SKRIPSI

PENGARUH KOMBINASI *BUTTERFLY HUG* DAN TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL TERHADAP PERUBAHAN KECEMASAN DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI PADA MAHASISWA KEPERAWATAN SEMESTER AKHIR STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN

Oleh :
ELZA KHOLIFATUROSIDA
NIM : 202202116

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2025

SKRIPSI

PENGARUH KOMBINASI *BUTTERFLY HUG* DAN TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL TERHADAP PERUBAHAN KECEMASAN DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI PADA MAHASISWA KEPERAWATAN SEMESTER AKHIR STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh :

ELZA KHOLIFATUROSIDA

NIM : 202202116

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN

2025

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi oleh :
Nama : Elza Kholifaturosida
NIM : 202202116
Program Studi : Keperawatan
Judul : PENGARUH KOMBINASI *BUTTERFLY HUG* DAN TERAPI MUSIK TERHADAP PERUBAHAN KECEMASAN DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI PADA MAHASISWA KEPERAWATAN SEMESTER AKHIR STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada tanggal 3 Februari 2026

Oleh:

Pembimbing I	Pembimbing II
Hariyadi, S.Kp., M.Pd	Devita Anugrah Anggraini, S.Kep., Ns., M.Kep
NUPTK. 1441746647130083	NUPTK. 6536775676230113

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan

Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep
NUPTK. 9983767668237032

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi oleh :
Nama : Elza Kholifaturosida
NIM : 202202116
Program Studi : Keperawatan
Judul : PENGARUH KOMBINASI *BUTTERFLY HUG* DAN TERAPI MUSIK TERHADAP PERUBAHAN KECEMASAN DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI PADA MAHASISWA KEPERAWATAN SEMESTER AKHIR STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN

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

Pada Tanggal : 11 Februari 2026

Ketua : Adhin Al Kasanah, S.Kep., Ns., M.Kep : .....
NUPTK. 4646769670230262

Penguji I : Hariyadi, S.Kp., M.Pd : .....
NUPTK. 1441746647130083

Penguji II : Devita Anugrah Anggraini, S.Kep., Ns., M.Kep : .....
NUPTK. 6536775676230113

Mengesahkan,
STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun

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

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :
Nama : Elza Kholifaturosida
NIM : 202202116
Judul : PENGARUH KOMBINASI *BUTTERFLY HUG* DAN TERAPI MUSIK TERHADAP PERUBAHAN KECEMASAN DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI PADA MAHASISWA KEPERAWATAN SEMESTER AKHIR STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya 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 penerbitan, baik yang sudah maupun belum/tidak dipublikasikan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka

Madiun, 28 November 2025

Elza Kholifaturosida
NIM. 202202116

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama	: Elza Kholifaturosida
Tempat dan Tanggal Lahir	: Sidoarjo, 17 November 2001
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Alamat	: Dukuh Kuwon Rt 10 Rw 02 Ds.Kuwonharjo Kec.Takeran Kab.Magetan
Email	: elzasida@gmail.com
Riwayat Hidup	:
2007-2008	: TK PSM TAKERAN
2008-2014	: MIN 2 MAGETAN
2014-2017	: SMPN 1 KAWEDANAN
2017-2020	: SMAN 1 KAWEDANAN
2022-2026	: STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN

PENGARUH KOMBINASI *BUTTERFLY HUG* DAN TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL TERADAP PERUBAHAN KECEMASAN DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI PADA MAHASISWA KEPERAWATAN SEMESTER AKHIR STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN

Elza Kholifaturosida

ABSTRAK

Penyusunan skripsi sering menimbulkan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir akibat tuntutan akademik, tekanan waktu, dan proses bimbingan. Kecemasan yang tidak teratasi dapat mengganggu konsentrasi dan menghambat penyelesaian skripsi. Salah satu upaya non-farmakologis untuk menurunkan kecemasan adalah kombinasi teknik *butterfly hug* dan terapi musik instrumental yang dapat memberikan efek relaksasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi *butterfly hug* dan terapi musik instrumental terhadap perubahan kecemasan dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa keperawatan semester akhir STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.

Penelitian ini menggunakan desain quasi experimental dengan pendekatan non-equivalent control group design. Sampel penelitian berjumlah 36 responden yang dibagi menjadi kelompok intervensi dan kelompok kontrol masing-masing 18 responden dengan teknik purposive sampling. Pengukuran kecemasan menggunakan kuesioner HARS dengan metode pretest–posttest dan dianalisis menggunakan uji Wilcoxon dan Mann-Whitney.

Hasil penelitian menunjukkan sebelum pemberian intervensi sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan (83,3%) dan sesudah diberi intervensi berada pada kategori tidak cemas (77,8%). Hasil Uji Wilcoxon nilai p-value 0,000 (<0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa kombinasi *butterfly hug* dan terapi musik instrumental berpengaruh dalam menurunkan kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi. Penelitian ini dapat digunakan sebagai intervensi nonfarmakologi penurunan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir.

Kata Kunci: Butterfly Hug, Terapi Musik Instrumental, Kecemasan, Mahasiswa Keperawatan.

THE EFFECT OF A COMBINATION OF *BUTTERFLY HUG* AND INSTRUMENTAL MUSIC THERAPY ON CHANGES IN ANXIETY LEVELS DURING THESIS PREPARATION AMONG FINAL-YEAR NURSING STUDENTS AT STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN

Elza Kholifaturosida

ABSTRAC

Undergraduate thesis wrinting often causes anxiety among final-year students due to academic demands, time pressure, and the supervision process. Unmanaged anxiety can interfere with concentration and hinder the completion of a thesis. One non-pharmacological effort to reduce anxiety is the combination of the butterfly hug technique and instrumental music therapy, which can provide a relaxing effect. This study aimed to determine the effect of the combination of butterfly hug and instrumental music therapy on changes in anxiety during thesis preparation among final-year nursing students at STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.

This study used a quasi-experimental design with a non-equivalent control group design approach. The sample consisted of 36 respondents who were divided into an intervention group and a control group, each consisting of 18 respondents, selected using a purposive sampling technique. Anxiety levels were measured using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire with a pretest–posttest method and analyzed using the Wilcoxon test and Mann–Whitney test.

The results of the study showed a p-value of 0.000 (<0.05), indicating that the combination of butterfly hug and instrumental music therapy has a significant effect in reducing anxiety among students during thesis preparation. This occurs because both interventions provide a relaxing effect on the body and mind. The butterfly hug helps calm the nervous system and reduce stress hormones (cortisol), while instrumental music stimulates the brain to produce comfort-related hormones such as endorphins and dopamine, thereby reducing anxiety

Keywords: Butterfly Hug, Instrumental Music Therapy, Anxiety, Nursing Students

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warohmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur Alhamdulillah saya panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Pengaruh Kombinasi *Butterfly hug* dan Terapi Musik Instrumental Terhadap Perubahan Kecemasan Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Keperawatan Semester Akhir Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun". Shalawat dan salam semoga selalu tercurahkan kepada panutan kita Nabi Muhammad SAW, yang telah kita nantikan syafaatnya nanti di yaumul qiyamah. Aamiin

Penyusunan proposal ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr.Retno Widiarini, S.KM., M.Kes selaku Ketua Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk melakukan penelitian di kampus tersebut.
2. Ibu Adhin Al Kasanah, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Dewan Penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam proses penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Hariyadi, S.Kp., M.Kp selaku dosen pembimbing 1 di STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun, yang telah bersedia meluangkan waktu ditengah kesibukan beliau untuk membimbing, memberi masukan dan juga arahan selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Devita Anugrah Anggraeni, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku dosen pembimbing 2 yang telah dengan sabar memberikan masukan yang membangun dan arahan yang begitu teliti dan detail selama penyusunan skripsi ini.
5. Kedua Orang tua dan keluarga tercinta, atas segala doa yang dipanjatkan, dukungan finansial dan emosional, serta semangat yang tiada henti. Semoga keberhasilan ini nantinya bisa menjadi kebanggaan dan balasan kecil yang mungkin berarti atas semua kasih sayang yang telah diberi.
6. Teman-teman terdekat dan rekan seperjuangan, yang telah memberikan semangat dan kerja sama dalam proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa proposal ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, segala bentuk kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan di masa yang akan datang. Penulis berharap semoga proposal ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi

nyata dalam dunia keperawatan, khususnya dalam penanganan kecemasan pada mahasiswa melalui pendekatan non-farmakologis.

Akhir kata, semoga Allah SWT senantiasa memberikan kekuatan, kesehatan, kelancaran serta petunjuk bagi kita semua dalam setiap langkah menjalani kebaikan dan kesuksesan, Aamiin ya rabbal alamin.ini masih terdapat kekurangan dan apabila ada kritik dan saran dari semua pihak saya akan dengan senang hati menerimanya.

Wasalamualaikum Warohmatullahi Wabarakatuh

Madiun, Maret 2026
Penulis

Elza Kholifaturosida
NIM. 202202116