

BAB V

KESIMPULAN & SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan tingkat pengetahuan dan penerimaan mahasiswa Farmasi Universitas Bhakti Kencana dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat pengetahuan dan penerimaan terhadap penggunaan teh *chamomile* untuk mengatasi insomnia termasuk kedalam kategorik baik.
2. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan penerimaan terhadap penggunaan teh *chamomile* untuk mengatasi insomnia.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara karakteristik mahasiswa khususnya usia terhadap penerimaan teh *chamomile*.

5.2 Saran

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan penerimaan mahasiswa Farmasi Universitas Bhakti Kencana terhadap penggunaan teh chamomile untuk mengatasi insomnia tergolong baik, meskipun tidak ditemukan hubungan signifikan antara kedua faktor tersebut. Berdasarkan hal tersebut, beberapa aspek yang disarankan adalah:

1. Penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan variabel tambahan, seperti faktor lingkungan dan kebiasaan tidur, untuk melihat bagaimana elemen-elemen tersebut memengaruhi penerimaan terhadap teh *chamomile*.
2. Menggunakan pendekatan metode campuran (*mixed methods*) dalam penelitian berikutnya, seperti wawancara atau diskusi kelompok, guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai persepsi mahasiswa terhadap teh *chamomile*.