

BAB VII

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisa data beberapa jurnal maka dapat disimpulkan bahwa teknik terapi musik klasik efektif dalam menurunkan nyeri pasca operasi *sectio caesarea*. Belum ada durasi yang optimal dalam terapi musik, yaitu bisa diberikan selama 20-35 menit, tetapi untuk masalah kesehatan yang lebih spesifik terapi music diberikan dengan durasi 15 sampai 30 menit. Jenis terapi mozart terbukti paling efektif menurunkan nyeri dengan *p value* 0,000.

Terapi musik dapat menurunkan nyeri karena musik merangsang hipofisis untuk meningkatkan sekresi hormon endorphin yang menghasilkan euforia dan sedasi yang berfungsi sebagai analgesic alami bagi tubuh, dengan peningkatan konsentrasi endorphin (euforia dan sedasi) di dalam darah mampu memberikan efek nyaman dan rileksasi tubuh sehingga menurunkan denyut jantung sehingga sensasi nyeri yang dirasakan responden berkurang.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Literature Review ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi tambahan dalam pelaksanaan catur darma perguruan tinggi di lingkungan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

2. Institusi Pelayanan

Diharapkan *Literature Review* ini menjadi bahan masukan dan sumbangan pemikiran bagi perawat untuk lebih meningkatkan pelayanan kepada pasien *post operasi sectio caesarea*.

3. Profesi keperawatan

Diharapkan *Literature Review* ini yaitu terapi musik dapat dijadikan rekomendasi dalam memberikan asuhan keperawatan menurunkan nyeri, khususnya pasien dengan *post sectio caesarea*.

4. Peneliti selanjutnya

Literature Review ini dapat dijadikan sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya, dan dijadikan salah satu metode non farmakalogi untuk mengurangi nyeri.

