

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari penelitian mengenai pengetahuan lansia tentang pemberian aromaterapi jasmine dalam meningkatkan kualitas tidur di Desa Gorahut Tapanuli Selatan dari mulai Juni hingga Juli disimpulkan bahwa , Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin mayoritas laki-laki sebesar (53%), berdasarkan umur mayoritas 60-64 sebesar (58%), berdasarkan pendidikan mayoritas SD sebesar (39%), berdasarkan pekerjaan mayoritas petani sebesar (42%), berdasarkan Pengetahuan responden mayoritas cukup yaitu 15 (42%), berdasarkan kualitas tidur lansia di Desa Gorahut Tapanuli Selatan mayoritas buruk yaitu sebesar (61%).

#### **5.2 Saran**

##### **5.2.1 Bagi Institusi Penelitian**

Hasil ini dapat menjadi sumber referensi dalam mengembangkan ilmu keperawatan sebagai prosedur baru dalam meningkatkan kualitas tidur pada lansia dengan menggunakan metode penerapan aromaterapi menggunakan aromaterapi jasmine dalam asuhan keperawatan.

##### **5.2.2 Bagi Masyarakat dan Responden**

Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat bahwa terapi pemberian aromaterapi jasmine dapat dijadikan alternatif pengobatan terbaru dalam menangani masalah tidur.

### 5.2.3 Bagi Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi rujukan bagi peneliti selanjutnya untuk menggunakan intervensi yang berbeda.