

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

Berdasarkan hasil *Narrative Literature Review* terhadap berbagai penelitian mengenai sediaan oral berbasis melatonin dalam terapi insomnia, dapat disimpulkan bahwa setiap bentuk sediaan memiliki karakteristik farmasetika, bioavailabilitas, farmakokinetik, serta efektivitas klinis yang berbeda sehingga memengaruhi keberhasilan terapi.

Sediaan tablet *immediate-release* (IR) dan oral spray memberikan onset kerja yang lebih cepat sehingga lebih sesuai untuk pasien dengan keluhan kesulitan memulai tidur (*sleep onset insomnia*). Sebaliknya, tablet *extended-release* (ER), tablet *prolonged-release* (PR), dan kapsul *sustained-release* (SR) mampu mempertahankan kadar melatonin dalam sirkulasi lebih lama sehingga lebih efektif dalam membantu mempertahankan tidur (*sleep maintenance insomnia*). Sementara itu, tablet orodispersibel (ODT) berpotensi memberikan kemudahan penggunaan, terutama bagi pasien yang mengalami kesulitan menelan, meskipun efektivitas klinisnya terhadap terapi insomnia belum dapat disimpulkan karena keterbatasan data uji klinis.

Perbedaan mekanisme pelepasan obat, karakteristik formulasi, serta profil farmakokinetik seperti T_{max} , C_{max} , AUC, dan waktu paruh berkontribusi terhadap variasi bioavailabilitas dan efektivitas masing-masing sediaan. Oleh karena itu, pemilihan bentuk sediaan oral berbasis melatonin sebaiknya disesuaikan dengan karakteristik pasien, tujuan terapi, dan jenis gangguan tidur yang dialami agar diperoleh hasil terapi yang optimal.

6.2 Saran

Pada penelitian kajian literatur selanjutnya, diharapkan dapat dilakukan:

1. Uji klinis komparatif yang membandingkan berbagai bentuk sediaan oral melatonin, seperti *immediate-release*, *extended-release*, kapsul, tablet orodispersibel, dan *oral spray*, menggunakan parameter yang seragam.
2. Evaluasi hubungan antara karakteristik sediaan, parameter farmakokinetik (T_{max} , C_{max} , AUC, dan waktu paruh), serta efektivitas klinis pada berbagai kelompok pasien, sehingga diperoleh bukti ilmiah yang lebih kuat dalam pemilihan bentuk sediaan oral melatonin.