

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Hasil pengkajian pada 2 Mei 2023 didapatkan pada Ny A adalah adanya masalah dengan keluhan kesukaran dalam memulai tidur, sering terjaga pada malam hari, sering terbangun pada dini hari dan tidak kembali tertidur, dan pusing. Diagnosis keperawatan yang muncul pada Ny A adalah dengan masalah utamanya yaitu, gangguan pola tidur berhubungan dengan hambatan lingkungan. Intervensi keperawatan yang dilakukan oleh penulis untuk mengurangi gangguan pola tidur berhubungan dengan hambatan lingkungan adalah penerapan terapi murotal.

Terapi murotal yang dilakukan pada kasus Ny A telah disesuaikan berdasarkan intervensi yang sudah direncanakan. Melakukan terapi murotal dilakukan selama 15-20 menit dalam 5 kali pertemuan pada jam 19:30 Setelah diberikan asuhan keperawatan selama 5 hari. Hasil dengan data subyektif klien mengatakan tidak sulit tidur, kesukaran untuk memulai tidur berkurang, bangun pada dini hari berkurang, dapat kembali tertidur, dan tidur nyenyak, dan merasa tidak pusing. Data obyektif klien tampak tenang, senang dapat mengikuti terapi murotal, tampak bugar, dan tampak tidak sulit untuk konsentrasi *assessment* masalah teratasi, *planning* dianjurkan terapi murotal dilakukan sebelum klien ingin tidur. Sehingga dapat disimpulkan bahwa gangguan pola tidur Ny A sudah teratasi.

B. Saran

Setelah melakukan asuhan keperawatan pada klien dengan diagnosis gangguan pola tidur berhubungan dengan hambatan lingkungan, penyusun memberikan masukan yang bernilai positif terutama dalam bidang kesehatan antara lain:

1. Bagi Institusi Pendidikan

Saat ini penerapan tindakan non farmakologi dalam keperawatan gerontik masih perlu ditingkatkan. Salah satunya dengan aplikasi murotal.

2. Bagi Lansia dan Petugas Panti

Petugas panti sebaiknya menggunakan aplikasi murotal ini sebagai tindakan non farmakologi bagi lansia yang mengalami gangguan pola tidur karena penggunaannya efisien.