

BAB V

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh terapi musik klasik terhadap tekanan darah pada lansia muda di Puskesmas Bakunase, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa:

1. Karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol berada pada rentang usia 60–74 tahun, didominasi oleh perempuan, dengan tingkat pendidikan terbanyak SMA, serta sebagian besar masih bekerja.
2. Tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik menunjukkan bahwa sebagian besar responden pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol berada pada kategori hipertensi derajat
3. Tekanan darah sesudah diberikan terapi musik klasik menunjukkan adanya perubahan kategori tekanan darah pada kelompok intervensi, di mana sebagian besar responden mengalami penurunan menjadi kategori prehipertensi. Pada kelompok kontrol juga terjadi perubahan tekanan darah, namun perubahan tersebut tidak sebesar kelompok intervensi.
4. Terapi musik klasik berpengaruh terhadap perubahan tekanan darah pada lansia muda dengan hipertensi di Puskesmas Bakunase. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan terdapat perubahan tekanan darah yang bermakna setelah pemberian terapi musik klasik pada kelompok intervensi ($p = 0,000$). Meskipun kelompok kontrol juga menunjukkan perubahan yang bermakna ($p = 0,004$), penurunan tekanan darah pada kelompok intervensi lebih besar dibandingkan kelompok kontrol, sehingga terapi musik klasik dapat digunakan sebagai terapi pendukung nonfarmakologis dalam membantu pengendalian tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

5.2. Saran

1. Bagi Puskesmas

Diharapkan terapi musik klasik dapat dipertimbangkan sebagai terapi pendukung nonfarmakologis dalam program pengendalian hipertensi pada lansia melalui kegiatan pelayanan kesehatan dan edukasi secara berkelanjutan.

2. Bagi Responden

Diharapkan lansia dapat menerapkan terapi musik klasik secara rutin sebagai terapi pendukung untuk membantu menjaga tekanan darah tetap terkontrol serta tetap menjalankan pengobatan, pola makan sehat, aktivitas fisik yang sesuai, dan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

3. Bagi Pendidikan Perawat

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan sumber pembelajaran dan referensi dalam pengembangan intervensi keperawatan nonfarmakologis khususnya terapi musik klasik pada pasien lansia dengan hipertensi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan jumlah sampel yang lebih besar, waktu intervensi yang lebih panjang, serta mempertimbangkan faktor lain yang dapat memengaruhi tekanan darah agar diperoleh hasil yang lebih optimal dan dapat dikembangkan lebih luas.