

ABSTRAK

Latar Belakang: Keluarga merupakan sebuah unit terkecil yang tercipta sebagai sistem sosial dalam kehidupan masyarakat, dalam sistem keluarga memiliki ikatan emosional, tanpa harus terikat oleh hubungan darah, pernikahan, atau adopsi. Pengetahuan dalam keluarga sangat berdampak positif untuk salah satu kebutuhan keluarga, sementara itu lansia butuh peran keluarga untuk mengatasi gangguan pola tidur dan masalah kesehatan lainnya. **Tujuan Studi Kasus:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh implementasi edukasi dalam mengatasi gangguan pola tidur pada lansia yang mengalami insomnia. **Metode:** Penelitian ini menggunakan rancangan studi kasus deskriptif dengan metode pengumpulan data, observasi dan wawancara. **Hasil:** Menunjukkan bahwa adanya perubahan positif dan mampu menurunkan gejala gangguan pola tidur pada lansia serta berpengaruh pada peningkatan pengetahuan pada keluarga. **Kesimpulan:** Ini menunjukkan bahwa edukasi dalam menggunakan penerapan terapi murottal al-qur'an dapat menurunkan dari gejala gangguan pola tidur, sehingga terapi ini dapat digunakan untuk penurunan gangguan pola tidur. **Saran:** Diharapkan penelitian ini menjadi saran atau referensi dalam penerapan terapi nonfarmakologi untuk meningkatkan kemampuan yang mengalami insomnia.

Kata Kunci: Keluarga, Gangguan Pola Tidur Dan Terapi Murottal Al-Quran

Implementation of Family Education in Overcoming Sleep Disturbances in Elderly People with Insomnia

TazqiratuH Husnah

2025

*Diploma III Nursing Study Program Faculty of Medicine and Health Sciences
Universitas Muhammadiyah Makassar*

Muhammad Purqan Nur, S.Kep., M.Kes

A.Nur Anna AS, S.Kep., Ns., M.Kep