

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Hasil penelitian karakteristik subyek penelitian menunjukkan umur responden mayoritas umur 55-65 tahun (46%), jenis kelamin laki-laki (72,7%) dan perempuan (23,7%), pendidikan SMA/SMK (36,4%) dan pekerjaan subyek penelitian mayoritas tidak bekerja (54,5%).
2. Hasil penelitian kualitas tidur pada subyek penelitian sebelum diberikan pijat refleksi, sebagian responden mengalami gangguan kualitas tidur buruk (90,9%) dengan rata-rata nilai skor 7.73.
3. Hasil penelitian kualitas tidur pada subyek penelitian setelah diberikan pijat refleksi terhadap kualitas tidur pada subyek penelitian post stroke sebagian besar kualitas tidur baik (54,5%) dengan rata-rata nilai 5.45.
4. Ada pengaruh pemberian pijat refleksi terhadap kualitas tidur pada subyek penelitian dengan nilai $p\text{-value} = 0,001$, dengan terjadi kenaikan kualitas tidur sebesar 2.28.

B. SARAN

Berdasarkan penelitian di atas, peneliti menyarankan beberapa hal yaitu sebagai berikut.

1. Keluarga responden

Diharapkan keluarga responden dapat memberikan tindakan terapi nonfarmakologis seperti pijat refleksi untuk membantu meningkatkan kualitas tidur pada post stroke.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dalam penelitian selanjutnya menggunakan kelompok kontrol sebagai pembandingan sehingga dapat terlihat terapi yang diberikan.