

## **BAB 5**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1. Simpulan**

Setelah dilakukan penelitian pada lansia pada tanggal 16 September di panti werda jambangan pada lansia yang terkena scabies

Kualitas tidur lansia di panti memiliki kualitas tidur dalam kategori buruk sejumlah 6 responden (75%) dan 2 respondeng kategori baik (25%)

#### **5.2. Saran**

##### **5.2.1. Bagi Lansia**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat lebih memperhatikan dan memanfaatkan waktu istirahat terlebih pada malam hari, mengupayakan hygiene sebelum tidur, menjaga lingkungan dan kebersihan kamar, agar bisa menciptakan lingkungan yang nyaman untuk tidur lansia dan mengetahui gangguan tidur apa saja yang dapat mempengaruhi kualitas tidur.

##### **5.2.2. Bagi Panti**

Hasil dari penelitian ini akan menjadi bahan perhatian dan perlu penanganan segera pada lansia yang kualitas tidurnya buruk, agar permasalahan dari tidur lansia tertangani dengan baik

##### **5.2.3. Bagi Profesi Keperawatan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bagi profesi Keperawatan bisa mengupayakan dalam meningkatkan kualitas tidur lansia atau mempertahankan kualitas tidur lansia baik seperti rutin mengkaji kualitas tidur lansia

selama 1 minggu sekali dan dan melakukan intervensi yang tepat untuk menangani masalah tidur yang dialami lansia

#### **5.2.4. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan dapat dikembangkan lebih lanjut dengan beberapa metode pendekatan secara culture atau memberikan intervensi guna memperbaiki kualitas tidur lansia yang terkena scabies untuk segera sembuh dan bisa melakukan istirahat malam seperti halnya lansia yang lain .