

## **BAB V PENUTUP**

### **A. Simpulan**

1. Asuhan keperawatan gerontik pada Ibu S dengan gangguan kebutuhan istirahat tidur di Dusun Genitem wilayah kerja Puskesmas Godean 1 Yogyakarta telah dilakukan pada tanggal 09 sampai 16 Mei 2022.
2. Asuhan keperawatan diberikan dengan menggunakan pendekatan proses. Tahap pengkajian didapatkan keluhan masalah tidur, sulit untuk buang air besar seminggu hanya satu kali saja, klien mudah lupa, klien riwayat jatuh, skor PSQI: 12 (Kualitas tidur buruk), bising usus : 5x/menit, skor SPMSQ salah 7 (Kerusakan intelektual sedang), skor risiko jatuh *Get up and Go Test* adalah risiko tinggi jatuh. Kemudian ditegakkan Diagnosis keperawatan gangguan pola tidur, konstipasi, gangguan memori, dan risiko jatuh. Perencanaan dibuat berdasarkan SLKI dan SIKI. Pelaksanaan dilaksanakan selama empat kali kunjungan dalam satu minggu, dengan hasil evaluasi pada diagnosis keperawatan gangguan pola tidur, konstipasi, gangguan memori, dan risiko jatuh tujuan tercapai.
3. Faktor pendukung pada asuhan keperawatan ini adalah peran aktif dari keluarga Ibu S yang ikut merawat Ibu S sesuai anjuran yang diberikan. Sedangkan faktor penghambatnya yaitu daya ingat Ibu S sudah menurun sehingga mudah lupa, Ibu S mengalami penurunan pendengaran sehingga butuh suara keras, pelan, memperlihatkan gerakan bibir, dan bantuan

keluarga untuk berinteraksi. Selain itu, penulis perlu menyesuaikan waktu luang keluarga Ibu S sehingga bisa melibatkan keluarga.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Lansia**

Lansia agar menerapkan relaksasi rendam kaki menggunakan air hangat sebelum tidur, mengonsumsi makanan mengandung serat yang cukup, minum air putih sehari 8-9 gelas besar, latihan senam otak dan permainan kartu sesuai kemampuan dalam kehidupan sehari-hari untuk meningkatkan kondisi kesehatan.

### **2. Bagi Perawat di Puskesmas Godean 1**

Perawat Puskesmas Godean 1 agar melakukan kunjungan rumah untuk melanjutkan membina warga binaannya.

### **3. Bagi Mahasiswa Keperawatan**

Mahasiswa keperawatan agar menjadikan asuhan keperawatan ini sebagai bahan referensi materi pembelajaran gerontik terkait penatalaksanaan asuhan keperawatan lansia dengan gangguan istirahat tidur.