

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah melakukan asuhan keperawatan pada subjek yang mengalami gangguan pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur menggunakan pendekatan proses keperawatan yang mencakup pengkajian, perumusan diagnosis keperawatan, perencanaan atau intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, serta evaluasi maka penulis menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Dari hasil pengkajian keperawatan, subjek mengatakan merasa kaku sendi, mengatakan sulit tidur, mengatakan sering terbangun/terjaga, mengatakan tidak puas tidur, mengatakan pola tidur berubah hanya sekitar 1-2 jam perhari.
2. Diagnosis keperawatan utama yang ditegakkan pada subjek dari hasil pengkajian dan dikaitkan dengan teori yaitu gangguan pola tidur berhubungan dengan Gejala klinis (kaku sendi).
3. Intervensi keperawatan atau rencana tindakan pada subjek berdasarkan hasil diagnosis keperawatan utama berfokus pada pemberian dukungan tidur yang mencakup pemberian edukasi aktivitas/istirahat yang dikombinasikan dengan intervensi pendukung keperawatan yaitu pemberian terapi dan obat.
4. Implementasi keperawatan yang dilakukan penulis pada tanggal 06 Januari sampai 08 Januari 2025. Implementasi yang dilakukan penulis selama 3 hari berturut-turut sesuai dengan intervensi yang telah direncanakan berdasarkan teori, tetapi tidak semua dapat dilaksanakan sesuai rencana karena keterbatasan penelitian di rumah sakit tidak bisa mengobservasi selama 24 jam.
5. Setelah dilakukan asuhan keperawatan selama 3 hari berturut-turut didapatkan bahwa tujuan asuhan keperawatan pada pasien tercapai dengan kriteria hasil keluhan sulit tidur menurun, keluhan sering terjaga menurun, keluhan tidak puas tidur menurun, keluhan pola tidur berubah menurun, dan keluhan istirahat tidak cukup menurun.

## B. Saran

Berdasarkan uraian diatas, penulis memberikan saran sebagai berikut:

### 1. Bagi Institusi Pendidikan Prodi D-III Keperawatan

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan yang bermanfaat dan informatif serta dapat menjadi referensi yang bermanfaat bagi mahasiswa keperawatan khususnya adik tingkat dalam menambah pengetahuan tentang pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur pada subjek asuhan.

### 2. Bagi RSUD Dr. H. Abdoel Moeloek Kota Bandar Lampung

Dalam melakukan asuhan keperawatan di rumah sakit diharapkan menyesuaikan dengan intervensi yang ada di dalam (PPNI T. P., 2018). Dalam menjalankan program kerja, diharapkan staf rumah sakit dapat lebih dekat dengan pasien dan keluarga agar data penyakit dapat dijaring secara maksimal. Selain itu, edukasi dan pengarahan tindak lanjut terhadap terapi pasien alangkah baiknya dapat disampaikan pada pasien itu sendiri serta keluarga agar saling memahami dan tentunya dapat mengoptimalkan status kesehatan secara mandiri.

### 3. Bagi Penulis Selanjutnya

Dengan adanya karya tulis ilmiah ini, penulis dapat meningkatkan pengetahuan pemberian asuhan keperawatan pada subjek asuhan dengan gangguan pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur. Pemberian edukasi istirahat/aktivitas yang dikombinasikan dengan intervensi keperawatan dukungan tidur dapat menjadi intervensi yang dapat dilakukan penulis selanjutnya dalam memberikan implementasi pada pasien yang memiliki masalah keperawatan gangguan pola tidur. Bila memberikan asuhan keperawatan pada gangguan pola tidur pada usia muda maka hasil akhirnya akan lebih baik, namun jika mendapatkan pasien usia lanjut maka tetap lakukan implementasi sesuai standar. Serta diharapkan penulis selanjutnya dapat memanfaatkan waktu sebaik-baiknya dan lebih teliti dalam melakukan pengkajian serta pengolahan data yang tepat dan akurat sehingga dalam memberikan asuhan keperawatan bagi pasien dapat dilakukan secara maksimal.

### 4. Bagi pasien

Dari hasil asuhan ini diharapkan dapat menjadi pembelajaran bagi pasien yang dapat dilakukan secara mandiri dirumah, dukungan tidur dan edukasi yang telah

diberikan semoga dapat diterapkan untuk mencegah terjadinya gangguan pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur serta dapat meningkatkan derajat kesehatannya.