

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil asuhan keperawatan yang sudah dilakukan pada keluarga Tn.M dengan masalah gangguan pola tidur dan ansietas (gangguan pola tidur) di PSTW sabai nan aluih sicicin dapat disimpulkan bahwa:

1. Hasil pengkajian yang didapatkan sesuai dengan pengkajian teoritis, Tn.S mengatakan belum paham mengenai bagaimana perawatan gangguan pola tidur secara non farmakologi tanpa menggunakan obat-obatan.
2. Diagnosa keperawatan yang muncul yaitu :
 - a. Gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur. dibuktikan dengan pasien mengatakan mengeluh sulit tidur, sering terjaga pada malam hari, mengeluh tidak puas tidur, mengeluh lemas dan pasien terlihat mengantuk.
 - b. Ansietas berhubungan dengan kurang terpapar informasi dibuktikan dengan pasien mengatakan merasa khawatir dengan akibat dari situasi yang dihadapi, pasien tampak gelisah, sulit untuk berkonsentrasi serta sulit untuk tidur
 - c. Manajemen kesehatan tidak efektif berhubungan dengan ketidakcukupan petunjuk untuk bertindak dibuktikan klien mengatakan tidak tahu bagaimana cara mengatasi gangguan tidur Klien mengatakan tidak tahu obat-obatan apa saja yang membuat klien tidur Klien mengatakan tidak tahu bagaimana cara pencegahan gangguan tidurnya.

3. Intervensi keperawatan yang direncanakan sesuai rumusan intervensi keperawatan teoritis yaitu
 - a. Untuk mengatasi gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur. Dilakukan beberapa intervensi seperti peningkatan tidur, teknik relaksasi dengan menggunakan murattal Al-Qur`an, dan manajemen lingkungan untuk menciptakan suasana yang nyaman untuk klien. Keadaan lingkungan yang aman dan nyaman bagi klien akan mempercepat terjadinya proses tidur. (A.Prayitno, 2019)
 - b. Untuk mengatasi ansietas berhubungan dengan kurang terpapar informasi. Dilakukan beberapa intervensi seperti teknik relaksasi dengan menggunakan murattal Al-Qur`an, dan manajemen lingkungan untuk menciptakan suasana yang nyaman untuk klien serta memberikan informasi kepada klien tentang insomnia yang dialami klien.
 - c. Untuk mengatasi Manajemen Kesehatan Tidak Efektif berhubungan dengan Ketidacukupan Petunjuk untuk Identifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi, Jelaskan penanganan masalah Kesehatan, Informasikan sumber yang tepat yang tersedia di Masyarakat, Anjurkan menggunakan fasilitas Kesehatan
4. Implementasi keperawatan yang diberikan seluruhnya sesuai dengan konsep asuhan keperawatan yang sudah direncanakan dan disusun secara teori, dan tidak ditemukan adanya kendala untuk penerapan implementasi.
5. Evaluasi asuhan keperawatan pada Tn.S menunjukkan bahwa asuhan keperawatan yang diberikan telah memberikan dampak positif bagi kondisi Tn.S yaitu terjadinya peningkatan kualitas tidur yang dialami Tn.S setelah diberikan latihan terapi murattal Al-Qur`an.

B. Saran

1. Bagi penulis

Diharapkan hasil karya tulis ilmiah ners ini dapat menambah wawasan penulis serta mengaplikasikan ilmu pengetahuan tentang asuhan keperawatan gerontik khususnya pemberian terapi murottal al-quran Pada penderita gangguan tidur.

2. Bagi Penulis Selanjutnya

Diharapkan hasil karya tulis ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan dan perbandingan bagi penulis selanjutnya yang ingin melanjutkan karya ilmiah tentang asuhan keperawatan gerontik khususnya murottal al-quran Pada penderita gangguan tidur.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penulisan ini dapat dijadikan bahan untuk pelaksanaan pendidikan serta masukan dan perbandingan untuk penelitian lebih lanjut asuhan keperawatan gerontik dengan gangguan pola tidur

4. Bagi Tempat Penelitian

Penulis berharap ini dapat dijadikan sumber informasi dalam rangka meningkatkan pengetahuan tentang Asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami gangguan tidur, baik dalam pengembangan metode maupun menelusuri faktor-faktor yang mempengaruhi masing-masing variabel. Seperti pengaruh pemberian terapi murottal terhadap gangguan tidur pada lansia.