

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran kualitas tidur pada pasien asma dewasa di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Salatiga dengan jumlah responden 58 orang, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 32 orang (55,2%) dengan rata-rata usia 36 tahun, rentang usia 18-59 tahun. Tingkat pendidikan terbanyak adalah SMA sebanyak 21 orang (36,2%), dan jenis pekerjaan terbanyak adalah buruh sebanyak 17 orang (29,3%). Hasil pengukuran kualitas tidur menggunakan instrumen PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index) menunjukkan bahwa dari 58 responden, sebanyak 40 orang (69,0%) memiliki kualitas tidur buruk, sedangkan 18 orang (31,0%) memiliki kualitas tidur baik, yang mengindikasikan bahwa rata-rata pasien asma dewasa di RSUD Kota Salatiga berada pada kategori kualitas tidur buruk. Tingginya prevalensi kualitas tidur buruk pada pasien asma dewasa menunjukkan perlunya perhatian khusus dari tenaga kesehatan dalam melakukan skrining gangguan tidur secara rutin dan memberikan intervensi yang komprehensif untuk meningkatkan kualitas tidur serta kesejahteraan pasien asma

B. Saran

Berikut adalah beberapa saran yang peneliti ajukan atas penelitian yang terlaksana:

1. Bagi Rumah Sakit

Mengingat tingginya prevalensi kualitas tidur buruk pada pasien asma dewasa (69%), disarankan bagi rumah sakit untuk mengintegrasikan skrining kualitas tidur sebagai bagian dari penilaian rutin pasien asma. Tenaga kesehatan khususnya perawat diharapkan dapat melakukan edukasi mengenai pentingnya kualitas tidur, sleep hygiene, serta teknik manajemen gejala asma nokturnal kepada pasien dan keluarga. Selain itu, perlu dikembangkan program manajemen asma yang komprehensif yang tidak hanya berfokus pada kontrol gejala pernapasan, tetapi juga memperhatikan aspek kualitas tidur sebagai indikator kesejahteraan pasien secara menyeluruh.

2. Bagi Instansi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi ilmiah dalam pengembangan kurikulum dan pembelajaran bidang keperawatan medikal bedah, khususnya pada topik penyakit pernapasan kronik dan kualitas tidur. Instansi pendidikan diharapkan dapat mengintegrasikan materi tentang pentingnya skrining dan manajemen gangguan tidur pada pasien dengan penyakit kronik, termasuk asma, dalam proses pembelajaran. Selain itu, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan diskusi kasus atau studi kasus dalam mata kuliah keperawatan dewasa untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa tentang pendekatan holistik dalam asuhan keperawatan pasien asma yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga kualitas hidup dan kesejahteraan pasien secara menyeluruh.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan cross-sectional sehingga tidak dapat mengidentifikasi hubungan sebab-akibat antara variabel. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian dengan desain analitik seperti studi kohort atau case-control untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pada pasien asma, seperti tingkat kontrol asma, komorbiditas, tingkat kecemasan, depresi, dan kepatuhan pengobatan. Selain itu, penelitian lanjutan dapat mengembangkan dan menguji efektivitas intervensi keperawatan untuk meningkatkan kualitas tidur pasien asma, seperti terapi relaksasi, edukasi manajemen asma nokturnal, atau program sleep hygiene. Penelitian dengan sampel yang lebih besar dan melibatkan beberapa rumah sakit juga perlu dilakukan untuk meningkatkan generalisasi hasil penelitian.