

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Kesimpulan yang didapatkan pada asuhan keperawatan gangguan pola tidur pada lansia dengan hipertensi sebagai berikut:

- 5.1.1 Hasil pengkajian pada klien hipertensi secara subjektif dan objektif pada kedua klien. Secara subjektif, hasil yang diperoleh memiliki kesamaan yaitu mengeluh sulit memulai tidur. Hasil objektif pada kedua klien memiliki perbedaan yaitu klien 1 tampak lemas, tampak lingkaran hitam disekitar mata, mata tampak sayu. Klien 2 sering menguap, tampak kurang segar, tampak lingkaran hitam disekitar mata, mata tampak lelah
- 5.1.2 Diagnosa keperawatan pada kedua responden sama yaitu gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur
- 5.1.3 Intervensi keperawatan sesuai dengan diagnosa yang telah disusun diantaranya yaitu monitor tanda vital, identifikasi pola aktifitas dan tidur, identifikasi factor pengganggu tidur, identifikasi makanan, minum yang mengganggu tidur, memastikan modifikasi lingkungan, menyarankan tidak tidur siang, menyarankan tidur malam jam 21.00, menyarankan tidur dengan posisi semi fowler untuk meningkatkan kenyamanan, sesuaikan jadwal pemberian obat/ tindakan untuk menunjang siklus tidur terjaga, jelaskan pentingnya tidur cukup selama sakit, anjurkan menepati kebiasaan waktu tidur, anjurkan menghindari

makanan/ minum yang mengganggu tidur, ajarkan relaksasi otot autogenic dengan menjelaskan cara melakukan relaksasi otot

5.1.4 Implementasi dilakukan sesuai dengan rencana keperawatan, klien 1 dan 2 melakukan implementasi yang diberikan dengan kooperatif

5.1.5 Evaluasi dari masalah yang dihadapi kedua responden yaitu gangguan pola tidur sesuai batas waktu yang ditentukan selama 3x24 jam teratasi dengan kriteria hasil keluhan sulit tidur menurun, tidak puas tidur menurun, pola tidur berubah menurun, istirahat tidak cukup menurun.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi lansia

Diharapkan lansia melakukan penatalaksanaan dengan kontrol kesehatan rutin, minum obat sesuai resep dokter untuk meminimalkan terjadinya komplikasi akibat hipertensi dan menerapkan pola makan sehat

5.2.2 Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti dapat memanfaatkan waktu seefisien mungkin sehingga dapat memberikan asuhan keperawatan yang optimal kepada kliennya dan dapat dijadikan literatur dalam melaksanakan asuhan keperawatan hipertensi dengan gangguan pola tidur

5.2.3 Bagi pelayanan kesehatan

Meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan terutama pada klien lansia dengan hipertensi dan dapat mendorong agar klien melakukan pemeriksaan kesehatan rutin setiap bulan.