

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Kelurahan Duyu Kecamatan Tatanga Kota Palu mengenai pengaruh *Smartpunktur* terhadap kualitas tidur anak usia Prasekolah, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Tingkat kualitas tidur anak usia prasekolah sebelum diberikan *Smartpunktur*
2. Tingkat Kualitas tidur responden setelah diberikan *Smartpunktur*
3. Ada pengaruh *Smartpunktur* terhadap peningkatan kualitas tidur anak usia prasekolah.

B. Saran

1. Ilmu Pengetahuan (Pendidikan)

Hasil penelitian ini dapat dipakai sebagai bahan bacaan dan untuk meningkatkan pengetahuan bagi mahasiswa STIKES Widya Nusantara Palu terkait mata kuliah keperawatan anak yang mempunyai hubungan terkait materi anak usia prasekolah untuk dapat memberikan intervensi komplementer dengan tehnik pijat smartpunktur untuk meberikan kualitas tidur yang baik pada anak usia prasekolah yang memiliki kualitas tidur kurang baik.

2. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi masyarakat dalam penelitian ini, masyarakat di Kelurahan Duyu, Kecamatan Tatanga, Kota Palu, diharapkan agar mampu menerapkan terapi pijat smartpunktur jika mengalami gangguan tidur atau kualitas tidur buruk.

3. Tempat Penelitian (untuk orang tua anak
4. Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tindakan terapi pijat smartpunktur kepada orangtua dalam mengobati masalah tidur

atau gangguan tidur yang dialami anak di Kelurahan Duyu, Kecamatan
Tatanga, Kota Palu