

ABSTRAK

Ninik fitrika sari (2025).Asuhan Keperawatan Hipertensi dengan masalah Gangguan Pola Tidur Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pekan Heran.Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Di Luar Kampus Utama Jurusan Keperawatan Politrknik Kesehatan Kemenkes Riau Pembimbing(1) Ns.Deswita,M.Kep (II) NsYulisnto,S.Kep.,MPH

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya meningkat seiring bertambahnya usia. Salah satu masalah keperawatan yang sering dialami oleh lansia penderita hipertensi adalah gangguan pola tidur, yang dapat memperburuk kondisi kesehatan dan kualitas hidup. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi yang mengalami gangguan pola tidur di wilayah kerja UPTD Puskesmas Pekan Heran. Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan desain studi kasus. Subjek penelitian terdiri dari dua lansia yang telah terdiagnosis hipertensi dan mengalami gangguan pola tidur. Asuhan Keperawatan di lakukan selama 14-18 Mei 2025 Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi. Proses asuhan keperawatan mencakup pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Hasil: Kedua subjek menunjukkan keluhan sulit tidur, sering terbangun di malam hari, serta istirahat yang tidak cukup. Intervensi yang diberikan antara lain edukasi mengenai pentingnya tidur, modifikasi lingkungan tidur, pengaturan jadwal tidur, dan teknik relaksasi nonfarmakologis seperti relaksasi Benson. Setelah dilakukan lima kali kunjungan, terjadi perbaikan signifikan pada pola tidur kedua subjek, ditandai dengan menurunnya keluhan tidur dan meningkatnya kualitas istirahat. Kesimpulan: Asuhan keperawatan yang tepat, termasuk edukasi dan intervensi nonfarmakologis, dapat membantu mengatasi gangguan pola tidur pada penderita hipertensi..

Kata Kunci: Lansia, hipertensi, gangguan pola tidur, asuhan keperawatan, relaksasi.

ABSTRACT

Ninik Fitrika Sari (2025). Nursing Care for Hypertension with Sleep Pattern Disturbance in the Working Area of UPTD Pekan Heran Health Center. Case Study Scientific Paper, DIII Nursing Study Program Outside the Main Campus, Department of Nursing, Poltekkes Kemenkes Riau. Supervisors: (I) Ns. Deswita, M.Kep, (II) Ns. Yulianto, S.Kep., MPH.

Background: Hypertension is a non-communicable disease whose prevalence increases with age. One common nursing problem among elderly individuals with hypertension is sleep pattern disturbance, which can worsen their health condition and quality of life. Objective: This study aims to describe the nursing care provided to elderly patients with hypertension who experience sleep pattern disturbances in the working area of UPTD Pekan Heran Health Center. Methods: This research used a descriptive approach with a case study design. The subjects were two elderly individuals diagnosed with hypertension and experiencing sleep disturbances. Nursing care was provided from May 14 to May 18, 2025. Data collection techniques included interviews, observation, physical examinations, and documentation studies. The nursing care process encompassed assessment, diagnosis, planning, implementation, and evaluation. Results: Both subjects reported difficulty sleeping, frequent awakenings at night, and inadequate rest. The interventions included education about the importance of sleep, modification of the sleep environment, scheduling sleep routines, and non-pharmacological techniques such as Benson's relaxation technique. After five visits, significant improvement in sleep patterns was observed in both subjects, marked by reduced sleep complaints and improved rest quality. Conclusion: Appropriate nursing care, including education and non-pharmacological interventions, can help manage sleep pattern disturbances in elderly patients with hypertension.

Keywords: Elderly, hypertension, sleep pattern disturbance, nursing care, relaxation.