

**EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK KLASIK MOZART
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA
PUTRI DI PESANTREN AL IHYA BOGOR
TAHUN 2024**

SKRIPSI



**Oleh:
DEVI KURNIATI
235401446006**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2024**

**EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK KLASIK MOZART
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA
PUTRI DI PESANTREN AL IHYA BOGOR
TAHUN 2024**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana
Kebidanan
pada Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Jakarta



Oleh:

DEVI KURNIATI

235401446006

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2024**

SKRIPSI

EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK KLASIK MOZART
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA
PUTRI DI PESANTREN AL IHYA BOGOR
TAHUN 2024

Oleh:
DEVI KURNIATI
NPM: 235401446006

Telah dipertahankan di hadapan Penguji-Skripsi
Program Studi Kebidanan Program Sarjana Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional
Pada tanggal 7 Agustus 2024

Pembimbing 1,

(Risza Choirunissa, S.SiT., MKM)

Pembimbing 2,

(Dr. Bdn. Siti Syamsiah, S.Keb., M.Keb)

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional Jakarta



(Prof. Dr. Dra. Retno Widowati, M.Si)



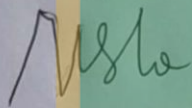
LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Efektivitas Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap
Tingkat Kecemasan Remaja Putri Di Pesantren Al
Ihya Bogor Tahun 2024

Nama Mahasiswa : Devi Kurniati

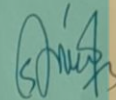
NPM : 235401446006

Pembimbing 1,



(Risza Choirunissa, S.SiT., MKM)

Pembimbing 2,



(Dr. Bdn. Siti Syamsiah, S.Keb., M.Keb)



LEMBAR PERSETUJUAN SETELAH UJIAN

Judul Skripsi : Efektivitas Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap
Tingkat Kecemasan Remaja Putri Di Pesantren AL
Ihya Bogor Tahun 2024

Nama Mahasiswa : Devi Kurniati

NPM. : 235401446006

Menyetujui,

Penguji 1 : Jenny Anna S, S.ST., M.Keb

Penguji 2 : Risza Choirunissa, S.SiT., MKM

Penguji 3: Dr. Bdn. Siti Syamsiah, S.Keb., M.Keb



HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini penulis:

Nama : Devi Kurniati

NPM : 235401446006

Judul Penelitian : Efektivitas Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Kecemasan Remaja Putri Di Pesantren Al Ihya Bogor Tahun 2024

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan penulis, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.



Jakarta, Juli 2024



Devi Kurniati

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas limpahan rahmat, karunia, dan hidayah-Nya sehingga penyusun dapat menyelesaikan skripsi Penelitian ini sesuai yang diharapkan. Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Rasulullah SAW, yang telah membawa kita dari jalan kegelapan menuju jalan yang terang benderang.

Saya menyadari bahwa penulisan skripsi penelitian ini bisa terselesaikan dengan baik karena adanya Ridho Illahi, dukungan, bantuan, dan bimbingan dari berbagai pihak, sehingga rampunglah skripsi yang berjudul “Efektivitas Terapi Musik Klassik Mozart Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri di Pesantren Al Ihya Bogor Tahun 2024”.

Untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar penulis mengucapkan “*Alhamdulillahirobbil’alamin*” beserta terimakasih yang sebesar- besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Dra. Retno Widowati, M.Si, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.
2. Putri Azzahroh, S.SiT., M.Kes, selaku Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.
3. Risza Choirunissa, S.SiT., MKM, selaku pembimbing 1 yang telah memberi dorongan, saran dan ilmu dalam proses pembuatan skripsi
4. Dr. Bdn. Siti Syamsiah, S.Keb., M.Keb, selaku pembimbing 2 yang telah bersabar dan memberikan dukungan penuh dalam penyusunan skripsi penulis.
5. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas

Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di kampus.

6. Kepala Pesantren Al Ihya Bogor yang telah mengizinkan saya untuk melakukan penelitian ini.
7. Untuk Mama dan adik-adik tercinta yang selalu mendukung penulis untuk melanjutkan kuliah ke jenjang yang lebih tinggi.
8. Untuk suami dan anak-anak tercinta yang selalu mendukung dan memberikan semangat kepada penulis untuk menyelesaikan studinya.
9. Untuk teman-teman 1 kelompok bimbingan yang telah membersamai penulis disaat pengambilan data penelitian di Pesantren Al Ihya Kota Bogor, untuk Arini G. Latifah yang telah banyak memberikan bantuan serta masukan pada penulis disaat penyusunan skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan dan berkah kepada semua pihak yang telah membantu penulis menyelesaikan skripsi ini, dan bila dalam penulisan ini ada kekurangan dan kelemahan penulis dengan segala kerendahan hati memohon maaf dan mohon kritik dan saran demi perbaikan dimasa yang akan datang.

Jakarta, Juli 2024

Devi Kurniati

ABSTRAK

EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK KLASIK MOZART TERHADAP TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI DI PESANTREN AL IHYA BOGOR TAHUN 2024

Devi Kurniati, Risza Choirunissa, Siti Syamsiah

Latar Belakang: Kecemasan merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang sering dihadapi oleh remaja putri. Kecemasan yang berlebihan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, mempengaruhi kualitas hidup, dan bahkan berdampak pada kesehatan fisik. Prevalensi gangguan kecemasan di Indonesia menurut survey *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAHMAS)* tahun 2022, untuk remaja rentang usia 10-17 tahun, dimana yang paling banyak diderita oleh remaja adalah gangguan cemas (gabungan antara fobia dan gangguan cemas menyeluruh) sebesar 3.7%, diikuti oleh gangguan depresi mayor sekitar 1%, gangguan perilaku, 0.9%, serta gangguan PTSD dan ADHD masing-masing 0.5%. Terapi musik adalah metode pengobatan yang menggunakan musik sebagai alat untuk mengurangi stres dan kecemasan.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap tingkat kecemasan remaja putri di Pesantren Al Ihya Bogor.

Metodologi: Penelitian ini menggunakan metode penelitian *quasi experimental* dengan rancangan *two group pre-post test design*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARs)*. Sampel diambil dengan teknik sampling yaitu *purposive sampling* yang didasarkan pada kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan, penelitian ini menggunakan uji parametrik yaitu *Paired T-Test* dan *Independent Sample T Test*.

Hasil Penelitian: Dari pengolahan data penelitian ini didapatkan hasil ada pengaruh yang signifikan antara pemberian terapi musik klasik mozart terhadap tingkat kecemasan remaja putri di Pesantren Al Ihya Bogor dengan nilai *p-value* 0,000.

Simpulan dan Saran: Terapi musik klasik mozart secara signifikan dapat menurunkan tingkat kecemasan remaja putri. Remaja yang mengalami kecemasan dapat menggunakan terapi musik klasik mozart sebagai salah satu bentuk terapi non farmakologis tanpa mengeluarkan biaya untuk meringankan keluhan kecemasannya.

Kata Kunci: Kecemasan Remaja , Terapi Musik Klasik Mozart,

ABSTRACT

EFFECTIVENESS OF MOZART CLASSICAL MUSIC THERAPY ON ANXIETY LEVEL OF ADOLESCENT GIRLS IN PESANTREN AL IHYA BOGOR, 2024

Devi Kurniati, Risza Choirunissa, Siti Syamsiah

Background: Anxiety is an unpleasant emotional state. An estimated 4% of the global population currently has an anxiety disorder. In 2019, 301 million people in the world experienced anxiety disorders (WHO, 2019). According to the Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAHMAS) survey in 2022, that in Indonesia for the age range of adolescents 10-17 years of anxiety disorders as much as 26.7%. The percentage of anxiety disorders in West Java is 6.5% (Riskesdas 2018).

Objective: Knowing the effect of classical music on anxiety levels in adolescent girls at Pesantren Al Ihya Bogor.

Methodology: This study used a quasi experimental research method with a two group pre-post test design. The research instrument used the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire. Samples were taken with a sampling technique, namely purposive sampling based on predetermined inclusion and exclusion criteria, this study used a parametric test, namely Paired T-Test.

Research Results: From the data processing of this study, it was found that there was a significant effect between the provision of Mozart classical music therapy on the anxiety level at Pesantren Al Ihya Bogor with a p -value of 0.000.

Conclusion and Suggestion: Mozart classical music therapy can significantly reduce anxiety. Adolescents can use Mozart classical music therapy as a form of non-pharmacological therapy without spending money to relieve their anxiety.

Keywords: Adolescent Anxiety, Mozart Classical Music Therapy

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	2
1.3. Tujuan Penelitian	3
1.4. Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1. Remaja	5
2.2. Kecemasan	14
2.3. Terapi Musik Klasik	27
2.4. Kerangka Teori	33
2.5. Kerangka Konsep	34
2.6. Hipotesis Penelitian	35
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	36
3.1. Desain Penelitian	36
3.2. Populasi dan Sampel	37
3.3. Lokasi Penelitian	38

3.4. Waktu Penelitian.....	38
3.5. Variabel Penelitian.....	38
3.6. Definisi Operasional	38
3.7. Instrumen Penelitian	39
3.8. Prosedur Pengumpulan Data	40
3.9. Pengolahan Data	41
3.10. Analisis Data.....	42
3.11. Etika Penelitian	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	45
4.1. Hasil Penelitian.....	45
4.2. Pembahasan.....	48
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	53
5.1 Simpulan	53
5.2 Saran	53
DAFTAR PUSTAKA.....	55
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

	halaman
Tabel 3.1 Desain Penelitian.....	36
Tabel 3.2 Definisi Operasional	39
Tabel 4.1 Rata-Rata Skor Kecemasan Pada Responden Yang Diberikan Terapi Musik Klasik Mozart di Pesantren Al Ihya Bogor Tahun 2024.....	45
Tabel 4.2 Rata-Rata Skor Kecemasan pada Responden Yang Tidak Diberikan Terapi Musik Klasik Mozart di Pesantren Al Ihya Bogor Tahun 2024 .	45
Tabel 4.3 Hasil Uji Normalitas	46
Tabel 4.4 Hasil Uji Homogenitas	46
Tabel 4.5 Efektifitas Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Tingkat Kecemasan Kelompok Eksperimen Di Pesantren Al Ihya Bogor Tahun 2024.....	47
Tabel 4.6 Efektifitas Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Tingkat Kecemasan Kelompok Eksperimen Di Pesantren Al Ihya Bogor Tahun 2024.....	47
Tabel 4.7 Perbedaan Kecemasan Yang Dialami Responden Setelah Diberikan Intervensi Antara Kelompok Eksperimen Dan Observasi Kelompok Kontrol di Pesantren Al Ihya Bogor Tahun 2024.....	48

DAFTAR GAMBAR

	halaman
Gambar 2.1. Kerangka Teori.....	34
Gambar 2.2. Kerangka Konsep	34



DAFTAR SINGKATAN

- APA : *American Psychological Association*
I-NAHMAS : *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey*
HAR-s : *Hamilton Anxiety Rating Scale*
SPSS : *Statistical Product and Service Solutions*
WHO : *World Health Organization*



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Konsultasi Skripsi
- Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian dari Fakultas
- Lampiran 3 Surat Balasan Ijin Penelitian dari Instansi Penelitian
- Lampiran 4 Uji Etik
- Lampiran 5 Surat Pernyataan Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 6 Lembar Penjelasan Kepada Responden Penelitian
- Lampiran 7 Master Tabel
- Lampiran 8 Instrumen Penelitian
- Lampiran 9 Standar Operasional Prosedur
- Lampiran 10 Master Tabel Data
- Lampiran 11 Output Analisis Hasil Penelitian
- Lampiran 12 Bukti Foto Kegiatan Penelitian
- Lampiran 13 Biodata Penulis

