

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Pemberian aromaterapi lavender memberikan perbaikan kualitas tidur yang besar dan signifikan pada lansia yang mengalami gangguan kualitas tidur. Penelitian klinis lanjutan perlu dilakukan untuk mengkaji efek samping pemakaian aromaterapi lavender dalam jangka panjang.

#### **B. Saran**

1. Bagi institusi

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat membantu sebagai sumber informasi bagi institusi pendidikan dan pengembangan dalam pendidikan terapi komplementer.

2. Bagi perawat

Hasil studi kasus ini dapat dijadikan sebagai intervensi dalam asuhan keperawatan dalam pemberian terapi holistik dan pengobatan alternatif untuk klien insomnia

3. Bagi klien

Diharapkan tindakan aromaterapi lavender dapat membantu klien untuk meningkatkan kualitas tidur dengan terapi pendamping tindakan non farmakologi.