

## **BAB 5**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang gambaran kualitas tidur bayi di Wawa *Holistic Care* Kecamatan Puri Kabupaten Mojokerto maka dapat disimpulkan bahwa hampir seluruh bayi mempunyai kualitas tidur yang baik.

#### **5.3 Saran**

1. Bagi Bidan

Diharapkan bidan perlu mengembangkan promosi dan edukasi tentang kualitas tidur bayi kepada masyarakat khususnya orangtua agar anak dapat tumbuh secara optimal.

2. Bagi Instansi Pendidikan

Diharapkan dapat mengembangkan pendidikan yang mampu mengatasi masalah mendasar pada kesehatan guna meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya sebaiknya menggunakan salah satu jenis intervensi pada *Holistic Care* yang bermanfaat untuk meningkatkan kualitas tidur bayi serta mengamati tingkat signifikan intervensi tersebut terhadap kualitas tidur bayi. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan menilai kualitas tidur bayi bukan hanya kuantitasnya.