

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### A. KESIMPULAN

1. Mayoritas responden memiliki tanda vital dan skor SRQ-20 yang normal sebelum intervensi, dengan sebagian besar mengalami penurunan setelah intervensi. Sebagian responden mengalami peningkatan, sementara beberapa lainnya memiliki nilai yang sama.
2. Tidak terdapat pengaruh bersama relaksasi napas dalam dan relaksasi musik terhadap tekanan darah sistolik pada ibu hamil.
3. Tidak terdapat pengaruh bersama relaksasi napas dalam dan relaksasi musik terhadap tekanan darah diastolik pada ibu hamil.
4. Terdapat pengaruh bersama relaksasi napas dalam dan relaksasi musik terhadap denyut nadi pada ibu hamil.
5. Terdapat pengaruh bersama relaksasi napas dalam dan relaksasi musik terhadap laju pernapasan pada ibu hamil.
6. Terdapat pengaruh bersama relaksasi napas dalam dan relaksasi musik terhadap skor SRQ-20 pada ibu hamil.

## B. SARAN

1. Melakukan intervensi pada responden hipertensi untuk meningkatkan kemungkinan hasil yang signifikan.
2. Menggunakan instrumen kuesioner untuk penilaian aspek psikologis yang lebih relevan dengan tujuan penelitian.
3. Menyesuaikan preferensi musik responden dengan menanyakan pilihan sebelum intervensi, kemudian menggunakan earphone atau menempatkan responden di ruangan berbeda sesuai preferensi.
4. Melaksanakan penelitian secara berkala untuk menunjukkan perbedaan rerata yang lebih signifikan.
5. Memasukkan responden dengan gangguan kecemasan sebagai kriteria eksklusi pada penelitian selanjutnya untuk meminimalisasi faktor yang dapat memengaruhi hasil intervensi.

