

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Musik Klasik *Mozart Piano Sonata no. 11 in A major, K. 331* meningkatkan kualitas tidur pada lansia.

5.2 Saran

Terdapat beberapa saran yang diberikan peneliti kepada peneliti selanjutnya berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan, antara lain:

1. Dilakukan penelitian lebih lanjut untuk menguji Musik Klasik *Mozart Piano Sonata no. 11 in A major, K. 331* dengan memerhatikan faktor perbedaan lainnya seperti perbedaan jenis kelamin laki – laki dan perempuan.
2. Dilakukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah subjek penelitian yang banyak dan beragam.