

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan uraian yang telah dijabarkan pada bab-bab sebelumnya, penulis dapat menarik kesimpulan dari Pengelolaan Gangguan Pola Tidur Pada Pasien Hipertensi Dengan Pijat Refleksi Kaki di Kecamatan Ungaran Barat, Semarang, dapat disimpulkan bahwa:

1. Pengkajian Keperawatan

Pengkajian keperawatan pada pasien gangguan pola tidur pada pasien hipertensi Klien mengatakan sulit untuk terlelap, durasi tidur berkurang, kurang puas dengan kualitas tidurnya dan tengkuk tegang. Skor nilai PSQI klien 18 (kualitas tidur buruk).

2. Diagnosis Keperawatan

Diagnosis keperawatan utama yang ditegakkan sebagai prioritas masalah utama yaitu Gangguan Pola Tidur (D.0055) b.d kurang kontrol tidur d.d klien sudah 3 hari mengeluh sulit tidur, pola tidur berubah, istirahat tidak cukup.

3. Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan yang dilakukan untuk masalah diagnosis keperawatan utama gangguan pola tidur adalah dengan pijat refleksi kaki dengan frekuensi 2x dalam sehari, 2 hari sekali dalam kurun waktu 30 menit yang dilakukan selama 14 hari.

4. Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan dilakukan berdasarkan rencana tindakan keperawatan yang telah disusun oleh penulis. Tindakan keperawatan dilakukan

selama 14 hari di rumah klien, setiap 2 hari sekali dan dalam hari pertemuan dilakukan 2x sehari penulis melakukan pertemuan dengan pasien. Dimulai hari pertama pada Sabtu, 1 Juni 2024 pada pukul 15.00 WIB – 16.30 WIB. Pada hari pertama penulis melakukan pengkajian pada klien melalui observasi dan wawancara, menetapkan diagnosis keperawatan, rencana keperawatan serta melakukan tindakan sesuai rencana keperawatan yang sudah disusun meliputi, cek tanda-tanda vital sebelum pijat refleksi kaki, melakukan pijat refleksi kaki dan cek tanda-tanda vital sesudah pijat refleksi kaki. Penelitian dilakukan hingga 14 hari dan berakhir pada tanggal 27 Juni 2024.

5. Evaluasi Keperawatan

Evaluasi yang telah diperoleh penulis pada hari terakhir pengelolaan gangguan pola tidur pada pasien hipertensi di Kecamatan Ungaran Barat, Semarang, setelah dilakukan tindakan keperawatan pijat refleksi kaki, hasil yang didapatkan klien pada evaluasi terakhir didapatkan data subjektif, klien mengatakan puas dengan tidurnya semalam, klien mengatakan badannya lebih segar, klien mengatakan tegang di tengkuknya sudah tidak terasa. Didapatkan data objektif berupa tampak kantung mata gelap sudah berkurang, klien tampak segar dan tidak lemas, Tekanan darah klien menunjukkan 144/81 mmHg, nadi 80x/mnt, RR 20x/mnt, 36,5°C. skor PSQI menurun yakni 4 (skor kualitas tidur baik).

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penulisan selanjutnya dapat diklasifikasikan responden sebagai pria atau wanita.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan diadakan pelatihan pijat refleksi kaki dengan menggunakan video sebagai media pembelajaran, diikuti dengan praktik pijat refleksi kaki.

3. Bagi Instansi Kesehatan dan Profesi Perawat

Diharapkan meningkatkan pembelajaran dalam pijat refleksi kaki dan mengembangkan terapi komplementer selain pijat refleksi kaki.

4. Bagi Pasien dan Keluarga

Bagi pasien diharapkan tetap melakukan terapi pijat refleksi kaki sesuai yang diajarkan, patuh dalam menjaga pola makan, pola tidur, serta menjaga pola hidup sehat. Bagi keluarga diharapkan ikut berpartisipasi dalam menjaga kesehatan dalam upaya menjaga kesehatan secara optimal pada klien dengan keluarga memberikan pijat refleksi kaki secara mandiri di rumah sesuai yang diajarkan ketika di rumah.