

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Setelah penulis melakukan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, Diagnosis, intervensi, implementasi, evaluasi keperawatan dan menerapkan pemberian tindakan terapi murottal Al-Qur'an pada lansia Ny.S dengan Gangguan pola tidur di Desa Limbangansari maka dapat ditarik kesimpulan bahwa :

Pada pengkajian keperawatan hasil yang didapatkan yakni terjadi sulit memulai tidur saat malam hari, sering terbangun karena kebisingan atau ingin berkemih, tidur malam \pm 4 jam dan tidur siang \pm 1 jam, lemas, tidak segar, tidak semangat saat beraktivitas di siang hari, hasil quisoner Insomnia Severity Index (ISI) kategori insomnia sedang dengan skor insomnia 16.

Diagnosis keperawatan yang muncul yaitu gangguan pola tidur berhubungan dengan kurangnya kontrol tidur. Intervensi keperawatan yang dapat disusun untuk mengatasi Diagnosis keperawatan yaitu gangguan pola tidur berhubungan dengan kurangnya kontrol tidur adalah dengan terapi murottal Al-Qur'an menurut SIKI (2018) dan penelitian Riskiana dan Endang (2021), dengan terapi murottal Al-Quran dapat melibatkan *handphone* dan headset *Bluetooth* bermanfaat untuk didengarkannya murottal Al-Quran terdiri dari bacaan surat Ar-Rahman 78 ayat selama 12 menit.

Implementasi hari keenam tanggal 24 Mei 2021 dilakukan pada pukul 21.00 WIB yaitu dengan memberikan terapi murottal menurut SIKI (2019) dan penelitian Riskiana dan Endang (2021), yang berjudul Penerapan Terapi Murottal Al-Qur'an Untuk Mengatasi Insomnia pada Lansia dengan rasional terapi murottal Al-Quran. Mendengarkan murottal Al-Quran terdiri dari bacaan surat Ar-Rahman 78 ayat selama 12 menit pada pukul 21.00.

Evaluasi untuk diagnosis keperawatan gangguan pola tidur berhubungan dengan kurangnya kontrol tidur dengan data subjektif didapatkan klien mengatakan merasa nyaman, tenang, mudah untuk memulai tidur saat malam hari, klien mengatakan tidur malam \pm 6 jam dan tidur siang \pm 1 jam, semangat melakukan aktivitas, objektif didapatkan klien tampak segar dan semangat, bagian mata tampak tidak sembab lagi, tidak ada lingkaran hitam di sekitar mata, dan hasil quisoner Insomnia Severity Index (ISI) mendapatkan skor 11 kategori insomnia ringan. Adanya penurunan durasi tertidur awalnya pada menit ke 22 menjadi pada menit ke 7 murottal Al-Qur'an. Rata-rata orang akan tertidur pada menit ke 13. Adanya pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap kualitas tidur lansia.

5.2 Saran

Setelah peneliti melakukan asuhan keperawatan pada klien dengan diagnosis keperawatan gangguan pola tidur berhubungan dengan kurangnya kontrol tidur peneliti memberikan masukan positif, khususnya dibidang kesehatan antara lain:

5.2.1 Bagi Institusi Pendidikan

Institusi diupayakan untuk menambah referensi baru tentang Terapi Murottal Al-Qur'an pada Lansia dengan Gangguan Pola Tidur dalam ilmu keperawatan untuk menambah pengetahuan dan kepustakaan tentang terapi murottal Al-Qur'an terhadap gangguan pola tidur.

5.2.2 Bagi Klien Gangguan Pola Tidur dan Keluarga

Keluarga dapat membantu klien gangguan pola tidur untuk bisa tidur dengan nyaman dengan didengarkannya murottal Al-Qur'an sebelum tidur atau saat terbangun di tengah malam.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat menganalisis murottal Al-Qur'an sampai dengan ke dalam tahapan-tahapan tidur NREM/REM.