

## **BAB V PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

#### 1. Manajemen Asuhan Keperawatan

Setelah dilakukan asuhan keperawatan pada Ny. I dengan gangguan pemenuhan istirahat dan tidur dengan penerapan *back massage* selama empat hari dapat disimpulkan :

- a) Pengkajian didapatkan data Ny. I mengeluh sesak napas, mengeluh tidak nyaman bernapas ketika berbaring dan merasa lebih nyaman bernapas sambil duduk daripada berbaring di tempat tidur, mengeluh nafsu makan menurun, mengeluh sering terbangun di malam hari, mengeluh sulit tidur, mengeluh istirahat tidak cukup, pasien tampak sesak, terdapat penggunaan otot bantu pernapasan, pernapasan cuping hidung, tampak lelah, letih dan lesu, saturasi oksigen 92%, TD : 150/100 mmHg, pernapasan 28 x/menit, nadi 92 x/menit, suhu 36,2oC, kesadaran composmentis dan GCS 15 (E4M6V5). Pasien terpasang oksigen nasal kanul 6 lpm.
- b) Diagnosa gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang control tidur dibuktikan dengan Ny. I mengeluh sulit tidur, mengeluh sering terjaga di malam hari, mengeluh tidak puas tidur, mengeluh pola

tidur berubah dan mengeluh istirahat tidak cukup. Sebelum implementasi diterapkan, pasien mengeluh sulit tidur, keluarga pasien mengatakan pasien masih sering terbangun di malam hari karena sesak napas, tampak sesak, tampak lesu, pasien baru bisa tidur pukul 22.00 WIB, pasien baru bisa tertidur setelah 45 menit di atas tempat tidur, pasien bangun pagi pukul 02.30 WIB, pasien tidur malam selama 4 jam dan pasien tidur siang selama 2 jam. Namun, setelah implementasi diterapkan didapatkan pasien mengatakan tidurnya mulai nyenyak, pasien mengatakan keluhan sulit tidur menurun, keluhan terbangun di malam hari menurun meskipun sesekali merasa sesak napas, keluarga pasien mengatakan pasien dapat beristirahat dengan baik, pasien mulai tidur pukul 21.00 WIB, pasien baru bisa tertidur setelah 20 menit di atas tempat tidur, pasien bangun pagi pukul 04.00 WIB, pasien tidur malam selama 6 jam dan pasien tidur siang selama 1 jam. Kualitas tidur mengalami peningkatan dari hari-hari sebelumnya.

- c) Intervensi yang dilakukan pada Ny. I adalah manajemen jalan napas, manajemen nutrisi dan dukungan tidur. Adapun implementasi utama yang diberikan untuk mengatasi masalah gangguan pola tidur yaitu dengan dukungan tidur melalui penerapan *back massage*.
- d) Proses evaluasi asuhan keperawatan pada Ny. I didapatkan masalah pola napas tidak efektif teratasi, masalah defisit nutrisi teratasi sebagian dan masalah gangguan pola tidur teratasi sebagian.

e) Hasil analisis intervensi *back massage* terbukti dapat meningkatkan kualitas tidur pasien dengan masalah oksigenasi.

## 2. *Evidence Based Nursing (EBN) Practice*

Penerapan EBN yang dilakukan dengan penerapan *back massage* untuk meningkatkan kualitas tidur pada hari keempat yaitu lama waktu tidur pasien di malam hari mengalami peningkatan menjadi 6 jam pada malam hari. Setelah dievaluasi pasien dan keluarga disarankan untuk mengaplikasikan *back massage* untuk meningkatkan kualitas tidur.

## B. Saran

### 1. Bagi Institusi Pendidikan

Agar dapat dijadikan sebagai bahan bacaan dan sumbangan ilmu sebagai tambahan pengetahuan khususnya bagi mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas tentang penerapan *back massage* sebagai terapi komplementer untuk meningkatkan kualitas tidur.

### 2. Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan

Agar dapat dijadikan sebagai pertimbangan bagi pihak RS untuk menerapkan *back massage* sebagai intervensi untuk meningkatkan kualitas tidur. Selain meningkatkan kualitas tidur, *back massage* juga dapat dijadikan sebagai intervensi tambahan karena memberikan rasa rileks yang dapat mengurangi kelelahan akibat sesak napas ataupun mengurangi sesak napas pada pasien yang mengalami gangguan oksigenasi.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Agar dapat dijadikan sebagai data dasar untuk mengembangkan penelitian selanjutnya terkait penerapan *back massage* untuk meningkatkan kualitas tidur khususnya di ruang rawat inap.

