

BAB 4

PENUTUP

Pada bab ini, peneliti akan mengemukakan kesimpulan dari hasil pembahasan serta memberikan saran kepada beberapa pihak agar dapat dijadikan acuan untuk perkembangan keilmuan khususnya dibidang keperawatan.

4.1 Kesimpulan

Diabetes melitus umumnya merasakan ketidaknyamanan akibat dari simptom atau tanda dan gejala dari penyakit. Gejala klinis tersebut, pada malam hari juga dialami oleh penderita penyakit diabetes melitus, hal ini tentu dapat mengganggu tidurnya. Salah satu masalah keperawatan yang ditimbulkan adalah gangguan pola tidur. Seperti yang dialami Tn. E dan Tn. S yaitu memiliki gejala yang ditimbulkan dari penyakit diabetes mellitus yang hampir sama seperti sulit tidur, mudah terbangun, dan gula darah diatas normal.

Asuhan keperawatan diberikan kepada kedua klien dengan harapan agar pola tidur membaik. Asuhan keperawatan yang diberikan salah satunya penatalaksanaan dukungan tidur. Dalam mengatasi gangguan pola tidur pada klien , penulis memberikan intervensi nonfarmakologi terapi relaksasi aromaterapi lavender untuk memperbaiki pola tidur dan meningkatkan kualitas tidur selama 3 hari berturut turut dengan lama terapi 15-60 menit sebelum tidur. Klien dapat mengikuti dan melakukan secara mandiri sehingga ketika rasa sulit tidur kembali datang pasien dapat melakukan terapi tersebut dengan mandiri. Evaluasi dari hasil asuhan keperawatan yang diberikan kepada pasien terbukti mampu memperbaiki pola tidur dan meningkatkan kualitas tidur, ditandai dengan menurunnya skor

PSQI <5 setelah diberikan intervensi selama 3 hari berturut-turut dan klien yang semula hanya bisa tidur 4-5 jam kini bisa meningkat menjadi 7-8 jam sehari. Keberhasilan asuhan keperawatan ini tentu didukung oleh pasien yang kooperatif dan beratisipatif secara aktif, tenaga kesehatan yang baik dan ramah, serta kolaborasi antar tenaga kesehatan yang optimal.

4.2 Saran

4.2.1 Bagi Pelayanan Kesehatan

Dengan menggunakan aromaterapi lavender untuk mendukung tidur pada pasien dengan diabetes mellitus, temuan Karya Ilmiah Akhir (KIAN) Ners diantisipasi untuk meningkatkan kualitas layanan kesehatan bagi klien dengan diabetes mellitus.

4.2.2 Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan

Hasil Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan atau sumber informasi serta dasar pengetahuan. Khususnya dibidang ilmu keperawatan tentang kegunaan aromaterpi lavender dan diharapkan dapat meningkatkan Asuhan Keperawatan klien dengan diabetes mellitus secara komperhensif.

4.2.3 Bagi Penelitian

Hasil dari karya tulis ilmiah ini diharapkan bisa menjadi acuan untuk mengembangkan penelitian selanjutnya tentang penanganan masalah gangguan pola tidur pada pasien diabetes mellitus. Untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkombinasikan terapi relaksasi aromaterapi lavender dengan relaksasi otot autogenik untuk mendukung tidur pada pasien diabetes mellitus.