

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijabarkan pada bab sebelumnya diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

- a. Total 75 responden, sebagian besar berjenis kelamin perempuan (53% atau 40 orang), sebagian besar responden berusia 20-44 tahun (60% atau 45 orang), hampir setengahnya memiliki tingkat pendidikan SD (39% atau 29 orang) dan SMA (39% atau 29 orang).
- b. Hampir seluruh pasien pre operasi mayor di RSUD Cibabat Cimahi mengalami tingkat kualitas tidur buruk (84% atau 63 orang) dengan rata-rata nilai skor PSQI yaitu 8. Indikator kualitas tidur menurut kuesioner PSQI yang paling berkontribusi terhadap kualitas tidur buruk pada pasien pre operasi mayor yaitu efisiensi tidur (45% atau 34 orang).

5.2 Rekomendasi

Rekomendasi yang dapat diberikan mengenai hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Bagi Perkembangan Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah sumber kepustakaan dan kajian lebih lanjut terkait gambaran tingkat kualitas tidur pada pasien pre operasi mayor.

b. Bagi Instansi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber pustaka tambahan, pengetahuan, dan wawasan mengenai tingkat kualitas tidur pada pasien pre operasi mayor.

c. Bagi Instansi Kesehatan

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi gambaran mengenai tingkat kualitas tidur pada pasien pre operasi mayor sehingga rumah sakit dapat meningkatkan layanan keperawatan dalam mengelola kualitas tidur pasien baik dengan cara memberikan asuhan keperawatan dengan menginformasikan bahwa operasi bukan tindakan yang menakutkan, menginformasikan pentingnya memenuhi kebutuhan tidur sebelum operasi. Perawat dapat melibatkan keluarga sebagai orang terdekat yang menjadi tempat ternyaman pasien.

d. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan pasien mampu mengidentifikasi secara mandiri hal-hal yang dapat mempengaruhi kualitas tidur dan menginformasikan hal tersebut kepada perawat sehingga kualitas tidur dapat terkelola dengan baik.

e. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini menjadi tambahan pengetahuan serta wawasan mengenai gambaran tingkat kualitas tidur pada pasien pre operasi mayor di RSUD Cibabat Cimahi. Penelitian lebih lanjut diharapkan dapat memfokuskan pada penelitian mengenai indikator efisiensi tidur untuk meningkatkan kualitas tidur pasien sebelum menjalani operasi mayor.