

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari studi *literatur review* yang dilakukan dengan penggunaan Aromaterapi terhadap peningkatan kualitas tidur pada pasien dapat ditarik kesimpulan bahwa. Aromaterapi dapat membantu meningkatkan kualitas tidur pada pasien. Aromaterapi adalah terapi yang menggunakan minyak essensial yang dinilai dapat membantu mengurangi bahkan mengatasi gangguan psikologis dan gangguan rasa nyaman seperti cemas, depresi, menurunkan tekanan darah dan nyeri sehingga dapat membantu dalam proses tidur pada pasien. Berdasarkan penelusuran dan *literature review* dari 10 jurnal Internasional dan Nasional. Berdasarkan masing-masing jurnal yang didapatkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap penggunaan *Aromaterapi* terhadap kualitas tidur pada pasien di ruangan ICU.

#### **B. Saran**

##### **1. Perawat ruang ICU**

Perawat dalam melakukan tindakan pemberian *Aromaterapi* sebaiknya sesuai Standar Operasional Prosedur (SOP) yang akan dilakukan pada pasien

##### **2. Bagi Rumah Sakit**

Sebaiknya ada penyediaan *Aromaterapi* dan pemeriksaan gangguan pola tidur agar sesuai dengan SOP yang ada agar tercapainya pencegahan gangguan pola tidur pada pasien.

### 3. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat dijadikan acuan mata kuliah Medikal Bedah dalam melaksanakan tindakan pemberian *Aromaterapi* untuk meningkatkan kualitasn tidur pasien.

### 4. Bagi Peneliti Lain

*Literatur review* ini bisa dijadikan acuan peneliti lain untuk meneliti kembali pengaruh tindakan pemberian *Aromaterapi* untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien .Adapun hal-hal yang kurang dalam penelitian ini bisa dijadikan acuan untuk meneliti lebih lanjut.

### 5. Bagi Peneliti

Literature review ini menjadi koreksi peneliti dalam melakukan tindakan pemberian *Aromaterapi* pada pasien ruang ICU guna pencegahan gangguan pola tidur sehingga peneliti lebih hati- hati dalam melakukan tindakan keperawatan.