

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh terapi musik tradisional Bali gamelan selonding terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien kanker di wilayah kerja Puskesmas Ubud I, maka dapat disimpulkan hal-hal berikut:

1. Karakteristik pasien kanker di wilayah kerja Puskesmas Ubud I yang meliputi usia, pendidikan, pekerjaan menunjukkan bahwa dari 24 responden yang terlibat dalam penelitian, sebagian besar berada pada kategori usia dewasa akhir (41–55 tahun), yaitu sebanyak 14 responden (58%). Selanjutnya, sebanyak 6 responden (25%) termasuk dalam kategori usia pra-lansia (56–60 tahun), dan 4 responden (17%) berada dalam kategori usia lansia (61–75 tahun). Tingkat pendidikan responden bervariasi, dengan 12,5% berpendidikan SD, 33,5% SMP, 29% SMA, dan 25% perguruan tinggi. Dilihat dari jenis pekerjaan, mayoritas responden merupakan ibu rumah tangga (54%), diikuti oleh wiraswasta (25%) dan pedagang (21%). Berdasarkan jenis kanker, 75% responden menderita kanker payudara, sementara 25% lainnya menderita kanker serviks.
2. Sebelum diberikan terapi, tingkat kecemasan pasien kanker berada pada kategori ringan (46%) dan sedang (54%). Tidak ada pasien yang berada pada tingkat kecemasan berat atau sangat berat.
3. Setelah diberikan terapi musik gamelan selonding, terjadi penurunan tingkat kecemasan secara signifikan. Sebanyak 29% pasien tidak mengalami

kecemasan, 58,5% mengalami kecemasan ringan, dan hanya 12,5% yang masih mengalami kecemasan sedang.

4. Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Sign Rank* diperoleh nilai signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0.05$), yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara terapi musik gamelan selonding terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien kanker.

B. Saran

1. Bagi Puskesmas Ubud I

Puskesmas Ubud I diharapkan mendukung terapi musik gamelan selonding sebagai layanan pendukung, misalnya dengan memfasilitasi sesi relaksasi dan mencatat respons pasien secara sederhana.

2. Bagi Responden

Responden disarankan untuk melanjutkan mendengarkan terapi musik gamelan selonding setiap pagi dengan durasi selama 15 menit, sebagai salah satu metode relaksasi nonfarmakologis untuk mengurangi kecemasan.

3. Bagi Keluarga Responden

Keluarga diharapkan dapat menggunakan terapi musik gamelan selonding sebagai bagian dari pendampingan emosional untuk membantu responden merasa lebih nyaman.