanaan asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi mulai dari pengkajian sampai dengan pendokumentasian. Metode penelitian ini adalah pendekatan studi kasus yang dilaksanakan di Dusun Ngumpak Desa Jabon Kabupaten Mojokerto. Partisipan menggunakan 2 klien lansia berjenis kelamin perempuan dengan masalah hipertensi dengan gangguan pola tidur. Hasil penelitian ini didapatkan setelah pengkajian dari dua kasus yang sama yaitu data subjektif pada klien 1 sulit memulai tidur ,tidur tidak nyenyak karena kedinginan. Pada klien 2 mengeluh sering terjaga pada malam hari, terbangun pada tengah malam. Dalam 3 kali pertemuan klien pertama dengan hasil tidak ada gangguan dan klien kedua dengan hasil test PQSI skor 3 yang artinya kualitas tidur baik. Keberhasilan tersebut dikarenakan pemberian asuhan keperawatan dengan dilakukan intervensi Identifikasi pola aktivitas dan tidur, identifikasi faktor pengganggu tidur fisik/psikologis, identifikasi makanan dan minuman yang mengganggu tidur (mis.kopi, teh, alkhoh, makanan mendekati waktu tidur,minum banyak air sebelum tidur), identifikasi obat tidur yang dikonsumsi, modifikasi lingkungan (mis.pencahayaan, kebisingan, suhu, matras dan tempat tidur), tetapkan jadwal tidur rutin, ajarkan relaksasi otot autogenik/cara non farmakologi. Diharapkan pelayanan kesehatan mampu memberikan pelayanan yang optimal khususnya pada pasien hipertensi yang mengalami masalah pola tidur.

Kata kunci : Hipertensi, Gangguan Pola Tidur

ABSTRACT

NURSING CARE FOR HYPERTENSION ELDERLY WITH SLEEP DISORDERED PROBLEMS IN NGUMPAK hamlet, JABON VILLAGE, MOJOKERTO DISTRICT

BY: MUHAMMAD NOVAL SAHRUL ROMADHON

Sleep pattern disturbances experienced by the elderly are caused by a process of decline or decline in physical, mental and social aspects. Changes in the neurological system that cause a decrease in the number of neurons and neurotransmitters make it difficult for elderly people to sleep. The aim of this case study is to provide a general overview of the implementation of nursing care for elderly people with hypertension starting from assessment to documentation. This research method is a case study approach carried out in Ngumpak Hamlet, Jabon Village, Mojokerto Regency. Participants were 2 elderly female clients with hypertension problems and disturbed sleep patterns. The results of this research were obtained after examining two similar cases, namely subjective data on client 1 who had difficulty starting to sleep, did not sleep soundly because of the cold. Client 2 complained of frequently waking up at night, waking up in the middle of the night. In 3 meetings, the first client had no disturbances and the second client had a PQSI test result with a score of 3, which means good sleep quality. This success was due to the provision of nursing care through intervention, identification of activity and sleep patterns, identification of physical/psychological sleep disturbing factors, identification of foods and drinks that disturb sleep (eg coffee, tea, alcohol, food close to bedtime, drinking lots of water before bed) , identify sleeping pills consumed, modify the environment (eg lighting, noise, temperature, mattress and bed), set a regular sleep schedule, teach autogenic muscle relaxation/non-pharmacological methods. It is hoped that health services will be able to provide optimal service, especially for hypertensive patients who experience sleep pattern problems.

Keywords: Hypertension, Sleep Pattern Disorders