

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Pengkajian pada Ny.A dengan postpartum normal, keluhan utama yang dirasakan oleh Ny.A adalah sulit tidur yang diakibatkan oleh nyeri pada bagian perineum dan kesulitan untuk tidur diakibatkan memikirkan anaknya yang baru masuk ruang perawatan untuk dilakukan perawatan lanjutan. Gangguan tidur juga tergambar dari kondisi pasien seperti tampak kelelahan dan terdapat lingkaran hitam dibawah mata pasien. Diagnosa Keperawatan yang diangkat berdasarkan keluhan yang di rasakan oleh pasien ialah gangguan pola tidur berhubungan dengan periode pasca post partum. Berdasarkan diagnose keperawatan maka intervensi yang diangkat yaitu terapi relaksasi nonfarmakologi yaitu terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman untuk mengatasi gangguan pola tidur yang dialami oleh ibu postpartum. Implementasi yang dilakukan selama 3 hari dan dimulai pada tanggal 08 Februari 2024 – 10 februari 2024 ialah memberikan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman yang dilakukan selama 3 hari berturut-turut dengan waktu tindakan selama 10 – 15 menit, selama 2 kali sehari pada pagi dan sore hari dilakukan di rumah sakit. Sebelum diberikan intervensi ners muda meminta persetujuan pasien/keluarga dan menjelaskan tindakan serta kontrak waktu lalu meminta pasien untuk mengisi lembar kuesioner kualitas tidur PSQI pada hari pertama sebelum melakukan intervensi, selanjutnya dilakukan intervensi sesuai dengan SPO dengan waktu 10-15 menit. Evaluasi tindakan dilakukan dengan memberikan kuesioner kualitas tidur PSQI pada pertama hingga hari ketiga untuk melihat post test dari tindakan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman dan didapatkan hasil yaitu terdapat perubahan pada kualitas tidur ibu post partum yang awalnya buruk menjadi baik.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Pasien dan Keluarga

Saran bagi pasien dan keluarga diharapkan mampu secara mandiri menerapkan terapi murottal A-Qur'an Surah Ar-Rahman dalam upaya memperbaiki kualitas tidur ibu post partum serta terapi murottal diupayakan mengurangi masalah keperawatan di mungkin muncul pada masa post partum

5.2.2 Bagi Rumah Sakit

Bagi rumah sakit diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai motivasi bagi perawat dalam menerapkan terapi murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman di rumah sakit dalam upaya memperbaiki kualitas tidur ibu pada masa post partum.

5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi Pendidikan diharapkan penelitian ini dapat dijadikan referensi serta kepastakaan yang bermanfaat bagi mahasiswa penerus yang berkuliah di institusi terkait dan dapat dijadikan sebagai wawasan serta evidence based nursing dalam pemberian asuhan keperawatan terkait terapi murottal Al-Qur'an

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dan acuan dalam penelitian yang mendekati atau melanjutkan penelitian dengan variabel yang lain. Serta diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk mengembangkan intervensi tersebut seperti mengkolaborasikan terapi murottal dengan intervensi yang lain.