



**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN
METODE PEMBERIAN TERAPI WHITE NOISE UNTUK MASALAH
KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RS PKU
MUHAMMADIYAH GOMBONG
KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

Disusun Oleh :

DINDA DWI CANDRA

202403096

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2025



**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN
METODE PEMBERIAN TERAPI WHITE NOISE UNTUK MASALAH
KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RS PKU
MUHAMMADIYAH GOMBONG
KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

Disusun Oleh :

DINDA DWI CANDRA

202403096

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2025

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun menjadi rujukan telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Dinda Dwi Candra

NIM : 202403096

Tanda Tangan :



Tanggal :




ii Universitas Muhammadiyah Gombong

HALAMAN PERSETUJUAN
ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN
METODE PEMBERIAN TERAPI WHITE NOISE UNTUK MASALAH
KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RS PKU
MUHAMMADIYAH GOMBONG

Telah disetujui dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Untuk diujikan pada tanggal

Pembimbing


(Dadi Santoso, M.Kep)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi



(Wuri Utami, M.Kep)

HALAMAN PENGESAHAN

Karya ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :

Nama : Dinda Dwi Candra

NIM : 202403096

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Judul KIA-N : ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN METODE PEMBERIAN TERAPI WHITE NOISE
UNTUK MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RS
PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Penguji dan diterima sebagai bagian
persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi
Pendidikan Profesi Ners Program Profesi Universitas Muhammadiyah Gombong

Penguji Satu : Cahyu Septiwi, M.Kep., Sp.KMB., Ph.D (.....)

Penguji Dua : Dadi Santoso, M.Kep (.....)

Mengetahui

Ketua Program Studi Profesi Ners Program Profesi



(Wuri Utami, M.Kep)

Ditetapkan di : Gombong, Kebumen

Tanggal :

iv Universitas Muhammadiyah Gombong

Tanggal :

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dinda Dwi Candra

NIM : 202403096

Program Studi : Profesi Ners

Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir Ners

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non exclusive Royalti-Free Right*) atas karya ilmiah akhir ners saya yang berjudul :

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN METODE
PEMBERIAN TERAPI WHITE NOISE UNTUK MASALAH KEPERAWATAN
GANGGUAN POLA TIDUR DI RS PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan) dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugass akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Gombong, Kebumen

Pada Tanggal : 12 Agustus 2025

Yang menyatakan



(Dinda Dwi Candra)

v Universitas Muhammadiyah Gombong

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gombong
Karya Ilmiah Akhir Ners, Mei 2025

Dinda Dwi Candra¹⁾, Dadi Santoso²⁾
candradinda99@gmail.com

ABSTRAK

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN METODE
PEMBERIAN TERAPI *WHITE NOISE* UNTUK MASALAH KEPERAWATAN
GANGGUAN POLA TIDUR DI RS PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG**

Latar Belakang: *World Health Organization* (2023) memperkirakan di dunia ada 1,28 miliar orang dewasa dengan hipertensi. Sekitar 46% penderita hipertensi tidak sadar atas kondisinya, yang juga menjadi penyebab utama kematian dini global. Salah satu keluhan pasien hipertensi yaitu insomnia, yang ditandai dengan kesulitan tidur, sering terbangun malam, atau merasa lelah setelah bangun. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan untuk membantu memperbaiki pola tidur ialah terapi musik white noise adalah suatu terapi yang sering diberikan kepada pasien dengan gangguan tidur.

Tujuan: Menganalisis asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode studi kasus. Jumlah sampel yang diambil sebanyak 5 orang. Pola tidur dinilai dengan Kuesioner Kualitas Tidur sebelum dan setelah intervensi. Intervensi dilakukan selama 3 hari proses perawatan dan dilakukan saat pagi hari dan malam hari sebelum tidur.

Hasil: Masalah keperawatan utama yaitu Gangguan Pola Tidur. Intervensi: Dukungan tidur dan Terapi Musik dengan musik *White Noise*. Intervensi dilakukan sesuai standar operasional prosedur dengan durasi 60 menit selama 3 hari berturut-turut saat pagi dan malam hari. Hasil evaluasi kelima pasien menunjukkan bahwa pola tidur membaik.

Kesimpulan: Terdapat pengaruh pemberian terapi musik *white noise* terhadap pola tidur.

Rekomendasi: Penelitian selanjutnya dengan penambahan waktu intervensi sehingga dapat diketahui secara mendalam apakah terapi musik *white noise* mampu membantu memperbaiki kualitas tidur pasien.

Kata Kunci: *Hipertensi; Gangguan Pola Tidur; Terapi Musik White Noise*

¹⁾ Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong

²⁾ Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

PROFESSIONAL NURSE EDUCATION PROGRAM
Faculty of Health Sciences
Universitas Muhammadiyah Gombong
Nurse Final Scientific Paper, May 2025

Dinda Dwi Candra¹⁾, Dadi Santoso²⁾
candradinda99@gmail.com

ABSTRACT

**NURSING CARE FOR HYPERTENSION PATIENTS WITH WHITE NOISE
THERAPY METHOD FOR NURSING PROBLEMS OF SLEEP PATTERN
DISORDERS AT PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG**

Background: The World Health Organization (2023) estimates that 1.28 billion adults worldwide have hypertension. Approximately 46% of individuals with hypertension are unaware of their condition, which is also a leading cause of premature death globally. One common complaint among hypertensive patients is insomnia, characterized by difficulty falling asleep, frequent nighttime awakenings, or feeling unrefreshed upon waking. One intervention that can be used to improve sleep patterns is white noise music therapy, a method often applied to patients experiencing sleep disturbances.

Objective: To analyze nursing care for hypertensive patients with the nursing problem of disturbed sleep pattern.

Methods: This study used a case study design involving five patients. Sleep patterns were assessed using a Sleep Quality Questionnaire before and after the intervention. The intervention was administered over three days during the care process, specifically in the morning and at night before sleep.

Results: The primary nursing problem identified was Disturbed Sleep Pattern. The intervention consisted of sleep support and music therapy using white noise. The therapy was administered according to standard operating procedures, with a duration of 60 minutes in both the morning and evening for three consecutive days. Evaluation of all five patients showed improvement in sleep patterns.

Conclusion: White noise music therapy has a positive effect on improving sleep patterns.

Recommendation: Further researcher is should increase the intervention time so that we may find to better assess the long-term effects of white noise music therapy on sleep quality in hypertensive patients.

Keywords: *Hypertension; Sleep Pattern Disorders; White Noise Music Therapy*

¹⁾*Student of Universitas Muhammadiyah Gombong*

²⁾*Lecturer of Universitas Muhammadiyah Gombong*

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas limpahan nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini dengan judul “ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN METODE PEMBERIAN TERAPI WHITE NOISE UNTUKMASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RS PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG”.

Penulis menyadari bahwa keberhasilan dari penyusunan karya ilmiah akhir ners ini tidak terlepas dari dukungan, bimbingan, penyediaan fasilitas dan bantuan lainnya dari berbagai pihak, oleh karena itu kesempatan ini penulis ingin menyampaikan penghargaan dan ucapan terimakasih kepada:

1. Suami dan anak-anak saya yang selalu mendukung saya baik secara moril maupun materil selama mengerjakan karya ilmiah akhir ini.
2. Orangtua saya yang selalu memberikan doa dan semangat kepada saya selama saya mengerjakan karya ilmiah akhir ini.
3. Dr. Hj. Herniyatun, M.Kep., Sp.Mat selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong
4. Eka Riyanti, M.Kep., Sp.Kep.Mat selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gombong.
5. Wuri Utami, M.Kep selaku Ketua Program Studi Profesi Ners
6. Dadi Santoso M.Kep selaku pembimbing saya yang selama ini membantu saya dalam mengerjakan karya ilmiah akhir ini.
7. Cahyu Septiwi, M.Kep., Sp.KMB., Ph.D. selaku penguji saya selama saya mengerjakan karya ilmiah akhir ini.
8. Perawat dan Tenaga Kesehatan Lainnya di RS PKU Muhammadiyah Gombong
9. Semua teman-teman kelompok Profesi Ners dan juga bimbingan Karya Ilmiah Akhir Ners

10. Semua teman-teman saya yang selalu menerima saya ketika berkeluh kesah hingga karya ilmiah akhir ini dapat diselesaikan

11. Semua pihak yang selalu bersedia membantu saya dalam penyusunan karya ilmiah akhir ini.

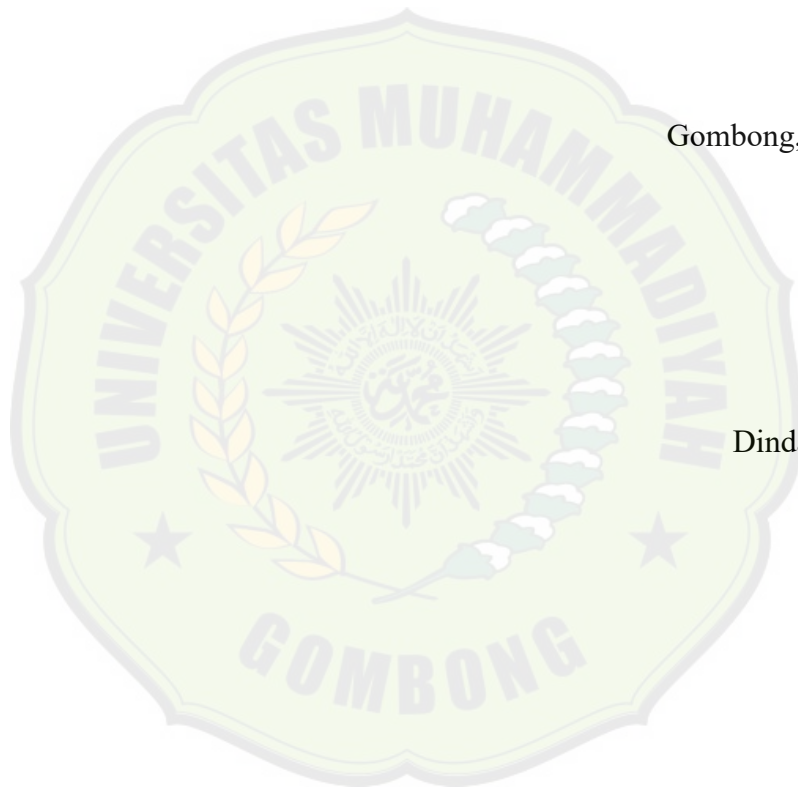
Penulis menyadari bahwa penyusunan karya ilmiah akhir ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis berharap kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Gombong, 15 Mei 2025

Penulis

Dinda Dwi Candra



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. LATAR BELAKANG.....	1
B. RUMUSAN MASALAH.....	3
C. TUJUAN.....	3
D. MANFAAT.....	4
BAB II TINJAUAN LITERATURE.....	5
A. TINJAUAN MEDIS.....	5
1. Pengertian.....	5
2. Etiologi.....	6
3. Manifestasi Klinis.....	6
4. Patofisiologi.....	6
5. Pathway.....	8

6. Penatalaksanaan.....	9
7. Pemeriksaan Penunjang.....	9
B. TINJAUAN MASALAH KEPERAWATAN.....	10
1. Pengertian Gangguan Pola Tidur.....	10
2. Faktor Penyebab.....	10
3. Data Mayor dan Minor.....	10
4. Penatalaksanaan Gangguan Pola Tidur dengan Terapi Musik <i>White Noise</i>	11
C. FOKUS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI.....	13
1. Fokus Pengkajian.....	13
2. Diagnosa Keperawatan.....	13
3. Intervensi Keperawatan.....	14
4. Implementasi Keperawatan.....	16
5. Evaluasi Keperawatan.....	17
D. KERANGKA KONSEP.....	18
BAB III METODE PENGAMBILAN KASUS.....	19
A. DESAIN KARYA TULIS.....	19
B. PENGAMBILAN SUBJEK.....	19
1. Kriteria inklusi.....	19
2. Kriteria Eksklusi.....	20
C. LOKASI DAN WAKTU PENGAMBILAN KASUS.....	20
1. Lokasi Pengambilan Kasus.....	20
2. Waktu Pengambilan Kasus.....	20
D. DEFINISI OPERASIONAL.....	20
E. INSTRUMEN.....	21

F. LANGKAH PENGAMBILAN DATA.....	22
G. ETIKA STUDI KASUS.....	22
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	24
A. Ringkasan Hasil Inovasi Penerapan Tindakan.....	24
1. Pasien 1.....	24
2. Pasien 2.....	29
3. Pasien 3.....	34
4. Pasien 4.....	39
5. Pasien 5.....	44
B. Hasil Penerapan Tindakan Keperawatan.....	48
C. Pembahasan.....	49
1. Analisis Karakteristik Pasien.....	49
2. Analisis Masalah Keperawatan Utama Gangguan Pola Tidur pada Pasien Hipertensi.....	51
3. Analisis Tindakan Keperawatan Terapi Musik <i>White Noise</i>	52
D. Keterbatasan Studi Kasus.....	54
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	55
A. Kesimpulan.....	55
B. Saran.....	55
C. Rekomendasi.....	56

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Standar Operasional Prosedur Terapi Musik <i>White Noise</i>	12
Tabel 2. 2 Luaran dan Intervensi Keperawatan.....	14
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	20
Tabel 4. 1 Kuesioner Kualitas Tidur (KKT).....	45



BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Hipertensi dikenal sebagai tekanan darah tinggi, adalah kondisi kesehatan serius yang secara drastis meningkatkan risiko gangguan pada jantung, otak, ginjal, dan berbagai penyakit lain. Kondisi ini merupakan salah satu penyebab utama serangan jantung, gagal jantung, stroke, yang secara kolektif dikenal sebagai penyakit kardiovaskular (PKV), dan kerusakan ginjal kronis. Pengendalian hipertensi penting untuk mencegah komplikasi seumur hidup dan kejadian kardiovaskular akut. Hipertensi diketahui sebagai penyebab utama kematian dini akibat penyakit kardiovaskular (World Health Organization, 2023). Hipertensi, menurut Kementerian Kesehatan RI, terjadi ketika tekanan sistolik ≥ 140 mmHg atau diastolik ≥ 90 mmHg. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Menurut Sholikah dkk (2021) dalam (Nabrita & Kartinah, 2023) menyatakan Hipertensi adalah gangguan pada sistem sirkulasi darah yang menyebabkan kenaikan tensi di atas normal, dengan tekanan sistolik > 140 mmHg atau tekanan diastolik > 90 mmHg. Sehingga dapat disimpulkan hipertensi adalah gangguan sirkulasi darah yang menyebabkan tekanan darah sistolik > 140 mmHg dan diastolik > 90 mmHg, yang dapat memicu penyakit kardiovaskular.

Badan Kesehatan Dunia (2023) memperkirakan di dunia ada 1,28 miliar orang dewasa dengan hipertensi. Sekitar 46% penderita hipertensi tidak sadar atas kondisinya, yang juga menjadi penyebab utama kematian dini global. (WHO, 2023). Di Indonesia, kasus hipertensi meningkat 8,31%, dari 25,8% pada 2013 menjadi 34,11% pada 2018 (Riset Kesehatan Dasar, 2018). Data dari Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan penurunan prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah sebesar 30,8% (Kemenkes RI 2023). Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah tahun 2018 sebanyak 37,6% dari penduduk di Jawa

Tengah, sedangkan di Kebumen menurut Badan Pusat Statistik (2023) terdapat 45.476 orang yang mengalami hipertensi (BPS, 2023).

Menurut Indrawati & Andriyanti (2018) dalam (Laili & Muasaroh, 2023) menyatakan bahwa Pasien hipertensi sering mengeluh pusing, sakit kepala, tengkuk pegal, dan insomnia, yang ditandai dengan kesulitan tidur, sering terbangun malam, atau merasa lelah setelah bangun. Menurut (Li et al., 2020) yang melakukan meta analisis data pada beberapa studi yang pernah dilakukan di China menyatakan prevalensi buruknya kualitas tidur pada sampel sebanyak 13.920 menunjukkan terdapat 52.5% atau 7.308 orang pasien hipertensi yang kualitas tidurnya buruk. Sehingga untuk menghindari terjadinya peningkatan tekanan darah penderita hipertensi yang dapat menyebabkan komplikasi lainnya salah satunya kualitas tidurnya baik dan masalah keperawatan yang muncul adalah gangguan pola tidur.

Gangguan pola tidur menurut PPNI (2016) memiliki pengertian gangguan kualitas dan kuantitas waktu tidur akibat faktor eksternal. Pada kasus pasien hipertensi gangguan pola tidur muncul dikarenakan kurang kontrol tidur karena ketidakmampuan mempertahankan kondisi tidur. Tidur yang buruk dapat menurunkan antibodi, menyebabkan kelelahan, serta memengaruhi hormon stres kortisol dan sistem saraf simpatik, yang pada akhirnya meningkatkan tekanan darah. (Ningtyas, 2024b).

Intervensi yang dapat dilakukan menurut buku Standar Intervensi Keperawatan Indonesia PPNI (2018) yaitu Dukungan Tidur (I.09265) dimana pada intervensi terapeutik atau yang mampu dilakukan perawat ialah modifikasi lingkungan dan salah satu modalitas yang dapat dilakukan ialah dengan mengatur kebisingan dengan pemberian terapi musik. Terapi musik *white noise* adalah suatu terapi yang sering diberikan kepada pasien dengan gangguan tidur. Penelitian Haryanti dkk (2024) menunjukkan bahwa terapi musik *white noise* pada pasien stroke dengan gangguan tidur menurunkan tingkat gangguan tidur dari 8,57 menjadi 4,14 setelah intervensi. Sama halnya dengan penelitian Umbas dkk (2021) yang melakukan penelitian pada siswa

SMA di Makassar menunjukkan nilai PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*) menurun setelah diberikan intervensi terapi musik *white noise* selama 30 hari dengan durasi 60 menit.

Terapi musik *white noise* efektif untuk menciptakan kondisi tidur yang baik, meredam kebisingan sekitar, dan meningkatkan kualitas tidur. Suara stabil dan konsisten dari *white noise* memudahkan pasien tidur serta mengurangi gangguan tidur, sehingga meningkatkan ketahanan terhadap gangguan tidur seiring waktu. (Haryanti et al., 2024). Sehingga ketika menerapkan terapi ini gangguan pola tidur dapat menurun dan tekanan darah pasien dapat menurun.

Hasil wawancara di Ruang Multazam RS PKU Muhammadiyah Gombong didapatkan data pasien hipertensi sebanyak 120 kasus pada bulan Agustus – Oktober 2024 (Data Sekunder, 2024). Kemudian saat penulis melakukan wawancara pada 2 pasien hipertensi, pasien mengeluhkan kesulitan tidur tanpa diketahui alasannya. Berdasarkan data yang telah dikumpulkan dan beberapa teori yang sudah penulis telaah maka masalah tersebut perlu diselesaikan dengan memberikan terapi musik *white noise* sehingga pola tidur pasien dengan hipertensi dapat membaik.

B. RUMUSAN MASALAH

Penulis tertarik dengan masalah “Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Metode Pemberian Terapi *White Noise* Untuk masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Di RS PKU Muhammadiyah Gombong”.

C. TUJUAN

1. Tujuan Umum

Menjelaskan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan metode pemberian terapi *white noise* untuk masalah keperawatan gangguan pola tidur di RS PKU Muhammadiyah Gombong.

2. Tujuan Khusus

- a. Menguraikan hasil pengkajian pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur
- b. Menjelaskan hasil analisa data pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur
- c. Memaparkan hasil rencana keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur
- d. Menjelaskan hasil implementasi asuhan keperawatan dengan inovasi penerapan terapi musik *white noise* dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur pada pasien hipertensi
- e. Menjelaskan hasil evaluasi asuhan keperawatan dengan inovasi penerapan terapi musik *white noise* dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur pada pasien hipertensi

D. MANFAAT

1. Manfaat Keilmuan

Menjadi literatur dan bahan pustaka keperawatan khususnya asuhan keperawatan medikal bedah dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur pada pasien hipertensi dengan penerapan inovasi terapi musik *white noise* yang dapat diterapkan kasus-kasus dengan gangguan pola tidur.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi Penulis

Sebagai sarana untuk menerapkan ilmu pengetahuan yang telah diperoleh selama proses kuliah dan sebagai tambahan pengalaman dalam menerapkan inovasi-inovasi terbaru di dunia keperawatan.

b. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan hasilnya dapat menambah pengetahuan dan wawasan dalam pemberian asuhan keperawatan pada pasien yang mengalami gangguan tidur.

c. Bagi Pasien

Diharapkan hasil penelitian ini dapat sebagai menambah pengetahuan dan wawasan untuk mengatasi gangguan pola tidur yang dapat

diaplikasikan dirumah baik untuk pasien itu sendiri ataupun keluarga yang ada didalamnya.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, T. R. (2021). Karakteristik Pasien Hipertensi di Puskesmas Tabaringan Makassar. *Indonesian Journal of Health*, 1(2), 112–119. <http://inajoh.org/index.php/INAJOH/articel>
- Arikunto, S. (2013). *Manajemen Penelitian* (12th ed.). PT Rineka Cipta.
- Bachrudin, M., & Najib, M. (2016). *Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan: Keperawatan Medikal Bedah I* (H. Purwanto, Ed.). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Jumlah Kasus 10 Penyakit Terbanyak di Kabupaten Kebumen*, 2023. <https://kebumenkab.bps.go.id/id/statistics-table/1/OTMjMQ==/jumlah-kasus-10-penyakit-terbanyak-di-kabupaten-kebumen-2023.html>
- Bahri, R. S. (2021). *GAMBARAN KUALITAS TIDUR, KECEMASAN, GEJALA DEPRESI PERAWAT SELAMA MERAJAT PASIEN COVID-19 DI SULAWESI SELATAN* [SKRIPSI]. UNIVERSITAS HASANUDDIN.
- Haryanti, N., Agung, R. N., Yunitri, N., Rayasari, F., & Sulistyorini, C. I. (2024). Penerapan Evidence Based Practice Therapy Music White Noise terhadap Gangguan Tidur pada Pasien Stroke. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 4(4), 1320–1333. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i4.14131>
- Hasibuan, R. K., & Hasna, J. A. (2021). Gambaran Kualitas Tidur pada Lansia dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya di Kecamatan Kayangan, Kabupaten Lombok Utara, Nusa Tenggara Barat. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17(2), 187–195. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK>
- Hidayat, A. A. A. (2014). *Metode Penelitian Keperawatan*. Salemba Medika.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020, April 2). *Mengenal Penyakit Hipertensi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://p2ptm.kemkes.go.id/Infographic/Apa-Itu-Hipertensi-Tekanan-Darah->

- Maulia, M., Hengky, H. K., & Muin, H. (2021). *ANALISIS KEJADIAN PENYAKIT HIPERTENSI DI KABUPATEN PINRANG*. 4(3), 2614–3151. <http://jurnal.umpar.ac.id/index.php/makes>
- Mujito, & Sepdianto, T. C. (2021). *Cekal Hipertensi Pada Keluarga Dengan Terapi Non Farmakologis Dan Perilaku Cerdik* (W. Martiningsih, Ed.; 1st ed.). EUREKA MEDIA AKSARA.
- Nabrita, A. Y., & Kartinah, K. (2023). Gambaran Pola Tidur pada Lansia Hipertensi di Wilayah Puskesmas Kartasura. *Malahayati Nursing Journal*, 5(10), 3550–3561. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i10.9432>
- Ningtyas, V. M. (2024a). Hubungan kualitas tidur terhadap kejadian hipertensi pada lansia. *SAGO: Gizi Dan Kesehatan*, 5(2), 288–295. <https://doi.org/10.30867/sago.v5i2.1422>
- Ningtyas, V. M. (2024b). Hubungan kualitas tidur terhadap kejadian hipertensi pada lansia Relations between quality of sleep and hypertension in elderly. *SAGO: Gizi Dan Kesehatan*, 5(2), 288–295. <https://doi.org/10.30867/sago.v5i2.1422>
- Nurhayati, U. A., Ariyanto, A., & Syafriakhwan, F. (2023). Hubungan usia dan jenis kelamin terhadap kejadian hipertensi. In *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta* (Vol. 1).
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* .
- PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan: Definisi dan Indikator Diagnostik* (1st ed.). DPP PPNI.
- PPNI. (2018a). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia* (1st ed.). DPP PPNI.
- PPNI. (2018c). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia* (1st ed.). DPP PPNI.
- Prasasti, S., & Yulistiani, M. (2024). Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Garam Hangat Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Promotif Dan Preventif*, 7(4), 903–910. <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>

Riset Kesehatan Dasar. (2018). *LAPORAN NASIONAL RISKESDAS*.

Telaumbanua, A. C., & Rahayu, Y. (2021). PENYULUHAN DAN EDUKASI TENTANG PENYAKIT HIPERTENSI. *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(1), 119–124. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id>

Umbas, J. C. G., Bintang, A. K., Aulina, S., Bahar, A., & Akbar, M. (2021). The effect of white noise on high school students' sleep quality at Unit B of Rajawali Girls Dormitory Makassar. *Medicina Clinica Practica*, 4. <https://doi.org/10.1016/j.mcpsp.2021.100209>

Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>

Warjri, E., Dsilva, F., Sanal, T., & Kumar, A. (2021). Impact of a white noise app on sleep quality among critically ill patients. *British Association of Critical Care Nurse*, 27(6), 815–823. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/nicc.12742>

Warjri, E., Dsilva, F., Sanal, T., & Kumar, A. (2022). Impact of a white noise app on sleep quality among critically ill patients. *Nursing in Critical Care*, 27(6), 815–823.

World Health Organization. (2023, May 17). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>

Yoon, H., & Baek, H. J. (2022). External Auditory Stimulation as a Non-Pharmacological Sleep Aid. In *Sensors* (Vol. 22, Issue 3). MDPI. <https://doi.org/10.3390/s22031264>

LAMPIRAN



Lampiran 1. Jadwal Kegiatan

Kegiatan	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei
Penentuan tema							
Penyusunan Proposal							
Ujian Proposal							
Revisi Ujian Proposal							
Analisa Data							
Pengumpulan Data							
Penyusunan Laporan Hasil							
Seminar Hasil							
Revisi Seminar Hasil							



Lampiran 2. Hasil Uji Plagiarsm

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG PERPUSTAKAAN Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Fax. (0287) 472433 GOMBONG, 54412 Website : https://library.unimugo.ac.id/ E-mail : lib.unimugo@gmail.com
---	--

SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul : **ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN METODE PEMBERIAN TERAPI WHITE NOISE UNTUK MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RS PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG**

Nama : Dinda Dwi Candra
NIM : 202403096
Program Studi : Profesi Ners
Hasil Cek : 23%

Gombong, 17 Mei 2025

Pustakawan

Mengetahui,
Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT


(... Desy Setijawati ...)


(Sawiji, M.Sc)

Lampiran 3. Format Asuhan Keperawatan

Tgl/Jam Pengkajian :

Tgl/Jam MRS :

Ruangan :

Diagnosa Medis :

A. Pengkajian Data Subjektif

1. Identitas Pasien dan Penanggungjawab Pasien

Nomor RM :

Nama/Inisial :

Jenis Kelamin :

Umur :

Agama :

Pendidikan :

Pekerjaan :

Alamat :

Status Perkawinan :

Penanggungjawab :

Hubungan :

Pekerjaan :

Alamat :

2. Keluhan Utama

3. Riwayat Kesehatan

a. Riwayat Penyakit Sekarang

b. Riwayat Penyakit Dahulu

c. Riwayat Penyakit Keluarga

4. Pola Pemenuhan Kebutuhan Dasar (Virginia Henderson)

a. Pola Oksigenasi

- Sebelum dikaji :
- Selama dikaji :
- b. Pola Kebutuhan Nutrisi
- Sebelum dikaji :
- Saat dikaji :
- c. Pola Eliminasi
- Sebelum dikaji :
- Saat dikaji :
- d. Pola Istirahat dan Tidur
- Sebelum dikaji :
- Saat dikaji :
- e. Pola Aktivitas
- Sebelum dikaji :
- Saat dikaji :
- f. Mempertahankan Suhu
- Sebelum dikaji :
- Saat dikaji :
- g. Berpakaian
- Sebelum dikaji :
- Saat dikaji :
- h. Personal Hygiene
- Sebelum dikaji :
- Saat dikaji :
- i. Rasa Aman dan Nyaman
- Sebelum dikaji :
- Saat dikaji :
- j. Kebutuhan Spiritual
- Sebelum dikaji :
- Saat dikaji :
- k. Pola Bekerja
- Sebelum dikaji :

Saat dikaji :

l. Pola Berekreasi

Sebelum dikaji :

Saat dikaji :

m. Pola belajar

Sebelum dikaji :

Saat dikaji :

1. Pemeriksaan Fisik

GCS :	Suhu :
KU :	RR :
TD :	TB :
Nadi :	BB :

Kepala :

Rambut :

Wajah :

Mata :

Telinga :

Hidung :

Mulut :

Leher :

Dada

Jantung

I :

P :

P :

A :

Paru-paru

I :

P :

P :

A :

Abdomen

I :

A :

P :

P :

Punggung :

Ekstremitas

Atas :

Bawah :

Genetalia :

Integumen :

CRT :

Turgor kulit :

2. Pemeriksaan Penunjang

a. Pemeriksaan Laboratorium

Hari/Tanggal/Jam :

Pemeriksaan	Hasil	Interpretasi	Satuan	Nilai Normal

--	--	--	--	--

b. Pemeriksaan Radiologi

Hari/Tanggal/Jam :

Kesan :

3. Terapi Medis (Post operasi)

Hari/Tanggal/Jam : 20 November 2024

No	Nama Obat	Dosis	Rute	Waktu	Indikasi

4. Diet

B. ANALISA DATA

Data	Masalah	Etiologi

C. PRIORITAS DIAGNOSA KEPERAWATAN

D. INTERVENSI KEPERAWATAN

No DX	Luaran	Intervensi	Rasionalisasi

E. IMPLEMENTASI KEPERAWATAN

Tgl	Dx kep	Jam	Implementasi	Respon	Paraf

F. EVALUASI KEPERAWATAN

Tanggal	DX	Jam	Evaluasi	Paraf

--	--	--	--	--



Lampiran 4. Standar Operasional Prosedur Terapi Musik White Noise

No		Prosedur Pelaksanaan
1	Pengertian	Terapi musik <i>white noise</i> adalah rangkaian suara dengan frekuensi yang berkelanjutan dan tersebar merata di seluruh rentang frekuensi yang dapat didengar.
2	Manfaat	<ol style="list-style-type: none"> Meningkatkan kualitas tidur secara terus-menerus dengan cara meningkatkan ambang akustik hingga maksimal Menyamarkan suara di sekitarnya Meredakan aktivitas otak
3	Prosedur Persiapan Alat	<ol style="list-style-type: none"> <i>Handphone</i> <i>Earphone/headset</i>
4	Tahap Pra-Interaksi	<ol style="list-style-type: none"> Cek catatan keperawatan atau catatan medis pasien Siapkan alat-alat Cuci tangan
5	Tahap Interaksi	<ol style="list-style-type: none"> Berikan salam dan perkenalan diri kepada pasien Identifikasi pasien: nama, tanggal lahir, alamat, No RM (cek gelang pasien) Tanyakan kondisi/keluhan pasien Jelaskan tujuan, prosedur, lama tindakan, dan hal yang dilakukan oleh pasien Berikan kesempatan kepada pasien/keluarga untuk bertanya
6	Tahap Kerja	<ol style="list-style-type: none"> Jaga privasi pasien Siapkan <i>handphone</i> dan <i>earphone</i> yang sudah disetting musik <i>white noise</i> Posisikan pasien dengan nyaman Pasang <i>earphone</i> ke telinga pasien, minta pasien menutup mata Atur suara <i>white noise</i> menyala hingga 30 menit. Setelah 30 - 60 menit, tanyakan pada keluarga apakah pasien tertidur. Hentikan terapi apabila pasien merasa pusing saat mendengar suara <i>white noise</i>.
7	Tahap Terminasi	<ol style="list-style-type: none"> Evaluasi perasaan pasien setelah pasien terbangun, simpulkan hasil kegiatan, berikan umpan balik positif serta kontrak kegiatan selanjutnya Bereskan alat, cuci tangan Akhiri kegiatan dengan mengucapkan salam

8	Tahap Dokumentasi	Catat hasil kegiatan pada catatan keperawatan dan laporkan temuan hasil pemeriksaan pasien.
---	-------------------	---



Lampiran 5. Informed Consent (Persetujuan Setelah Penjelasan)

Assalamualaikum Wr. Wb

Nama : Dinda Dwi Candra

NIM : 202403096

Judul Studi Kasus : ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN METODE PEMBERIAN TERAPI WHITE NOISE UNTUK MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RS PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG

Saya Dinda Dwi Candra dari Universitas Muhammadiyah Gombong. Saya ingin mengajak Anda untuk berpartisipasi dalam studi kasus saya untuk pasien hipertensi dengan gangguan pola tidur di RS PKU Muhammadiyah Gombong

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk asuhan keperawatan dari pasien hipertensi dengan permasalahan gangguan pola tidur dan juga untuk mengetahui pengaruh dari pemberian terapi musik *white noise* untuk memperbaiki pola tidur

Keikutsertaan Sukarela

Partisipasi Anda dalam penelitian ini adalah sukarela tanpa paksaan. Anda berhak menolak keikutsertaan dan berhak pula untuk mengundurkan diri dari penelitian ini, meskipun Anda sudah menyatakan bersedia untuk berpartisipasi. Tidak akan ada kerugian atau sanksi apapun (termasuk kehilangan perawatan kesehatan atau terapi yang seharusnya anda terima). Jika anda ingin mengundurkan diri dalam penelitian ini Anda dapat melakukannya kapanpun.

Lama Penelitian, Prosedur Penelitian dan Tanggung Jawab Partisipan

Prosedur yang akan dilakukan dalam penelitian ini meliputi penilaian kualitas tidur menggunakan Kuesioner Kualitas Tidur (KKT) baik sebelum dan sesudah pemberian intervensi terapi musik *white noise*. Prosedur dilakukan selama 6x pemberian intervensi dan mengisi 2 lembar kuesioner yang berisi pernyataan. Dalam proses penelitian jika ada partisipan yang ingin mengundurkan diri, peneliti tidak akan memaksakan partisipan untuk melanjutkan proses penelitian.

Manfaat Penelitian

Partisipasi Anda dalam penelitian ini dapat memberikan manfaat untuk Anda yaitu mengetahui tingkat kecemasan yang anda miliki dan mengetahui perubahan dari dilakukannya terapi menulis ekspresif yang dapat dilakukan secara mandiri.

Resiko Ketidaknyamanan

Prosedur penelitian ini memiliki risiko ketidaknyamanan yaitu menyita waktu Anda selama proses perawatan.

Kerahasiaan

Saya menjamin kerahasiaan seluruh data dan tidak akan mengeluarkan atau mempublikasi informasi tentang diri Anda tanpa ijin langsung dari Anda sebagai partisipan.

Klasifikasi

Jika Anda memiliki pertanyaan apapun seputar prosedur penelitian atau membutuhkan tambahan informasi, Anda dapat menghubungi saya **Dinda Dwi Candra dengan nomor telepon/WhatsApp Messenger 0882-2882-1866**

Terimakasih, Wassalamualaikum Wr.Wb

Dinda Dwi Candra

Lampiran 6. Lembar Persetujuan Subjek

Jika Anda bersedia untuk menjadi partisipasi, berikan tanda tangan pada lembar ini sebagai bukti ketersediaan Anda untuk menjadi partisipan dalam studi kasus yang berjudul “ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN METODE PEMBERIAN TERAPI WHITE NOISE UNTUK MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RS PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG”. Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat :

No. Hp :

Saya bersedia menjadi partisipan untuk kepentingan studi kasus dengan ketentuan informasi pribadi saya dirahasiakan. Demikian surat pernyataan ini saya sampaikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Gombong,

2025

Responden

(.....)

Lampiran 7. Kuesioner Kualitas Tidur (KKT)

(oleh Evi Karota Bukit yang telah dimodifikasi berdasarkan The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dan St. Mary's Hospital (SMH) sleep questionnaire)

Berilah tanda silang (x) sesuai dengan yang Anda alami

1. Berapa lama waktu yang Bapak/Ibu butuhkan untuk dapat tertidur tadi malam?

- 1) > 60 menit
- 2) 31-60 menit
- 3) 16-30 menit
- 4) < 15 menit

2. Berapa lama (dalam jam) Bapak/Ibu tidur tadi malam?

- 1) < 5 jam
- 2) 5-6 jam
- 3) >6-7 jam
- 4) >7 jam

3. Berapa kali Bapak/Ibu terbangun pada malam hari?

- 1) 5 kali
- 2) 3-4 kali
- 3) 1-2 kal
- 4) tidak ada

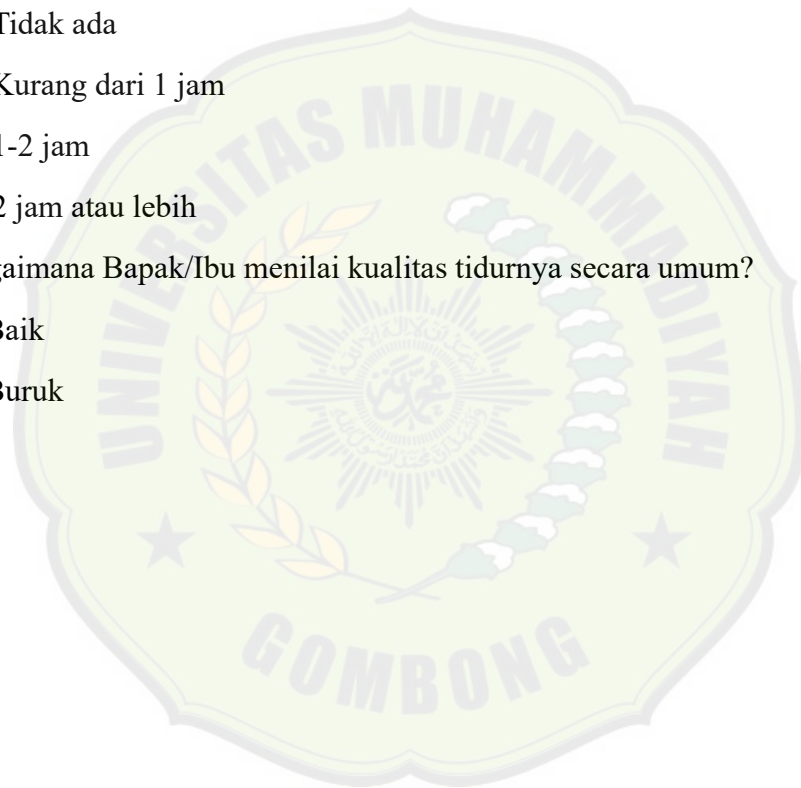
4. Bagaimana perasaan Bapak/Ibu saat bangun pagi ini?

- 1) Sangat mengantuk
- 2) Mengantuk
- 3) Sedikit mengantuk
- 4) Merasa segar dan tidak mengantuk

5. Apakah Bapak/Ibu dapat tidur dengan nyenyak tadi malam?

- 1) Sangat tidak nyenyak sekali
- 2) Tidur tetapi sering terbangun
- 3) Tidur tetapi tidak cukup nyenyak

- 4) Sangat nyenyak
6. Apakah Bapak/Ibu merasa puas dengan tidur yang dialami tadi malam?
- 1) Tidak merasa puas
 - 2) Sedikit puas
 - 3) Lumayan puas
 - 4) Sangat merasa puas
7. Berapa lama waktu yang Bapak/Ibu butuhkan untuk tidur siang kemarin?
- 1) Tidak ada
 - 2) Kurang dari 1 jam
 - 3) 1-2 jam
 - 4) 2 jam atau lebih
8. Bagaimana Bapak/Ibu menilai kualitas tidurnya secara umum?
- Baik
 - Buruk



Lampiran 8. Lembar Bimbingan



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
 FAKULTAS ILMU KESEHATAN
 PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
 Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax (0286)472433, Gombong 54412

Nama Mahasiswa : Dinda Dwi Candra
 Nim : 202403096
 Pembimbing : Dadi Santoso, M.Kep

Tanggal Bimbingan	Topik / Materi Bimbingan	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
28/10/2024	Konsultasi KIA (Online Via Whatsapp)		
1/11/2024	Konsul Judul 1(Offline)		
04/11/2024	Konsultasi Judul 2 (Online Via Whatsapp)		
5/11/2024	ACC Judul (Onlie Via Whatsapp)		
14/11/2024	Konsultasi BAB 1 (Online via whatsapp)		
19/11/2024	Konsultasi Penjelasan hasil Reviw di perbaiki lanjut BAB 2 (Online Via Whatsapp)		
28/11/2024	Konsultasi BAB 2 (Online Via whatsapp)		
5/12/2024	Konsultasi hasil Reviw di perbaiki bisa lanjut BAB 3 (Online via Whatsapp)		
23/12/2024	Konsultasi BAB 3 (online via Whatsapp)		
30/12/2024	Hasil Reviw BAB 3		
03/01/2025	Konsultasi revisi BAB 1,2,3		
07/01/2025	ACC Bab 1-3		
10/01/2025	Lolos Turmitin		

Mengetahui
 Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi



(Wuri Ulami, M.Kep)



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax (0286)472433, Gombong 54412

Nama Mahasiswa : Dinda Dwi Candra
Nim : 202403096
Pembimbing : Dadi Santoso, M.Kep

Tanggal Bimbingan	Topik / Materi Bimbingan	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
11 Februari 2025	Konsul BAB 1-3 setelah ujian proposal		
18 Februari 2025	Acc dari bu Tiwi sebagian penguji satu		
19 April 2025	Konsul BAB IV & V		
29 April 2025	Konsul revisi BAB IV & V dan konsul Askep		
09 Mei 2025	Konsul revisi BAB IV dan V		
15 Mei 2025	Dari Pak Dadi BAB IV, V ACC lanjut turnitin		
16 Mei 2025	Lolos turnitin		
20 Juni 2025	Konsul revisi setelah sidang hasil KIA (ACC dari pak Dadi dan bu Tiwi)		

Mengetahui
Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi



(Wuri-Ulani, M.Kep)