

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil pemberian asuhan keperawatan yang dilakukan pada tanggal 4-5 Juni 2018 maka penulis dapat menyimpulkan sebagai berikut :

1. Pengkajian yang dilakukan pada lansia yang mengalami gangguan tidur pada malam hari dengan mengobservasi waktu tidur dan tanda-tanda vital.
2. Diagnosa yang muncul adalah Insomnia berhubungan dengan perubahan pola aktivitas, faktor lingkungan.
3. Rencana tindakan keperawatan untuk meningkatkan kuantitas tidur pada lansia adalah pemberian terapi rendam kaki air hangat.
4. Pemberian terapi rendam kaki air hangat diberikan selama dua hari yaitu pada tanggal 4 Juni 2018 – 5 Juni 2018.
5. Dalam memberikan asuhan keperawatan kepada kedua klien dengan gangguan tidur pada malam hari penulis menyimpulkan bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan terapi rendam kaki air hangat untuk meningkatkan kuantitas tidur pada tanggal 4 Juni 2018 – 5 Juni 2018.

B. Saran

Saran yang dapat penulis berikan adalah :

1. Bagi tenaga kesehatan

Dapat menjadi panduan dalam pemberian asuhan keperawatan pada penderita insomnia

2. Bagi klien dan masyarakat

Diharapkan klien dan masyarakat dapat menggunakan terapi rendam kaki air hangat sebagai terapi alternative dalam meningkatkan kuantitas tidur.

3. Bagi institusi

Hasil dari penerapan yang dilakukan dapat menambah referensi dan informasi bagi pendidikan keperawatan.

