BAB V

PEMBAHASAN DAN SIMPULAN

A. PEMBAHASAN

Bab ini penulis akan membahas tentang penerapan masase kaki terhadap lansia insomnia pada Tn.M dengan membandingkan teori yang sudah ada dengan kondisi riil yang dihadapi pada saat pelaksanaan asuhan keperawatan pada Tn.M dengan insomnia di rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang pada tanggal 15 Agustus 2017.

Hasil pengkajian yang dilakukan, keluhan utama PM saat dikaji adalah PM mengatakan sudah satu minggu sulit tidur pada malam hari, PM mengatakan sulit tidur karena lingkungan yang bising. lama waktu tidur hanya dua jam tiap malamnya, dan tidak bisa tidur pada siang hari, aktifitas siang hari menjadi terganggu karena sulit berkonsentrasi dan merasa mudah lelah. Hasil pengkajian yang dirasakan Tn.M diklasifikasikan sebagai insomnia, karena selalu merasa lelah dan lelah dalam menjalani aktivitas sehari-hari secara terus menerus (lebih dari 10 hari) mengalami kesulitan tidur dan sering terbangun pada malam hari kemudian sulit untuk tidur kembali (Rizema Putra, 2011).

Dari hasil data yang dibahas penulis, Tn.M dapat diklasifikasikan insomnia. Dari hasil data tersebut ditemukan diagnosa keperawatan yaitu gangguan pola tidur berhubungan dengan bising. Hal ini sesuai dengan teori bahwa orang baru dapat tertidur ketika pikiran sudah bisa rileks dan tidak

terbebani oleh hal-hal berat. Supaya dapat tidur diperlukan stimulus untuk merilekskan diri. Kondisi ini dapat dibentuk dengan membebaskan diri dari semua beban pikiran, mengikhlaskan semua kejadian, menata lingkungan tempat tidur senyaman mungkin, menghindari suasana bising dan berisik, cuaca serta suhu kamar juga harus diatur pada kondisi nyaman. Tanpa itu semua tentu akan sulit untuk dapat cepat tidur (Yekti Susilo, 2011).

Rencana tindakan keperawatan yang dilakukan pada Tn.M dengan tujuan Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x24 jam diharapkan gangguan pola tidur dapat teratasi dengan kriteria hasil:

- 1 Jumlah jam tidur dalam batas normal 6-8 jam/hari
- 2 Perasaan segar sesudah tidur atau istirahat
- 3 Mampu mengidentifikasi hal-hal yang meningkatkan tidur

Intervensi yang akan dilakukan pada Tn.M yaitu menjelaskan pentingnya tidur yang adekuat, fasilitas untuk mempertahankan aktivitas sebelum tidur, misalnya membaca atau mendengarkan lagu, menciptakan lingkungan yang nyaman, memberikan terapi masase kaki dan monitor waktu tidur.

Implementasi yang dilakukan penulis pada tanggal 15 Agustus 2017 sampai 17 Agustus 2017 yaitu menjelaskan pentingnya tidur yang adekuat, fasilitas untuk mempertahankan aktivitas sebelum tidur, misalnya membaca atau mendengarkan lagu, menciptakan lingkungan yang nyaman, memberikan terapi masase kaki dan monitor waktu tidur. Secara umum tindakan yang dilakukan berjalan dengan baik, karena dalam perencanaan penulis

melakukan dengan semaksimal mungkin yang disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi klien.

Evaluasi merupakan kegiatan yang membandingkan antara hasil dan implementasi dengan kriteria dan standar yang telah ditetapkan untuk melihat keberhasilannya.

Hasil evaluasi tindakan keperawatan pada tanggal 16 Agustus 2017, dengan menggunakan pendokumentasian SOAP diperoleh hasil respon *subjektif* PM mengatakan dapat tidur dari pukul 21.00 hingga 00.30, respon *objektif* PM masih tampak letih dan mata terlihat sayu, masalah belum teratasi. *Perencanaan* melanjutkan intervensi, Mendiskusikan teknik tidur PM dan hal yang biasa dilakukan sebelum tidur, lakukan kembali masase kaki.

Hasil evaluasi tindakan keperawatan pada tanggal 17 Agustus 2017, dengan hasil respon *subjektif* PM mengatakan dapat tidur dengan durasi kurang lebih 5 jam, respon *objektif* aktivitas PM lebih aktif tapi masih sulit berkonsentrasi, masalah teratasi sebagian. *Perencanaan* melanjutkan intervensi, melakukan masase kaki.

Hasil evaluasi tindakan keperawatan pada tanggal 18 Agustus 2017, dengan hasil respon *subjektif* PM mengatakan dapat tidur nyenyak dari pukul 22.00 hingga 04.00, bangun dengan keadaan yang segar, respon *objektif* mata PM sudah tidak Nampak sayu dan aktifitas PM lebih aktif, masalah teratasi. *Perencanaan* pertahankan intervensi, Jaga lingkungan agar selalu tenang, Menganjurkan PM membaca sebelum tidur.

Evaluasi dari penatalaksanaan asuhan keperawatan yang telah dilakukan selama tiga hari menunjukkan bahwa pemberian terapi masase kaki untuk insomnia pada lansia yang diberikan pada Tn.M terbukti mampu mengatasi insomnia.

B. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan yang dilakukan oleh penulis maka dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut :

Dari pemberian asuhan keperawatan yang dilakukan secara langsung dari tanggal 15 Agustus 2017 sampai dengan tanggal 17 Agustus 2017 pada lansia dengan masalah keperawatan insomnia, dengan memfokuskan pemberian tindakan terapi nonfarmakologis masase kaki meliputi pengkajian, perumusan masalah, perencanaan, implementasi dan evaluasi maka penyusun merumuskan kesimpulan sebagai berikut :

- a. Data dari hasil pengkajian pada Tn.M, PM mengatakan adalah PM mengatakan sudah satu minggu sulit tidur pada malam hari, PM mengatakan sulit tidur karena lingkungan yang bising. lama waktu tidur hanya dua jam tiap malamnya, dan tidak bisa tidur pada siang hari, aktifitas siang hari menjadi terganggu karena sulit berkonsentrasi dan merasa mudah lelah. TD : 100/70 mmHg, S : 36.4°C, nadi : 83x/menit, RR : 22x/menit.

- b. Dari hasil pengkajian yang didapatkan, penyusun dapat menegakkan diagnosa pada Tn.M yaitu dengan diagnosa keperawatan gangguan pola tidur berhubungan dengan bising.
- c. Dari data permasalahan yang telah ditemukan penulis menentukan intervensi keperawatan secara mandiri terkait tindakan nonfarmakologis yaitu dengan pemberian terapi masase kaki.
- d. Implementasi keperawatan yang dilakukan dengan penerapan masase kaki.
- e. Dari tindakan keperawatan yang telah dilakukan kepada PM, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian masase kaki terhadap insomnia lansia. Hal ini dibuktikan dengan meningkatnya kualitas tidur pada pada Tn.M. sebelum dilakukan tindakan masase kaki, PM hanya dapat tidur selama dua jam tiap hari, setelahan dilakukan tindakan masase kaki, durasi tidur bertambah menjadi 6 jam per hari.
- f. Dalam pelaksanaan tindakan keperawatan tersebut, penyusun tidak mengalami banyak kesulitan karena PM dapat bekerja sama dengan baik.
- g. Keberhasilan dari tindakan keperawatan yang telah dilakukan sangat ditentukan oleh kesediaan PM untuk diberikan penerapan masase kaki dan teman satu ruangan dalam menciptakan lingkungan yang tidak bising dan nyaman.