

KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA LANSIA Ny. S
DENGAN KASUS HIPERTENSI SERTA PENERAPAN SENAM
LANSIA UNTUK MENGATASI GANGGUAN POLA TIDUR
DI JORONG TANJUNG SAWAH NAGARI PADANG
LAWEH MALALO KEC. BATIPUH SELATAN
KAB. TANAH DATAR TAHUN 2020**

PEMINATAN KEPERAWATAN GERONTIK



OLEH:

Shinta Herlina, S. Kep (1941312017)

Dosen Pembimbing:

1. Dr. Rika Sabri, S.Kp, M.Kes, Sp. Kep. Kom
2. Gusti Sumarsih, S. Kp, M. Biomed

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

2020

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

September 2020

Nama : Shinta Herlina, S.Kep

BP :1941312017

Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Ny. S Dengan Kasus Hipertensi
Serta Penerapan Senam Lansia Untuk Mengatasi Gangguan Pola Tidur
Di Jorong Tanjung Sawah Nagari Padang Laweh Malalo
Kec. Batipuh Selatan Kab.Tanah Datar Tahun 2020

ABSTRAK

Lanjut usia mengalami proses penuaan yang membuat individu mengalami kemunduran dalam fungsi fisiologis maupun psikologis, yang akan berpengaruh terhadap kehidupan dan kesehatan. Masalah kesehatan yang paling banyak dialami adalah penyakit tidak menular dimana salah satunya adalah penyakit hipertensi, dan salah satu masalah fisiologis yang sering terjadi pada lansia adalah gangguan pola tidur, yaitu keadaan dimana individu tidak mampu mendapatkan dan mempertahankan tidur yang adekuat. Pada lansia kelolaan belum optimalnya perawatan lansia dengan masalah gangguan pola tidur sehingga diperlukan asuhan keperawatan yang tepat dan berkesinambungan. Senam lansia merupakan salah satu cara untuk mengatasi gangguan pola tidur. Tujuan dari laporan ini adalah memberikan gambaran pelaksanaan asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap lansia hipertensi yang mengalami gangguan pola tidur, dengan menggunakan metode studi kasus dan memberikan asuhan keperawatan menggunakan pendekatan proses keperawatan. Hasil akhir pemberian asuhan keperawatan terjadi peningkatan kuantitas dan kualitas tidur lansia dibuktikan dengan penurunan skor PSQI dari 14 ke 8. Diharapkan kepada petugas kesehatan lebih menggalakkan lagi penerapan senam lansia sehingga dapat meningkatkan minat dan partisipasi lansia dalam kegiatan tersebut.

Kata Kunci : Lansia, Hipertensi, Gangguan Pola Tidur, Senam Lansia

Daftar Pustaka : 58 (2004-2019)

NURSING FACULTY

ANDALAS UNIVERSITY

September 2020

Name : Shinta Herlina, S.Kep

BP : 1941312017

Family Nursing Care for the Elderly Mrs. S with cases of hypertension and the application of gymnastics for the elderly to overcome sleep disorders

At Jorong Tanjung Sawah Nagari Padang Laweh Malalo

Kec. Batipuh Selatan Kab. Tanah Datar, Year 2020

ABSTRACT

The elderly experience an aging process that makes individuals experience a decline in physiological and psychological functions, which will affect life and health. The most common health problem is non-communicable diseases, one of which is hypertension, and one of the physiological problems that often occurs in the elderly is sleep disturbance, which is a condition in which individuals are unable to get and maintain adequate sleep. In the elderly, the management of elderly people with problems with sleep patterns is not optimal so that proper and continuous nursing care is needed. Gymnastics for the elderly is one way to overcome sleep disorders. The purpose of this report is to provide an overview of the implementation of comprehensive nursing care for hypertensive elderly who have disturbed sleep patterns, using the case study method and providing nursing care using the nursing process approach. The final result of providing nursing care is that there is an increase in the quantity and quality of sleep in the elderly as evidenced by a decrease in the PSQI score from 14 to 8. It is hoped that health workers will further promote the application of elderly exercise so that it can increase the interest and participation of the elderly in these activities.

Keywords : Elderly, Hypertension, Sleep Pattern Disorders, Elderly Gymnastics

Bibliography : 58 (2004-2019)