

**IMPLEMENTASI DUKUNGAN TIDUR PADA NY. T LANSIA
DENGAN HIPERTENSI YANG MENGALAMI GANGGUAN
POLA TIDUR DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
SEI LANGKAI KOTA BATAM**



KARYA TULIS ILMIAH

ASMA DEWI JULYANTI

526080723006

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
BATAM
2026**

**IMPLEMENTASI DUKUNGAN TIDUR PADA NY. T LANSIA
DENGAN HIPERTENSI YANG MENGALAMI GANGGUAN
POLA TIDUR DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
SEI LANGKAI KOTA BATAM**



KARYA TULIS ILMIAH

Karya Tulis Ilmiah ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma Tiga Keperawatan

ASMA DEWI JULYANTI

526080723006

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
BATAM
2026**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Asma Dewi Julyanti

NIM : 526080723006

Judul : Implementasi Dukungan Tidur Pada Ny. T Lansia Dengan Hipertensi Yang Mengalami Gangguan Pola Tidur Di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2026

Program Studi : Diploma Tiga Keperawatan

Institusi : Institut Kesehatan Mitra Bunda Batam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari naskah karya tulis ilmiah dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi baik Karya Tulis Ilmiah beserta gelar Diploma saya dibatalkan serta diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Selanjutnya publikasi sebagian atau keseluruhan isi karya tulis ilmiah pada jurnal atau forum ilmiah harus menyertakan tim pembimbing sebagai author dan Institut Kesehatan Mitra Bunda sebagai afiliasi. Apabila saya melakukan pelanggaran dari ketentuan publikasi, maka saya bersedia mendapatkan sanksi akademik yang berlaku.

Batam, 15 Juli 2026

Pembuat Pernyataan

**(Asma Dewi Julyanti)
526080723006**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul Riset : Implementasi Dukungan Tidur Pada Ny. T Lansia Dengan Hipertensi Yang Mengalami Gangguan Pola Tidur Di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2026

Nama Mahasiswa : Asma Dewi Julyanti

NIM : 526080723006

Karya Tulis Ilmiah ini telah diperiksa, disetujui dan akan dipertahankan dihadapan tim penguji Karya Tulis Ilmiah Institut Kesehatan Mitra Bunda.

Batam, 15 Juli 2026

PEMBIMBING I

PEMBIMBING II

(Dr. Nelli Roza, S.Kp., M.Kes., M.M)

(Ns. Isna Aglusi Badri, M.Kep)

**Mengetahui,
Program Studi Diploma Tiga Keperawatan
Ketua,**

(Ns. Resi Novia., M.Kep)



PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini Telah Diperbaiki dan Dipertahankan Sesuai dengan
Masukan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Program Studi Diploma Tiga Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Institut Kesehatan Mitra Bunda
Pada Tanggal 15 Juli 2026

Mengesahkan
Program Studi Diploma Tiga Keperawatan
Institut Kesehatan Mitra bunda

PEMBIMBING I

PEMBIMBING II

(Dr. Nelli Roza, S.Kp., M.Kes., M.M)

(Ns. Isna Aglusi Badri, M.Kep)

PENGUJI I

PENGUJI II

(Ns. Yulia Devi Putri, M.Kep)

(Ns. Dedy Siska, M.Kep)

**Mengetahui,
Program Studi Diploma Tiga Keperawatan
Ketua,**

(Ns. Resi Novia., M.Kep)

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan rahmatnya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Implementasi Dukungan Tidur Pada Ny. T Lansia Dengan Hipertensi Yang Mengalami Gangguan Pola Tidur Di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2026”.

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu secara langsung maupun tidak langsung dengan harapan Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas semua kebaikan bapak, ibu, saudara dan saudari :

1. Dr.Hj. Gusnawati, STr. Keb, MKM Selaku Ketua Yayasan Harapan Bunda Batam
2. Dr. Nelli Roza, S.Kp., M.Kes., M.M, Selaku Rektor Institut Kesehatan Mitra Bunda dan Selaku Pembimbing I yang telah memberikan pengarahan, masukan, waktu dan motivasi serta bimbingan kepada saya.
3. Ns. Savitri Gemini,. M.Kep, Selaku Ketua Dekan Fakultas Kesehatan Institut Kesehatan Mitra Bunda.
4. Ns. Isna Aglusi Badri, M.Kep, Selaku wakil Dekan I dan pembimbing II yang telah memberikan pengarahan, masukan, waktu dan motivasi serta bimbingan kepada saya.
5. Ns. Resi Novia., M.Kep Selaku Ketua Program Studi Diploma Tiga Keperawatan.
6. Seluruh dosen dan staf Institut Kesehatan Mitra Bunda yang telah banyak memberikan bimbingan selama menjalani pendidikan di Institut Kesehatan Mitra Bunda.
7. Kepala Puskesmas Sei. Langkai Kota Batam beserta staf Puskesmas yang telah membantu dalam pengambilan data dan perizinan untuk penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Terkhusus penulis ucapkan terima kasih dan rasa hormat yang tak terhingga kepada kedua orang tua saya Mama, Bapak dan keluarga atas doa, dukungan, masukan, semangat dan motivasi yang selalu menyertai peneliti dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.

9. Terimakasih kepada sahabat-sahabat saya dan seluruh teman Diploma Tiga Keperawatan peneliti mengucapkan terima kasih banyak atas motivasi, semangat dan doa yang telah diberikan kepada saya.
10. Semua pihak yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam menyelesaikan penelitian ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari kekurangan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini pasti ada, untuk itu peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini dimasa yang akan datang serta dapat memberikan sumbangan pikiran dalam penelitian selanjutnya, Aamiin.

Batam, 15 Juli 2026

Asma Dewi Julyanti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
INTISARI	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	x
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Studi Kasus	8
1.3.1 Tujuan Umum	8
1.3.2 Tujuan Khusus	8
1.4 Manfaat Studi Kasus	9
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	9
1.4.2 Manfaat Praktis	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Konsep Dasar Lansia	10
2.1.1 Definisi Lansia	10
2.1.2 Batasan-Batasan Lanjut Usia	10
2.1.3 Proses Menua	11

2.1.4 Tipe Lanjut Usia	12
2.1.5 Perubahan Fisik dan Fungsi	13
2.2 Konsep Dasar Hipertensi	19
2.2.1 Definisi.....	19
2.2.2 Etiologi.....	19
2.2.3 Manifestasi Klinis	21
2.2.4 Anatomi Fisiologi	21
2.2.5 Patofisiologi	23
2.2.6 Pathway.....	25
2.2.7 Komplikasi.....	26
2.2.8 Pemeriksaan Penunjang	27
2.2.9 Penatalaksanaan	28
2.3 Konsep Dasar Pola Tidur	33
2.3.1 Definisi Tidur.....	33
2.3.2 Fisiologi Tidur Normal	33
2.3.3 Faktor yang Mempengaruhi Tidur	34
2.3.4 Gangguan Pola Tidur	35
2.3.5 Jenis Gangguan Tidur	36
2.3.6 Etiologi Gangguan Pola Tidur	37
2.3.7 Tanda dan Gejala Mayor Gangguan Pola Tidur	38
2.3.8 Tanda dan Gejala Minor Gangguan Pola Tidur.....	38
2.3.9 Penatalaksanaan	38
2.4 Konsep Dasar Asuhan Keperawatan.....	40
2.4.1 Pengkajian.....	40
2.4.2 Diagnosa Keperawatan	51
2.4.3 Intervensi Keperawatan	52

2.4.4 Implementasi.....	53
2.4.5 Evaluasi.....	53
2.5 Kerangka Konseptual.....	54
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	55
3.1 Jenis dan Rencana penelitian	55
3.2 Subjek Studi Kasus	55
3.2.1 Kriteria Inklusi	55
3.2.2 Kriteria Eksklusi	55
3.3 Fokus Studi	55
3.4 Definisi Operasional	56
3.4.1 Lanjut Usia.....	56
3.4.2 Hipertensi.....	56
3.4.3 Gangguan Pola Tidur	56
3.5 Instrumen Studi Kasus	56
3.6 Metodologi Pengumpulan Data	57
3.6. Wawancara.....	57
3.6.2 Observasi dan Pemeriksaan Fisik.	57
3.6.3 Studi Dokumentasi dan Instrument.....	57
3.7 Lokasi dan Wilayah Studi Kasus	60
3.8 Analisa Data dan Penyajian Data.....	60
3.9 Etika Studi Kasus	61
3.9.1 <i>Informed Consent</i> (Persetujuan)	61
3.9.2 <i>Anonymity</i> (Tanpa nama)	61
3.9.3 <i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan)	61
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	62
4.1 Hasil Studi Kasus	62

4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	62
4.1.2 Hasil Studi Kasus	63
4.2 Pembahasan.....	87
4.2.1 Pengkajian.....	87
4.2.2 Diagnosa Keperawatan	90
4.2.3 Intervensi Keperawatan	91
4.2.4 Implementasi.....	93
4.2.5 Evaluasi.....	95
4.3 Keterbatasan Pelaksanaan Studi Kasus.....	98
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	99
5.1 Kesimpulan	99
5.1.1 Hasil Pengkajian	99
5.1.2 Diagnosa Keperawatan	99
5.1.3 Rencana Keperawatan.....	99
5.1.4 Implementasi.....	99
5.1.5 Evaluasi.....	100
5.2 Saran	100
5.2.1 Bagi Klien dan Keluarga.....	100
5.2.2 Bagi Lahan Penelitian	100
5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan	100
5.2.4 Bagi Peneliti.....	100
DAFTAR PUSTAKA.....	101
Lampiran	105

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Anatomi Jantung	21
Gambar 2.2 Siklus Jantung	22

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 <i>Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)</i>	45
Tabel 2.2 <i>Indeks Katz</i>	47
Tabel 2.3 <i>Barthel Index</i>	48
Tabel 2.4 <i>Short Portable Mental Status Questionnaire (SPMSQ)</i>	49
Tabel 2.5 <i>Mini – Mini-Mental State Examination (MMSE)</i>	50
Tabel 2.6 Intervensi Keperawatan.....	52
Tabel 4.1 Hasil Biodata Pasien	63
Tabel 4.2 Riwayat Rekreasi Pasien.....	64
Tabel 4.3 Hasil Riwayat Kesehatan	64
Tabel 4.4 Hasil Pemeriksaan Fisik.....	65
Tabel 4.5 Hasil pemeriksaan Psikososial	66
Tabel 4.6 Hasil Pemeriksaan Perilaku Kesehatan Pasien	67
Tabel 4.7 <i>Indeks Katz (Aktivitas Kehidupan sehari-hari)</i>	68
Tabel 4.8 Modifikasi dari Barthel Index	69
Tabel 4.9 Instrumental Activities Of Daily Living (IADL) Lawton.....	70
Tabel 4.10 <i>Short Portable Mental Status Questionnaire (SPMSQ)</i>	71
Tabel 4.11 <i>Mini-Mental State Examination (MMSE)</i>	72
Tabel 4.12 <i>Intervensi Depresi Beck (IDB)</i>	74
Tabel 4.13 <i>Geriatric Depression Scale (GDS)</i>	76
Tabel 4.14 Pengkajian Keseimbangan Untuk Klien Lanjut Usia	77
Tabel 4.15 <i>Berg Balance Scale (BBS)</i>	77
Tabel 4.16 <i>Home Safety Assessment (HSA)</i>	78
Tabel 4.17 Mini Nutritional Assessment	79
Tabel 4.18 <i>Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)</i>	80
Tabel 4.19 Hasil Analisa Data	81
Tabel 4.20 Intervensi Keperawatan.....	82
Tabel 4.21 Implementasi dan Evaluasi	83

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Permohonan Pengambilan Data Dinas Kesehatan Kota Batam
Lampiran 2	Surat Balasan Permohonan Pengambilan Data Dinas Kesehatan Kota Batam
Lampiran 3	Data Pelayanan Kesehatan Pada Usia Lanjut di Kota Batam
Lampiran 4	Data Pelayanan Kesehatan Pasien Hipertensi Kota Batam
Lampiran 5	Surat Permohonan Pengambilan Data di Puskesmas Sei Langkai
Lampiran 6	Surat Balasan Permohonan Pengambilan Data di Puskesmas Sei Langkai
Lampiran 7	Data Pasien Hipertensi di Puskesmas Sei Langkai
Lampiran 8	Surat Permohonan Studi Pendahuluan
Lampiran 9	Surat Balasan Studi Pendahuluan
Lampiran 10	Informed Consent Studi Pendahuluan
Lampiran 11	Format Pengkajian Asuhan Keperawatan Gerontik Institut Kesehatan Mitra Bunda
Lampiran 12	Surat Permohonan Etik
Lampiran 13	Surat Balasan Permohonan Etik
Lampiran 14	Surat Izin Penelitian
Lampiran 15	Surat Balasan Izin Penelitian
Lampiran 16	Informed Consent Penelitian
Lampiran 17	Dokumentasi
Lampiran 18	Kegiatan Konsultasi Pembimbing I
Lampiran 19	Kegiatan Konsultasi Pembimbing II

DAFTAR SINGKATAN

14 I :	Imobilisasi, Instability, Inkontinensia, Infection, Intellectual Impairment, Inanition, Iatrogenic, Insomnia, Impairment of Hearing Vision and Smell, Isolation, Impecunity, Impaction, Immunodeficiency, Impotence
ACE :	Angiotensin Converting Enzyme
ADL :	Activity of Daily Living
ARB :	Angiotensin Receptor Blocker
BAB :	Buang Air Besar
BAK :	Buang Air Kecil
BBS :	Berg Balance Scale
BUN :	Blood Urea Nitrogen
CCB :	Calcium Channel Blocker
DASH :	Dietary Approaches to Stop Hypertension
EEG :	Elektroensefalografi
EKG :	Elektrokardiogram
EMG :	Elektromiografi
EOG :	Elektrookulogram
GDS :	Geriatric Depression Scale
HSA :	Home Safety Assessment
IDB :	Intervensi Depresi Beck
IADL :	Instrumental Activities of Daily Living
IMT :	Indeks Massa Tubuh
MMSE	Mini-Mental State Examination
NREM :	Non-Rapid Eye Movement
Ny. :	Nyonya
P3G :	Pengkajian Paripurna Geriatri
PPNI :	Persatuan Perawat Nasional Indonesia
PSQI :	Pittsburgh Sleep Quality Index
RAAS :	Renin-Angiotensin-Aldosterone System
RCT :	Randomized Controlled Trial
RR :	Respiratory Rate

SD :	Sekolah Dasar
SDKI :	Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia
SKI :	Survei Kesehatan Indonesia
SPMSQ:	Short Portable Mental Status Questionnaire
SPO2:	Saturasi Oksigen
TD:	Tekanan Darah
TTV:	Tanda-Tanda Vital
WHO:	World Health Organization