

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan Kualitas Tidur Lansia Sebelum Diberikan Aromaterapi Mawar di PSTW Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta, sebagian besar adalah responden masuk kategori buruk yaitu sebanyak 16 responden (66,6%).
2. Berdasarkan Kualitas Tidur Lansia Setelah Diberikan Aromaterapi Mawar di PSTW Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta, sebagian besar responden adalah masuk kategori baik yaitu sebanyak 18 responden (75,0%).
3. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa p value sebesar 0,000 ($p < 0,05$) sehingga dapat diketahui ada Pengaruh Aromaterapi Mawar Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di PSTW Unit Budi Luhur Bantul Yogyakarta.

B. Saran

Berdasarkan hasil, pembahasan dan kesimpulan penelitian tentang pengaruh aromaterapi mawar terhadap kualitas tidur lansia di PSTW Unit Budi Luhur Yogyakarta, beberapa diajukan sebagai bahan pertimbangan adalah:

1. Bagi Profesi Keperawatan

Dari hasil penelitian ini, pemberian aromaterapi mawar efektif untuk menangani kualitas tidur sehingga dapat dijadikan masukan untuk intervensi dalam asuhan keperawatan komplementer.

2. Bagi Institusi Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Untuk institusi dibidang keperawatan, dapat mengajarkan masyarakat tentang manfaat aromaterapi mawar dalam meningkatkan kualitas tidur lansia.

3. Bagi PSTW Unit Budi Luhur Yogyakarta

Diharapkan perawat/ petugas di PSTW Unit Budi Luhur Yogyakarta dapat mengaplikasikan aromaterapi mawar ini di setiap wisma agar para

lansia bisa menggunakan aromaterapi dalam penatalaksanaan mengatasi kualitas tidur.

4. Bagipeneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya dapat menjadikan penelitian ini sebagai dasar untuk melakukan penelitian yang lebih besar, lebih dispesifikan lagi dan dapat dan dapat mengontrol faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kualitas tidur dan pada peneliti selanjutnya koesioner dalam penelitian ini harus di sederhanakan lagi agar mudah dipahami responden. Untuk metode penelitian bisa menggunakan 2 kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok intervensi, dan pengukuran kualitas tidur setiap hari setiap perlakuan terapi.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YAN
YOGYAKARTA