

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

- a. Rata-rata tekanan darah sistole responden di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto sebelum dilakukan intervensi sistolik adalah 164 mmHg, dan rata-rata tekanan darah diastole sebelum dilakukan intervensi yaitu 99 mmHg.
- b. Rata-rata tekanan darah sistole pada kelompok musik tradisional di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto saat pre test adalah 164 mmHg dan pada saat pos test adalah 149 mmHg, sedangkan rata-rata tekanan darah diastole kelompok musik tradisional saat pre test adalah 98 mmHg dan saat post test adalah 84 mmHg.
- c. Rata-rata tekanan darah sistole pada kelompok terapi tawa di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto saat pre test adalah 164 mmHg dan pada saat pos test adalah 149 mmHg, sedangkan rata-rata tekanan darah diastole kelompok tawa saat pre test adalah 98 mmHg dan saat post test adalah 84 mmHg.
- d. Terdapat perbedaan dimana pada nilai  $p$  pada kelompok musik tradisional dan kelompok terapi tawa sama-sama menunjukkan nilai 0,001 sehingga  $p < \alpha$  maka hal ini berarti bahwa terdapat perbedaan penurunan tekanan darah pada kelompok musik tradisional dan kelompok terapi tawa di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto.

## 5.2 Saran

1. Bagi Pantai Werdha Mojopahit<sup>108</sup> rekomendasikan dapat menggunakan terapi tawa dan terapi musik sebagai terapi komplementer dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dan terapi ini bisa diberikan tiap hari dengan pengawasan dari petugas kesehatan panti selain itu diharapkan bagi petugas panti sosial disarankan untuk mengontrol asupan makanan dan diet bagi lansia yang mengidap hipertensi.
2. Bagi Masyarakat terutama responden sebaiknya dapat memilih atau menggunakan salah satu dari terapi musik dan terapi tawa sebagai terapi non farmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan memperhatikan indikasi dan kontraindikasi penggunaan terapi serta dapat juga meningkatkan informasi penggunaan kedua terapi dari media massa atau elektronik sehingga masyarakat dapat menggunakan terapi tersebut dengan lebih baik dan tepat.
3. Bagi penelitian selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai *evidence based* dan tambahan informasi untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut tentang kombinasi dari terapi musik dan terapi tawa sehingga dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.