

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian asuhan keperawatan pada Subjek 1 dan Subjek 2 penderita hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur diwilayah kerja Puskesmas Langsat.

a. Pengkajian

Berdasarkan hasil pengkajian pada kedua Subjek, didapatkan data subjektif Subjek 1 mengatakan sulit tidur dan sering terbangun tengah malam, dan untuk data objektif Subjek 1 tampak lesu, mata berkantung, ekspresi wajah tidak bergairah dan data subjektif dari Subjek 2 mengatakan sulit tertidur dimalam hari dan sering terbangun ditengah malam, untuk data objektif dari Subjek 2 tampak lesu, mata berkantung, ekspresi tampak kurang bersemangat. Faktor dari penyebab hipertensi ini Subjek 1 dan Subjek 2 yaitu faktor keturunan dari orang tua Subjek 1 dan Ibu dari Subjek 2.

b. Diagnosis Keperawatan

Diagnosis yang ditegakkan berdasarkan dari data – data yang didapatkan selama melakukan pengkajian dan dari kondisi kedua Subjek didapatkan kesamaan masalah keperawatan yaitu gangguan pola tidur.

c. Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan pada dasarnya sesuai dengan teori intervensi yang telah disusun dengan mengajarkan terapi relaksasi nafas dalam dan menganjurkan terapi musik untuk mengurangi masalah gangguan pola tidur pada kedua Subjek.

d. Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan yang dilakukan selama 5 hari yakni dari tanggal 18 April - 22 April 2025 sudah efektif dan sudah dilakukan sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan. Hal ini dikarenakan adanya kerjasama antara peneliti dan Subjek. Tindakan yang dilakukan masing-masing diagnosis sudah dilaksanakan dengan baik. Kesimpulan dari implementasi keperawatan adalah dapat dilaksanakan tindakan keperawatan sesuai dengan rencana yang telah dibuat.

e. Evaluasi Keperawatan

Pada diagnosis gangguan pola tidur dengan target penilaian cukup menurun dengan rencana tindak lanjut Subjek dapat mengatasi masalah keperawatan secara mandiri dan peneliti dapat mengevaluasi kegiatan yang dilakukan Subjek. Evaluasi sudah didokumentasikan dalam bentuk catatan perkembangan, kesimpulan dari evaluasi keperawatan didapatkan hasil tercapainya rencana tindakan yang telah direncanakan pada Subjek hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur di Wilayah kerja Puskesmas Langsung Kota Pekanbaru.

5.2 Saran

a. Bagi Responden

Masyarakat dapat mengaplikasikan terapi relaksasi nafas dalam dan didukung dengan terapi musik secara mandiri dirumah dan menjadikan relaksasi nafas dalam sebagai salah satu pengobatan secara nonfarmakologis

yang efektif dan efisien untuk mengatasi gangguan pola tidur pada pasien hipertensi.

b. Bagi Institusi Pendidikan Dalam Pengembangan Ilmu Keperawatan

Penelitian ini bermanfaat dalam pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan sebagai sumber informasi tentang asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur. Penelitian studi kasus ini, memberikan gambaran pelaksanaan terapi relaksasi nafas dalam sesuai dengan Standar Intervensi Keperawatan yang ditetapkan.

c. Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh peneliti selanjutnya sebagai bahan referensi terkait teknik relaksasi nafas dalam untuk mengatasi gangguan pola tidur pada pasien hipertensi .