

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian dan uraian pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Kualitas tidur pasien anak sebelum dilakukan teknik relaksasi *guided imagery therapy* diperoleh hasil frekuensi kualitas tidur kurang baik (100%).
2. Kualitas tidur pasien anak setelah dilakukan dilakukan teknik relaksasi *guided imagery therapy* diperoleh hasil frekuensi kualitas tidur baik (100%).
3. Berdasarkan uji T Tes didapatkan nilai p value adalah 0,000 dengan demikian p value < α (0,000 < 0,05). Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian teknik relaksasi *guided imagery therapy* terhadap kualitas tidur anak usia sekolah dasar yang dirawat di RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe.

5.2 SARAN

1. Teoritis

Hasil penelitian sebagai sumbangan ilmiah dan bahan bacaan bagi masyarakat dan penelitian selanjutnya untuk menambah wawasan informasi dan panduan dalam penelitian lebih lanjut tentang pengaruh teknik relaksasi *guided imagery therapy* terhadap kualitas tidur pasien anak.

2. Institusi

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi bagi institusi pendidikan keperawatan agar dapat mengintegrasikan dalam pembelajaran terkait dengan teknik relaksasi *guided imagery therapy* terhadap kualitas tidur , dan dapat dipublikasikan dalam pendidikan keperawatan khususnya bagi mata kuliah keperawatan anak.

3. Praktis

Hasil penelitian ini dijadikan sebagai informasi bagi instansi terkait khususnya rumah sakit di provinsi Gorontalo.

4. Penelitian selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya, sebaiknya jika melakukan terapi selama 3 hari maka lakukan evaluasi setiap hari agar hasilnya dapat diketahui apakah setiap hari ada peningkatan atau tidak dan apakah karena di pengaruhi oleh terapi atau karena faktor yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Halaj, Q. M.2014. Pengaruh Dzikir Menjelang Tidur Terhadap Kualitas Tidur Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Wredha Budi Mulia 01 Jakarta Timur. *Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah .*
- Aspuah, S.2013. *Kumpulan kuesioner dan instrumen penelitian kesehatan.* Yogyakarta: Nuha Medika.
- Andarmoyo, S.2013. *Konsep Dan Proses Keperawatan Nyeri.* Jogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Budiman. 2011. *Penelitian Kesehatan.* Bandung: Refika Aditama.
- Deswita, A. U.2014. Pengaruh Teknik Relaksasi Imajinasi Terbimbing (Guided Imagery) Terhadap Pemenuhan Tidur Anak Usia Sekolah Di Ruang Inap Anak RSUD Prof. Dr. Ma. Hanafiah SM Batusangkar. *Jurnal Keperawatan* :110-116 .
- Diane, J. C.2013. Interaksi Timbal Balik Antara Tidur, Irama Sirkadian Dan Penyakit Alzheimer: Fokus Pada Peran Hypocretin Dan Melatonin. *Jurnal Reading* :1-24.
- Febriana, A. W.2011. Kajian Stres Hospitalisasi Terhadap Pemenuhan Pola Tidur Anak Usia Prasekolah Di Ruang Anak Rs Baptis Kediri. *Jurnal Stikes Rs. Baptis Kediri* :66-72 .
- Gloria, H. J.2008. *Nursing Intervention Classification.* America: library of congress cataloging in publiser.
- Green, W.2012. *50 Hal Yang Bisa Anda Lakukan Hari Ini Untuk Mengatasi Insomnia.* Jakarta: Media Kumputindo.
- Hidayat, A. A.2014. *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisis Data.* Jakarta: Salemba Medika.
- Kadir, W.2015. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebutuhan Tidur Anak Di Rumah Sakit Aloei Saboe Kota Gorontalo. *Skripsi* . Program Studi S1 Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo. Gorontalo
- Kamora. (2012). efektifitas teknik relaksasi guided imagery terhadap pemenuhan rata-rata jam tidur pasien di ruang rawat inap bedah. Riau: Universitas Riau
- Lutfi, R.2013. Model Pengembangan Asuhan Keperawatan Pada Respon Hospitalisasi Anak Todler Dengan Kuantitas Dan. *Jurnal Keperawatan* :1-9.

- Maresa, W. O.2012. Efektifitas Teknik Relaksasi Guided Imagery Terhadap Pemenuhan Rata-rata Jam Tidur Pasien Rawat Inap Bedah. *Jurnal Reading*: 1-8.
- Mariyam.2012. Pengaruh Guided Imagery Terhadap Tingkat Nyeri Anak Usia 7-13 Tahun saat Di Lakukan Pemasangan Infus Di RSUD Kota Semarang. *Jurnal SI Keperawatan* , 228-235.
- Masulili, F.2013. Metode Bimbingan Imajinasi Rekaman Audio Untuk Menurunkan Stres Hospitalisasi Pada Anak Usia Sekolah Di Rumah Sakit Kota Palu. *Keperawatan* , 1-9.
- Messakh.2014. Gambaran Pemenuhan Kebutuhan Tidur Pada Anak Usia Balita Yang Terpasang Infus Di Rumah Sakit Paru Dr Ario Wirawan Salatiga. *Program Studi Ilmu Keperawatan FIK-UKSW* .
- Mega, Y.2014. Perbedaan Efektifitas Terapi Musik Klasik Dan Terapi Imajinasi Terbimbing Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasca Bedah Mayor Abdomen Di RSUD Tugurejo Semarang. *Jurnal Keperawatan* :1-9.
- Notoadmodjo, S.2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam.2011. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Perry, P.2010. *Fundamental Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Purwandari, H.2009. Pengaruh Terapi Seni Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Anak Usia Sekolah Yang Menjalani Hospitalisasi. *Penelitian* .
- Putra, D. S.2014. *keperawatan anak dan tumbuh kembang*. yogyakarta: Nuha medika.
- Riset kesehatan Dasar (RISKESDAS).2013.Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- Sabda, H. M.2015. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia 1-5 Tahun. *Seminar Nasional Forum Dosen Indonesia 2015*:1-16.
- Sagala, V. P.2011. Kualitas Tidur Dan Faktor-Faktor Gangguan Tidur Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Johor. *Skripsi*. Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara Medan. Medan
- Setiadi.2007. *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Surabaya: Graha Ilmu.

- Sihaloho, N.2014. *Pengaturan pemberian aromatherapy lavender terhadap kualitas tidur anak usia sekolah yang dirawat inap di RSUD Dr. Pirngadi Medan*. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Soetjiningsih, G. R.2013. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.
- Sujarweni, W.2014. *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta: Gava Media.
- Warda.2012. Gambaran Pemenuhan Kebutuhan Tidur Pada Anak Yang Terpasang Infus Di Ruang Perawatan Anak Rsud Batara Guru Belopa. *Jurnal reading*:1-18
- Wong.2009. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik*. Jakarta: EGC.
- Yantu, F.2014. Pengaruh Teknik Guided Imagery (Imajinasi Terbimbing) . *Jurnal Keperawatan* .