

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kabila Kabupaten Bone Bolango yang telah dilakukan oleh peneliti maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut.

1. Tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kabila Kabupaten Bone Bolango, yang paling banyak diderita oleh lansia hipertensi derajat III (43,3%), hipertensi derajat I (36,7%), hipertensi derajat II (20%), dan normal (0%).
2. Tekanan darah sesudah diberikan terapi musik klasik pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kabila Kabupaten Bone Bolango, yang paling banyak diderita oleh lansia hipertensi derajat I (53,3%), hipertensi derajat III (23,3%), hipertensi derajat II (20%), dan normal (3,3%).
3. Terdapat pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kabila Kabupaten Bone Bolango pada tekanan sistolik ($p\ value = 0,001, \alpha = 0,05$) dan pada tekanan diastolik ($p\ value = 0,001, \alpha = 0,05$).

5.2 Saran

1. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan agar pihak puskesmas dapat mempertimbangkan terapi musik klasik sebagai terapi alternatif untuk para lansia dalam menurunkan hipertensi dengan cara memutar lagu-lagu klasik di ruang tunggu pasien agar pasien dapat mendengarnya sambil menunggu antrian.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan untuk institusi pendidikan dapat dijadikan dasar dalam mengembangkan dan mengaplikasikan terapi musik terhadap pasien hipertensi.

3. Bagi Responden

Diharapkan bagi responden agar dapat menerapkan terapi musik klasik dalam kehidupan sehari-hari untuk menjaga kestabilan tekanan darah, yaitu dengan mendengar musik klasik setiap hari selama 30 menit sehingga dapat menjaga kestabilan tekanan darah.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melanjutkan penelitian tentang terapi musik dan kiranya penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi dan informasi dan dapat meneliti tentang pengaruh musik lain, seperti pengaruh musik suara alam terhadap penurunan tekanan darah.

DAFTAR PUSTAKA

- Artinawati, S. (2014). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Bogor: IN MEDIA.
- Bararah, T., & Jauhar, M. (2013). *Asuhan Keperawatan Panduan Lengkap Menjadi Perawat Profesional Jilid 1*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Bekiroglu, *et al.* (2013). Effect of Turkish Classical Music on Blood Pressure: A Randomized Controlled Trial in Hypertensive Elderly Patiens. *Complement Ther Med No. 21 Vol. 3*, 112-132.
- Bonewit-West, K. (2015). *Clinical Procedures for Medical Assistants Ninth Edition*. Missouri: Elsevier Saunders.
- Campbell, D. G. (2002). *Efek Mozart*. Jakarta: Gramedia.
- Corwin, E. J. (2009). *Buku Saku Patofisiologi Edisi Revisi 3*. Jakarta: EGC.
- Dalmartha, dkk. (2008). Hipertensi. *Care Your Self*, hal. 22.
- Departemen Kesehatan RI. (14 Desember 2013). *Hipertensi Menurut Riskesdas 2013*. Diakses 3 Maret 2015, dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia: HYPERLINK "<http://103.23.20.87/cms/frontend/?p=infoptm&id=26>"
<http://103.23.20.87/cms/frontend/?p=infoptm&id=26> .
- Departemen Kesehatan RI. (Juli 2013). *Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*. Diakses 2 Maret 2015, dari Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan: HYPERLINK "<http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/buletin-lansia.pdf>"
<http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/buletin-lansia.pdf>
- Dharma, K. K. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian*. Jakarta: TIM.
- Djohan. (2006). *Terapi Musik Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Galangpress.
- Hidayat, A. A. (2009). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayati, S. N. (2005). *Terapi Alternatif dan Gaya Hidup Sehat*. Yogyakarta: Pradipta Publishing.
- Ide, P. (2008). *Yoga untuk Stres*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.

- Lingga, L. (2012). *Bebas Hipertensi Tanpa Obat*. Jakarta: AgroMedia Pustaka.
- Maryam, dkk. (2008). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Mujahidullah, K. (2012). *Keperawatan Geriatrik Merawat Lansia dengan Cinta dan Kasih Sayang*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nafilasari, dkk. (2013). Perbedaan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Musik Instrumental di Panti Werda Pengayoman Pelkris Kota Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan Vol. 1 No. 3*, 1-10.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nurrahmi, U. (2012). *Stop! Hipertensi*. Yogyakarta: Familia.
- Palmer, A., & Williams, B. (2007). *Simple Guided Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Pedak, M. (2009). *Metode Supernol Menaklukan Stres*. Jakarta: Hikmah.
- Price, S. A., & Wilson, L. M. (2012). *Patofisiologi Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit Volume 1*. Jakarta: EGC.
- Santoso, D. (2010). *Membonsai Hipertensi*. Surabaya: Jaring Pena.
- Sarayar, dkk. (2013). Pengaruh Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Pra-Hemodialisis di Ruang Dahlia BLU RSUP. Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *eJournal Keperawatan (e-Kp) Vol. 1, No. 1*, 1-7.
- Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan Edisi 2*. Jakarta: Graha Ilmu.
- Sigarlaki, H. J. (2006). Karakteristik dan Faktor Berhubungan dengan Hipertensi di Desa Bocor, Kecamatan Bulus Pesantren, Kabupaten Kebumen, Jawa Tengah, Tahun 2006. *Makara*, 78-88.
- Siritunga, et al. (2013). Effect of Music on Blood Pressure, Pulse Rate and Respiratory of Asymptomatic Individuals: A Randomized Controlled Trial. *Health Vol. 5, No. 4A*, 59-64.

- Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Brunner & Suddarth*. Jakarta: EGC.
- Soenanto, H. (2009). *100 Resep Sembuhkan Hipertensi, Asam Urat, dan Obesitas*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suherly, dkk. (2011). Perbedaan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi Musik Klasik di RSUD Tugurejo Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan Vol. 1, No. 1* , 1-6.
- Suryana, D. (2012). *Terapi Musik*. Jakarta: CreateSpace Independent Publishing.
- Susanti, D. W., & Rohmah, F. A. (2011). Efektivitas Musik Klasi dalam Menurunkan Kecemasan Matematika (Math Anxiety) pada Siswa Kelas XI. *Humanitas Vol. VIII No. 2* , 129-142.
- Vaajoki, *et al.* (2011). Music as a Nursing Intervention: Effects of Music Listening on Blood Pressure, Heart Rate, and Respiratory Rate in Abdominal Surgery Patients. *Nursing and health Sciences Vol. 3* , 412-418.
- Waluyo, S. (2009). *100 Questions & Answers Stroke*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Widayati, dkk. (2014). Efektifitas Pemberian Terapi Musik terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Ibu dengan Hipertensi dalam Kehamilan. *JOM PSIK Vol. 1 No. 2* , 1-8.
- Wijaya, A. S., & Putri, Y. M. (2013). *KMB 1 Keperawatan Medikal Bedah (Keperawatan Dewasa)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Wolff, H. P. (2006). *Hipertensi Cara Mendeteksi dan Mencegah Tekanan Darah Tinggi Sejak Dini*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer.
- Yanuarita, F. A. (2012). *Memaksimalkan Otak Melalui Senam Otak (Brain Gym)*. Yogyakarta: Teranova Books.
- Zaini, *et al.* (2009). Music Therapy Effects on the Quality of Life and the Blood Pressure of Hypertensive Patients. *Arq Bras Cardiol No. 93 Vol. 5* , 495-500.

