

PERBANDINGAN TERAPI MUSIK SUARA ALAM DAN TERAPI MUSIK
KERONCONG TERHADAP KUALITAS TIDUR LANSIA

DI PANTI WREDA BUDHI DHARMA,

UMBULHARJO, YOGYAKARTA

TAHUN 2020

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Keperawatan

TOTARISKA

1302149

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

2020

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya mengatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Perbandingan Terapi Musik Suara Alam dan Terapi Musik Keroncong terhadap Kualitas Tidur Lansia di Panti Wreda Budhi Dharma, Umbulharjo, Yogyakarta Tahun 2020” yang saya kerjakan untuk melengkapi gelar Sarjana Keperawatan Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi di lingkungan institusi manapun maupun di perguruan tinggi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagai mestinya. Jika dikemudian hari didapatkan hasil skripsi ini adalah tiruan dari skripsi lain, saya bersedia di kenai sanksi yaitu pencabutan gelar saya.

Yogyakarta, 16 Maret 2020



(TOTARISKA)

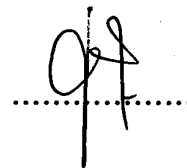
SKRIPSI
PERBANDINGAN TERAPI MUSIK SUARA ALAM DAN TERAPI MUSIK
KERONCONG TERHADAP KUALITAS TIDUR LANSIA
DI PANTI WREDA BUDHI DHARMA,
UMBULHARJO, YOGYAKARTA
TAHUN 2020

Skripsi telah di periksa dan disetujui untuk
dilaksanakan ujian Skripsi

Yogyakarta, 15 Maret 2020

Pembimbing :

Isnanto, S. Kep., Ns., MAN





Skripsi Ini Telah Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji

Pada 24 Maret 2020

Penguji I :

Enik Listyaningsih, SKM., MPH

(.....)

Penguji II :

Tri Wahyuni Ismoyowati, S.Kep.,Ns., M.Kep

(.....)

Penguji III :

Isnanto, S.Kep., Ns., MAN

(.....)

Mengesahkan,

Mengetahui,

Ketua STIKES Bethesda Yakkum

Ketua Prodi Sarjana Keperawatan

Yogyakarta



Tri Retno Intening, S.Kep., Ns., MAN

NIK: 060045

Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS

NIK: 090057

MOTO DAN PERSEMBAHAN

Lakukanlah kewajibanmu dengan setia terhadap TUHAN, Allahmu, dengan hidup menurut jalan yang ditunjukkan-Nya, dan dengan tetap mengikuti segala ketetapan, perintah, peraturan dan ketentuan-Nya, seperti yang tertulis dalam hukum Musa, supaya engkau beruntung dalam segala yang kaulakukan dan dalam segala yang kautuju

(1 Raja-Raja 2:3)

Percayalah kepada TUHAN dengan segenap hatimu, dan janganlah bersandar kepada pengertianmu sendiri. Akuilah Dia dalam segala lakumu, maka Ia akan meluruskan jalanmu.

(Amsal 3:5)

Karya Ini Dipersembahkan Kepada:

1. Tuhan Yesus yang selalu menguak dan memberikan semangat yang baru untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Kedua orang tua yang selalu mendukung secara moril, materil dan doa yang tidak putus mendoakan, juga kakak dan adik Ayu Larista Amd.,Keb, NovaRia yang saya banggakan dan saya sayangi.
3. Dosen pembimbing saya, Bapak Isnanto, S.Kep., Ns. MAN yang sangat membantu dalam menyelesaikan skripsi juga kedua dosen penguji saya Bu Enik Listyaningsih, SKM., MPH dan Bu Tri Wahyuni Ismoyowati, S.Kep.,Ns., M.Kep yang sangat banyak memberikan masukan.
4. Orang spesial dalam kehidupan saya Ardine Milanfri S.IP, yang terus memberikan semangat dan dukungan yang tidak pernah putus-putusnya.
5. Keluarga Rohani saya di GENB Generasi Baru, kak rini, kak mely, kak Flo, kak zaka, kak bani dan adik rohani saya yang saya sayangi bela, kiki, matias, tio, priskil, winda, juga keluarga saya dimana saya tinggal Center Hannah Febi, maini, tirsia dan erlino yang selalu member dukungan dan merawat saya dengan baik.
6. Semua teman angkatan 2013 yang sudah lulus terimakasih banyak sudah memberikan masukan dan saran, bagi yang belum lulus tetap semangat menyelesaikan skripsi.

ABSTRAK

TOTARISKA.“Perbandingan Terapi musik Suara Alam dan Terapi Musik Keroncong Terhadap Kualitas Tidur Lansia di Panti Wreda Budhi Dharma, Umbulharjo Yogyakarta Tahun 2020”

Latar Belakang: Sebuah penelitian *Aging Multicenter* melaporkan bahwa sebesar 42% dari 9.000 lansia yang berusia diatas 65 tahun mengalami gejala insomnia (Suasari,et. al. 2014). Sebanyak 40 lansia sering terbangun dan sulit memulai tidur kembali di Panti Wreda Budhi Dharma Umbulharjo Yogyakarta Tahun 2020

Tujuan Penelitian: Mengetahui Perbandingan terapi musik suara alam dan terapi music keroncong terhadap kualitas tidur lansia

Metode Penelitian: Penelitian kuantitatif desain *Quasi experiment* dengan jenis *two group design pretest dan posttest* menggunakan kelompok pembandingan, teknik pengambilan sampel menggunakan *random sampling* jumlah responden 30 orang dibagi 2 kelompok intervensi yaitu terapi musik suara alam dan terapi musik keroncong masing-masing 15 responden.

Hasil Penelitian: Hasil uji *mann whitney* didapatkan dengan Asymp. Sig. (2-tailed) = 0.068 (>0.05), maka dapat disimpulkan H_0 diterima dan H_a tolak artinya tidak ada perbedaan antara terapi musik keroncong dan terapi suara alam dalam meningkatkan kualitas tidur pada lansia

Kesimpulan: Tidak ada perbedaan antara terapi musik keroncong dan terapi suara alam, kedua terapi sama-sama dapat meningkatkan kualitas tidur pada lansia di Panti Wreda Budhi Dharma Umbulharjo Yogyakarta Tahun 2020

Saran : Peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengembangkan penelitian ini dan menambah sampel pada penelitiannya.

KataKunci: Tidur-Suara Alam-Musik Keroncong

XVI hal + 78 hal + 12 tabel + 3 skema + 10 lampiran

Kepustakaan: 2007-2017

ABSTRAK

TOTARISKA. “Comparison between Nature Sound Therapy and Keroncong Music Therapy on Sleep Quality of Elderly at Budhi Dharma Nursing Home Umbulharjo Yogyakarta in 2020

Background : An Aging Multicenter study reported that 42% of 9,000 elderly people aged over 65 years experienced symptoms of insomnia (Suasari, et. Al. 2014). 40 elderly people often wake up and it is difficult to start again at the Nursing Home Budhi Dharma Umbulharjo Yogyakarta in 2020

Obejective: To know the comparison of natural sound music therapy and keroncong music therapy to the quality of sleep of the elderly at Budhi Dharma Nursing Home, Umbulharjo Yogyakarta in 2020

Method : It was a Quasi Experiment quantitative research with two groups pre-post test design. This research was conducted at Budhi Dharma Nursing Home, Umbulharjo Yogyakarta in 2020. Sampling technique used random sampling with 30 respondents who were divided into two groups, Nature Sounds Therapy group and Keroncong Music group with 15 respondents in each group.

Result: Mann Whitney test result shows p value = 0.068 (> 0.05), Therefore it can be concluded that H_0 is accepted and H_a is rejected, that means there is no difference between keroncong music therapy and natural sound therapy in improving sleep quality in the elderly

Conclusion: There is no difference between keroncong music therapy and natural sound therapy, both therapies can both improve the quality of sleep in the elderly at the Nursing Home Budhi Dharma Umbulharjo Yogyakarta in 2020

Suggestion: The next researcher is expected to be able to develop this research and add more samples

Keyword: Sleep Quality-Nature Sound-Keroncong Music
XV pages + 78 pages + 16 tables + 3 schemas + 10 appendices

Bibliography: 2008 –2014

KATA PENGANTAR

Puji Syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan karunia-Nyalah sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Perbandingan Terapi Musik Suara Alam dan Terapi Musik Keroncong Terhadap Kualitas Tidur Lansia di Panti Wreda Budhi Dharma, Umbulharjo, Yogyakarta Tahun 2020". Skripsi ini disusun untuk menempuh Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta. Penelitian ini mendapatkan banyak dukungan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Vivi Retno Intening, S. Kep., Ns. MAN., selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
2. Bapak Heri Supriyanto, S. Sos sebagai Ketua Panti Wreda Budhi Dharma. Umbulharjo, Yogyakarta
3. Bapak Isnanto, S.Kep.,Ns., MAN selaku pembimbing yang sudah sangat membantu dalam penulisan skripsi.
4. Ibu Enik Mistryaningsih, SKM., MPH selaku ketua penguji yang telah memberikan banyak masukan.
5. Ibu Tri Wahyuni Ismoyowati, S.Kep.,Ns., M.Kep selaku penguji I yang banyak memberikan masukan ke peneliti.
6. Staff dan karyawan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan referensi kajian teori.
7. Teman-teman mahasiswa STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan masukan dalam penelitian ini
8. Kedua orang tua yang selalu mendukung dan memberikan masukan kepada peneliti dalam penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam menyusun skripsi ini, masih banyak kekurangan, maka kritik dan saran yang membangun, sangat peneliti harapkan demi perkembangan Skripsi ini.

Yogyakarta, 15 Maret 2020



(Totariska)

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR ISI

	hal
HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR SKEMA.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	2
C. Tujuan Penelitian	2
D. Mamfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN TEORI.....	7
A. Landasan Teori.....	7

1. Lansia	7
a. Pengertian Lansia	7
b. Klasifikasi Lansia.....	8
c. Karakteristik Lansia	9
d. Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia	10
e. Teori Menua	16
2. Kualitas Tidur.....	19
a. Definisi Kualitas Tidur.....	19
b. Jenis Tidur	19
c. Fungsi Tidur	21
d. Masalah Kebutuhan Tidur.....	22
e. Faktor yang Mempengaruhi Tidur	23
f. Pengukuran Kualitas Tidur	25
g. Penatalaksanaan Gangguan Tidur	26
3. Terapi Musik	28
a. Definisi Terapi Musik	28
b. Metode Terapi Musik.....	29
c. Strategi Mendengarkan Terapi Musik.....	30
d. Jenis Musik Penyembuhan.....	31
e. Musik Suara Alam	32
f. Musik Keroncong.....	33
g. Cara Penggunaan Terapi Musik.....	34
h. Waktu Penggunaan.....	34
i. Prosedur Melakukan Terapi Musik.....	34
B. Kerangka Teori.....	38
C. Kerangka Konsep.....	39
D. Hipotesis Penelitian.....	40
E. Asumsi	41
F. Variabel Penelitian.....	41

1. Definisi Konseptual.....	41
2. Definisi Operasional.....	42
BAB III METODE PENELITIAN.....	45
A. Desain Penelitian.....	45
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	46
C. Populai dan Sampel.....	46
D. Alat Ukur Penelitian.....	47
E. Validitas dan Realiabilitas.....	50
F. Etika Penelitian.....	50
G. Prosedur Pengumpulan Data.....	52
H. Pengolahan Data.....	55
I. Analisis Data.....	56
BAB IV HASIL DAN PEMBASAN.....	59
A. Hasil Penelitian.....	59
B. Pembahasan.....	67
C. Keterbatasan Penelitian.....	72
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	73
A. Kesimpulan.....	73
B. Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA.....	75
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 2. Definisi Operasional	45
Tabel 3. Kisi-kisi Umum.....	51
Tabel 4. Kisi-Kisi Khusus.....	52
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	61
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Sebelum Terapi Suara Alam dan Terapi Musik Keroncong.....	63
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Sesudah Terapi Musik Suara Alam dan Terapi Musik Keroncong.....	64
Tabel 10. Hasil Uji Wilcoxon Test Pengaruh Terapi Musik Suara Alam.....	65
Tabel 11. Hasil Uji Wilcoxon Test Pengaruh Terapi Musik Keroncong.....	66
Tabel 12. Hasil Uji Mann-Whitney Test Perbandingan Terapi Musik Suara Alam dan Terapi Musik Keroncong	67

DAFTAR SKEMA

Skema 1. Kerangka Teori.....	39
Skema 2. Kerangka Konsep	40
Skema 3. Skema Penelitian	46

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Permohonan *Ethical Clereance*
- Lampiran 2. Surat Izin Penelitian dari Poltekkes Kemenkes
- Lampiran 3. Surat Izin Penelitian Dari STIKES Bethesda Yakkum
- Lampiran 4. Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5. Lembar Persetujuan Menjadi Asisten
- Lampiran 6. Lembar kuesioner
- Lampiran 7. SOP Penelitian
- Lampiran 8. *Inform consent*
- Lampiran 9. Hasil Olah Data
- Lampiran 10. Lembar Konsul

STIKES BETHESDA YAKKUM