

INTISARI

PERBANDINGAN TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL DAN MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR PROGRAM STUDI KEPERAWATAN UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA

Devi Pristiyani¹, Idris Yani P², Ahmad Syamsul Bahri³.

Latar Belakang: Mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang sedang dalam proses mengerjakan tugas akhir yang wajib dikerjakan, memungkinkan pula terjadinya kesulitan dan beban atau sumber masalah, sehingga hal ini dapat mengakibatkan stres. Metode untuk mengatasi stres sangat beraneka ragam, salah satunya yaitu terapi musik.

Tujuan: Untuk mengetahui perbandingan terapi musik instrumental dan terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.

Metode: Jenis penelitian ini adalah *quasi eksperimen* dengan rancangan penelitian observasional dengan rancangan *pre-test* dan *post-test design*. Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat akhir Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta. Teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling* diperoleh sampel sebanyak 30 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Teknik analisis yang digunakan uji *paired sample t test independent t-test*.

Hasil : 1) Tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir sebelum diberikan terapi musik instrumental sebagian besar kategori ringan 7 responden. Tingkat stress mahasiswa sebelum diberikan terapi musik klasik sebagian besar kategori ringan 7; 2) Tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir sesudah diberikan terapi musik instrumental sebagian besar kategori normal 13 responden. Tingkat stress pada mahasiswa sesudah diberikan terapi musik klasik sebagian besar kategori normal 11 responden; dan 3) Terapi musik instrumental diperoleh mean 20,933 lebih efektif daripada musik klasik mean 16,267 untuk menurunkan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.

Kesimpulan: Terapi musik instrumental lebih efektif terhadap penurunan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.

Kata kunci : terapi musik instrumental, musik klasik, stres

¹ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

² Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

³ Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

ABSTRACT

COMPARISON OF INSTRUMENTAL MUSIC THERAPY AND CLASSICAL MUSIC TO DECREASE THE LEVEL OF STRESS ON END LEVEL STUDENTS STUDY PROGRAM NURSING SAHID UNIVERSITY OF SURAKARTA

Devi Pristiyan¹, Idris Yani P², Ahmad Syamsul Bahri³.

Background: *The final level students are students who are in the process of working on the final project that must be done, allowing also the difficulty and expense or source of the problem, so that this can lead to stress. Methods for coping with stress is very diverse, one of which is music therapy.*

Objective: *To compare the instrumental music therapy and classical music therapy to decrease the level of stress in their final year of study Nursing Program Sahid University of Surakarta.*

Methods: *This study is a quasi exsperimen the observational study design with the design of pre-test and post-test design. The population of this research are all final year students of Nursing Studies Program Sahid University of Surakarta. The sampling technique is purposive sampling obtained a sample of 30 respondents. The technique of collecting data using questionnaires. The analysis technique used paired samples t test independent t-test.*

Results: *1) The level of stress in their final year before being given the largely instrumental music therapy lightweight category 7 respondents. Student stress level before therapy is given to classical music mostly lightweight category 7; 2) The level of stress in their final year of instrumental music therapy given after most categories of normal 13 respondents. The level of stress in students after therapy is given to classical music mostly normal category 11 respondents; and 3) the mean instrumental music therapy is more effective than 20.933 classical music mean 16.267 to lower the level of stress in their final year of study Nursing Program Sahid University of Surakarta*

Conclusion: *Music therapy is more effective instrumental to the reduction of stress levels in the final year students of Nursing Studies Program Sahid University of Surakarta.*

Keywords: *therapy instrumental music, classical music, stress*

¹*Student at the Study Program of Nursing Science of Sahid University of Surakarta*

²*Lecturer at the Study Program of Nursing Science of Sahid University of Surakarta*

³*Lecturer at the Study Program of Nursing Science of Sahid University of Surakarta*