

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan studi kasus aplikasi Terapi Pengaruh Aroma Terapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III yang telah penulis lakukan selama tiga hari, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

##### **5.1.1 Pengkajian**

Pada tahap ini hasil yang didapatkan yakni data subjektif klien sulit tidur pada kehamilan trimester III, setiap malam suka terbangun tidur dan sulit untuk tidur kembali.

##### **5.1.2 Diagnosa**

Diagnosa prioritas yang ditegaskan pada klien adalah Gangguan Pola Tidur b.d Hambatan Lingkungan Yang di Tandai Dengan Mengeluh Sulit Tidur Oleh Kehamilan.

##### **5.1.3 Intervensi**

Penulis menyusun rencana tindakan keperawatan berdasarkan jurnal penelitian menurut Elna Yuslimi Siregar dan Rodiatul Hasanah Siregar (2013). Dan penulis melakukan kunjungan ke rumah sebanyak 3 kali dengan melakukan Aroma Terapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III

##### **5.1.4 Implementasi**

Implementasi yang dilakukan penulis untuk mengontrol pola tidur pada klien mulai dari tanggal 05-07 Juni 2021 dengan membina hubungan saling percaya dengan klien, mencari tahu seberapa pasien mengetahui pola tidur yang dialaminya, mengidentifikasi cara yang dilakukan jika terjadi susah tidur, mendiskusikan cara mengurangi sulit tidur, melakukan aktivitas Aroma

Terapi Lavender mengacu pada standar operasional yang telah dibuat, berikan sarana dan prasarana untuk Prosedur Pelaksanaan Aroma Terapi Lavender dilakukan tiga kali dalam seminggu dengan rentang waktu yang teratur yaitu sekali dua hari. Jumlah pertemuan untuk seluruh pelaksanaan intervensi adalah 9 pertemuan dengan waktumasing-masing pelaksanaan intervensi adalah 90 menit.

#### **5.1.5 Evaluasi**

Setelah dilakukan implementasi, klien memberikan respon positif yang dapat dijadikan sebagai evaluasi. Klien mampu mengikuti terapi Aroma Terapi Lavender sesuai dengan program dan hasilnya efektif menurunkan gejala susah tidur. Selama program terapi tidak ada hambatan klien mampu mengikuti program terapi secara antusias dan bersemangat.

#### **5.2 Saran**

Setelah penulis melakukan asuhan keperawatan pada klien dengan resiko gangguan pola tidur penulis memberikan masukan positif, khususnya dibidang kesehatan antara lain :

##### **5.2.1 Bagi Perawat**

Diharapkan perawat dapat menerapkan Terapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III

##### **5.2.2 Bagi Institusi Pendidikan**

Diharapkan dapat menjadi referensi bagi institusi pendidikan dalam ilmu keperawatan dan menambah kepustakaan serta dapat menjadi bahan perbandingan oleh mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sukabumi untuk melakukan penulisan selanjutnya terkait penerapan Terapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III

### **5.2.3 Klien dan Keluarga**

Diharapkan klien dapat mengontrol dan mengurangi gangguan pola tidur dengan cara melaksanakan Aroma Terapi Lavender. Dan diharapkan keluarga dapat mendampingi serta membantu klien dalam melaksanakan terapi aktivitas tersebut, karena terapi ini efektif untuk menurunkan gejala gangguan pola tidur.

### **5.2.4 Bagi Penulis Selanjutnya**

Diharapkan dapat membantu penulis selanjutnya dan menjadikan bahan referensi dalam proses penulisan dalam mengaplikasikan Lavender Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III