

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN INTERVENSI DUKUNGAN TIDUR DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR PADA PASIEN HIPERTENSI
DI PUSKESMAS KANATANG KABUPATEN SUMBA TIMUR**

*Karya Tulis Ilmiah Ini di Ajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Jurusan Keperawatan.*



OLEH

JOVAN TAMU AMA
NIM : PO5303203221316

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAINGAPU
TAHUN 2025**

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Jovan Tamu Ama
NIM : PO5303203221316
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Penerapan Intervensi Dukungan Tidur Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Kanatang Kabupaten Sumba Timur

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa karya tulis ilmiah ini adalah hasil karya saya sendiri, dan bukan merupakan hasil plagiasi dari karya orang lain. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa karya tulis ini mengandung unsur plagiasi lebih dari 30% sebagaimana hasil pemeriksaan menggunakan perangkat pendeteksi plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Jurusan Keperawatan Waingapu.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan penuh tanggung jawab.

Waingapu, 04 Juli 2025



(Jovan Tamu Ama)

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Jovan Tamu Ama
NIM : PO5303203221316
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Penerapan Intervensi Dukungan Tidur Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Kanatang Kabupaten Sumba Timur

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis ilmiah ini adalah murni hasil pemikiran, penelitian, dan analisis saya sendiri, bukan hasil jiplakan atau penyalinan dari karya orang lain tanpa mencantumkan sumber yang sesuai. Semua kutipan, data, atau informasi yang berasal dari sumber lain telah dituliskan sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang berlaku.

Saya juga menyatakan bahwa karya ini belum pernah diajukan untuk memenuhi tugas akhir atau karya ilmiah di institusi pendidikan lain. Apa bila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia mempertanggungjawabkan sepenuhnya sesuai dengan peraturan akademik yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan penuh tanggung jawab.

Waingapu, 04 Juli 2025



(Jovan Tamu Ama)

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN INTERVENSI DUKUNGAN TIDUR DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS KANATANG KABUPATEN SUMBA TIMUR

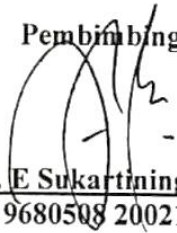
*Karya Tulis Ilmiah Ini di Ajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Jurusan Keperawatan.*

DISUSUN OLEH :

JOVAN TAMU AMA
NIM : PO5303203221316

Telah disetujui untuk diujikan di depan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan Waingapu
Tanggal: 04 Juli 2025

Pembimbing



Bdn. Maria Ch. E Sukartiningsih, SST, M. Kes
NIP. 19680508 200212 2 002

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Waingapu



Maria Kareri Hara, S.Kep.Ns., M.Kes
NIP: 19670210 198903 2 001

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN INTERVENSI DUKUNGAN TIDUR DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS KANATANG KABUPATEN SUMBA TIMUR

*Karya Tulis Ilmiah Ini di Ajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Jurusan Keperawatan.*

DISUSN OLEH :

JOVAN TAMU AMA
NIM : PO5303203221316

Telah diuji dan dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan Waingapu
pada tanggal 04 Juli 2025

Penguji I



Ineke Noviana, S.Tr.Kep.,M.Tr.Kep
NIP.-

Penguji II



Bdn. Maria Ch. E. Sukartiningih, SST, M.Kes
NIP. 19680508 200212 2 002

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Waingapu



Maria Kareri Hara, S.,Kep.,Ns.,M.Kes
NIP:19670210 198903 2 001

BIODATA PENULIS

Nama : Jovan tamu Ama
Tempat Tanggal Lahir : Watukaramba, 13 Maret 2004
Jenis Kelamin : Laki-laki
Agama : Kristen Protestan
Riwayat Pendidikan : 1. Tamat SD Taimanu Sumba Timur
2. Tamat SMP Negeri 3 Waingapu
3. Tamat SMA PGRI Waingapu

MOTTO

“Jangan Menyerah Pada Sesuatu Yang Benar-Benar Kita Inginkan”

ABSTRAK

Kementrian Kesehatan RI
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang
Program Studi Keperawatan Waingapu
Karya Tulis Ilmiah Juni 2025

JOVAN TAMU AMA PENERAPAN INTERVENSI DUKUNGAN TIDUR DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS KANATANG KABUPATEN SUMBA TIMUR

Xvii+ 62 halaman; 13 tabel, 4 lampiran

Pendahuluan: Hipertensi adalah salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi yang tinggi di Indonesia, termasuk di Kabupaten Sumba Timur. Selain meningkatkan risiko penyakit jantung dan stroke, pasien hipertensi juga sering mengalami masalah keperawatan seperti gangguan pola tidur. Gangguan tidur berpengaruh terhadap kestabilan tekanan darah karena berhubungan dengan peningkatan aktivitas saraf simpatis. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat membantu adalah dukungan tidur. **Tujuan** Untuk mengetahui intervensi dukungan tidur dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur pada pasien hipertensi di puskesmas kanatang Kabupaten Sumba Timur. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah studi kasus dengan pendekatan deskriptif. Subjek penelitian adalah seorang pasien laki-laki berusia 46 tahun dengan diagnosis hipertensi yang mengalami gangguan tidur. Data diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi asuhan keperawatan. Intervensi dukungan tidur dengan teknik relaksasi otot progresif dilakukan secara rutin selama 3x24 jam, kemudian hasilnya dievaluasi. **Hasil** Pengkajian yang di dapat pada pasien adalah pasien mengeluh susah tidur, merasa tak puas dan istirahat tak cukup sehingga di tegakan diagnosa keperawatan gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur, intervensi yang di lakukan adalah dukungan tidur yang penerapannya di laksanakan selama tiga hari sehingga di dapatkan hasil yaitu masalah gangguan pola tidur teratasi sebagian dengan hasil keluhan sulit tidur teratasi, keluhan istirahat teratasi, akan tetapi masih merasa belum puas tidur.

Kata kunci Hipertensi, Gangguan Pola Tidur, Dukungan Tidur, Asuhan Keperawatan

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan Rahmat-Nya Penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini sesuai harapan. Karya Tulis Ilmiah ini berjudul “Penerapan Intervensi Dukungan Tidur Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Pada Pasien Hipertensi

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu ijinkan penulis yang pertama mengucapkan terima kasih kepada Ibu Bdn. Maria Ch. Endang Sukartiningsih SST, M. Kes sebagai Dosen Pembimbing dan ibu Ineke Noviana S.Tr.Kep.,M.Tr.Kep Dosen Penguji. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Irfan, SKM, M. Kes sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Kupang, yang telah memberikan kesempatan kepada Penulis untuk menempuh pendidikan di Politeknik Kesehatan Kupang Program Studi Keperawatan Waingapu.
2. Ibu Maria Kareri Hara, S. Kep, Ns., M. Kes sebagai Ketua Program Studi Keperawatan Waingapu yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti perkuliahan di Prodi Keperawatan Waingapu.
3. Bapak kepala puskesmas kanatang sebagai Kepala wilayah kerja tempat penelitian,yang sudah memberikan kesempatan penulis untuk melakukan penelitian di Puskesmas Kanatang.
4. Terimakasih kepada Bapak Ibu Dosen yang telah membekali penulis dengan pengetahuan selama dibangku kuliah

5. Orang tua dan keluarga tercinta yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan baik secara spiritual, material dan moril kepada penulis dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Semua pihak yang Penulis tidak bisa sebutkan namanya satu persatu yang telah membantu memberikan bantuan moril maupun material kepada Penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Semoaga Karya Tulis Ilmiah ini dapat menjadi referensi dan bermanfaat bagi semua yang membaca Karya Tulis Ilmiah ini.

Waingapu, Juni 2025

Jovan Tamu Ama

DAFTAR ISI

KARYA TULIS ILMIAH	i
JOVAN TAMU AMA	i
NIM : PO5303203221316	i
BIODATA PENULIS.....	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Tujuan Penelitian	4
1.3 Manfaat Penelitian	5
1.4 Keaslian penelitian.....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Hipertensi	8
2.1.1 Pengertian.....	8
2.1.2 Epidemiologi.....	8
2.1.3 Klasifikasi Hipertensi.....	9
2.1.4 Etiologi.....	10
2.1.5 Patofisiologi	10
2.1.6 Pathway	13
2.1.7 Manifestasi Klinis	14
2.1.8 Pemeriksaan Penunjang.....	14
2.1.9 Penatalaksanaan Medis	14
2.1.10 Komplikasi.....	17
2.2 Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi	20

2.2.1	Pengkajian.....	20
2.2.2	Diagnosa Keperawatan.....	24
2.2.3	Intervensi Keperawatan.....	25
2.2.4	Implementasi Keperawatan.....	30
2.2.5	Evaluasi Keperawatan.....	30
BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN.....		31
3.1	Pendekatan Penelitian.....	31
3.2	Subjek Studi Kasus.....	31
3.3	Fokus Studi.....	31
3.4	Definisi Operasional.....	32
3.5	Instrumen Penelitian.....	33
3.6	Metode Pengumpulan Data.....	33
3.7	Teknik Pengumpulan Data.....	33
3.8	Jalannya Penelitian.....	34
3.9	Lokasi Dan Waktu.....	35
3.10	Analisa Data.....	35
3.11	Etika Studi kasus.....	36
BAB 4.....		37
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		37
4.1	Gambaran Lokasi Penelitian.....	37
4.2	Data Asuhan Keperawatan.....	37
4.2.2	Riwayat Dan Tahap Perkembangan Keluarga.....	40
4.2.3	Riwayat Kesehatan Keluarga Inti.....	40
4.2.4	Pengkajian Lingkungan.....	41
4.2	Pembahasan Penelitian.....	55
4.2.1	Pengkajian.....	55
4.2.2	Diagnosa Keperawatan.....	56
4.2.3	Intervensi Keperawatan.....	57
4.2.4	Implementasi Keperawatan.....	59

4.2.5	Evaluasi Keperawatan.....	61
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....		63
5.1	Kesimpulan.....	63
5.2	Saran	64
DAFTAR PUSTAKA.....		66
LAMPIRAN.....		68

DAFTAR GAMBAR

Gambar :	Genogram	38
Gambar :	Denah Rumah	42

DAFTAR TABEL

Tabel 1 1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 2 1 Intervensi Keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3 1 Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4 1 Identias Umum	37
Tabel 4 2 Identitas Umum.....	38
Tabel 4 3 Riwayat Kesehatan Keluarga	41
Tabel 4 4 Pemeriksaan Fisik	44
Tabel 4 5 Klasifikasi Data.....	47
Tabel 4 6 Analisa Data.....	48
Tabel 4 7Diagnosa Keperawatan	49
Tabel 4 8Intervensi Keperawatan.....	50
Tabel 4 9 Implementasi Keperawatan.....	51
Tabel 4 10 Evaluasi Keperawatan.....	54

DAFTAR SINGKATAN

<i>WHO</i>	:	<i>World Health Organisation</i>
RI	:	Republik Indonesia
KEMENKES	:	Kementerian Kesehatan
NTT	:	Nusa Tenggara Timur
MmHg	:	Milimeter Air Raksa
RT	:	Rukun Tetangga
RW	:	Rukun Warga
SDKI	:	Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia
SLKI	:	Standar Luaran Keperawatan Indonesia
SIKI	:	Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
	:	

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Permohonan Responden
Lampiran 2	Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 3	Lembar Keaslian Penelitian
Lampiran 4	Lembar Keterangan Hasil Cek Plagiasi
Lampiran 5	Lembar Undangan Ujian Proposal
Lampiran 7	Lembar Undangan Ujian KTI
Lampiran 8	Lembar Berita Acara Ujian Proposal
Lampiran 9	Lembar Daftar Hadir Ujian Proposal
Lampiran 10	Lembar Berita Acara Ujian Sidang KTI
Lampiran 11	Lembar Daftar Hadir Ujian KTI
Lampiran 12	Lembar Konsul Proposal
Lampiran 13	Lembar Konsul KTI
Lampiran 14	Lembar SAP
Lampiran 15	Lembar Format Askep
Lampiran 16	Lembar Dokumentasi