

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan pengamatan dan pembahasan dari dua kasus, dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi menggunakan lavender dapat memperbaiki kebutuhan tidur pada lansia dengan hipertensi, hal ini dibuktikan dengan bertambahnya durasi tidur kedua subyek.

1. Subyek pertama Ny.Su yang semula hanya tidur sekitar 2-3 jam dalam semalam kini dapat tidur hingga 4-5 jam dalam semalam, subyek pertama juga sudah dapat memulai kembali tidur tanpa hambatan, tidak tampak menguap, subyek terlihat lebih bersemangat dan bergairah, subyek tidak tampak pucat, mata tampak normal (tidak memerah), tanda tanda vital subyek normal dan subyek dapat beraktifitas dengan baik.
2. Subyek kedua Ny.Sa yang semula tidur 2 ½ jam dalam semalam kini dapat tidur hingga 3-4 jam dalam semalam. Durasi tidur Ny.Sa masih dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah faktor internal yaitu kekhawatiran akan kematian dan rasa tanggung jawab yang dimiliki untuk mempersiapkan seluruh kebutuhan keluarga keesokan harinya. Namun, kedua subyek juga sudah dapat memulai kembali tidur tanpa hambatan, tidak tampak menguap, subyek terlihat lebih bersemangat dan bergairah, subyek tidak tampak pucat, mata tampak normal (tidak memerah), subyek dapat beraktifitas dengan baik. Meskipun subyek yang kedua tekanan darahnya yaitu 150/80 namun kebutuhan tidur subyek semakin hari semakin baik.

5.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Subjek 1 disarankan untuk dapat mengembangkan secara menyeluruh terkait dengan pentingnya pemenuhan durasi tidur dalam rangka menjaga kestabilan dan kesehatan tubuh disertai menjaga pola pikir untuk menghindari stress dan dapat memulai dan mempertahankan tidur dengan baik .
2. Bagi subyek 2, di harapkan untuk dapat mengembangkan secara menyeluruh terkait dengan pentingnya pemenuhan durasi tidur dalam rangka menjaga kestabilan dan kesehatan tubuh disertai juga rutin meminum obat hipertensi agar tekanan dapat menjadi normal.
3. Bagi keluarga, di sarankan untuk senantiasa memberikan dukungan terhadap lansia yang berada dirumah dalam menjaga kondisinya baik secara perhatian maupun makanan yang diberikan terhadap lansia, adapun kepatuhan lansia dalam meminum obatnya.
4. Bagi Fasilitas Kesehatan, diharapkan untuk senantiasa memberikan pelayanan yang maksimal, salah satunya melalui pemberian edukasi dan pemeriksaan dalam posyandu lansia.
5. Bagi Perawat, untuk senantiasa dapat menyesuaikan perkembangan ilmu pengetahuan di era modern ini, dengan tujuan terciptanya asuhan perawatan yang komprehensif dalam mengatasi masalah subyek.