

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Hubungan Kualitas Tidur dengan *Mood* Orangtua Anak yang Dirawat di Ruang Bedah Anak RSUP M.Djamil Padang Tahun 2018, maka dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian orangtua anak mengalami kualitas tidur yang cenderung buruk dengan rata-rata kualitas tidur adalah 29.
2. Sebagian orangtua anak mengalami *mood* yang cenderung negatif dengan reata-rata *mood* 34.
3. Adanya hubungan bermakna antara kualitas tidur dengan *mood* orangtua anak yang dirawat di ruang bedah anak RSUP M.Djamil Padang 2018 (  $p= 0.007$ ), dengan arah hubungan negatif dan kekuatan korelasi lemah (0.322). Ini berarti semakin tinggi skor kualitas tidur maka semakin rendah skor *mood* yang artinya semakin buruk kualitas tidur maka *mood* semakin negatif.

## B. Saran

### 1. Bagi Profesi Keperawatan

Perawat diharapkan dapat memberikan intervensi mengenai perawatan waktu istirahat untuk orangtua pasien seperti bergantian saat menunggu pasien agar fisiknya tetap prima sehingga dapat menemani anaknya dengan baik serta untuk mengurangi risiko munculnya penyakit pada orang tua anak yang dirawat dan sebisa mungkin mengatur jadwal tindakan terutama pada malam hari untuk menghindari terganggunya waktu tidur baik pasien maupun orang tua pasien.

### 2. Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan diharapkan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan khususnya tentang kualitas tidur dengan *mood*.

### 3. Bagi Anggota Orangtua

Orang tua anak yang di rawat diharapkan dapat memperhatikan keadaan, kondisi tubuh, mengatur jadwal istirahat, dan menjaga anak secara bergantian untuk menjaga kondisi tubuhnya agar tetap prima dalam menjaga anak yang sedang dirawat

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan lebih mendalam mengenai faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kualitas tidur dan *mood* seperti kondisi lingkungan dan peran tenaga kesehatan yang ada di rumah sakit .