

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK (*MOZART*) TERHADAP
TINGKAT STRES PESERTA POSYANDU LANSIA
USIA 60-70 TAHUN DI DESA DRAJAT
UPT PUSKESMAS PACIRAN**



IBNU WISHNU ALAMANDA
NIM. 1502012006

**PROGRAM STUDI S1-ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

2019

HALAMAN JUDUL

**PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK (MOZART) TERHADAP
TINGKAT STRES PESERTA POSYANDU LANSIA
USIA 60-70 TAHUN DI DESA DRAJAT
UPT PUSKESMAS PACIRAN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Prodi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat
Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan**

IBNU WISHNU ALAMANDA

NIM: 15.02.01.2006

**FAKULTAS KESEHATAN
PROGRAM STUDI S-1 KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN
TAHUN
2019**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : IBNU WISHNU ALAMANDA
NIM : 1502012006
TEMPAT, TANGAL LAHIR : GRESIK, 25 NOVEMBER 1997
INSTITUSI : UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Terhadap Tingkat Stres Peserta Posyandu Lansia Usia 60-70 Tahun di Desa Drajat UPT Puskesmas Paciran” adalah bukan skripsi orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kacuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Lamongan, Mei 2019

yang menyatakan



IBNU WISHNU ALAMANDA
NIM. 15.02.01.2006

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Oleh : IBNU WISHNU ALAMANDA
NIM : 1502012006
Judul : Pengaruh Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Terhadap Tingkat
Stres Peserta Posyandu Lansia Usia 60-70 Tahun di Desa
Drajat UPT Puskesmas Paciran.

Telah disetujui untuk diajukan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada
tanggal : 10 Mei 2019.

Oleh:

Mengetahui,

Pembimbing I

Pembimbing II



Moh. Saifudin, S.Kep, Ns., S.Psi., M.Kes
NIP. 19750607 2005011 001



Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIK. 19881020 201211 056

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh : IBNU WISHNU ALAMANDA
NIM : 1502012006
Judul : Pengaruh Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Terhadap Tingkat
Stres Peserta Posyandu Lansia Usia 60-70 Tahun di Desa
Drajat UPT Puskesmas Paciran

Telah Diuji dan Disetujui Oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang Skripsi
di Prodi S1-Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Lamongan

Tanggal : 15 Mei 2019

PANITIA PENGUJI

Tanda tangan

Ketua : Diah Eko Martini, S.Kep, Ns., .M.Kep
Anggota : 1. Moh. Saifudin, S.Kep, Ns., S.Psi., M.Kes.
2. Abdul Rokhman, S.Kep, Ns., M.Kep

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan


Arifal Aris, S.Kep, Ns., M.Kes
NIK: 19780821 200601 015

KURIKULUM VITAE

Nama : Ibnu Wishnu Alamanda

Tempat Tgl. Lahir : Gresik, 25 November 1997

Alamat Rumah : Ds. Weru Kec. Paciran Kab. Lamongan

Riwayat Pendidikan :

1. TK Aba Sidokumpul Paciran Lamongan
2. MI Mathlabul Huda Weru Paciran Lamongan
3. MTS Mathalbul Huda Weru Paciran Lamongan
4. SMK Sunan Drajat Paciran Lamongan
5. Prodi S1-Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

"Diriku adalah apa yang ada dalam pikiranku"

Karya ini kupersembahkan kepada mereka yang menjadi perantara keberadaanku

ABSTRAK

Alamanda, Ibnu Wishnu. 2019. **Pengaruh Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Terhadap Tingkat Stres Peserta Posyandu Lansia Usia 60-70 Tahun Di Desa Drajat Upt Puskesmas Paciran**. Skripsi Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan. Pembimbing: (1) Moh. Saifudin, S.Kep., Ns., P.Si., M.Kes. (2) Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep.

Lanjut usia merupakan proses alamiah yang ditandai dengan menurunnya kemampuan tubuh baik biologis, psikologis dan sosial dengan batasan usia diatas 60 tahun. Masalah yang sering dialami lanjut usia pada umumnya, mereka menjadi semakin labil, mudah tersinggung, marah, tertekan jiwanya, stres. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik (*mozart*) terhadap tingkat stres peserta posyandu lansia usia 60-70 tahun di desa drajat upt puskesmas paciran. Desain penelitian ini adalah penelitian *Pra eksperimental* dengan *One-Group pra-post test design*. Dengan populasi sejumlah 42 lansia Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan total 30 sampel. Perlakuan diberikan 3 kali dalam 2 minggu selama 10 menit. Hasil penelitian pada *pre test* 11 orang (36,33%) mengalami stres sedang, sedangkan hasil *post test* 12 orang (40%) mengalami stres ringan. Berdasarkan uji statistik *Wilcoxon Sign Rank Test* penelitian ini didapatkan hasil nilai Z_{hitung} dengan tingkat signifikan 0,000 ($p < 0,05$). Z_{hitung} menjauhi angka kritis $Z \pm 1,96$ dengan menjauhi ke arah kiri, yang berarti H_1 diterima ada pengaruh terapi musik klasik (*mozart*) terhadap tingkat stres peserta posyandu lansia usia 60-70 tahun di Desa Drajat upt Puskesmas Paciran. Diharapkan dengan adanya terapi musik klasik (*mozart*) ini mampu menjadi solusi bagi peserta posyandu lansia usia 60-70 tahun dalam hal penurunan tingkat stres.

Kata Kunci: *Stres, Terapi Musik Klasik (Mozart), Lansia*

ABSTRACT

Alamanda, Ibnu Wishnu. 2019. **The Effects of Classical Music Therapy (*Mozart*) on Stress Level of Elderly Posyandu Aged 60-70 Years in Drajat Village Paciran Health Center.** Final Assignment Nursing Department, Health Science Faculty Universitas Muhammadiyah Lamongan. Advisors: (1) Moh. Saifudin, S.Kep., Ns., P.Si., M.Kes. (2) Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep.

Elderly is a natural process that occurs in the body's ability both biologically, psychologically and socially with a limit of age above 60 years. Problems that are often experienced by the elderly in general, they become increasingly labile, irritable, angry, depressed, stressed. The purpose of the study was to determine the effect of classical music (mozart) on the stress level of elderly aged 60-70 years in Drajat village Paciran health center. The design of this study was Pre-experimental research with One-Group pre-post test design. With a population of 42 elderly Sampling using purposive sampling technique with a total of 30 samples. Treatment was given 3 times in 2 weeks for 10 minutes. The results of the pre-test on 11 people (36.33%) experienced moderate stress, while the post test results of 12 people (40%) experienced mild stress. Based on the Wilcoxon Sign Rank Test statistical test, this research results obtained the value of $Z = -4.388$ with a significant level of $p < 0.05$. Calculate away from the critical number $Z \pm 1.96$ by moving away to the left, which means H_1 was accepted there was the effect of classical music therapy (mozart) on the stress level of the elderly posyandu participants aged 60-70 years in Drajat Village Paciran Health Center. It is expected that with the presence of classical music (mozart) it can be a solution for elderly posyandu aged 60-70 years in terms of reducing stress level

Keywords: Stress, Classical Music Therapy (Mozart), Elderly

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Pengaruh Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Terhadap Tingkat Stres Peserta Posyandu Lansia Usia 60-70 Tahun di Desa Drajat UPT Puskesmas Paciran" sesuai waktu yang ditentukan.

Dalam penyusunan, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/ Ibu :

1. Drs. H.Budi Utomo, Amd.Kep. M.Kes, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Lamongan.
2. dr. Tri Puji Astuti selaku kepala UPT Puskesmas Paciran Kabupaten Lamongan.
3. Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes, Selaku Dekan fakultas kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.
4. Suratmi, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Kaprodi S1 Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan.
5. Moh. Saifudin, S.Kep., Ns., P.Si., M.Kes selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan pengarahan, saran, motivasi, dorongan moral selama penyusunan tugas ini.

6. Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing II, yang juga banyak memberikan pengetahuan baru dan banyak memberikan masukan dalam penyusunan tugas ini.
7. Seluruh responden yang telah bersedia memberikan informasi dalam penyusunan skripsi ini.
8. Semua pihak yang secara tidak langsung banyak membantu penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT, memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang di berikan. Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun semangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, Mei 2019

IBNU WISHNU ALAMANDA
NIM: 15.02.01.2006

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KURIKULUM VITAE	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL	xvi
BAB 1 : PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan masalah	6
1.3. Tujuan penelitian	6
1.4. Manfaat penelitian	7
BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Lansia.....	9
2.2 Konsep Stres	20
2.3 Konsep Musik Klasik <i>Mozart</i>	28
2.4 Kerangka Konsep.....	34
2.5 Hipotesis	35
BAB 3 : METODE PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian	36
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	37
3.3 Kerangka Kerja Penelitian	37
3.4 Populasi, Sampel, dan Sampling.....	39

3.4.1 Populasi Penelitian	39
3.4.2 Sampel Penelitian	39
3.4.3 Sampling	40
3.5 Identifikasi Variabel Penelitian	40
3.5.1 Identifikasi Variabel Independen	41
3.5.2 Identifikasi Variabel dependen.....	41
3.6 Definisi Operasional Variabel	41
3.7 Pengumpulan Data dan Analisa Data	43
3.7.1. Pengumpulan Data.....	43
3.7.2. Instrumen dan Prosedur Pengumpulan Data	44
3.7.3. Analisa Data	44
3.8 Etika Penelitian.....	48
3.8.1 <i>Respect for person</i>	48
3.8.2 <i>Benefience</i>	49
3.8.3 <i>Justice</i>	49
BAB 4 : HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian.....	50
4.1.1 Data Umum	50
4.1.2 Data Khusus.....	52
4.2 Pembahasan	54
4.2.1 Tingkat stres peserta posyandu lansia di Desa Drajat sebelum diberikan terapi musik <i>Mozart</i>	54
4.2.2 Tingkat stres peserta posyandu lansia di Desa Drajat sebelum diberikan terapi musik <i>Mozart</i>	56
4.2.3 Pengaruh Terapi Musik Klasik (<i>Mozart</i>) Terhadap Tingkat Stres Peserta Posyandu Lansia Umur 60-70 Tahun di Desa Drajat UPT Puskesmas Paciran	58
BAB 5 : PENUTUP	
5.1 Kesimpulan.....	61
5.2 Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Daftar Nilai Skor Kuesioner DASS (<i>Depression Anxiety Stress Scale</i>)	25
Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian Pengaruh Terapi Musik Klasik (<i>Mozart</i>) Terhadap Tingkat Stres Peserta Posyandu Lansia Usia 60-70 Tahun di Desa Drajat UPT Puskesmas Paciran	41
Tabel 4.1 Karakteristik Lansia Berdasarkan Pendidikan Di Desa Drajat Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan Maret-April Tahun 2019	51
Tabel 4.2 Karakteristik Lansia Berdasarkan Usia Di Desa Drajat Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan Maret-April 2019	51
Tabel 4.3 Karakteristik Lansia Berdasarkan Jenis Kelamin Peserta Posyandu Lansia Di Desa Drajat Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan Maret April 2019	51
Tabel 4.4 Karakteristik Peserta Posyandu Lansia Berdasarkan Pekerjaan Di Desa Drajat Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan Maret-April 2019	52
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Sebelum Diberikan Terapi Musik Klasik (<i>Mozart</i>) di Desa Drajat Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan Maret-April 2019	52
Tabel 4.6 Frekuensi Tingkat Stres Sesudah Diberikan Terapi Musik Klasik (<i>Mozart</i>) di Desa Drajat Kecamatan Paciran Maret-April 2019	53
Tabel 4.7 Hasil Analisa Pengaruh Terapi Musik Klasik (<i>Mozart</i>) Terhadap Tingkat Stres Pada Peserta Posyandu Lansia Usia 60-70 Tahun di Desa Drajat UPT Puskesmas Paciran Bulan Maret-April 2019	53

DAFTAR GAMBAR

		Halaman
Gambar 2.1	Kerangka Konsep Pengaruh Terapi Musik Klasik (<i>Mozart</i>) Terhadap Tingkat Stres Peserta Posyandu Lansia Usia 60-70 Tahun di Desa Drajat UPT Puskesmas Paciran	34
Gambar 3.1	Rancangan Desain Penelitian <i>One Group Pretest-Posttest Design</i>	36
Gambar 3.2	Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh Terapi Musik Klasik (<i>Mozart</i>) Terhadap Tingkat Stres Peserta Posyandu Lansia Usia 60-70 Tahun di Desa Drajat UPT Puskesmas Paciran	38

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penyusunan Skripsi
- Lampiran 2 Surat Ijin Melakukan Survey Awal dari Rektor Universitas Muhammadiyah Pemerintah kabupaten Lamongan
- Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5 Kuesioner Depression Anxiety Stress Scales (DASS)
- Lampiran 6 SOP (Standar Operasional Prosedur)
- Lampiran 7 Tabulasi Penelitian (*Pra-Post Terapi Musik Klasik Mozart*)
- Lampiran 8 Tabel Statistik
- Lampiran 9 Npar Test
- Lampiran 10 Crosstabulation
- Lampiran 11 Lembar Konsultasi Skripsi Pembimbing 1
- Lampiran 12 Lembar Konsultasi Skripsi Pembimbing 2

DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL

%	: Persen
=	: Sama dengan
>	: Lebih dari
<	: Kurang dari
\bar{D}	: Rata-rata selisih pengukuran 1 dan 2
D3	: Diploma 3
DASS	: <i>Depression Anxiety Stress Scales</i>
DNA	: <i>Deoxyribo Nucleic Acid</i>
GABA	: <i>Gamma Amino Butyric Acid</i>
HARS	: <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>
K	: Subjek
M. Kep	: Magister Keperawatan
M. Kes	: Magister Kesehatan
N	: Jumlah data
Ns	: <i>Ners</i>
p	: Signifikansi
PSS	: <i>Perceived stress scale</i>
RB	: Radikal bebas
RNA	: <i>Ribose Nucleic Acid</i>
RTA	: <i>Reality Testing Ability</i>
S.Kep	: Sarjana Keperawatan
SD	: Standar deviasi selisih pengukuran 1 dan 2
SOP	: <i>Standart Operating Procedur</i>
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solution</i>
SSRI	: <i>Selective Serotonin Re-uptake Inhibitor</i>
UMLA	: Universitas Muhammadiyah Lamongan
T	: Jumlah ranking dari nilai selisih yang negatif atau positif
WHO	: <i>World Health Organization</i>
Z	: Hasil uji <i>Wilcoxon</i>