

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Karakteristik responden berdasarkan usia masuk dalam kategori masa lansia awal dengan presentase 56,3%. karakteristik jenis kelamin reponden didominasi oleh perempuan dengan presentase 81,3%. Karakteristik tingkat pendidikan sebagian besar pendidikan SMA yaitu sebesar 50,00%. Karakteristik lama menderita hipertensi didistribusi rata-rata 13,94 tahun.
2. Intensitas nyeri kepala terjadi penurunan sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi musik religius dan *deep breathing* didapatkan nilai tengah skala nyeri sebelum 5,00 dan nilai tengah dengan skala nyeri sesudah 2,50. Terdapat penurunan intensitas nyeri kepala sebelum dan sesudah diberikan intervensi berdasarkan skala nyeri *visual analog score* (VAS) sebesar 2,50.
3. Tekanan darah dan nadi terjadi penurunan sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi musik religius dan *deep breathing* didapatkan rata-rata sistolik sebelum 153,81 mmHg dan sistolik sesudah 142,38 mmHg terdapat rata-rata penurunan tekanan sistolik sebelum dan sesudah sebesar 11,43 mmHg. Tekanan diastolik sebelum rata-rata 95,06 mmHg, sedangkan tekanan diastolik sesudah 88,06 mmHg, sehingga rata-rata penurunan tekanan diastolik sebesar 7,00 mmHg. nilai tengah nadi sebelum 77,50 x/menit sedangkan nadi sesudah diberikan intervensi 75,00 x/menit, terdapat penurunan nadi sebesar 2,50.
4. Adanya perbedaan intensitas nyeri kepala antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi musik religius dan *deep breathing* dapat menurunkan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi (*p value* 0,000($p < 0,05$)).

B. Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian dapat diambil beberapa saran yang diajukan oleh peneliti, diantaranya :

1. Bagi pelayanan kesehatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai rekomendasi dalam disusunnya standar operasional prosedur (SOP) terhadap kombinasi musik religius dan *deep breathing* dalam manajemen nyeri pada pasien hipertensi.

2. Bagi profesi perawat

Penelitian ini dapat direkomendasikan pada pasien hipertensi oleh perawat untuk melakukan terapi musik religius dan *deep breathing* dalam manajemen untuk menurunkan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi sebagai salah satu upaya terapi komplementer.

3. Bagi penderita hipertensi

Terapi musik religius dan *deep breathing* dapat menjadi salah satu intervensi mandiri bagi pasien hipertensi dalam mengatasi intensitas nyeri kepala.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini perlu dapat digunakan sebagai dasar untuk melakukan penelitian lebih lanjut untuk mengurangi intensitas nyeri pasien hipertensi, karena terapi musik religius dan *deep breathing* dapat mengurangi intensitas nyeri kepala pasien hipertensi.