

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **VI.1 Kesimpulan**

Kesulitan tidur yang dirasakan pasien hemodialisa diakibatkan beberapa hal seperti stress, depresi, kecemasan, nyeri, anemia, rendahnya kadar hemoglobin, defisiensi zat besi, dan jumlah transferrin yang meningkat dalam darah. Hal – hal tersebut bisa membuat munculnya palpitasi, kelelahan, sakit kepala dan iritabilitas yang mengarah pada rasa kesulitan untuk tidur. Keluhan kesulitan tidur pada pasien hemodialisa menyebabkan kantuk di siang hari saat aktivitas, maka dari itu penulis sering kali menjumpai pasien tertidur saat dilakukan tindakan hemodialisa. Kesulitan tidur yang dialami klien dapat membuat kualitas tidur klien memburuk. Kualitas tidur yang memburuk pada pasien hemodialisa dapat memperlambat proses kesembuhan karena waktu istirahat tidak dilaksanakan dengan efektif.

Kesulitan tidur yang dialami pasien hemodialisa dapat diatasi dengan tindakan farmakologi dan non – farmakologi. Terdapat berbagai macam metode non farmakologi, salah satu tindakan non farmakologi yang mudah dilakukan dan efisien adalah aromaterapi lavender. Dalam hasil penerapan EBN penulis juga menemukan kesimpulan bahwa aromaterapi lavender efektif untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien hemodialisa. Selain itu , penulis juga membuat booklet dengan judul “Tips Mengatasi Kesulitan Tidur pada Pasien Hemodialisa dengan Aromaterapi Lavender” dibuat dengan harapan dapat memberi gambaran pada pasien hemodialisa dalam melakukan tindakan aromaterapi secara mandiri untuk memperbaiki kualitas tidur.

#### **VI.2 Saran**

##### **VI.2.1. Bagi Pasien Hemodialisa**

Aromaterapi lavender dijadikan sebagai salah satu terapi untuk mengatasi kesulitan tidur dan meningkatkan kualitas tidur pada pasien yang menjalani hemodialisa tanpa menggunakan metode farmakologi yang memperberat kerja

ginjal. Booklet hasil produk penulis juga diharapkan dapat menjadi panduan bagi pasien dalam melakukan tindakan aromaterapi.

### **VI.2.2. Bagi Tenaga Kesehatan**

Aromaterapi lavender dijadikan sebagai salah satu terapi untuk mengatasi kesulitan tidur dan meningkatkan kualitas tidur pada pasien yang menjalani hemodialisa dan diharapkan tenaga kesehatan bisa menjelaskan dan mengedukasi tindakan aromaterapi pada pasien yang mengeluh kesulitan tidur dengan menggunakan produk *booklet* penulis.

### **VI.2.3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penulis mengharapkan karya ilmiah dan booklet yang telah diterbitkan dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya, dan diharapkan peneliti selanjutnya bisa mengembangkan hal – hal yang perlu diperhatikan dalam memberi tindakan aromaterapi lavender serta dapat menuangkan ide analisis lainnya yang dapat melengkapi karya ilmiah dan booklet dari penulis.