

## BAB 5

### Simpulan dan Saran

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan yang telah ditetapkan, yaitu untuk menganalisis penerapan terapi musik instrumental sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis dalam membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang rawat inap, maka dapat ditegaskan bahwa terapi musik instrumental terbukti dapat diterapkan secara efektif sebagai terapi pendamping dalam praktik keperawatan klinis. Intervensi diberikan selama dua hari, dengan frekuensi dua kali sehari dan durasi 30 menit setiap sesi, serta dilakukan dengan jeda waktu 3–4 jam setelah pemberian obat antihipertensi untuk mengurangi pengaruh langsung terapi farmakologis terhadap hasil evaluasi. Hasil pengukuran menunjukkan adanya penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik secara konsisten pada kedua subjek setelah terapi diberikan. Meskipun penurunan yang terjadi tidak signifikan dalam waktu yang singkat, pola penurunan yang berulang setelah setiap sesi intervensi memperlihatkan adanya hubungan antara pemberian terapi musik dengan perubahan tekanan darah ke arah yang lebih terkontrol.

Analisis perbandingan antara kedua subjek menunjukkan bahwa respons terapi dipengaruhi oleh tingkat keparahan hipertensi dan kondisi komorbid. Subjek dengan hipertensi stage 1 menunjukkan respons yang lebih stabil dibandingkan subjek dengan hipertensi stage 2 disertai penyakit penyerta. Temuan ini memperkuat bahwa terapi musik instrumental tidak berdiri sendiri sebagai terapi utama, tetapi berfungsi sebagai adjunct therapy yang mendukung stabilisasi tekanan darah ketika dikombinasikan dengan terapi farmakologis.

Secara fisiologis, terapi musik instrumental bertempo lambat membantu menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis, meningkatkan respons parasimpatis, serta menciptakan kondisi relaksasi yang ditandai dengan pasien tampak lebih tenang, nyaman, dan mampu beristirahat dengan lebih baik. Mekanisme ini berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah melalui

pengurangan stres dan ketegangan emosional. Hasil ini juga konsisten dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan efektivitas terapi musik sebagai intervensi nonfarmakologis pada pasien hipertensi.

Dengan demikian, tujuan analisis penerapan dalam studi kasus ini telah tercapai, yaitu membuktikan bahwa terapi musik instrumental dapat diimplementasikan sebagai intervensi keperawatan mandiri yang aman, mudah dilakukan, berbasis evidence, dan memiliki kontribusi nyata dalam membantu pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang rawat inap. Penerapan ini sekaligus mempertegas peran perawat dalam memberikan asuhan keperawatan yang holistik, komprehensif, dan berbasis praktik keperawatan berbasis bukti (*evidence-based nursing practice*).

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Bagi Perawat**

- a. Mengintegrasikan terapi musik instrumental sebagai intervensi mandiri nonfarmakologis pada pasien hipertensi.
- b. Memberikan terapi musik selama  $\pm 30$  menit dengan jeda 3–4 jam setelah pemberian obat antihipertensi.
- c. Mendokumentasikan hasil tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi sebagai bagian dari evaluasi keperawatan.

### **5.2.2 Bagi Manajemen Rumah Sakit**

- a. Menyusun Standar Prosedur Operasional (SPO) terapi musik instrumental sebagai intervensi pendamping pada pasien hipertensi.
- b. Menyediakan sarana pendukung seperti audio player (Headset) dan daftar musik instrumental bertempo lambat.
- c. Memberikan pelatihan singkat kepada perawat terkait pelaksanaan terapi musik yang tepat dan terstandar.

### **5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan**

- a. Menjadikan terapi musik instrumental sebagai contoh praktik keperawatan berbasis evidence dalam pembelajaran.
- b. Mendorong mahasiswa untuk mengembangkan intervensi nonfarmakologis lain yang aplikatif di klinik.

#### 5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Melibatkan jumlah subjek yang lebih banyak dengan desain penelitian yang lebih kuat.
- b. Memperpanjang durasi intervensi untuk melihat efektivitas jangka panjang.
- c. Mengontrol variabel lain seperti tingkat stres, kualitas tidur, dan kepatuhan minum obat.