

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DI PSTW SABAI NAN ALUIH SICINCIN TAHUN 2023

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Pendidikan Strata I Keperawatan



W. BRYGITA SOLTEN TAEAGAT
1914201149

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, Saya

Nama Lengkap : W. Brygita Solten Taelagat
Nim : 1914201149
Tempat/Tgl Lahir : Betaet 10 Mei 2001
Tahun Masuk : 2019
Program Studi : Keperawatan
Nama Pembimbing Akademik : Ns. Welly, M.Kep
Nama Pembimbing I : Ns. Welly, M.Kep
Nama Pembimbing II : Ns. Tomi Jepisa, M.Kep

Menyatakan Bahwa Saya Tidak Melakukan Plagiat Dalam Penulisan Usulan Skripsi penelitian yang berjudul : “Pengaruh Terapi Musik terhadap Kualitas Tidur pada Lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2023” Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, dalam penulisan usulan skripsi ini, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, September 2023



PERNYATAAN PERSETUJUAN

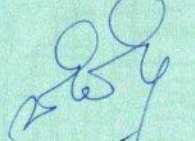
Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : W.Brygita Solten Taelagat
NIM : 1914201149
Program Studi : SI Keperawatan
Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Musik Terhadap Kualitas Tidur
Pada Lansia Di Pstw Sabai Nan Aluih Sicincin
Tahun 2023

Telah berhasil diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar
Hasil Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang

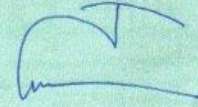
Padang, September 2023

Pembimbing I



(Ns. Welly, M.Kep)

Pembimbing II



(Ns. Tomi Jepisa, M. Kep)

Disahkan oleh
Ketua STIKes Alifah



(Dr. Ns. Astutiwati, S. Kep, M. Kep)

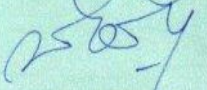
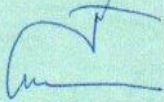


HALAMAN PENGESAHAN DEWAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : W.Brygita Solten Taclagat
NIM : 1914201149
Program Studi : S-1 Keperawatan
Judul : Pengaruh Terapi Musik Terhadap Kualitas Tidur pada Lansia Di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin tahun 2023

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan Penguji Seminar Hasil Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang.

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I	
Ns. Welly, M.Kep	()
Pembimbing II	
Ns. Tomi Jepisa, M. Kep	()
Penguji I	
Ns. Helmanis Suci, M. Kep	()
Penguji II	
Ns. Ledia Restipa, M.Kep	()

Disahkan Oleh

Ketua Stikes Alifah


(D/ Ns. Astriawati, S.Kep, M.Kep)

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG
Skripsi, September 2023

W. BRYGITA SOLTEN TAELAGAT

Pengaruh Terapi Musik terhadap Kualitas Tidur pada Lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2023

xiii + 71 hal + 4 tabel + 9 lampiran

ABSTRAK

Proses menua ditandai dengan terjadinya berbagai perubahan atau regresi (penurunan fungsi), antara lain perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Salah satu masalah yang akan muncul akibat penuaan adalah berkurangnya kualitas tidur seperti gangguan tidur, kurangnya kepuasan dari kualitas tidur dan kuantitas untuk jangka waktu yang lama. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Terapi Musik terhadap Kualitas Tidur pada Lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2023.

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian *pra quasi-eksperimen* dengan rancangan *One Group Pretest-Posttest design*, penelitian ini dilaksanakan di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin. Penelitian dimulai dari bulan Maret sampai September 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang berada di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin dengan sampel sebanyak 10 orang. Teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Analisa data dengan analisa univariat menggunakan nilai mean dan standar deviasi dan bivariat menggunakan uji statistik *paired t-test* dengan tingkat kepercayaan 95% $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian didapatkan nilai rata-rata kualitas tidur pada lansia sebelum pemberian terapi musik yaitu 7,4 dengan standar deviasi 1,07497 dan rata-rata kualitas tidur pada lansia sesudah pemberian terapi musik yaitu 4,4 dengan standar deviasi 0,96609. Hasil uji statistik didapatkan ada pengaruh terapi musik terhadap kualitas tidur pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin dengan *p-value*=0.000.

Melalui Pimpinan PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin diharapkan petugas mampu memberikan terapi musik kepada lansia sehingga mampu meningkatkan kualitas tidur lansia.

Daftar Pustaka : (2013-2021)

Kata Kunci : terapi musik, kualitas tidur, lansia

ALIFAH PADANG HEALTH SCIENCES HIGH SCHOOL
Thesis, September 2023

W. BRYGITA SOLTEN TAEAGAT

The Effect of Music Therapy on Sleep Quality in the Elderly at PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin in 2023

xiii + 71 things + 4 tables + 9 appendices

ABSTRACT

The aging process is characterized by the occurrence of various changes or regressions (decrease in function), including physical, psychological and social changes. One of the problems that will arise due to aging is reduced sleep quality such as sleep disorders, lack of satisfaction from sleep quality and quantity for a long period of time. The aim of this research is to determine the effect of music therapy on sleep quality in the elderly at PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin in 2023.

The research design used was pre-quasi-experimental research with a One Group Pretest-Posttest design, this research was carried out at PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin. The research started from March to September 2023. The population in this study were elderly people at PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin with a sample of 10 people. Purposive sampling technique. Data analysis using univariate analysis using mean and standard deviation values and bivariate using paired t-test statistical tests with a 95% confidence level $\alpha = 0.05$.

The research results showed that the average sleep quality for the elderly before giving music therapy was 7.4 with a standard deviation of 1.07497 and the average sleep quality for the elderly after giving music therapy was 4.4 with a standard deviation of 0.96609. The results of statistical tests showed that there was an effect of music therapy on sleep quality in the elderly at PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin with p-value = 0.000.

Through the PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Leader, it is hoped that officers will be able to provide music therapy to the elderly so that they can improve the quality of the elderly's sleep.

Bibliography : (2013-2021)

Keywords : *music therapy, sleep quality, elderly*