

BAB VII

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan penelusuran literature review didapatkan bahwa pengaruh terapi murottal al-Qur'an efektif dilakukan untuk mengatasi masalah tidur pada lansia, karena terapi al-Qur'an termasuk kedalam terapi nonfarmakologi dimana terapi tersebut ketika dilakukan tidak menimbulkan efek samping.

B. Saran

berdasarkan literature review, diharapkan menambah ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan dan wawasan mengenai pengaruh terapi murottal terhadap kualitas tidur pada lansia. Adapun saran sebagai berikut :

1. Profesi Perawat

Hasil literatur riview ini mendapatkan bahwa terapi Quran efektif dapat meningkatkan kualitas tidur lansia, oleh karena itu perawat sebaiknya dapat melalukan manajemen suuhan keperawatan melalui pendekatankeislaman dalam penanganan insomnia yang seringkali terjadi pada lansia di Panti Wreda.

2. FIKes Universitas Muhammadiyah

Harapannya dari hasil literatur ini dapat menjadi bahan referensi kepastakaan sebagai penerapan catur Dharma Perguruan Tinggi. Dan dapat dijadikan bahan pembandingan untuk peneliti lain

3. Penelitian selanjutnya

Sebaiknya dilakukan penelitian secara real dan menggunakan data primer langsung dari lapangan. Terkait dengan penggunaan terapi mendengarkan Murrotal al-Qur'an terhadap kualitas tidur pada lansia sehingga dapat dikembangkan dalam penelitian-penelitian selanjutnya.

