

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Hasil asuhan keperawatan yang telah dilakukan pada keluarga Tn. H dengan masalah Gangguan Pola Tidur di RW II RT IV Kelurahan Lolong Belanti Kecamatan Padang Utara dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Hasil pengkajian yang didapatkan pada Tn. H dengan Gangguan Pola Tidur. Kondisi kesehatan pada Tn. H yaitu mengalami gangguan pola tidur sudah lebih kurang dari 2 tahun ini, mengalami kesulitan untuk memulai tidur, sering terbangun pada malam hari. Hasil dari PSQI klien sebelum dilakukan intervensi adalah 13.
2. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan yaitu Gangguan Pola Tidur.
3. Rumusan intervensi keperawatan yang direncanakan sesuai rumusan intervensi keperawatan teoritis yaitu keterlibatan keluarga.
4. Implementasi keperawatan yang diberikan sesuai dengan intervensi yang sudah disusun secara teori tetapi pelaksanaannya disesuaikan situasi dan keadaan klien dan keluarga. Pada klien diberikan edukasi serta penerapan Terapi Zikir yang akan membantu untuk mengatasi insomnia pada klien.
5. Evaluasi asuhan keperawatan pada Tn. H menunjukkan bahwa asuhan keperawatan yang diberikan telah memberikan dampak positif bagi kondisi Tn. H yaitu Tn. H sudah bisa untuk tidur dengan nyenyak sekitar 5-6 jam sehari serta bertambahnya pengetahuan anggota keluarga tentang perawatan klien dengan insomnia. Selain itu pada pengukuran skor PSQI

dari 13 meningkat menjadi 8 walaupun masih dalam kondisi kualitas tidur yang masih buruk.

6. Penerapan manajemen layanan pada sistem pelayanan lansia dikomunitas sudah berhasil dilakukan yang ditandai dengan ikut sertanya kader dan adanya partisipasi dari lansia serta tokoh masyarakat di RW II RT IV Kelurahan Lolong Belanti Kecamatan Padang Utara.

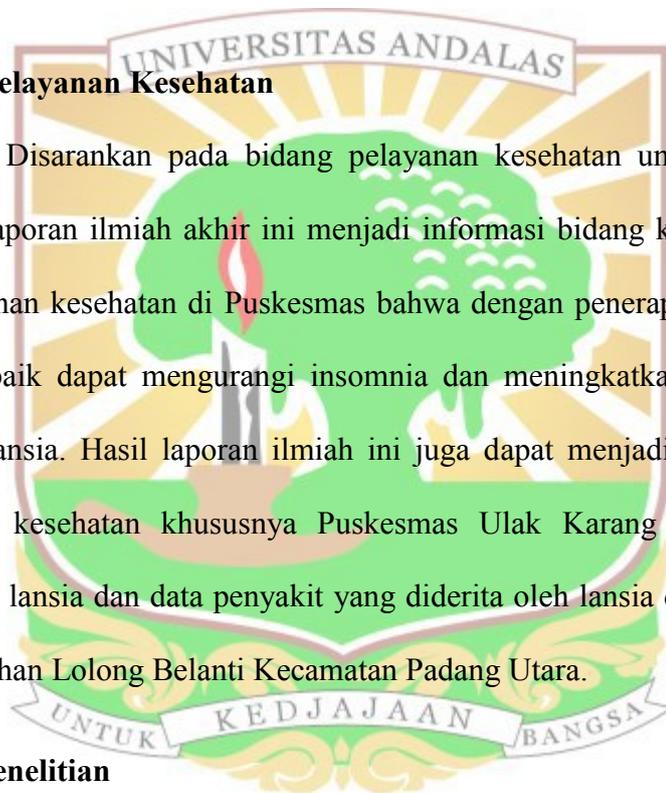
## **B. Saran**

### **1. Bagi Pelayanan Kesehatan**

Disarankan pada bidang pelayanan kesehatan untuk menjadikan hasil laporan ilmiah akhir ini menjadi informasi bidang keperawatan dan pelayanan kesehatan di Puskesmas bahwa dengan penerapan Terapi Zikir yang baik dapat mengurangi insomnia dan meningkatkan kualitas tidur pada lansia. Hasil laporan ilmiah ini juga dapat menjadi informasi bagi tenaga kesehatan khususnya Puskesmas Ulak Karang mengenai data jumlah lansia dan data penyakit yang diderita oleh lansia di RW II RT IV Kelurahan Lolong Belanti Kecamatan Padang Utara.

### **2. Bagi Penelitian**

Disarankan kepada para peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian tentang masalah insomnia pada lansia agar dapat meneliti lebih lanjut tentang tindakan keperawatan yang dapat mengatasi insomnia pada lansia.



### 3. Bagi Pendidikan

Disarankan kepada institusi pendidikan keperawatan agar hasil laporan ilmiah ini dapat bermanfaat bagi bidang pendidikan keperawatan khususnya keperawatan komprehensif yang membahas kasus insomnia pada lansia dengan implementasi Terapi Zikir dan menjadi salah satu *Evidence Based Practice*.

