

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Pada penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil sebagai berikut :

1. Rata-rata kualitas tidur pada kelompok eksperimen sebelum diberikan terapi musik instrumental dan *eye mask* yaitu 11,81 dan setelah diberikan terapi musik instrumental dan *eye mask* menjadi 20,88. Terdapat perubahan yang signifikan dan dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang bermakna pada pemberian terapi musik instrumental dan *eye mask* pada pasien pre operasi.
2. Rata-rata kualitas tidur pada kelompok kontrol yang hanya diberi terapi musik instrumental yaitu 12,38 dan setelah diberikan terapi musik instrumental menjadi 11,62. Tidak terdapat perubahan pada kelompok kontrol dan dapat disimpulkan tidak ada pengaruh pemberian musik instrumental.
3. Ada perbedaan rata-rata kualitas tidur pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, hasil uji parametrik menggunakan independent sampel t-test didapatkan hasil *p-value* 0,000 ( $p\text{-value } 0,000 < \alpha 0,05$ ),  $H_a$  diterima yang artinya ada pengaruh terapi musik instrumental dan *eye mask* terhadap kualitas tidur pasien pre operasi di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung tahun 2023.

#### **B. Saran**

1. Bagi Rumah Sakit Abdul Moeloek Provinsi Lampung  
Diharapkan pihak RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung dapat menjadikan intervensi Terapi Musik Instrumental dan *eye mask* sebagai intervensi non farmakologi untuk penanganan gangguan kualitas tidur pada pasien pre operasi untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi, sumber informasi dan sebagai data dasar bagi mahasiswa dalam pembelajaran dan penelitian lebih lanjut.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan pada peneliti selanjutnya untuk dapat memperbaharui *eye mask* yang akan digunakan dalam penelitian, seperti penambahan zat pengawet pada *eye mask* ekstrak timun yang akan diberikan kepada pasien sehingga penggunaan *eye mask* sendiri dapat bertahan lama dan dapat dipakai secara berulang.