

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil dari pengumpulan data dapat dibuat kesimpulan secara umum sebagai berikut :

1. Pengkajian dilakukan dengan teknik wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik pada 15-16 februari 2021. Berdasarkan hasil pengumpulan data terhadap keluarga Bapak. T didapatkan masalah mengenai masalah gangguan istirahat dan tidur. Hal tersebut didukung dengan Bapak. T mengatakan sering terjaga pada malam hari, Bapak. T mengatakan terkadang tidak puas dengan kualitas tidurnya yang sering terbangun, Bapak. T mengatakan waktu tidurnya tidak beraturan, Bapak. T mengatakan 1 bulan terakhir hanya tidur selama kurang lebih 4-5 jam dalam sehari.
2. Diagnosa yang ditemukan pada keluarga Bapak. T dan Ibu.S adalah gangguan pola tidur berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga merawat klien, dan juga risiko jatuh berhubungan dengan gangguan keseimbangan. Dan setelah dilakukan skoring masalah didapatkan bahwa prioritas masalah yaitu gangguan pola tidur berhubungan dengan ketidakmampuan keluargamerawat klien. Sehingga penulis hanya fokus dengan masalah gangguan pola tidur berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga merawat klien.
3. Intervensi keperawatan telah dilakukan dengan memfokuskan pada satu masalah keperawatan yaitu gangguan pola tidur berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga merawat klien dengan tujuan umum meningkatkan pola tidur pada Bapak. T dengan cara dilakukannya tindakan TUK 3-5.
4. Implementasi yang dilakukan penulis adalah tanggal 17 Febuari 2021-19 Febuari 2021, dengan tujuan utama meningkatkan pola tidur pada Bapak. T sehingga dilakukanlah TUK 3-5.
5. Setelah dilakukan asuhan keperawatan selama 6 kali pertemuan kepada Bapak. T didapatkannya gangguan pola tidur pada Bapak. T menurun

dengan hasil, Bapak. T tampak segar, Bapak. T tidak tampak lesu, Mata Bapak. T tampak tidak sayu, Lingkaran hitam di sekitar mata Bapak. T tidak nampak.

B. Saran

1. Bagi Penulis

Diharapkan bagi mahasiswa dapat mencari informasi dan memperluas pengetahuan mengenai gangguan pola tidur. Sehingga dapat mengembangkan diri dalam masyarakat dan memberikan pendidikan kesehatan bagi masyarakat yang umumnya kurang mengetahui tentang dampak-dampak dari penyakit tersebut serta cara perawatan yang tepat.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan bagi institusi pendidikan laporan tugas akhir ini dapat dijadikan sebagai salah satu referensi tambahan guna bahan kepustakaan.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan bagi pelayanan kesehatan untuk lebih memberikan informasi mengenai gangguan pola tidur lansia beserta cara mencegah dan merawatnya dengan tepat guna kesehatan lansia yang lebih baik.

4. Bagi Keluarga

Diharapkan bagi keluarga dapat menerapkan tindakan keperawatan yang sudah dianjurkan dan ajarkan oleh penulis. Dan kunjungan yang singkat ini dapat bermanfaat bagi pengetahuan dan kesehatan klien dan keluarga.