

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan uraian hasil dan pembahasan asuhan keperawatan yang didasari pada proses asuhan keperawatan dan pengkajian, penentuan diagnosis keperawatan, penetapan intervensi keperawatan, penerapan implementasi dan evaluasi yang telah dilakukan pada pasien dengan masalah gangguan pola tidur akibat hipertensi. Adapun simpulan karya tulis ilmiah ini diantara lain:

1. Hasil pengkajian pada Tn. N dengan hipertensi dimana pasien mengalami kesulitan untuk tidurnya, mengatakan sering terjaga, mengatakan tidur tidak puas, mengatakan pola tidur berubah, mengatakan istirahat tidak cukup, dan mengatakan kemampuan beraktivitasnya menurun.
2. Diagnose keperawatan yang diperoleh berdasarkan hasil pengkajian yang didapatkan pada Tn. N didapatkan diagnose keperawatan gangguan pola tidur berhubungan dengan hambatan lingkungan dibuktikan dengan pasien mengeluh sulit tidur, mengatakan sering terjaga, mengatakan tidur tidak puas, mengatakan pola tidur berubah, mengatakan istirahat tidak cukup, mengatakan kemampuan beraktivitas menurun.
3. Intervensi yang didapatkan atau yang ditetapkan untuk mengatasi masalah keperawatan dengan gangguan pola tidur akibat hipertensi adalah dukungan tidur dan edukasi aktivitas/istirahat.
4. Implemtasi yang diberikan yaitu intervensi utama dukungan tidur yaitu mengidentifikasi pola aktivitas dan tidur mengidentifikasi faktor pengganggu

tidur, mengidentifikasi makanan dan minuman yang mengganggu tidur, mengidentifikasi obat tidur yang dikonsumsi, modifikasi lingkungan, membatasi waktu tidur siang, memfasilitasi menghilangkan stress waktu tidur, tetapkan jadwal tidur rutin, melakukan prosedur untuk meningkatkan kenyamanan, menyesuaikan jadwal pemberian obat atau tindakan menunjang siklus tidur terjaga, jelaskan pentingnya tidur cukup selama sakit, menganjurkan menepati kebiasaan tidur, menganjurkan penggunaan obat tidur yang tidak mengandung supresor terhadap REM, menganjurkan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap gangguan pola tidur atau mengajarkan relaksasi nonfarmakologi.

5. Implementasi keperawatan yang diberikan yaitu dukungan tidur dan edukasi aktivitas/istirahat yang dilakukan selama 5 kali pertemuan selama 30 menit
6. Hasil evaluasi yang dimana pada saat pengkajian hasil *kuisisioner Pittsbrugh Sleep Quality Index* (PSQI) skornya 13 setelah dilakukan intervensi dukungan tidur dan edukasi aktivitas/istirahat berupa teknik akupresur yang berada pada titik G20, LI 24 dan juga ST 36 pada pengkajian *kuisisioner Pittsbrugh Sleep Quality Index* (PSQI) skornya 10 dan pasien beraktivitas meningkat, keluhan sulit tidur cukup menurun, keluhan sering terjaga sedang, keluhan tidak puas tidur menurun, keluhan pola tidur berubah menurun, dan keluhan istirahat tidak cukup menurun.

B. Saran

Setelah dilakukan asuhan keperawatan dengan masalah gangguan pola tidur pada pasien hipertensi, diharapkan dapat memberikan masukan terutama :

1. Bagi perawat UPTD Puskesmas II Denpasar Barat

Dengan adanya laporan kasus yang dilakukan di wilayah UPTD Puskesmas II Denpasar Barat diharapkan untuk dapat memulai memberikan edukasi dukungan tidur seperti terapi nonfarmakologis, khususnya pemberian terapi akupresur kepada pasien hipertensi dengan gangguan pola tidur guna meningkatkan kualitas tidur pasien.

2. Bagi penulis selanjutnya

Diharapkan karya tulis ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi penulis selanjutnya mengenai tatalaksana pemberian asuhan keperawatan pada pasien dengan gangguan pola tidur akibat hipertensi grade II.