

BAB VI

PENUTUP

V1.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian telah dilakukan, dapat mendapatkan kesimpulan:

- a. Untuk mengatasi masalah kualitas tidur dalam diagnosa keperawatan gangguan pola tidur b.d hambatan lingkungan pada Tn. A, maka dilakukan sebuah intervensi berupa terapi foot massage dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas tidur pasien selama perawatan di ICU. Pemberian intervensi dilakukan saat menjelang waktu tidur (20.30- 20.50)
- b. Kuesioner yang dilihat secara subjektif dapat menilai kualitas tidur dan ketidaknyamanan saat tidur seseorang yang terdiri atas 19 pertanyaan yang dijawab oleh pasien disebut kuesioner PSQI. Dari dasar 19 pertanyaan tersebut kualitas tidur subjektif, nyenyak saat tidur, waktu yang terpakai tidur, efisiensi tidur harian, ketidaknyamanan tidur, penggunaan obat tidur, dan disfungsi siang hari. Setiap komponen memiliki skala 0-3. Ketujuh komponen tersebut kemudian dijumlahkan untuk menghasilkan skor PSQI global mulai dari 0 hingga 21. yang dimana terinterpretasi memiliki kualitas tidur sangat baik apabila skor nilai 1-5, kualitas tidur sedikit baik 6-7, kualitas tidur sedikit buruk 8-14 dan kualitas sangat tidur buruk jika skor nilai mencapai 15-21.
- c. Intervensi *foot massage* yang diberikan selama 3 hari pada pasien kelolaan utama dan 1 hari pada pasien resume, dilakukan evaluasi penilaian skor PSQI pada pasien. Setelah dilakukan penerapan terapi didapatkan hasil bahwa skor PSQI pada pasien kelolaan utama mengalami peningkatan kualitas tidur yang dimana semakin rendah nilai skor PSQI semakin bagus kualitas tidurnya pada hari pertama menjadi 10, pada hari kedua menjadi 7 dan pada hari ketiga menjadi 5 memiliki kualitas tidur sangat baik. Sedangkan, pada pasien resume juga mengalami penurunan skor PSQI pada hari pertama sebelum intervensi skor 12 kualitas tidur sedikit buruk

dan setelah dilakukan intervensi menjadi skor 7 yaitu kualitas tidur sedikit baik.

- d. Berdasarkan data tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa terapi *foot massage* bisa membantu kualitas tidur yang buruk selama dirawat di ruang ICU dan lebih efektif jika dilakukan lebih dari dua hari.

VI.2 Saran

VI.2.1. Bagi Pelayanan Keperawatan

Disarankan untuk terapi *foot massage* dapat diterapkan oleh tenaga keperawatan sebagai intervensi mandiri dilapangan dalam rangka menangani keluhan kualitas tidur yang buruk pada pasien, khususnya pada pasien yang dirawat di ruang ICU.

VI.2.2. Bagi Ilmu Keperawatan

Disarankan bagi tenaga keperawatan untuk dapat mengembangkan terapi non-farmakologi yang lain bisa digunakan dalam proses pemberian asuhan keperawatan pada pasien agar sejalan dengan pemberian asuhan farmakologi.