

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus mengenai penerapan terapi musik langgam Jawa terhadap tingkat ansietas pada lansia yang dilaksanakan pada tanggal 7 hingga 9 April 2026 di BPSTW Abiyoso Yogyakarta, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Proses Asuhan Keperawatan: Asuhan keperawatan dilakukan pada kedua klien dengan fokus pada masalah psikososial. Hasil pengkajian menggunakan instrumen *Geriatric Anxiety Scale* (GAS) menunjukkan bahwa kedua klien mengalami ansietas tingkat sedang dengan keluhan utama berupa kegelisahan dan kekhawatiran terhadap kondisi fisik. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan adalah ansietas berhubungan dengan krisis maturasional dan ancaman terhadap status kesehatan. Peneliti melaksanakan intervensi berupa pemberian terapi musik langgam Jawa (*Setyo Tuhu, Nyidam Sari, Caping Gunung*) selama 3 hari kunjungan. Masalah keperawatan ansietas pada kedua klien dapat teratasi sebagian hingga tuntas, dibuktikan dengan penurunan skor GAS dan perbaikan respon perilaku.
2. Respon Terhadap Implementasi: Hasil studi menunjukkan perbedaan durasi pencapaian respon positif antar klien. Klien 2 (Tn. B, 79 tahun) memberikan respon lebih cepat pada hari ke-2, yang ditandai dengan kemampuan melakukan strategi koping mandiri dan

penurunan perilaku gelisah secara signifikan. Sementara itu, Klien 1 (Tn. S, 75 tahun) menunjukkan respon bermakna pada hari ke-3, di mana klien 1 sudah mencoba memutar lagu langgam Jawa dengan radio, kecemasan klien 1 berkurang yang ditandai dengan kontak mata yang membaik dan perasaan lebih tenang.

3. Efektivitas Terapi: Penerapan terapi musik langgam Jawa secara konsisten terbukti efektif dalam menurunkan tingkat ansietas dan meminimalkan kegelisahan pada lansia. Stimulasi auditori dari musik tradisional yang familiar mampu memberikan efek relaksasi dan meningkatkan perasaan aman bagi lansia di lingkungan panti.

B. Saran

Berdasarkan hasil studi kasus yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan kepada pihak-pihak terkait sebagai berikut:

1. Bagi Klien

Diharapkan klien secara aktif menerapkan terapi musik langgam Jawa secara mandiri sebagai strategi koping saat merasakan kegelisahan, saran alternatif yaitu klien dapat mengajukan permintaan memutar lagu langgam Jawa saat dalam kegiatan "Dendang Ria" di panti untuk meningkatkan interaksi sosial dan menikmati lagu langgam Jawa bersama-sama. Klien juga disarankan untuk menyalakan radio atau televisi lalu memutar lagu langgam Jawa di wisma, hal ini bertujuan untuk memutus rantai

pikiran negatif (*stop rumination*) dan mengalihkan perhatian dari kecemasan terhadap kondisi fisik.

2. Bagi Perawat dan Pengelola BPSTW

Menjadikan terapi musik langgam Jawa sebagai alternatif intervensi non-farmakologis yang efisien untuk menangani masalah ansietas lansia, selain itu petugas panti diharapkan berkolaborasi dengan petugas bagian bimbingan sosial atau kesenian agar dalam sesi "Dendang Ria", lagu-lagu bertempo lambat seperti Langgam Jawa dapat diprioritaskan pada sesi awal untuk menciptakan suasana tenang (efek sedatif).

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil karya tulis ilmiah ini menjadi referensi dalam pengembangan asuhan keperawatan gerontik, khususnya mengenai manajemen ansietas. Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian dengan mengombinasikan terapi musik langgam Jawa dengan teknik relaksasi lain atau terapi aktivitas kelompok (TAK) untuk meminimalkan kegelisahan lansia secara lebih komprehensif dan berkelanjutan.