

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan pembahasan pada bab sebelumnya, dapat di tarik kesimpulan pada studikusus penerapan terapi musik klasik dalam penurunan tekanan darah pada lansia yang memiliki riwayat hipertensi di puskesmas keputih Surabaya kecamatan sukolilo sebagai berikut :

1. Tekanan darah Ny K sebelum pelaksanaan pemberian terapi musik klasik *mozart* 150/90 mmHg sedangkan tekanan darah Ny Y 155/90 mmHg. Tingkat tekanan darah pada ke 2 responden adalah hipertensi tingkat 1.
2. Pelaksanaan terapi musik klasik Mozart selama 14 kali dalam 2 minggu Ny K dan Ny Y merasa senang, antusias, dan berpartisipasi aktif karena dengan terapi musik klasik Mozart yang enak di dengar kan dan alunan musik yang santai dan nadanya teratur bisa menurunkan tekanan darahnya dan membuat nya merasa tenang dan merasa nyaman saat melakukannya. Tekanan darah Ny K sesudah pelaksanaan Pemberian terapi musik klasik Mozart sebesar 120/80 mmHg, sedangkan tekanan darah Ny y sebesar 130/80 mmHg. Setelah pelaksanaan pemberian terapi musik klasik Mozart Tekanan darah Ny K adalah tingkat *pre*-hipertensi sedangkan pada tekanan darah Ny y adalah tingkat normal.

5.2 Saran

1. Bagi Lansia

Diharapkan paralansia dapat mengontrol tekanan darahnya dengan melakukan terapi musik klasik Mozart secara teratur biasa dilakukan tiap hari kurun waktu 15-20 menit dalam mendengarkan terapi musik klasik mozart.

2. Bagi Puskesmas Keputih Surabaya

Diharapkan kader kesehatan puskesmas keputih Surabaya posyandu lansia dapat menerapkan pemberian terapi musik klasik Mozart setiap ada kegiatan posyandu lansia, selama 15-20 menit untuk menjadi salah satu terapi non farmakologi bagi lansia penderita hipertensi yang dapat dilakukan setiap hari sebelum melakukan aktivitas

3. Bagi Institusi Pendidikan

Menambakan wacana bagi pembaca atau mahasiswa tentang informasi ilmiah mengenai pentingnya terapi musik klasik Mozart atau terapi non farmakologi. untuk mengontrol tekanan darah pada lansia

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan kembali penelitian ini seperti halnya menambah responden dan menambah waktu pemberian intervensi tersebut, agar di dapatkan hasil yang memuaskan dan dapat digunakan untuk mengatasi penyakit hipertensi yang di derita oleh lansia dengan terapi non farmakologi ini.