

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis asuhan keperawatan pada ke dua pasien kelolaan maka dapat dibuat kesimpulan dari karya ilmiah akhir ners (KIAN) ini sebagai berikut:

1. Pengkajian dilakukan kepada dua pasien kelolaan yaitu Ny. I (94 tahun, perempuan dan pendidikan SMA) dan Ny. E (88 tahun, perempuan dan pendidikan SMA) dengan diagnosa medis hipertensi. Keluhan utama yang dilaporkan kedua pasien kelolaan berupa sulit tidur. Pasien mengeluh tidur tidak nyenyak, sering terbangun dan sulit untuk memulai tidur kembali disertai pusing serta tegang pada tengkuk dan merasa gelisah.
2. Diagnosis keperawatan yang dirumuskan pada ke dua pasien kelolaan adalah Gangguan Kualitas Tidur berhubungan dengan perubahan fisiologis proses penuaan, peningkatan tekanan darah, nyeri serta kecemasan terkait penyakit hipertensi, dibuktikan dengan keluhan sulit memulai tidur, sering terbangun pada malam atau dini hari, sulit untuk memulai tidur kembali, durasi tidur $\pm 3-4$ jam per malam, dan perasaan lelah saat bangun pagi. Lansia tampak lesu, kadang meringis memegang leher dan pundaknya, sering menguap dan tampak kehitaman dibawah mata.
3. Intervensi utama pada pasien dengan diagnosa keperawatan Gangguan Kualitas Tidur adalah dukungan tidur dengan jenis tindakan yang meliputi observasi, terapeutik, edukasi dan kolaborasi.

4. Implementasi keperawatan dengan intervensi utama pemberian terapi musik (ongaku enso) dilakukan selama delapan kali pertemuan dengan durasi pemberian 15-30 menit sebelum waktu tidur.
5. Hasil evaluasi setelah diberikan terapi musik (ongaku enso) menunjukkan adanya peningkatan kualitas tidur pasien, yang ditandai dengan penurunan frekuensi terbangun pada malam hari dari $\pm 3-4$ kali menjadi 1 kali per malam, peningkatan durasi tidur, serta pasien tampak lebih segar saat bangun pagi, pasien lebih mudah untuk memulai tidur, serta kondisi fisik dan psikologis pasien menjadi lebih rileks.
6. Analisis intervensi terapi inovasi yang diberikan kepada pasien menunjukkan adanya pengaruh positif yang dapat dilihat dari hasil evaluasi yaitu SOAP. Maka dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi musik pada pasien dengan Gangguan Kualitas Tidur efektif dalam meningkatkan kualitas tidur serta memberikan rasa nyaman dan relaksasi pada pasien.

B. Saran

1. Kepada tenaga kesehatan dan *Kaigo* (perawat lansia) di Panti Seihon, Yaorinpokan, Yao, Prefektur Osaka, Jepang

Gangguan tidur menjadi masalah yang dialami oleh semua lansia, peran petugas dalam upaya mengatasi masalah tersebut perlu ditingkatkan dengan melaksanakan berbagai kombinasi terapi komplementer seperti terapi musik disertai dengan terapi relaksasi nafas atau disertai dengan kombinasi aromaterapi untuk mencapai hasil yang lebih maksimal dalam mengatasi masalah gangguan tidur.

2. Kepada lansia

Meningkatkan keaktifan untuk mengikuti berbagai kegiatan yang sudah disiapkan terutama kegiatan yang bertujuan mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapi lansia, lebih aktif mengikuti latihan bermain musik dan terapi lainnya.