

ABSTRAK

Arga Ramadhan (2025), Asuhan Keperawatan Pada Pasien Lansia Hipertensi dengan Masalah Gangguan Pola Tidur di Puskesmas Babadan Kabupaten Ponorogo. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus. Program Studi D3 Keperawatan Kampus Kabupaten Ponorogo, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Pembimbing: Gandes Widya Hendrawati, S.Kep., Ns., M.Kep.

Seiring bertambahnya usia, seseorang mengalami penurunan fungsi fisik dan akal yang membuatnya rentan terhadap penyakit seperti hipertensi, yang umumnya disebabkan oleh perubahan elastisitas pembuluh darah dan fungsi organ tubuh. Lansia dengan hipertensi cenderung mengalami gangguan tidur akibat perubahan struktur kardiovaskuler yang menyebabkan gangguan sirkulasi ke otak dan menyebabkan nyeri kepala. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melakukan dan menganalisis asuhan keperawatan pada pasien lansia hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur di Puskesmas Babadan Kabupaten Ponorogo. Metode penelitian ini menggunakan desain deskriptif kualitatif dalam bentuk studi kasus, dengan teknik pengumpulan data meliputi observasi, wawancara, dan instrument *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Responden pada penelitian ini seorang laki-laki lansia hipertensi dengan gangguan pola tidur. Dalam pengkajian didapatkan hasil skor *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) 15 (kualitas tidur buruk). Diagnosa keperawatan pada penelitian ini adalah gangguan pola tidur. Intervensi yang diberikan adalah terapi pijat kaki selama seminggu sebanyak 5 kali dengan durasi 15-30 menit. Implementasi yang dilakukan sesuai dengan intervensi yang akan diberikan. Hasil intervensi selama satu minggu menunjukkan peningkatan kualitas tidur yang signifikan dari skor PSQI 15 (kualitas tidur buruk) menjadi 2 (kualitas tidur baik). Dengan hasil tersebut pemberian terapi pijat kaki sangat efektif digunakan untuk mengatasi masalah gangguan pola tidur.

Kata Kunci: Hipertensi, Gangguan Pola Tidur, Terapi Pijat Kaki

ABSTRACT

Arga Ramadhan (2025), Nursing Care in Elderly Patients Hypertension with the problem of sleeping patterns in the Babadan Puskesmas Ponorogo Regency. Scientific Writing Case Study. D3 Nursing Study Program Ponorogo Regency Campus, Nursing Department, Health Polytechnic of the Ministry of Health Malang. Supervisor: Gandes Widya Hendrawati, S. Kep., NS., M. Kep.

As we get older, a person experiences a decrease in physical and reason that makes it susceptible to diseases such as hypertension, which is generally caused by changes in elasticity of blood vessels and the function of the body's organs. Elderly with hypertension tend to experience sleep disorders due to changes in cardiovascular structure that cause circulation disorders to the brain and cause headache. The purpose of this study is to carry out and analyze nursing care in elderly hypertension patients with the problem of sleeping patterns in the Babadan Puskesmas Ponorogo Regency. This research method uses a qualitative descriptive design in the form of case studies, with data collection techniques including observation, interviews, and instrument Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Respondents in this study an elderly man hypertension with sleep patterns disorders. In the study, the results of the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) score were obtained. The nursing diagnosis in this study is a sleep pattern disorder. The intervention given is foot massage therapy for a week 5 times with a duration of 15-30 minutes. Implementation is carried out in accordance with the intervention to be given. The intervention results for one week showed a significant increase in sleep quality from PSQI 15 (poor sleep quality) to 2 (good sleep quality). With these results the provision of foot massage therapy is very effectively used to overcome the problem of sleep patterns.

Keywords: *Hypertension, Sleep Patterns, Foot Massage Therapy*