

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil studi kasus Ny.P dan Ny.K dengan judul “Penerapan Terapi Musik Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Lansia Dalam Pemenuhan Kebutuhan Istirahat Tidur Di Panti Wredha” penulis menyusun beberapa kesimpulan :

1. Berdasarkan data pengkajian dan pengisian kuesioner PSQI pada kedua pasien terdapat keluhan terhadap tidur, keluhan sering terbangun malam hari, tidak bisa melanjutkan tidur jika terbangun malam hari dan merasa jam tidur masih kurang, selain itu kedua pasien juga mengeluh nyeri dan kedua pasien juga riwayat jatuh 1 bulan dan 1 tahun yang lalu. Diagnosa keperawatan aktual yang ditegakan pada kedua kasus adalah gangguan pola tidur. Dari data pengkajian tersebut maka di susun intervensi keperawatan sesuai buku SDKI, SLKI dan SIKI. Implementasi yang di terapkan pada kasus ini adalah dilakukannya terapi musik untuk meningkatkan kualitas tidur pada kedua pasien. Implementasi ini dilakukan 30 menit sebelum tidur sebanyak 4 kali selama satu minggu.
2. Terdapat perubahan skor kualitas tidur menggunakan kuesioner PSQI pada kedua pasien. Yang mana pada Ny.P dari skor 14(buruk) menjadi 7 (buruk) dan pada Ny.K dari skor 11 (buruk) menjadi 5 (baik).

3. Pada penulisan ini menunjukkan adanya faktor pendukung dan penghambat yang berasal dari penulis dan keadaan lapangan saat pelaksanaan asuhan keperawatan berlangsung.

## **B. Saran**

1. Bagi Lansia

Disarankan jika pasien memiliki radio untuk menerapkan terapi musik secara mandiri untuk meningkatkan kualitas tidur serta merilekskan pikiran.

2. Bagi Perawat

Disarankan dapat menggunakan terapi musik sebagai tindakan mandiri dan mengembangkannya dalam mengatasi gangguan dalam pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur pada lansia di panti wredha Abiyoso.

3. Bagi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Diharapkan penulisan ini dapat menjadi acuan untuk menerapkan terapi musik dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur pada lansia

4. Bagi Penulis Selanjutnya

Diharapkan penulis selanjutnya dapat mengembangkan penulisan terkait tindakan terapi musik pada pasien dengan gangguan tidur selama 8x24 jam dalam waktu satu bulan sehingga implementasi dan evaluasi lebih maksimal.