

BAB VI

PENUTUP

A. Simpulan

Asuhan keperawatan gangguan pola tidur pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Canggu pada kedua kasus kelolaan yang telah dilaksanakan oleh penulis, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil pengkajian sesuai dengan teori Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia pada kedua kasus kelolaan didapatkan data mayor subjektif yaitu mengeluh sulit tidur, mengeluh sering terjaga, mengeluh tidak puas tidur, mengeluh pola tidur berubah, mengeluh istirahat tidak cukup. Pada kedua kasus kelolaan secara spesifik didapatkan data yaitu klien mengatakan sering terjaga setelah buang air kecil saat waktunya tidur di malam hari, merasa agak sulit untuk kembali tidur, sejak kehamilan di atas 28 minggu mulai mengalami perubahan pola tidur, saat bangun di pagi hari merasa kurang istirahat, klien I tidur selama 2-3 jam dan klien II tidur selama 3 jam.
2. Diagnosis keperawatan berdasarkan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia pada kedua kasus kelolaan yaitu gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur (kondisi klinis: kehamilan) ditandai dengan klien mengatakan sering terjaga setelah buang air kecil saat waktunya tidur di malam hari, merasa agak sulit untuk kembali tidur, sejak kehamilan di atas 28 minggu mulai mengalami perubahan pola tidur, saat bangun di pagi hari merasa kurang istirahat, klien I tidur selama 2-3 jam dan klien II tidur selama 3 jam.

3. Rencana keperawatan berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia yaitu dukungan tidur, edukasi perawatan kehamilan ditambah dengan intervensi inovasi pemberian *sleep hygiene therapy* dimana tujuan berdasarkan Standar Luaran Keperawatan Indonesia yang diharapkan adalah pola tidur membaik.
4. Implementasi keperawatan pada kedua kasus kelolaan telah dilakukan sesuai dengan rencana keperawatan berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia yang telah disusun yaitu dukungan tidur dan edukasi perawatan kehamilan ditambah dengan *sleep hygiene therapy*.
5. Evaluasi keperawatan pada kedua kasus kelolaan mendapatkan hasil sesuai dengan tujuan dan kriteria hasil berdasarkan Standar Luaran Keperawatan Indonesia yaitu pola tidur membaik dengan kriteria hasil keluhan sulit tidur membaik, keluhan sering terjaga membaik, keluhan tidak puas tidur membaik, keluhan pola tidur berubah membaik, keluhan istirahat tidak cukup membaik. Kelemahan Karya Ilmiah Akhir Ners ini terdapat pada evaluasi dimana masalah gangguan pola tidur dengan intervensi inovasi *sleep hygiene therapy* sebaiknya ditambahkan alat ukur *sleep hygiene index*.
6. Intervensi inovasi *sleep hygiene therapy* didapatkan hasil bahwa efektif dapat digunakan untuk membantu mengatasi gangguan pola tidur pada ibu hamil trimester III.

B. Saran

1. Bagi Petugas Kesehatan

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diharapkan dapat menjadi masukan kepada petugas kesehatan dalam melakukan asuhan keperawatan gangguan pola tidur pada ibu hamil trimester III dengan menerapkan intervensi inovasi yaitu *sleep hygiene therapy*

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan Karya Ilmiah Akhir Ners khususnya dalam pemberian intervensi mengenai asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan masalah gangguan pola tidur, jika melakukan evaluasi dapat menggunakan alat ukur *sleep hygiene index*.