

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai penggunaan musik klasik Mozart sebagai pengantar tidur siang anak di *Daycare* Bintang Cemerlang Bandung, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kondisi kebiasaan tidur siang anak di *Daycare* Bintang Cemerlang Bandung sebelum diberikan *treatment* berupa mendengarkan music klasik sebagai pengantar tidur masih belum baik. Hal ini karena rata-rata yang didapat hanyalah 27,1 yang berarti masih berada dikategori “cukup”
2. Setelah diberikan *treatment*, kondisi kebiasaan tidur siang anak menjadi lebih baik. Walaupun masih perlu didampingi oleh pengasuhnya, anak tidak lagi banyak memberikan penolakan saat diajak tidur siang dan lebih mudah untuk tertidur. Dengan diperdengarkan musik klasik Mozart juga mengurangi intensitas gangguan tidur seperti banyak bergerak dan terbangun ditengah tidur karena anak merasa nyaman dan tidur dengan nyenyak.
3. Melalui uji statistika uji-t berpasangan, ditemukan adanya peningkatan yang signifikan antara penggunaan musik klasik Mozart sebagai pengantar tidur siang anak terhadap kebiasaan tidur siang anak. Nilai signifikansi yang didapat adalah 0,001 ( $p < 0,05$ ) dengan skor rata-rata *pretest* adalah 27,1 dan *posttest* 35,8 dengan peningkatan sebesar 8,7.

#### 5.2 Implikasi

1. **Bagi Pengasuh.** Pengasuh menjadi lebih menyadari pentingnya tidur siang bagi anak dan pentingnya memperhatikan kebiasaan tidur siang anak di *daycare*. Pengasuh juga jadi menemukan cara baru untuk membantu menenangkan dan menidurkan anak.

2. **Bagi Orang Tua.** Sama seperti pengasuh di *daycare*, orang tua jadi lebih menyadari pentingnya memperhatikan kebiasaan tidur anak sehingga, orang tua tahu langkah apa yang perlu dilakukan kedepannya.
3. **Bagi Peneliti Selanjutnya.** Penelitian ini bisa menjadi salah satu acuan bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian dengan topik yang sama.

### 5.3 Rekomendasi

1. Pengasuh disarankan untuk tetap mencari lagu-lagu lain yang memiliki melodi lembut dan tenang untuk dijadikan sebagai pengantar tidur siang anak karena ditakutkan anak akan bosan jika hanya dengan satu lagu yang sama.
2. Penelitian selanjutnya disarankan untuk meneliti lebih jauh pemanfaatan musik klasik Mozart sebagai pengantar tidur terhadap gangguan tidur anak berdasarkan dari hasil penelitian kebiasaan tidur anak.