

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Adapun kesimpulan yang ditemukan dalam penelitian dengan pemberian asuhan keperawatan ini, yaitu :

1. Pengkajian keperawatan didapatkan pasien 1 dan pasien 2 mengatakan sulit untuk tidur, pasien mengatakan bahwa sering terbangun pada malam hari, pasien mengatakan bahwa ia merasa tidak puas dengan tidurnya, pasien mengatakan bahwa ia merasa istirahatnya tidak cukup, pasien mengatakan semenjak di diagnosa kanker payudara pola tidurnya berubah, pasien tampak sering menguap. Pasien 1 didapatkan skor PSQI : 9 sementara pada pasien 2 skor PSQI : 8.
2. Diagnosis keperawatan pasien 1 dan pasien 2 adalah gangguan pola tidur (D.0055). Hal ini sesuai dengan teori pada tanda dan gejala gangguan pola tidur pada SDKI dan sesuai dengan keluhan yang dialami pasien.
3. Perencanaan keperawatan pasien 1 dan pasien 2 adalah Dukungan Tidur (I.05174) serta pemberian *aromatherapy lavender*. Hal ini sesuai antara fakta dan teori perencanaan keperawatan yang ada dengan lama pemberian selama 7 hari dimana dilakukan 1 kali sehari dalam waktu 5 menit .
4. Implementasi keperawatan pasien 1 dan pasien 2 dilakukan selama 7 hari dimana dilakukan 1 kali sehari dalam waktu 5 menit dengan mengidentifikasi pola aktivitas dan tidur, mengidentifikasi faktor pengganggu tidur (fisik dan atau psikologis) ,mengidentifikasi makanan dan minuman yang mengganggu tidur (mis.kopi, teh, alkohol, makan mendekati waktu tidur, minum banyak air

sebelum tidur, mengidentifikasi obat tidur yang dikonsumsi, memodifikasi lingkungan (mis. Pencahayaan, kebisingan, suhu, matras, dan tempat tidur), membatasi waktu tidur siang, menetapkan jadwal tidur rutin, melakukan prosedur untuk meningkatkan kenyamanan dengan memberikan terapi non farmakologi *aromatherapy lavender*, menjelaskan pentingnya tidur selama sakit, menganjurkan menepati kebiasaan waktu tidur, menganjurkan menghindari makanan / minuman yang mengganggu tidur, dan menjelaskan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap gangguan pola tidur.

5. Evaluasi keperawatan dilakukan pada tanggal 14 April 2025 didapatkan hasil pada pasien 1 dan pasien 2 mengatakan bahwa ia sudah mulai mudah tertidur, pasien mengatakan bahwa ia masih sesekali terbangun di malam hari, pasien mengatakan sudah merasa puas dengan tidurnya, pasien mengatakan pola tidurnya sudah teratur sesuai dengan jadwal yang disepakati, pasien mengatakan bahwa istirahatnya sudah cukup, pasien tampak lebih segar dari sebelumnya,. Pada pasien 1 skor PSQI : 5 sementara pada pasien 2 skor PSQI : 4. Hal ini sesuai antara fakta dan teori tujuan dan kriteria hasil pasien dengan gangguan pola tidur dengan penerapan SOAP.
6. Analisis terapi non- farmakologi *aromatherapy lavender* dilakukan 1 kali sehari dalam waktu 5 menit selama 7 hari. Pada pasien 1 sebelum diberikan terapi *aromatherapy lavender* skor PSQI : 9 dan setelah diberikan terapi *aromatherapy lavender* skor PSQI : 5. Pada pasien 2 sebelum diberikan terapi *aromatherapy lavender* skor PSQI : 8 dan setelah diberikan terapi *aromatherapy lavender* skor PSQI : 4. Berdasarkan hasil tersebut, pemberian

aromatherapy lavender dapat membantu meningkatkan kualitas tidur pada pasien kanker payudara.

B. Saran

1. Bagi Pemegang Program Kanker Puskesmas Mengwi I

Diharapkan hasil karya ilmiah ini dapat dijadikan pertimbangan bagi perawat khususnya pemegang program kanker dalam memberikan terapi *Aromatherapy lavender* sebanyak 1 x 5 menit selama 7 hari sebagai terapi untuk meningkatkan kualitas tidur bagi pasien kanker khususnya pasien kanker dengan gangguan tidur.

2. Bagi Responden

Diharapkan hasil karya ilmiah ini dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari sebagai terapi alternatif dengan penggunaan *aromatherapy lavender* sebanyak 1 x 5 menit selama 7 hari untuk meningkatkan kualitas tidur.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil karya ilmiah ini dapat menjadi referensi dan pertimbangan dalam pemilihan terapi alternatif sebagai upaya meningkatkan kualitas tidur pada pasien gangguan tidur yaitu pemberian *aromatherapy lavender*.