

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP INSOMNIA PADA
LANSIA DI PANTI SOSIAL MULIA DHARMA KABUPATEN KUBU
RAYA KALIMANTAN BARAT**

Disusun Guna Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Dalam Program Studi S1 Keperawatan
Universitas Sahid Surakarta



Disusunoleh :

Dedes Orinta

2023122029

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI, DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA**

2025

SURAT PERNYATAAN
ORISINILITAS KARYA ILMIAH

Saya bertadatangan dibawah ini,

Nama : Dedes Orinta

NIM 2023122029

Program Studi : Keperawatan

Fakultas : Sains, Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi dengan judul “PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP INSOMNIA PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL MULIA DHARMA KABUPATEN KUBU RAYA KALIMANTAN BARAT” adalah benar-benar karya yang saya susun sendiri. Apabila terbukti saya melakukan tindakan menyalin dan atau meniru tulisan karya orang lain, seolah-olah hasil pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas termasuk pencabutan gelar yang saya peroleh.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila dikemudian hari terbukti melakukan kebohongan, maka saya sanggup menanggung segala konsekuensinya.

Kubu Raya, 11 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,



Dedes Orinta

NIM:2023122029

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademik Universitas Sahid Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dedes Orinta
NIM : 2023122029
Program Studi : Keperawatan
Fakultas : Sains, Teknologi dan Kesehatan
Jenis Karya : Skripsi

Dengan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Sahid Surakarta hak bebas noneksklusif (*non-eksklusif Royalty Free Right*) atas skripsi saya yang berjudul : “PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP INSOMNIA PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL MULIA DHARMA KABUPATEN KUBU RAYA KALIMANTAN BARAT”, berhak untuk menyimpan, mengalih bentuk, mengubah media, mengelola dalam bentuk pangkalan (*data base*), merawat serta mempublikasi karya ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis (*author*) dan pembimbing sebagai *co-author* atau pencipta dan juga sebagai hak cipta juga sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya secara sadar tanpa paksaan dari pihak manapun.

Kubu Raya, 11 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,



Dedes Orinta

NIM : 2023122029

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP INSOMNIA PADA LANSIA
DIPANTI SOSIAL MULIA DHARMA KABUPATEN KUBU RAYA
KALIMANTAN BARAT**

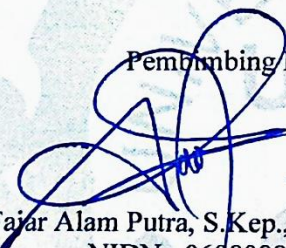
Di susun oleh :

DEDES ORINTA

NIM. 2023122029

Telah Mendapatkan Persetujuan Untuk Diuji

Pembimbing I


(Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns., M.KM)
NIDN : 0608088804

Pembimbing II


(Atik Ariyani, S.Kep., M.Kep)
NIDN : 0613018701

**Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan**


(Widiyono, S.Kep., Ns., M.Kep)
NIDN : 0602048902

LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP INSOMNIA PADA LANSIA DIPANTI SOSIAL MULIA DHARMA KABUPATEN KUBU RAYA KALIMANTAN BARAT

Disusun Oleh:
Dedes Orinta
NIM. 2023122029

Skripsi ini telah dipertahankan dan disahkan oleh Dosen Penguji Skripsi
Program Studi Keperawatan Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan
Universitas Sahid Surakarta

Pada tanggal : 11 Juli 2025

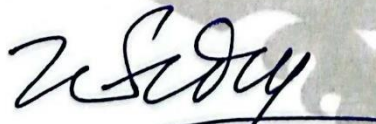
Dosen Penguji:

1. Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns., M.KM :
NIDN : 0608088804
2. Atik Aryani, S.Kep., M.Kep :
NIDN : 0613018701
3. Sutrisno., S.Kep. Ns. M.Kep :
NIDN : 0628108201



Mengetahui,

Ketua
Program Studi Keperawatan



Widiyono, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN : 0602048902

Dekan
Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan



Apt. Ahwan, S.Farm., M.Sc
NIDN : 0626088401

MOTTO

"Jangan pernah menyerah, karena kegagalan adalah bagian dari kesuksesan,"
"Hiduplah seolah engkau mati besok, belajarlah seolah engkau hidup selamanya,"
"Jadilah versi terbaik dari dirimu setiap hari."



HALAMAN PERSEMBAHAN

1. Skripsi ini saya persembahkan kepada Ayah dan Ibu yang telah memberikan saya semangat serta dukungan saya dalam doa.
2. Skripsi ini saya persembahkan kepada kakak dan adik saya tercinta, terimakasih atas doa, semangat, motivasi, pengorbanan, nasihat serta kasih sayang yang tidak pernah henti sampai saat ini.
3. Skripsi ini saya persembahkan untuk teman dan sahabat saya yang sudah mendukung saya untuk pendidikan saya saat ini



PRAKATA

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Kuasa, karena atas berkat dan rahmat- Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan Universitas Sahid Surakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak. Dalam penulisan skripsi ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang tak terhingga kepada teman-teman dan pihak-pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini, khususnya kepada :

1. Sri Huning Anwariningsih, ST., M.Kom selaku Rektor Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan penyusunan skripsi ini.
2. Dr. Erwin Kartinawati, S.Sos., M.Ikom Selaku Wakil Rektor bidang AKAK Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan penyusunan skripsi ini.
3. Destina Paningrum, SE., MM Selaku Wakil Rektor bidang SKP Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan penyusunan skripsi ini.
4. Apt. Ahwan, Sfarm., Msc Selaku Wakil Dekan Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan penyusunan skripsi ini.
5. Ns, Widiyono, S.Kep., M.Kep, selaku Ketua Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan motivasi, memberikan arahan dan bantuan kepada saya untuk menyusun skripsi ini.
6. Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns., M.KM selaku pembimbing dan penguji pertama yang telah banyak membantu memberikan arahan dan bantuan kepada saya untuk menyusun skripsi ini.

7. Atik Aryani, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku pembimbing dan penguji kedua yang telah banyak membantu memberikan arahan dan bantuan kepada saya untuk menyusun skripsi ini.
8. Sutrisno, S.Kep., Ns., M. Kep Selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan, serta masukan dalam penyusunan skripsi penelitian ini.
9. Seluruh civitas akademik yang telah terlibat dalam pembuatan laporan hasil ini.
10. Kedua orang tua tercinta beserta keluarga saya yang telah memberikan dukungan baik moral maupun material, nasihat-nasihat, doa dan semangat.
11. Para sahabat saya lisa dan hidayah yang telah memberikan saya kritik, saran dan bantuannya dalam penyusunan skripsi penelitian ini.

Semoga ALLAH SWT memberikan imbalan atas segala amal yang telah diberikan. Setiap saran dan kritik yang bersifat membangun untuk kesempurnaan skripsi ini sangatlah diharapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak dan dapat menjadi pedoman dalam melakukan penelitian lainnya.

Wassalamu'alaikum Salam Wr. Wb

Pontianak, 1 Juli 2025

Yang menyatakan,

Dedes Orinta

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat hidayah -Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul: “PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP INSOMNIA PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL MULIA DHARMA KABUPATEN KUBU RAYA KALIMANTAN BARAT” ini dengan sebaik-baiknya Penulis mengucapkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan sehatnya -Nya, baik itu berupa fisik maupun akal pikiran, sehingga penulis mampu untuk menyelesaikan pembuatan Skripsi sebagai memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Penulis tentu menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak terdapat kekurangan didalamnya. Untuk itu, penulis mengharapkan kritik serta saran dari pembaca untuk skripsi ini, supaya skripsi ini nantinya dapat menjadi Skripsi yang lebih baik lagi. Demikian dan apabila terdapat banyak kesalahan pada Skripsi Ini penulis memohon maaf sebesar-besarnya.

Demikian, semoga Skripsi ini dapat bermanfaat.

Terima kasih.

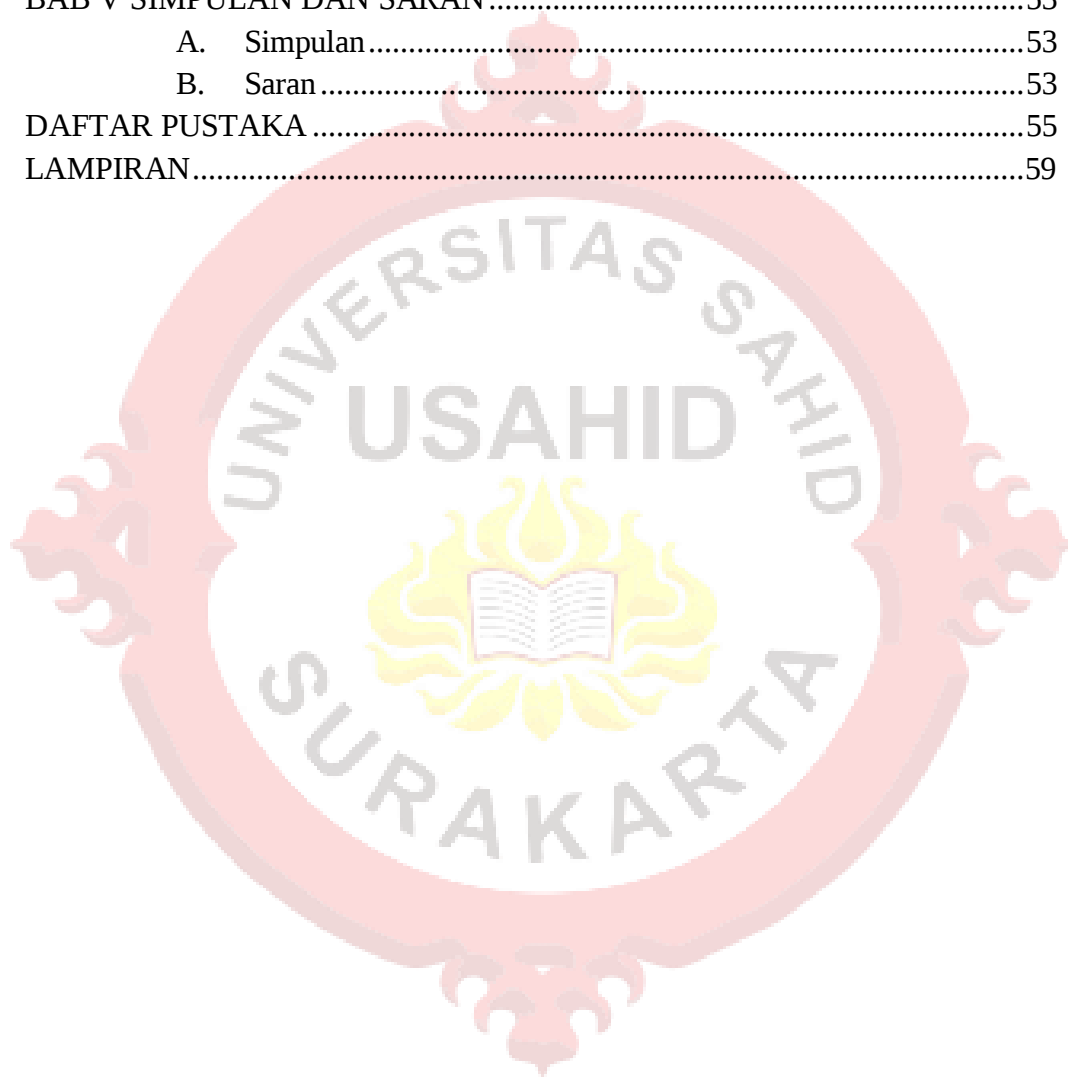
Surakarta, 10 Agustus 2025

Penulis

DAFTAR ISI

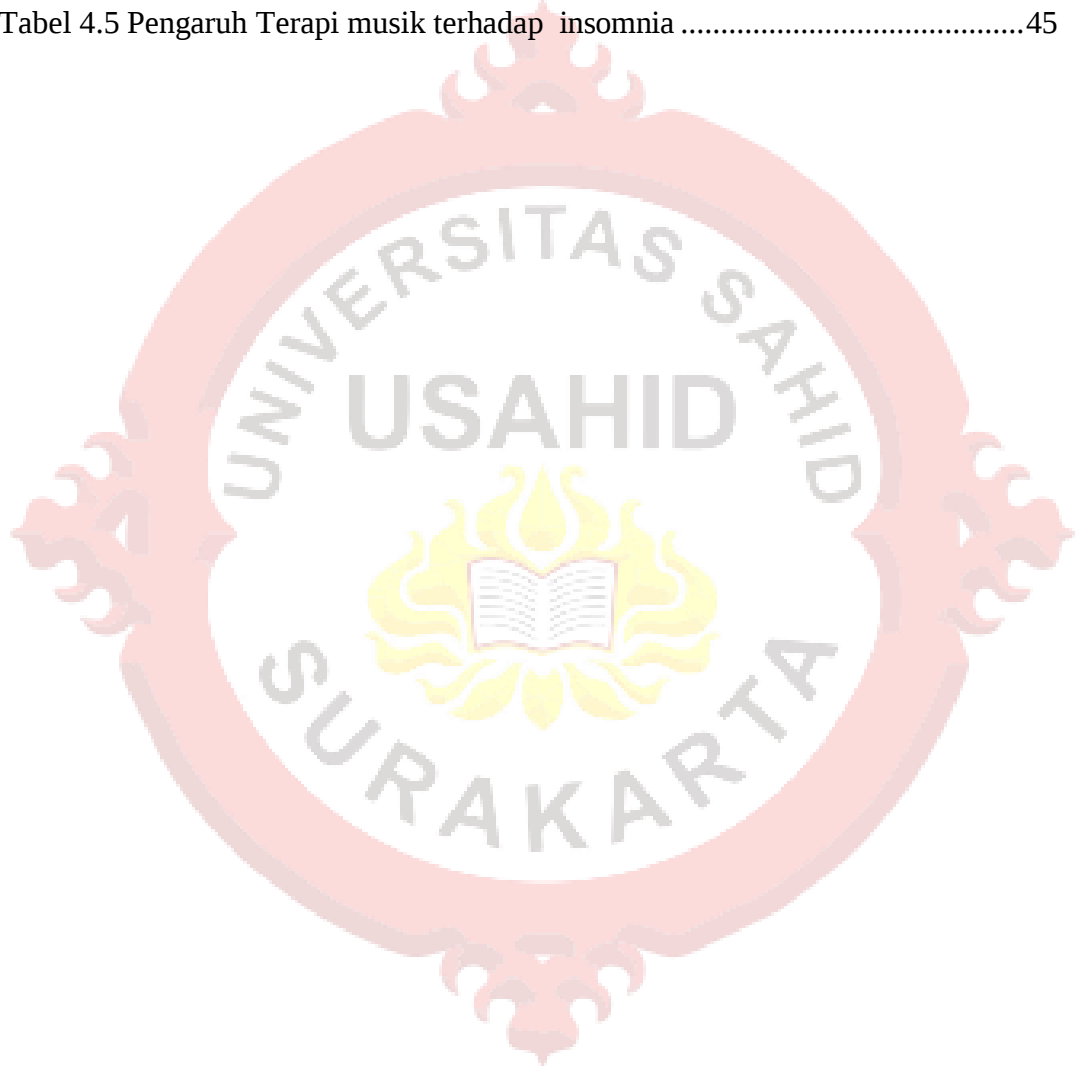
HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN ORISINILITAS KARYA ILMIAH.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
PRAKATA.....	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
ABSTRAK.....	xvii
ABSTRACT.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Landasan Teori.....	11
B. Kerangka Teori.....	25
C. Kerangka Konsep.....	26
D. Hipotesis Penelitian	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
A. Desain Penelitian	27
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	27
C. Populasi dan Sampel.....	28
D. Variabel Penelitian.....	29
E. Definisi Operasional	30
F. Instrumen Penelitian	30
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	33
H. Pengumpulan Data.....	34
I. Pengolahan dan Analisis Data	35

J. Jalannya Penelitian.....	37
K. Etika Penelitian.....	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	41
A. Gambaran Tempat Penelitian.....	41
B. Hasil Penelitian.....	42
C. Pembahasan	45
D. Keterbatasan Penelitian.....	52
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	53
A. Simpulan.....	53
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN.....	59



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	8
Tabel 3.1 Definisi Operasional	30
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Kuesioner <i>insomnia Severity Index</i>	31
Tabel 4.1 Karakteristik responden.....	42
Tabel 4.2 Insomnia Sebelum Intervensi	43
Tabel 4.3 Insomnia setelah Intervensi Terapi Musik.....	43
Tabel 4.4 Hasil normalitas data insomnia sebelum dan sesudah intervensi	44
Tabel 4.5 Pengaruh Terapi musik terhadap insomnia	45



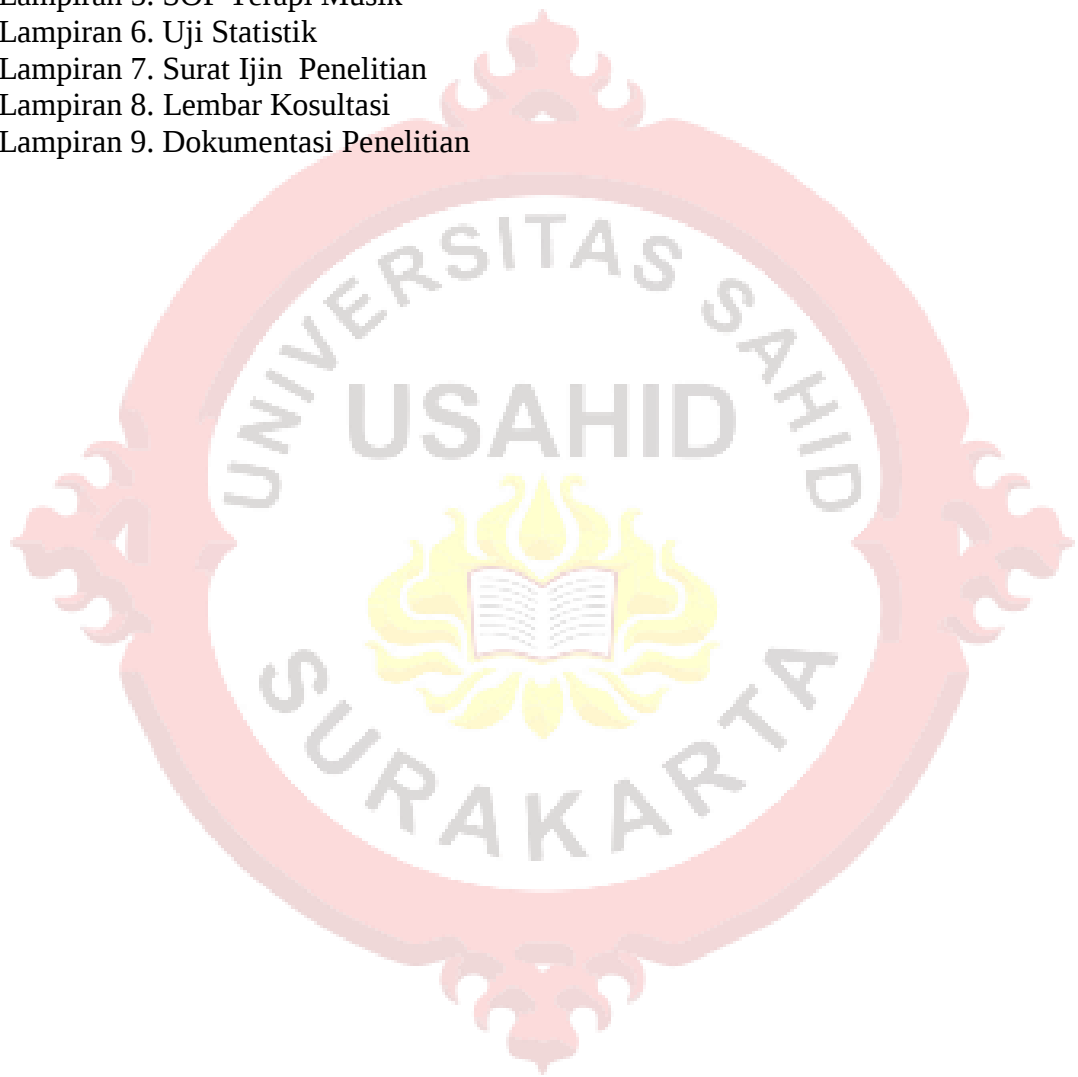
DAFTAR GAMBAR

Gambar.2.1 Kerangka Teori	25
Gambar.2.2 Kerangka Konsep	26



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 2. Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3. Kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index*(PSQI)
- Lampiran 4. Kuesioner *International Consultation on Incontinence Questionnaire – Nocturia* (ICIQ-N)
- Lampiran 5. SOP Terapi Musik
- Lampiran 6. Uji Statistik
- Lampiran 7. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 8. Lembar Kosultasi
- Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian



DAFTAR SINGKATAN

DM	Diabetes melitus
WHO	<i>World Health Organization</i>
IDF	International Diabetes Federation
DKK	Dinas Kesehatan Kota
NSF	<i>National Sleep Foundation</i>
NIDDM	<i>Non Insulin Dependent Diabetes Melitus</i>
DMTI	Diabetes mellitus tergantung insulin
HLA	<i>Human leucocyte Antigen</i>
DMTTI	Diabetes mellitus tidak tergantung insulin
IMT	Indeks Masa Tubuh
DED	<i>Diabetic Eye Disease</i>
CKD	<i>Chronic Kidney Disease</i>
PAD	<i>Peripheral Arteri Disease</i>
CAD	<i>Coronary Artery Diseases</i>
ADH	<i>Antidiuretic Hormone</i>
AVP	<i>Arginine Vasopressin</i>
CHF	<i>Chronic Heart Failure</i>
SSP	Sistem Saraf Pusat
RAS	<i>Reticular Activating System</i>
BSR	<i>Bulbar Synchronizing Regional</i>
EEG	Elektro Ensefalo Gram
NREM	<i>Non Rapid Eye Movement</i>
REM	<i>Rapid Eye Movement</i>
PSQI	<i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
ICIQ-N	<i>International Consultation on Incontinence Questionnaire</i> – Nocturia.

ABSTRAK

PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP INSOMNIA PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL MULIA DHARMA KABUPATEN KUBU RAYA KALIMANTAN BARAT

Dedes Orinta¹, Fajar Alam Putra², Atik Aryani³
Email : deviraelzanada2012@gmail.com

Latar Belakang : Banyak lansia mengalami penurunan kondisi dan fungsi tubuh salah satunya penurunan kualitas tidur yaitu insomnia. Hasil survey Peristiwa insomnia pada lanjut usia menurut WHO cukup tinggi yaitu 67%. Insiden tahunan insomnia sekitar 5% dari usia lanjut. Insiden keseluruhan insomnia ialah hampir sama pada laki-laki dan perempuan tetapi lebih tinggi di alami pada pria 65 tahun ke atas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik terhadap peningkatan kualitas tidur lansia dengan insomnia. Studi ini merupakan suatu tinjauan literatur tentang pengaruh terapi musik terhadap kualitas tidur pada lansia dengan insomnia. Penelitian yang ditemukan, memberikan terapi musik instrumental selama 30 menit selama 4 hari pada hari sabtu, minggu, senin dan selasa. Musik instrumental yang diberikan dalam tempo lambat sesuai dengan memberikan terapi musik instrumental selama 30 menit Berdasarkan hasil dari 6 jurnal yang telah di review membuktikan bahwa pemberian terapi musik pada pasien lansia dapat meningkatkan kualitas tidur lansia yang mempunyai gangguan tidur.

Tujuan : Mengetahui pengaruh terapi musik klasik terhadap insomnia pada lansia.

Metode : Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *preeksperimental*. Rancangan penelitian yang digunakan yaitu *one group pretest and posttest design*, yaitu dengan melakukan penilaian awal (pretest) dan kemudian melakukan penilaian lagi (posttest) dengan menggunakan instrument penilaian yang sama setelah dilakukan intervensi

Hasil : Berdasarkan uji *Wilcoxon Signed Ranks* diketahui bahwa nilai median sebelum dan sesudah intervensi adalah 15 dan 12,5 seangkan *p value* 0,001 ($p < 0,05$). Nilai ini menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi musik terhadap insomnia pada lansia di Panti Sosial Mulia Dharma Kubu Raya.

Kesimpulan Hasil yang didapatkan yaitu terapi musik klasik berpengaruh terhadap insomnia pada lansia di Panti Sosial Mualia Dharma Kubu Raya.

Kata Kunci : *Terapi musik, Lansia, Insomnia, Kualitas tidur*

-
1. Mahasiswa Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
 2. Dosen Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
 3. Dosen Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta

ABSTRACT
THE EFFECT OF MUSIK THERAPY ON INSOMNIA IN THE ELDERLY
AT THE MULIA DHARMA SOCIAL RESIDENCE, KUBU RAYA
REGENCY, WEST KALIMANTAN

Dedes Orinta¹, Fajar Alam Putra², Atik Aryani³
Email : deviraelzanada2012@gmail.com

Background : Many elderly people experience a decline in their physical condition and functions, one of which is a decrease in sleep quality, namely insomnia. According to a survey, the incidence of insomnia among the elderly according to WHO is quite high at 67%. The annual incidence of insomnia is about 5% among the elderly. The overall incidence of insomnia is almost the same between men and women, but is higher in men aged 65 and older. This study aims to determine the effect of music therapy on the improvement of sleep quality in elderly people with insomnia. This study is a literature review on the effect of music therapy on sleep quality in elderly individuals with insomnia. The research found that instrumental music therapy was given for 30 minutes over 4 days, on Saturday, Sunday, Monday, and Tuesday. The instrumental music provided was at a slow tempo to correspond with the 30-minute instrumental music therapy. Based on the results from 6 reviewed journals, it is proven that providing music therapy to patients can improve the sleep quality of elderly people who have sleep disorders.

Objective: To determine the effect of classical musik therapy on insomnia in the elderly.

Method : This study uses a quantitative approach with a type of pre-experimental research. The research design used is the one group pretest and posttest design, which involves conducting an initial assessment (pretest) and then conducting another assessment (posttest) using the same assessment instrument after the intervention has been carried out.

Results: Based on the Wilcoxon Signed Ranks test in table 4.5, it is known that the median values before and after the intervention are 15 and 12.5, while the p-value is 0.001 ($p < 0.05$). This value indicates that there is an effect of music therapy on insomnia in the elderly at the Mulia Dharma Social Home in Kubu Raya.

Conclusion: The results obtained were that classical music therapy had an effect on insomnia in the elderly at the Mualia Dharma Kubu Raya Social Home.

Keywords: elderly, insomnia, classical musik therap

-
1. Students of the Nursing Department of Sahid Surakarta University
 2. Lecturer of the Nursing Department of Sahid Surakarta University
 3. Lecturer of the Nursing Department of Sahid Surakarta University

