

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **6.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan proses pengolahan data maka didapatkan kesimpulan pengaruh pemberian aromaterapi melati terhadap kuantitas tidur anak prasekolah usia 3 – 5 tahun di TK Mutiara Harapan Kecamatan Lawang Kabupaten Malang akan diuraikan sebagai berikut :

- 6.1.1 Kuantitas tidur sebelum pemberian aromaterapi melati hampir seluruh responden tidur kurang dengan rata-rata tidur selama < 11 jam yaitu sebanyak 8 anak (80%).
- 6.1.2 Kuantitas tidur setelah pemberian aromaterapi melati sebagian besar responden tidur normal dengan rata – rata 11 – 12 jam yaitu sebanyak 6 anak (60%).
- 6.1.3 Ada pengaruh pemberian aromaterapi melati terhadap kuantitas tidur anak prasekolah usia 3 – 5 tahun di TK Mutiara Harapan Kecamatan Lawang Kabupaten Malang.

#### **6.2 Saran**

1. Bagi petugas kesehatan  
Dapat melakukan kolaborasi dengan tim medis lain menggunakan aromaterapi melati sebagai alternatif untuk meningkatkan kuantitas tidur anak prasekolah usia 3 – 5 tahun.
2. Bagi dosen dan mahasiswa  
Dapat melakukan penelitian dan pengabdian masyarakat tentang terapi menggunakan aromaterapi melati untuk meningkatkan kuantitas tidur.

### 3. Peneliti selanjutnya

Sebagai dasar dalam penelitian selanjutnya untuk memperbanyak responden serta menggunakan grup control agar hasilnya lebih baik.

### 4. Bagi Responden

Responden dapat memberitahukan kepada masyarakat agar menggunakan aromaterapi melati untuk meningkatkan kuantitas tidur.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arbianingsih (2011) *Keperawatan Anak Konsep Dan Prosedur Tindakan*. Alaudin University Press.
- Arikunto, S (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Kartono, Kartini,2007. *Psikologi Anak*. Bandung: CV Mandar Maju.
- Citra, Puspa Dewi. (2015). *Faktor- faktor Yang Berhubungan Dengan Pola Tidur Anak Yang Mengalami Hospitalisasi di Ruang anak RS Metro*.
- Cony Tanjung & Rini Sekartini. (2016). *Masalah Tidur pada Anak*. Fundarta 2012. Psikologi Perkembangan. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Hidayat.2005. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik*. Jakarta: EGC
- Hurlock,2000. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : EGC
- Ira, Wahyuni (2012). *Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Pola Tidur*.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam, & Efendi. (2013). *Pendidikan Dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pupung, Puspa (2018). *Bermain dan Permainan Anak Usia Dini*. CV Adjie Media Nusantara.
- \_\_\_\_\_. (2013). *Konsep Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- \_\_\_\_\_. (2014). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis, Edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ramadhaniah, Julia M, Huriyah E. (2014). *Durasi Tidur, Asupan Energi Dan Aktifitas Fisik Pada Anak Prasekolah*.
- Sayono,Widianti. 2011. *Buku Ajar Psikiatri*. Jakarta : EGC
- Satyonugroho, D.2010. *Tumbuh Kembang Anak Prasekolah*. <http://creasoft.files.wordpress.com/2010>.
- Sekartini, R. (2013). *Tidur Pengaruhi Tumbuh Kembang Anak*. Jurnal Media Medika
- Sinarmawati (2012). *Hubungan Antara Pola Tidur Dengan Pertumbuhan Anak Usia Pra Sekolah Di Wilayah TK Seruni Kabupaten Gowa* .
- Siregar, S. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: PT. Fajar Interpratama Mandiri.

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Wong, et al.2009. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik*. (alih bahasa : Andry Hartono, dkk). Jakarta : EGC