

## **BAB IV**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. SIMPULAN**

Berdasarkan uraian hasil dan pembahasan asuhan keperawatan didasarkan pada proses asuhan keperawatan mulai dari pengkajian, mengidentifikasi diagnosis keperawatan, mengidentifikasi intervensi keperawatan, melakukan implementasi, melakukan evaluasi serta melakukan analisis pada pasien masalah gangguan pola tidur akibat hipertensi *grade* II telah dilakukan. Adapun simpulan dari karya tulis ilmiah ini antara lain:

1. Hasil pengkajian keperawatan yang dilakukan pada Tn. S dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur diperoleh data subjektif pasien mengeluh sulit tidur, pasien mengeluh sering terjaga, pasien mengeluh tidak puas tidur, pasien mengeluh pola tidur berubah, pasien mengeluh istirahat tidak cukup, pasien mengeluh kemampuan beraktivitas menurun dengan TTV : TD Tidur :160/100 mmHg, TD Duduk:160/90 mmHg, TD Berdiri :160/100 mmHg Nadi : 101x/menit Respirasi : 20x/menit
2. Analisis data yang dilakukan pada Tn. S diperoleh diagnosis keperawatan Gangguan Pola Tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur dibuktikan dengan pasien mengeluh sulit tidur, mengeluh sering terjaga, mengeluh tidak puas tidur, mengeluh pola tidur berubah, mengeluh istirahat tidak cukup, mengeluh kemampuan beraktivitas menurun.
3. Perencanaan keperawatan pada Tn. S difokuskan pada Gangguan Pola Tidur (D.0055) dengan dua intervensi utama yaitu dukungan tidur (I.05174) dan Edukasi aktivitas/istirahat (I. 12362) yang mencakup mengidentifikasi pola

tidur, edukasi pentingnya tidur cukup selama sakit, mengidentifikasi pola tidur, mengidentifikasi faktor pengganggu tidur, mengidentifikasi makanan/minuman yang mengganggu tidur, edukasi pentingnya tidur cukup selama sakit, menjelaskan pentingnya melakukan aktivitas fisik, memberikan terapi akupresure 1 kali dalam 15 menit selama 5 hari.

4. Implementasi keperawatan yang dilakukan kepada Tn. S yang dilaksanakan selama 5 x 45 menit dari tanggal 13 Februari hingga 17 Februari 2026 meliputi mengidentifikasi pola tidur, mengidentifikasi faktor pengganggu tidur, mengidentifikasi makanan/minuman yang mengganggu tidur, edukasi pentingnya tidur cukup selama sakit, memberikan terapi akupresure 1 kali dalam 15 menit selama 5 hari, menjelaskan pentingnya melakukan aktivitas fisik.
5. Hasil evaluasi setelah dilakukan asuhan keperawatan pada Tn. S dengan gangguan pola tidur akibat hipertensi *grade* II dalam 5 kali kunjungan selama 45 menit yaitu pola tidur membaik. Didapatkan hasil evaluasi dengan SOAP yaitu S: Pasien mengatakan sudah tidak sulit tidur, pasien mengatakan sudah tidak terjaga ketika tidur, pasien mengatakan tidur puas, pasien mengatakan pola tidur sudah teratur, nyeri tengkuk belakang sudah mulai berkurang dan kemampuan aktivitas sudah normal. O: Pasien tampak sudah tidak lemas, tampak tidak mengantuk, TD Tidur 140/100 mmHg, TD Duduk: 140/90 mmHg, TD Berdiri :140/100 mmHg, Nadi : 98x/menit, Respirasi : 20x/menit keluhan sulit tidur menurun, keluhan sering terjaga menurun, keluhan tidak puas tidur menurun, keluhan pola tidur berubah menurun, keluhan istirahat tidak cukup menurun, kemampuan beraktivitas meningkat A: Gangguan pola tidur teratasi, P: Pertahankan kondisi pasien dan menganjurkan pasien untuk rutin melakukan

terapi akupresure. Hasil evaluasi diperoleh sesuai dengan tujuan dan kriteria hasil yang ditetapkan berdasarkan Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI).

## **B. SARAN**

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

1. Bagi pemegang program PTM Prolanis di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas IV Denpasar Selatan

Dengan adanya karya tulis ilmiah ini yang dilakukan di wilayah Wilayah Kerja UPTD Puskesmas IV Denpasar Selatan diharapkan dapat menerapkan intervensi dukungan tidur, edukasi aktivitas atau istirahat dan terapi nonfarmakologis, khususnya pemberian terapi akupresur 1 kali dalam 15 menit selama 5 hari kepada pasien dengan hipertensi yang mengalami gangguan pola tidur untuk memperbaiki pola tidur sekaligus menurunkan tekanan darah.

2. Bagi Pasien dan Keluarga

Pasien maupun keluarga diharapkan menerapkan terapi nonfarmakologis seperti terapi akupresure pada titik GB 21, HT 7 dan LI 4 selama 15 menit untuk mengatasi masalah pola tidur yang tidak teratur pada pasien dengan hipertensi.