

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang pengaruh terapi musik terhadap kualitas tidur pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2023, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Rata-rata kualitas tidur pada lansia sebelum pemberian terapi musik yaitu 7,4 dengan standar deviasi 1,07497 dengan nilai maksimum 9 dan nilai minimum 6 pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2023.
2. Rata-rata kualitas tidur pada lansia sesudah pemberian terapi musik yaitu 4,4 dengan standar deviasi 0,96609 dengan nilai maksimum 6 dan nilai minimum 3 pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2023.
3. Ada pengaruh terapi musik terhadap kualitas tidur pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2023 dengan hasil uji statistik $p\text{-value} = 0.000$

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya, sebagai bahan perbandingan dalam meneliti tentang pengaruh terapi musik terhadap kualitas tidur pada lansia di PSTW Sabai nan aluih sicincin.

2. Bagi Institusi

Disarankan sebagai suatu informasi terkait pengaruh terapi musik terhadap kualitas tidur pada lansia di PSTW Sabai nan aluih sicincin dan sumber bacaan untuk referensi dalam pembelajaran keperawatan mengenai kualitas tidur pada lansia.

