

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan asuhan keperawatan yang telah dilakukan pada keluarga Ny.S dengan masalah Gangguan Pola Tidur di RW 01 RT 03 Kelurahan Koto Pulai Kecamatan Koto Tengah maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan pengkajiab yang telah dilakukan pada Ny.S didapatkan data dan masalah keperawatan yang dialami Ny.S yaitu gangguan pola tidur dengan keluhan susah tidur, sering terbangun di malam hari dan kesulitan untuk tidur lagi. Ny.S biasanya beranjak untuk tidur sekitar jam 9 malam lalu baru bisa tertidur jam 11 malam kadang bahkan lewat dari jam tersebut, setelah itu biasanya selalu terbangun jam 3 pagi dan tidak bisa tidur lagi setelah itu, klien mengatakan hanya berbaring namun tidak bisa tertidur lagi, keluhan ini sudah dirasakan klien semenjak 2 tahun belakangan, dalam sehari Ny.S biasanya hanya tertidur kurang lebih 4 jam. Ny.S menengatakan juga belum memahami bagaimana cara perawatan gangguan pola tidur
2. Diagnosa keperawatan yang ditegakan yaitu gangguan pola tidur
3. Intervensi keperawatan yang direncana kan yaitu, peningkatan tidur, terapi relaksasi, manajemen lingkungan: kenyamanan

4. Implementasi keperawatan yang dilaksanakan sesuai dengan konsep konsep asuhan keperawatan yang telah direncanakan, dan tidak ditemukan adanya kendala dalam penerapan implementasi
5. Hasil evaluasi akhir asuhan keperawatan pada Ny.S memberikan dampak positif bagi Ny.S terlihat dari peningkatan kualitas tidur yang dimiliki oleh Ny.S dengan menggunakan kuisioner PSQI yang mana sebelum dilakukan implementasi skor nya 13 dan setelah dilaksanakan implementasi terjadi penurunan skor menjadi 8.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Institusi Pendidikan**

Diharapkan hasil laporan ilmiah akhir ini dapat sebagai tambahan ilmu bagi profesi keperawatan dalam hal perawatan yang komprehensif dan pengembangan ilmu pengetahuan dalam memberikan asuhan pada lansia yang mengalami gangguan pola tidur dengan intervensi non-farmakologi yaitu footbath terapi. Dan diharapkan laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi bahan referensi bagi mahasiswa yang ingin meneliti tentang pemberian asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami gangguan pola tidur melalui penerapan terapi footbath atau rendam kaki air hangat ini dengan pengembangan variable lain.

## 2. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil laporan akhir ilmiah ini dapat menjadi acuan proses belajar dalam menerapkan ilmu yang telah didapat selama proses perkuliahan oleh peneliti serta menambah kekeyaan intelektual.

## 3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan hasil laporan akhir ilmiah ini dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi pelayanan kesehatan atau puskesmas dalam membuat standar asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami gangguan pola tidur dengan cara penerapan terapi rendam kaki air hangat atau Footbath. Serta diharapkan hasil laporan ilmiah akhir ini menjadi salah satu bahan pertimbangan dalam pembuatan kebijakan dipuskesmas untuk meningkatkan pelayanan yang bersifat promotif dan preventif tentang penyuluhan dan penerapan terapi rendam kaki air hangat (footbath) sehingga dapat meningkatkan minat dan partisipasi lansia dalam kegiatan tersebut.

