SKRIPSI
PENGARUH TERAPI MUSIK MOZART TERHADAP TINGKAT NYERI DISMINORE PADA REMAJA WANITA KELAS VII DI SMPN 11 MADIUN

Oleh :

ARDIANSYAH DIDIN PAMUNGKAS

NIM : 202202057

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BHAKTI HUSADA MULIA

MADIUN 2025

SKRIPSI
PENGARUH TERAPI MUSIK MOZART TERHADAP TINGKAT NYERI DISMINORE PADA REMAJA WANITA KELAS VII DI SMPN 11 MADIUN

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat mencapai Gelar

Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh :

ARDIANSYAH DIDIN PAMUNGKAS

NIM : 202202057

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BHAKTI HUSADA MULIA

MADIUN 2025

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ardiansyah Didin Pamungkas

NIM : 202202057

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil peneribitan, baik yang sudah maupun tidak/ belum dipublikasikan, sumber dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Madiun, 12 Februari 2026

Ardiansyah Didin Pamungkas

NIM. 202202057

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi oleh,

Nama	:	Ardiansyah Didin Pamungkas
NIM	:	202202057
Program Studi	:	S1 Keperawatan
Judul	:	PENGARUH TERAPI MUSIK MOZART TERHADAP TINGKAT NYERI DISMINOREA PADA REMAJA WANITA KELAS VII DI SMPN 11 MADIUN

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada Tanggal 12 Februari 2026

Dewan Penguji

Ketua Penguji : Kartika, S.Kep.,Ns.,M.K.M
NUPTK. 1442766667237013 ……...

Penguji 1 : Sagita Haryati, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NUPTK. 0542754655230133 ……..……...

Penguji 2 : Asrina Pitayanti, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NUPTK. 5243759660231063 ……....

Mengesahkan
Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun
Ketua,

Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes
NUPTK. 7860759660230162

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh :

Nama	: Ardiansyah Didin Pamungkas
NIM	: 202202057
Program Studi	: S1 Keperawatan
Judul	: PENGARUH TERAPI MUSIK MOZART TERHADAP TINGKAT NYERI DISMINOREA PADA REMAJA WANITA KELAS VII DI SMPN 11 MADIUN

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi

pada tanggal 6 Maret 2026

Oleh :

Pembimbing I	Pembimbing II
(Sagita Haryati, S.Kep.,Ns.,M.Kes)	(Asrina Pitayanti, S.Kep.,Ns.,M.Kes)
NUPTK. 0542754655230133	NUPTK. 5243759660231063

Mengetahui,

Kepala Program Studi Keperawatan

(Mega Arianti Putri, S.Kep.,Ns.,M.Kep)
NUPTK. 9933767668237032

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Pengaruh Terapi Musik Mozart Terhadap Nyeri Dismenorea pada Remaja Wanita Kelas 7 di SMPN 11 Madiun" dengan baik.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Moch. Agus Setiono, S.Si selaku Kepala Sekolah SMPN 11 Madiun beserta jajaran guru yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian.
2. Ibu Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes selaku Ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun
3. Ibu Mega Arianti, S.Kep. Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi S1 Keperawatan
4. Ibu Sagita Haryati, S.Kep., Ns., M.Kes selaku dosen pembimbing 1 yang telah dengan sabar memberikan arahan, bimbingan, dan masukan hingga proposal skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Ibu Asrina Pitayanti, S.Kep., Ns., M.Kes selaku dosen pembimbing 2 yang telah dengan sabar memberikan arahan, bimbingan, dan masukan hingga proposal skripsi ini dapat terselesaikan

6. Orang tua dan keluarga penulis yang senantiasa memberikan doa, motivasi, serta dukungan moral maupun material.
7. Teman-teman seperjuangan yang tidak bisa disebutkan satu persatu terimakasih telah memberikan semangat, bantuan, dan kebersamaan dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan proposal skripsi ini. Akhir kata penulis menyampaikan terimakasih sebanyak-banyaknya kepada semua pihak yang telah berperan serta dalam penyusunan proposal skripsi ini dari awal sampai akhir.

Madiun, 12 Februari 2026

Ardiansyah Didin Pamungkas
NIM. 202202057

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Ardiansyah Didin Pamungkas

Jenis Kelamin : Laki-laki

Tempat Tanggal Lahir : Madiun, 27 Juli 2002

Agama : Islam

Alamat : Jl. Jambu No. 3C RT. 40, RW. 12, Kota Madiun

Email : ardiansyahpamungkas90@gmail.com

Riwayat Pendidikan :

1. Taman Kanak-Kanak Al – Hidayah II Kota Madiun lulus tahun 2009

2. Sekolah Dasar Negeri 02 Manisrejo Kota Madiun lulus tahun 2015

3. Sekolah Menengah Pertama Negeri 11 Kota Madiun lulus tahun 2018

4. Sekolah Menengak Kejuruan Negeri 1 Kota Madiun lulus tahun 2021

5. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun 2022 sampai sekarang

ABSTRAK

PENGARUH TERAPI MUSIK MOZART TERHADAP TINGKAT NYERI DISMINOREA PADA REMAJA WANITA KELAS VII DI SMPN 11 MADIUN

Ardiansyah Didin Pamungkas

Terapi musik *mozart* merupakan salah satu jenis musik yang dapat membuat pendengarnya menjadi rileks karena musiknya memiliki tempo antara 60-80 ketukan per menitnya. Musik *mozart* menimbulkan ketenangan dan kesadaran yang meningkat yang dicirikan oleh gelombang *alfa* , yang daurnya mulai 8-13 hertz Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi musik *mozart* terhadap tingkat nyeri *disminorea* pada remaja wanita kelas VII di SMPN 11 Madiun.

Metode Penelitian menggunakan *Quasi Experimental Design* dengan bentuk *Nonequivalent Control Group Design*. Pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling* sebanyak 36 responden yang terbagi menjadi 18 responden kelompok perlakuan dan 18 responden kelompok kontrol. Pengumpulan data dengan observasi selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 20 menit dan tingkat nyeri *disminorea* diukur setiap hari dan diberikan terapi musik *mozart*. Pengukuran nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Hasil diuji menggunakan uji Wilcoxon untuk mengetahui adanya pengaruh penurunan tingkat nyeri *disminorea*.

Rata-rata skala nyeri sebelum diberikan terapi musik *mozart* sebesar 4,22 (*Standart Deviation* 0,548) dengan rentang 4-6. Setelah diberikan terapi musik *mozart* rata-rata nyeri menurun menjadi 3,22 (*Standart Deviation* 0,548) dengan rentang 3-5. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan tingkat nyeri *disminorea* $p = 0{,}001 < 0{,}05$ artinya ada pengaruh terapi musik *mozart* terhadap tingkat nyeri d*isminorea* pada remaja wanita kelas VII di SMPN 11 Madiun.

Terapi musik mozart dapat menurunkan tingkat nyeri disminorea pada remaja wanita dan sebagai pilihan terapi non farmakologis dalam menurunkan tingkat nyeri disminorea.

Kata Kunci : Terapi Musik Mozart, Nyeri Disminorea, Remaja Wanita

ABSTRACT

THE EFFECT OF MOZART'S MUSIC THERAPY ON THE LEVEL OF DYSMINOREA PAIN IN ADOLESCENTS FEMALE CLASS VII AT SMPN 11 MADIUN

Ardiansyah Didin Pamungkas

Mozart's music therapy is a type of music that can make the listener relax because the music has a tempo between 60-80 beats per minute. Mozart's music induces increased calmness and awareness characterized by alpha waves , whose cycles range from 8-13 hertz This study aims to analyze the effect of mozart music therapy on the level of dysminorea pain in adolescent girls in grade VII at SMPN 11 Madiun.

The research method uses Quasi Experimental Design in the form of Nonequivalent Control Group Design. Sampling was done using Purposive Sampling for 36 respondents divided into 18 treatment group respondents and 18 control group respondents. Data collection by observation for 3 consecutive days with a duration of 20 minutes and the level of dysminorea pain was measured daily and given mozart music therapy. Pain measurement uses the Numeric Rating Scale (NRS). The results were tested using the Wilcoxon test to determine the effect of decreasing the level of dysminorea pain.

The average pain scale before Mozart music therapy was 4.22 (Standard Deviation 0.548) with a range of 4-6. After being given Mozart's music therapy , the average pain decreased to 3.22 (Standard Deviation 0.548) with a range of 3-5. The results of the Wilcoxon test showed that the level of dysminorea pain p = 0.001 < 0.05 means that there is an effect of Mozart's music therapy on the level of dysminorea pain in adolescent girls in grade VII at SMPN 11 Madiun.

Mozart's music therapy can reduce the level of dysminorea pain in adolescent women and as a non-pharmacological therapy option in reducing the level of dysminorea pain.

Keywords : *Mozart's Music Therapy, Disminorea Pain, Adolescents Female*

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR....5
DAFTAR RIWAYAT HIDUP....8
ABSTRAK....9
DAFTAR ISI....11
DAFTAR TABEL....13
DAFTAR GAMBAR....14
DAFTAR LAMPIRAN....15
DAFTAR ISTILAH....16
DAFTAR SINGKATAN....19
BAB I PENDAHULUAN .... **Error! Bookmark not defined.**
1.1 Latar Belakang .... **Error! Bookmark not defined.**
1.2 Rumusan Masalah .... **Error! Bookmark not defined.**
1.3 Tujuan Penelitian .... **Error! Bookmark not defined.**
1.4 Manfaat praktik .... **Error! Bookmark not defined.**
1.3.1 Tujuan Umum .... **Error! Bookmark not defined.**
1.3.2 Tujuan Khusus .... **Error! Bookmark not defined.**
1.5 Manfaat Penelitian .... **Error! Bookmark not defined.**
1.4.1 Manfaat Teoritis .... **Error! Bookmark not defined.**
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .... **Error! Bookmark not defined.**
2.1 Nyeri .... **Error! Bookmark not defined.**
2.2 Disminorea .... **Error! Bookmark not defined.**
2.1.1 Disminorea Primer .... **Error! Bookmark not defined.**
2.1.2 Disminore sekunder .... **Error! Bookmark not defined.**
2.3 Penatalaksanaan Nyeri Haid .... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.1 Farmakologis .... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.2 Non farmakologis .... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.3 Alat Ukur Nyeri .... **Error! Bookmark not defined.**
2.4 Terapi musik .... **Error! Bookmark not defined.**
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS .... **Error! Bookmark not defined.**
3.1 Kerangka teori .... **Error! Bookmark not defined.**
3.2 Hipotesis .... **Error! Bookmark not defined.**
BAB IV METODE PENELITIAN .... **Error! Bookmark not defined.**
4.1 Desain Penelitian .... **Error! Bookmark not defined.**
4.2 Populasi dan Sampel .... **Error! Bookmark not defined.**

4.2.1 Populasi ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2.2 Sampel ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2.3 Kriteria Sampel ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.3 Teknik Sampling ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.4 Kerangka Kerja ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.5 Identifikasi Variabel ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.6 Definisi Operasional ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.7 Instrumen Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.8 Waktu dan Tempat Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.9 Prosedur Pengumpulan Data ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.10 Pengolahan Data dan Analisa Data ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.11 Etika Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB V ..... **Error! Bookmark not defined.**
HASIL DAN PEMBAHASAN ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.1 Gambaran dan Lokasi Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.2 Hasil Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.3 Pembahasan ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.4 Keterbatasan Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB VI ..... **Error! Bookmark not defined.**
KESIMPULAN ..... **Error! Bookmark not defined.**
6.1 Kesimpulan ..... **Error! Bookmark not defined.**
6.2 Saran ..... **Error! Bookmark not defined.**
DAFTAR PUSTAKA ..... **Error! Bookmark not defined.**
LAMPIRAN ..... **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 : Definisi Operasional……..……32

Tabel 5.1 : Distribusi Frekuensi Usia……..……47

Tabel 5.2 : Distribusi Frekuensi Lama Siklus……..……...48

Tabel 5.3 : Distribusi Frekuensi Hari Datang Nyeri Haid……..….48

Tabel 5.4 : Tingkat Nyeri Disminorea Sebelum Diberikan Terapi Musik
Mozart……..……49

Tabel 5.5 : Tingkat Nyeri Disminorea Setelah Diberikan Terapi Musik Mozart…….……50

Tabel 5.6 : Hasil Uji Normalitas……..……51

Tabel 5.7 : Hasil Uji Statistik Wilcoxon…….…....51

Tabel 5.8 : Hasil Uji Mann-Whitney U…….……..52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 : Mekanisme Nyeri…….. 11

Gambar 2.2 : Skala Deskriptif Verbal……. 22

Gambar 2.3 : Numeric Rating Scale…… 23

Gambar 2.4 : Visual Analog Scale……...24

Gambar 2.5 : Wong Baker pain Rating Scale……...24

Gambar 2.6 : Pathway Terapi Musik……27

Gambar 3.1 : Kerangka Teori……...28

Gambar 4.1 : Desain penelitian……30

Gambar 4.2 : Kerangka Kerja……..…… 35

Gambar 4.3 : Skala Penilaian Nyeri Numerik……..41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Pengambilan Data Awal ke SMPN 11 Madiun……..64
Lampiran 2. Surat Balasan Pengambilan Data Awal dari SMPN 11 Madiun…….65
Lampiran 3. Hasil Uji Layak Etik dari Komisi Etik STIKES BHM……66
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian ke SMPN 11 Madiun……..……..67
Lampiran 5. Surat Balasan Izin Penelitian dari SMPN 11 Madiun……..68
Lampiran 6. Surat Keterangan Selesai Penelitian dari SMPN 11 Madiun……...69
Lampiran 7. Permohonan Menjadi Responden…….…….....70
Lampiran 8. Persetujuan Menjadi Responden……..…..71
Lampiran 9. Lembar Observasi……..……72
Lampiran 10. SOP Pemberian Terapi Musik Mozart……..……..….73
Lampiran 11. Lembar Observasi Responden…….……74
Lampiran 12. Hasil Uji SPSS……..……...75
Lampiran 13. Lembar Konsultasi……...78

DAFTAR ISTILAH

Acetaminophen	: Obat Pereda nyeri dan penurun demam
Alfa	: Salah satu jenis gelombang otak yang muncul dari aktivitas listrik di otak
Balancing Harm and Benefits	: Prinsip etika dan pengambilan Keputusan yang berarti menimbang antara potensi manfaat dan potensi kerugian atau risiko
Coding	: Proses menulis instruksi dalam Bahasa pemrograman agar komputer dapat menjalankan perintah tertentu
Disminorea	: Nyeri perut yang berasal dari Rahim
Dyspepsia	: Gejala yang terkait dengan saluran pencernaan gastroduodenal, seperti nyeri atauu sensasi terbakar di daerah perut atas, perasaan kenyang setelah makan, cepat merasa kenyang
Delta	: Salah satu jenis gelombang otak yang dapat direkam dengan electroencephalogram
Dependen	: Tergantung pada sesuatu atau orang lain
Endhorpins	: Zat kimia alami yang diproduksi oleh otak dan sistem saraf, termasuk dalam kelompok neurotransmitter atau lebih tepatnya neuropeptide berfungsi sebagai penghilang rasa sakit, memberi perasaan tenang, dan nyaman
Editing	: Proses mengoreksi, Menyusun, dan memperbaiki suatu karya agar lebih baik, rapi, dan sesuai tujuan
Independent	: Bebas, tidak tergantung pada pihak lain
Menarche	: Istilah medis untuk haid pertama kali pada seorang perempuan
Mozart	: Salah satu jenis musik yang dapat membuat pendengarnya menjadi rileks karena musiknya memiliki tempo antara 60-80 ketukan per menitnya dicirikan oleh gelombang *alfa* , yang daurnya mulai 8-13 hertz
Myometrium	: Lapisan otot polos pada dinding Rahim

Non-Steroid Inflamation	: Obat-obatan yang berfungsi mengurangi peradangan, menurunkan demam, dan meredakan nyeri, tetapi bukan golongan steroid
Numeric Rating Scale	: Alat ukur nyeri yang paling sederhana dan sering digunakan dalam dunia medis
Non-Parametric Test	: Jenis uji statistik yang tidak bergantung pada asumsi distribusi data tertentu
Ovarium	: Organ reproduksi wanita yang berbentuk oval/kecil, terletak di kkanan dan kiri Rahim
One-Group Pretest-posttest design	: Salah satu bentuk desain eksperimen semu yang digunakan dalam penelitian
Paracetamol	: Obat yang umum digunakan untuk meredakan nyeri ringan hingga sedang dan menurunkan demam
Pretest	: Tesa atau pengukuran awal yang diberikan sebelum suatu perlakuan, program, atau intervensi dalam penelitian atau pembelajaran
Posttest	: Tes atau pengukuran yang diberikan setelah suatu perlakuan, program, atau intervensi dalam penelitian maupun pembelajaran
Pre Experimental	: Jenis desain penelitian kunatitatif yang paling sederhana dalam kategori eksperimen, tetapi belum memenuhi kriteria eksperimen sebenarnya
Relationship	: Suatu keterikatan atau ikatan antara dua hal, orang, atau lebih, yang bisa berupa interaksi, kerja sama, maupun keterhubungan secara emosional, sosial, maupun logis
Respect for Human Dignity	: Prinsip bahwa orang memliki nilai, hak, dan kehormatan yang melekat sejak lahir dan harus diperlakukan dengan hormat, adil, dan manusiawi
Respect for Privacy and Confidentiality	: Menghormati privasi dan menjaga kerahasianinformasi pribadi seseorang, terutama yang bersifat sensitive

Respect for Justice and Inclusiveness	: Menghormati keadilan dan keberinklusian dalam memperlakukan setiap orang
System limbic	: Bagian dari otak yang berperan penting dalam mengatur emosi, motivasi perilaku, serta beberapa fungsi memori
Slovin	: Rumus yang digunakan untuk menentukan ukuran sampel minimum daru suatu populasi dengan tingkat kesalahan tertentu
Scoring	: Proses memberikan skor atau nilai terhadap suatu hasil tes, kuesioner, performa, atau aktivitas tertentu berdasarkan kriteria atau pedoman yang telah ditentukan
Theta	: Salah satu jenis gelombang otak yang muncul saat otak berada dalam kondisi rileks tetapi masih sadar
Tabulating	: Proses Menyusun, mengatur, atau menyajikan data ke dalam bentuk table agar lebih mudah dibaca, dipahami, dan dianalisis
Visual Analog Scale	: Alat ukur subjektif yang digunakan untuk menilai intensitas suatu kondisi dengan cara memberi tanda garis lurus yang memiliki dua ujung ekstrem
Verbal Descriptive Scale	: Skala pengukuran subjektif yang menggunakan kata-kata untuk membantu responden menilai intensitas suatu kondisi, biasanya nyeri
Wong-Baker Pain Rating Scale	: Suatu alat ukur yang digunakan untuk menilai intensitas nyeri berdasarkan ekspresi wajah
World Federation of Music Therapy	: organisasi internasional yang menjadi wadah bagi para praktisi, peneliti, pendidik, dan mahasiswa di bidang terapi musik

DAFTAR SINGKATAN

IMT	: Indeks Masa Tubuh
NSAID	: Non-Steroid Anti Inflamation Drug
NRS	: Numeric Rating Scale
PG	: Prostaglandin
SSP	: Sistem Saraf Pusat
VDS	: Verbal Descriptive Scale