

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat dirumuskan kesimpulan sebagai berikut.

1. Rata-rata kualitas tidur pada kelompok intervensi sebelum diberikan terapi music instrumental dan aroma terapi Lavender yaitu 9,12 dan setelah diberikan terapi music instrumental dan aroma terapi lavender menjadi 19,6
2. Rata-rata kualitas tidur pada kelompok control yang tidak diberikan terapi music instrumental dan aroma terapi lavender pada pengukuran 1 yaitu 9 dengan *Std. deviasi* 1,369 dan pengukuran 2 menjadi 11,71 dengan *S.td deviasi* 2,257
3. Ada perbedaan rata-rata kualitas tidur pada kelompok intervensi dan kelompok control, dengan menggunakan uji t test dependen dan uji t independen didapatkan nilai $p\text{-value}=0,001 < \alpha(0,05)$ Nilai mean pada kelompok intervensi lebih besar dari pada kelompok kontrol, yaitu 19,06 pada kelompok intervensi dan 11,71 pada kelompok kontrol, yang artinya pemberian kombinasi terapi musik instrumental dan aroma terapi Lavender kualitas tidur lebih baik jika dibandingkan tidak diberikan terapi musik instrumental dan aroma terapi lavender.

B. Saran

1. Bagi RSUD Dr. H Abdul Moeloek provinsi Lampung
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien post operasi, atau terapi musik instrumental dan aromaterapi lavender dapat menjadi sebagai bagian dari intervensi keperawatan dalam pemberian asuhan keperawatan khususnya dalam penanganan gangguan kualitas tidur.
2. Bagi institusi
Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi, sumber informasi dan sebagai data dasar bagi mahasiswa dalam pembelajaran dan penelitian

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat meneliti dengan menambahkan terapi yang lain yang dikombinasikan dengan musik instrumental dan aromaterapi dengan lebih memperhatikan faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur .