

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Tingkat stres sebelum diberikan terapi musik keroncong langgam jawa 13,31.
2. Tingkat stres setelah diberikan terapi musik keroncong langgam jawa 10,35.
3. Ada pengaruh setelah diberikan terapi musik keroncong langgam jawa terhadap penurunan tingkat stres pada mahasiswa semester akhir di universitas sahid surakarta ($p\text{ value} < 0,05$)

B. Saran

1. Bagi Responden

Mahasiswa dapat melakukan terapi musik langgam jawa keroncong untuk menurunkan stres pada mahasiswa semester akhir, dilakukan 15-20 menit dalam satu kali terapi.

2. Bagi peneliti

Menambah wawasan dan pengetahuan dalam mengembangkan diri di dunia kesehatan keperawatan tentang pemberian terapi non farmakologis dalam mengatasi tingkat stres dengan cara mendengarkan musik keroncong langgam jawa .

3. Bagi Universitas Sahid Surakarta

Memberi reverensi bagi mahasiswa tentang pengaruh pemberian terapi musik keroncong langgam jawa untuk menurunkan tingkat stres pada mahasiswa.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Memotivasi peneliti lain untuk melakukan penelitian dengan menggunakan kelompok kontrol tentang pengaruh pemberian terapi musik keroncong langgam jawa

terhadap tingkat stres pada mahasiswa semester akhir.

5. Bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi

Membantu mahasiswa yang sedang menyusun skripsi mengetahui bahwa ada pengaruh pemberian terapi musik keroncong langgam jawa terhadap tingkat stres pada mahasiswa.

