

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan dari hasil penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners “Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Edukasi Intervensi *Sleep Hygiene* Pada Klien Anak Usia Pra Sekolah Dengan Diagnosa Medis Febris di Rumah Sakit Grha Permata Ibu Depok” maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Berdasarkan hasil pengkajian keperawatan pada An.A dan An.K dengan diagnosa medis febris, diperoleh data subjektif dan objektif yang menunjukkan adanya masalah utama berupa demam, ketidaknyamanan fisik, serta gangguan pola tidur selama menjalani hospitalisasi.
- 2) Hasil Analisa data menunjukkan bahwa masalah keperawatan utama yang dialami oleh kedua klien adalah gangguan pola tidur berhubungan dengan ketidaknyamanan fisik akibat demam serta kecemasan akibat hospitalisasi. Yang ditegakkan berdasarkan kriteria diagnostic SDKI serta didukung oleh data subjektif, objektif, dan hasil pengukuran menggunakan kuesioner CSHQ (*Children’s Sleep Habits Questionnaire*).
- 3) Intervensi keperawatan yang ditetapkan difokuskan pada edukasi penerapan *sleep hygiene* sebagai intervensi nonfarmakologis utama dalam mengatasi gangguan pola tidur. Intervensi ini meliputi

pengaturan lingkungan tidur, pembentukan rutinitas sebelum tidur, serta pemberian rasa aman dan nyaman melalui keterlibatan aktif orang tua.

- 4) Implementasi edukasi *sleep hygiene* dilaksanakan secara konsisten dan disesuaikan dengan kondisi fisik dan psikologis anak selama perawatan. Pelaksanaan intervensi dilakukan dengan melibatkan orang tua dalam penerapan rutinitas tidur dan kegiatan menenangkan sebelum tidur, seperti membacakan dongeng, sehingga anak menjadi lebih kooperatif dan tenang saat waktu tidur.
- 5) Hasil evaluasi keperawatan menunjukkan adanya perbaikan signifikan pada pola tidur kedua klien setelah penerapan edukasi *sleep hygiene*. Skor CSHQ An.A mengalami penurunan dari 32 (gangguan tidur sedang) menjadi 18 (gangguan tidur ringan), sedangkan An.K mengalami penurunan dari 37 (gangguan tidur sedang) menjadi 21 (gangguan tidur ringan). Hal ini menunjukkan bahwa tujuan keperawatan dalam meningkatkan kualitas dan kuantitas tidur anak tercapai.
- 6) Berdasarkan hasil analisis penerapan intervensi *sleep hygiene*, dapat disimpulkan bahwa edukasi penerapan *sleep hygiene* merupakan intervensi keperawatan yang efektif, aman, dan aplikatif dalam mengatasi gangguan pola tidur pada anak usia pra sekolah dengan diagnosa medis febris, serta memberikan dampak positif terhadap proses pemulihan anak secara menyeluruh.

## 5.2. Saran

### 5.2.1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya tidak hanya memberikan edukasi mengenai *sleep hygiene*, tetapi juga melakukan pendampingan dan penerapan langsung terhadap kebiasaan tidur anak, sehingga perubahan perilaku tidur dapat diamati secara lebih nyata dan berkelanjutan.

### 5.2.2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan kepada institusi pendidikan untuk mengembangkan ilmu kesehatan keperawatan anak kepada peserta didik sehingga pengetahuan dan keterampilan tentang hal tersebut lebih baik lagi kedepannya dan akan dapat membantu dalam mendukung untuk bahan pengajaran ilmu keperawatan anak.

### 5.2.3. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan kepada pihak rumah sakit dapat meningkatkan pelayanan keperawatan di rumah sakit dan dapat dijadikan pertimbangan para petugas kesehatan khususnya perawat dapat mengedukasi pasien mengenai penatalaksanaan *sleep hygiene* untuk mengatasi gangguan pola tidur pada anak.

#### 5.2.4. Bagi Pasien

Diharapkan pada pasien dan keluarga dapat menerapkan prinsip-prinsip *sleep hygiene* secara konsisten baik selama perawatan di rumah sakit maupun setelah pulang ke rumah, sehingga kualitas tidur anak semakin baik dan proses pemulihan dapat berlangsung lebih optimal.

