

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK (*MOZART*) TERHADAP
DURASI TIDUR IBU HAMIL TRIMESTER III DI KELURAHAN
GANTING PARAK GADANG WILAYAH KERJA PUSKESMAS
ANDALAS KOTA PADANG
TAHUN 2024**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan

Pendidikan Strata 1 Kebidanan



Oleh

Nesti Diana

2215201085

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG
TAHUN 2024**

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama Lengkap : Nesti Diana
Tempat/ Tanggal Lahir : Bunga Tanjung, 17 Juli 2002
Tanggal Masuk : 2020
Program Studi : SI Kebidanan
Nama Pembimbing Akademik : Binarni Suhertusi, S.Si.T, M.Keb
Nama Pembimbing I : Binarni Suhertusi, S.Si.T, M.Keb
Nama Pembimbing II : Fatmi Nirmala Sari, M.Keb

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

“Pengaruh Terapi Musik Klasik (*MOZART*) Terhadap Durasi Tidur Ibu Hamil Trimester III Di Kelurahan Ganting Parak Gadang Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2024”.

Apabila sesuatu nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, dalam penulisan usulan proposal ini, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, September 2024



Nesti Diana

PERNYATAAN PERSETUJUAN

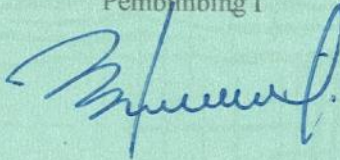
Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Nesti Diana
NIM : 2215201085
Program Studi : S1 Kebidanan
Judul : Pengaruh Terapi Musik Klasik (*MOZART*) Terhadap Durasi Tidur Ibu Hamil Trimester III Di Kelurahan Ganting Parak Gadang Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2024

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan penguji seminar hasil pada Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang.

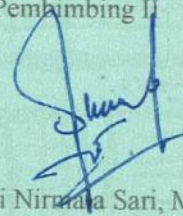
Padang, September 2024

Pembimbing I



Binarni Suhertusi, S.Si.T, M.Keb

Pembimbing II



Fatmi Nirwana Sari, M.Keb

Disahkan Oleh

Ketua Stikes Alifah



(Dr. Fanny Ayudia, M.Biomed)

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Nesti Diana
NIM : 2215201085
Program Studi : SI Kebidanan
Judul : Pengaruh Terapi Musik Klasik (*MOZART*) Terhadap Durasi Tidur Ibu Hamil Trimester III Di Kelurahan Ganting Parak Gadang Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2024

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan penguji seminar hasil pada Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang.

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I
Binarni Suhertusi, S.Si.T, M.Keb

()

Pembimbing II
Fatmi Nirmala Sari, M.Keb

()

Penguji I
Dr.Ns.Asmawati, S.Kep.M.Kep

()

Penguji II
Bdn. Ika Putri Ramadhani, M.Boimed

()

Disahkan oleh
Ketua STIKes Alifah Padang

(**Dr. Fanny Ayudia, M.Biomed**)

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG

Skripsi, September 2024

Nesti Diana

Pengaruh Terapi Musik Klasik (*MOZART*) Terhadap Durasi Tidur Ibu Hamil Trimester III di Kelurahan Ganting Parak Gadang Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2024

x+ 49 halaman, 6 tabel, 2 gambar, 10 lampiran

ABSTRAK

Kehamilan trimester III pada ibu menyebabkan perubahan baik secara fisiologis, psikologis, dan sosial. Ketika usia kehamilan meningkat akan terjadi ketidak nyamanan pada ibu hamil salah satunya kurangnya waktu tidur. Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2022-2023 ibu hamil trimester III lebih cenderung mengalami gejala insomnia sebanyak 95% dikarenakan cemas, dan 1.63,95% takut melahirkan, di Indonesia prevalensi kekurangan waktu tidur cukup tinggi yaitu 64%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik (*mozart*) terhadap durasi tidur ibu hamil trimester III di Kelurahan Ganting Parak Gadang Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2024.

Mode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif dengan desain penelitian *Pre-Eksperiment one grup* dengan rancangan penelitian *Pretest-posttes*. Sampel penelitian adalah 31 responden ibu hamil Trimester III di Kelurahan Ganting Parak Gadang dengan pengambilan sampel menggunakan *Total sampling*, pada eksperimen dilakukan pemutaran musik klasik (*mozart*) selama kurang lebih 30 menit sebelum tidur malam. Alat ukur yang digunakan adalah lembar observasi untuk mengukur durasi tidur responden dan analisa data yang digunakan adalah uji *wilcoxon*.

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata durasi tidur ibu hamil sebelum diberikan terapi musik yaitu 6.10 engan standar deviasi 1.274 dan sesudah diberikan menjadi 7.45 dengan standar deviasi 1.121. Hasil analisa univariat menunjukkan diperoleh *p value* 0,000 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa musik klasik (*mozart*) berpengaruh terhadap durasi tidur ibu hamil trimester III.

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat pengaruh terapi musik klasik (*mozart*) terhadap durasi tidur ibu hamil Trimester III di Kelurahan Ganting Parak gadang wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2024 dan disarankan kepada puskesmas Andalas untuk menerapkan terapi musik ini kepada ibu hamil trimester III.

Daftar bacaan : 24 (2018 – 2023)

Kata Kunci : Terapi musik, Durasi tidur

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG

Skripsi, September 2024

Nesti Diana

The Effect of Classical Music Therapy (MOZART) on the Sleep Duration of Pregnant Women in the Third Trimester in Ganting Parak Gadang sub-district, Andalas Health Center Working Area, Padang City, 2024

x+ 49 pages, 6 tables, 2 figures, 10 appendices

ABSTRAK

The third trimester of pregnancy in mothers causes changes both physiologically, psychologically, and socially. As the gestational age increases, there will be discomfort in pregnant women, one of which is lack of sleep time. According to the World Health Organization (WHO) in 2022-2023, pregnant women in the third trimester are more likely to experience symptoms of insomnia as much as 95% due to anxiety, and 1.63.95% are afraid of giving birth, in Indonesia the prevalence of lack of sleep is quite high, namely 64%. This study aims to determine the effect of classical music therapy (Mozart) on the sleep duration of pregnant women in the third trimester in Ganting Parak Gadang Village, Andalas Health Center Work Area, Padang City in 2024.

The research mode used is quantitative with a one-group Pre-Experiment research design with a Pretest-posttest research design. The research sample was 31 respondents with sampling using Total sampling, in the experiment classical music (Mozart) was played for approximately 30 minutes before going to bed at night. The measuring instrument used was an observation sheet to measure the duration of respondents' sleep and the data analysis used was the Wilcoxon test.

Based on the results of the study, the average sleep duration of pregnant women before being given music therapy was 6.10 with a standard deviation 1.274 and after being given it became 7.45 with a standard deviation of 1.121. The results of the univariate analysis showed a p value of 0.000 ($p < 0.05$), so it can be concluded that classical music (Mozart) affects the sleep duration of pregnant women in the third trimester.

The conclusion of this study is that there is an effect of classical music therapy (Mozart) on the sleep duration of pregnant women in the third trimester in Ganting Parak Gadang Village, the working area of the Andalas Health Center, Padang City in 2024 and it is recommended to the Andalas Community Health Center to apply this music therapy to pregnant women in rhird trimester.

Reading list: 24 (2018 - 2023)

Keywords: Music therapy, Sleep duration
Keywords: Music therapy, sleep Duration