

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul “ Pengaruh relaksasi Musik Gending Jawa Terhadap Kualitas Tidur Pasien Hipertensi di Ruang rawat Inap Rumah Sakit Cakra Husada” dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Rerata umur responden pada kelompok intervensi adalah $58,60 \pm 10,76$ tahun, sedangkan pada kelompok control adalah $57 \pm 14,00$, jenis kelamin responden pada kelompok intervensi maupun kelompok control sebagian besar adalah laki-laki sejumlah 53,3%. Pendidikan responden kelompok intervensi mayoritas SD yaitu sejumlah 10 (66,7%), sedangkan pada kelompok control 6 (40%) responden berpendidikan SMA. Pada kelompok intervensi 9 (60%) responden bekerja, sedangkan pada kelompok control sejumlah 10 (66,7) responden bekerja.
2. Rerata kualitas tidur responden pada kelompok intervensi sebelum pemberian terapi musik adalah $6,60 \pm 3,089$ dan sesudah pemberian terapi yaitu sejumlah $5,27 \pm 1,486$. Terdapat peningkatan kualitas tidur sebanyak $1,33 \pm 1,603$.
3. Rerata kualitas tidur responden pada kelompok control sebelum pemberian terapi musik adalah $6,13 \pm 1,846$, sedangkan sesudah pemberian terapi sejumlah $6,73 \pm 1,792$. Terdapat peningkatan kualitas tidur sebanyak $0,4 \pm 0,054$.
4. Hasil analisa kualitas tidur *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi menunjukkan hasil *p-value* = 0,031 ; α 0,05 maka pada kelompok intervensi terdapat perbedaan kualitas tidur responden sebelum dan sesudah diberikan terapi musik gending jawa
5. Hasil analisa kualitas tidur *pretest* dan *posttest* pada kelompok *control* menunjukkan hasil *p-value* = 0,153 > α 0,05 hal ini berarti pada kelompok control tidak ada pengaruh pemberian terapi musik gending terhadap kualitas tidur responden
6. Tidak ada pengaruh relaksasi musik gending jawa terhadap kualitas tidur pasien hipertensi di ruang rawat inap Rumah Sakit Cakra Husada Klaten dengan nilai *p value* = 0,444 : α 0,05 .

B. Saran

Berdasarkan hasil studi dan kesimpulan diatas, peneliti mencoba memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi Responden

Ada baiknya bisa menambah informasi bagi penderita hipertensi untuk meningkatkan kualitas tidur dengan cara relaksasi musik gending jawa.

2. Bagi Perawat

Sebaiknya para perawat khususnya di Rumah Sakit Cakra Husada Klaten agar dapat menerapkan terapi musik gending jawa ini untuk mereduksi gangguan tidur dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas tidur pasien hipertensi di ruang rawat inap.

3. Rumah Sakit

Sebaiknya Rumah Sakit memfasilitasi dalam melakukan penerrapan terapi musik gending jawa ini guna menunjang dalam menangani masalah tidur pada pasien hipertensi supaya kualitas tidur pasien baik.

4. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian sebaiknya dapat menjadi referensi dan tambahan pustaka untuk melakukan penelitian khusunya kualitas tidur pasien hipertensi. Mengembangkan penelitian lebih lanjut dengan quasy eksperimen yang berbeda dan jumlah sampel yang lebih banyak, serta disarankan untuk melakukan penelitian terapi nonfarmakologi lainnya khususnya dalam bidang keperawatan. Misal perbandingan dua intervensi, kelompok intervensi diberikan terapi musik gending jawa, kelompok control diberikan terapi relaksasi lainnya.