BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus pada An. A dan An. M dengan judul “Penerapan Relaksasi Otot Progresif dalam Peningkatan Kualitas Tidur pada Anak CKD dengan Hemodialisis di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta” penulis Menyusun beberapa kesimpulan, yaitu:

1. Berdasarkan data pengkajian pemeriksaan fungsional terkait istirahat dan tidur dengan menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) terdapat masalah gangguan tidur pada anak dengan CKD yang menjalani hemodialisis. Diagnosa keperawatan aktual yang ditegakkan pada kedua kasus adalah gangguan pola tidur berhubungan dengan hambatan lingkungan (jadwal pemeriksaan/tindakan HD). Intervensi yang diberikan dengan penerapan relaksasi otot progresif selama 10-15 menit dalam tiga kali pertemuan selama tiga hari berturut-turut dilakukan pada malam hari. Selama penerapan, anak kooperatif, dan orang tua mendukung serta bersedia membantu pasien dalam menerapkan relaksasi otot progresif. Tindakan dan evaluasi yang diberikan kepada kedua pasien telah diberikan secara maksimal dan sesuai dengan standar asuhan keperawatan sehingga masalah gangguan pola tidur teratasi sebagian.
2. Terdapat peningkatan kualitas tidur anak sebelum dan sesudah penerapan relaksasi otot progresif. Setelah diberikan relaksasi otot progresif pada pasien pertama (An. A), kualitas tidur anak yang awalnya dengan hasil penilaian PSQI yaitu 13 (kualitas tidur cukup buruk), setelah diberikan intervensi selama tiga hari mengalami peningkatan menjadi bernilai 5 (kualitas tidur cukup baik). Pada pasien kedua (An. M), kualitas tidur anak yang dengan hasil penilaian PSQI yaitu 10 (kualitas tidur cukup buruk), setelah diberikan intervensi selama tiga hari mengalami peningkatan menjadi bernilai 6 (kualitas tidur cukup baik).
3. Pada penulisan ini menunjukkan adanya faktor pendukung dan penghambat yang berasal dari penulis dan keadaan lapangan saat pelaksanaan asuhan keperawatan berlangsung.

B. Saran

1. Bagi Pasien dan Keluarga Pasien

Disarankan kepada pasien dan keluarga dapat menerapkan relaksasi otot progresif secara mandiri untuk menjaga kualitas tidur pada anak. Orang tua juga dapat membantu mengontrol pembatasan cairan pada anak sehingga tidak terjadi edema yang nantinya menimbulkan rasa tidak nyaman saat tidur karena rasa berat atau nyeri pada area yang bengkak.

2. Bagi Perawat Ruangan

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi perawat untuk menerapkan relaksasi otot progresif secara mandiri dan mengembangkannya dalam mengatasi masalah gangguan pola tidur berhubungan dengan hambatan lingkungan (jadwal pemeriksaan/tindakan HD) sebagai tindakan perencanaan serta implementasi kolaborasi keperawatan pada asuhan keperawatan.

3. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan atau sumber informasi serta dasar pengetahuan bagi para mahasiswa khususnya dibidang keperawatan tentang penerapan relaksasi otot progresif dalam peningkatan kualitas tidur pada pasien anak CKD dengan hemodialisis.