

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Penelitian yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa *mean* skor kualitas tidur responden sebelum diberikan intervensi terapi musik suara alam adalah $11,96 \pm 3,569$ sedangkan *mean* skor tingkat kualitas tidur setelah diberikan intervensi musik suara alam sebanyak 4 minggu 1 minggu 2 kali pertemuan adalah $5,63 \pm 2,516$ dengan rata-rata penurunan sebesar $-6,333$. Berdasarkan uji statistik didapatkan hasil ada pengaruh yang signifikan terapi musik suara alam terhadap kualitas tidur pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi dan radioterapi.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi Pasien kanker

Pasien kanker diharapkan dapat melakukan intervensi sendiri dirumah dengan mendengarkan musik suara alam untuk mengatasi kualitas tidur pada pasien kanker dalam mengoptimalkan kualitas tidur.

7.2.2 Bagi Perawat

Perawat diharapkan dapat menjadikan dan mengaplikasikan terapi musik suara alam sebagai penatalaksanaan non farmakologi dalam mengatasi kualitas tidur pada pasien kanker.

7.2.3 Bagi Keluarga

Diharapkan keluarga dapat mendampingi dan mendukung pasien kanker dalam melaksanakan terapi musik suara alam untuk meningkatkan kualitas tidur pasien.

7.2.4 Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat diteruskan kepada peneliti selanjutnya dengan memodifikasi desain penelitian menjadi *quasi experimental design* dengan pendekatan *pre test* dan *post test* kelompok kontrol dan kelompok intervensi serta jumlah responden penelitian lebih besar lagi dan durasi waktu yang sama.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sudewo B. Basmi Kanker Dengan Herbal. Jakarta Selatan; 2012. 114 p.
2. Ariani S. Stop Kanker. Yogyakarta: Salemba Medika; 2015.
3. Purwanti F. Kualitas Hidup Penderita Kanker. 2013;1(1):21–7.
4. Hananta L, Benita S, Barus J, Halim F. Gangguan Tidur Pada Pasien Kanker Payudara Di Rumah Sakit Dharmais Jakarta. *Damianus J Med.* 2014;13(2):84–94.
5. Perry P&. *Fundamental Keperawatan.* book. Jakarta: Salemba Medika; 2010.
6. Amelia W, Despitasari L, Alisa F. Hubungan Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Pada Saat Pandemi Covid-19 Di RSUP Dr. M.Djamil Padang. *J Keperawatan Muhammadiyah.* 2021;6(2).
7. Kelvin JF, Tyson LB. 100 Questions \& Answers about Cancer Symptoms and Cancer Treatment Side Effects [Internet]. Jones and Bartlett Publishers; 2005. (100 Questions and Answers About). Available from:https://books.google.co.id/books?id=M2B9cIhAb%5C_EC
8. Aslam MS, Naveed S, Ahmed A, Abbas Z, Gull I, Athar MA. Side Effects of Chemotherapy in Cancer Patients and Evaluation of Patients Opinion about Starvation Based Differential Chemotherapy. *J Cancer Ther.* 2014;05(08):817–22.
9. Anggraini D, Marfuah D, Puspasari S. Kualitas Tidur Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi. *J Ilm Kesehat Keperawatan.* 2020;16(2):91.
10. World Health Organization W. Pricing of cancer medicines and its impacts (WHO). WHO press. 2018. 1–171 p.
11. Kemenkes RI. “Hari Kanker Sedunia.” Retrieved December 14, 2020 (<https://www.kemkes.go.id/article/view/19020100003/hari-kanker-sedunia2019.html>). Kemenkes RI. 2019;
12. Riskesdas Jatim. Laporan Provinsi Jawa Timur RISKESDAS 2018 [Internet]. Kementerian Kesehatan RI. 2018. 191 p. Available from: <https://drive.google.com/drive/folders/1XYHFQuKucZIwmCADX5ff1aDhfJgqzI-l%0A>
13. Widiyana E. Kasus Kanker Di Surabaya Tahun 2020 Sebanyak 2.619 Pasien.” Retrieved June 2, 2021 (<https://news.detik.com/berita-jawa-timur/d5361487/kasus-kanker-di-surabaya-tahun-2020-sebanyak->

- 2619-pasien). 2021;
14. Gautama C, Ariani NK. Gambaran Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Radioterapi Di Rsup Sanglah Denpasar. *J Med Udayana*. 2021;10(7):1–5.
 15. Handayani, Udani G. Kualitas tidur dan distress pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. *J Keperawatan*. 2016;XII(1):66–72.
 16. CancerHelps T. Stop Kanker: Panduan Deteksi Dini \& Pengobatan Menyeluruh Berbagai Jenis Kanker [Internet]. *AgroMedia*; 2010. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=8ErRCgAAQBAJ>
 17. Junaidi D iskanda. Hidup sehat bebas kanker-mewaspada kanker sejak dari dini. Prabawati T ari., editor. Yogyakarta: Rapha Publishing; 2014. 136 p.
 18. Caesandri SDP, Adiningsih S. Peranan dukungan pendamping dan kebiasaan makan pasien kanker selama menjalani terapi. *Media Gizi Indones*. 2015;10(2):157–65.
 19. Khasanah K, Hidayati W. Kualitas Tidur Lansia Balai Rehabilitasi Sosial “ MANDIRI ” Semarang. 2012;1:189–96.
 20. Sadock BJ, Admad S, Sadock VA1. Sadock BJ ASSC psychiatry. V 9. 2019. 417–472 p. *Clinical psychiatry*. Vol. 9. Philadelphia Wolters Kluwer; 2019. 417–472 p.
 21. Sofia Rhosma Dewi SKN. Buku Ajar Keperawatan Gerontik [Internet]. Yogyakarta: Deepublish; 2015. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=3FmACAAAQBAJ>
 22. Savitri W, Fidayanti N, Subiyanto P. Terapi Musik Dan Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi. *Media Ilmu Kesehat*. 2016;5(1):1–6.
 23. Yasril A, Laksono I, Hadiati T, Tidur K, Sleep P, Index Q. Pengaruh Pemberian Musik Ber-Genre Ambient Terhadap Kualitas Tidur. *Diponegoro Med J (Jurnal Kedokt Diponegoro)*. 2018;7(1):11–25.
 24. Dody setyawan, Susilaningsih E emaliyawati. Intervensi terapi musik relaksasi dan suara alam (Nature sound) terhadap tingkat nyeri dan kecemasan pasien (literature riview). *J keperawatan dan kebidanan*. 2013;
 25. Amalia AR, Suratman FY, Kusumandari DE, Lailiyya N. Analisis Pengaruh Musik Klasik Dan Musik Alam Terhadap Kualitas Tidur Berdasarkan Sinyal Electroencephalogram. 2018;3(1):1–8.
 26. Wijayanti K, Johan A, Rochana N. Musik Suara Alam Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur pada Pasien Kritis. *Bhamada J Ilmu dan Teknol Kesehat [Internet]*. 2018;9(1). Available from:

<http://ojs.stikesbhamadaslawi.ac.id/index.php/jik/article/view/21>

27. Natalia D. *Terapi Musik Bidang Keperawatan*. Jakarta: Mitra Wacana Media. 2013.
28. Suryana D. *Terapi Musik*. Jakarta; 2012.
29. Buana NS, Burhanto. Pengaruh Terapi Musik Terhadap Kualitas Tidur pada Lansia. *Borneo Student Resarch*. 2021;2(2):827–32.
30. Iman N, Novalinda, Devis, Darwisman. Pengaruh terapi musik suara alam terhadap kualitas tidur pasien kritis di ruang icu rsu royal prima medan tahun 2019. *J Ilm Keperawatan Imelda*. 2019;5(2):674–9.
31. Lita, Ardianti H, Daniati M. Pengaruh musik suara alam terhadap tekanan darah. *J Kesehat Komunitas*. 2019;5(3):132–8.
32. Sani FN, Ardiani ND. Pengaruh terapi musik alam terhadap frekuensi denyut jantung pada pasien selama operasi dengan anestesi spinal di RSUD Pandan Arang Boyolali. 2017;182–90.
33. Ramdani M wahyu, Wiwin NW. Pengaruh Pemberian Terapi Musik Suara Alam Terhadap Status Hemodinamik Pasien Anak yang Terpasang Ventilasi Mekanik. 2021;2(3):1741–51.
34. Nidayyah, N., Rahmalia, S., & Elita V. Perbandingan Efektivitas Terapi Musik Klasik dengan Aromaterapi Mawar Terhadap Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Universitas Riau*, 2(2), 2. 2015;
35. Domingo, J. P., Matamoros, N. E., Danés, C. F., Abelló, H. V., Carranza, J. M., Ripoll, A. I. R., Garcia, S. M., & Rossetti A. Effectiveness of music therapy in advanced cancer patients admitted to a palliative care unit: A nonrandomized controlled, clinical trial. *Music and Medicine*, 7(1), 23–31. <http://libproxy.temple.edu/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct>. 2015;
36. Zanah, L. M., Widodo, S. & S. Pengaruh terapi musik terhadap keluhan mual muntah pada pasien post kemoterapi karena kanker di unit sitostatika. *Karya Ilmiah STIKES Telogorejo*, 02. <http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id>. 2013;
37. Susiyanti, E., Imanto, M., Kedokteran, F., Lampung, U., Tht-kl, B. I. K., Kedokteran, F., & Lampung U. Efek Penggunaan Earphone sebagai Faktor Resiko Kejadian Noise Induced Hearing Lo1. Susiyanti, E., Imanto, M., Kedokteran, F., Lampung, U., Tht-kl, B. I. K., Kedokteran, F., & Lampung U. Efek Penggunaan Earphone sebagai Faktor Resiko Kejadian Noise Induced. 2020;
38. Susiyanti E, Imanto M. Efek Penggunaan Earphone sebagai Faktor Resiko Kejadian Noise Induced Hearing Loss The Effect of

- Earphone Use as a Risk Factor for Noise Induced Hearing Loss. *Majority*. 2020;9:63–7.
39. Perry P&. *Fundamental Keperawatan (3-Vol Set) - 7th Edition*. Jakarta : Salemba Medika. Elseiver. <https://www.elsevier.com/books>. 2010;
 40. Perry P&. *Fundamental of Nursing Buku 3* (D. N. Fitriani, O. Tampubolon, & F. Diba, eds.). Indonesia: Elsevier. 2010;
 41. Haswita, & Sulistyowati R. *Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: CV. Trans Info Media. 2017;
 42. Wahit, A., Setiya, W. & A. *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Jakarta: Mitra Wacana Medika. 2015;
 43. Guyton & Hall JE. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. 12th ed. Jakarta: Salemba Medika. 2014.
 44. Arifin, Ratnawati & B. *Fisiologi Tidur dan Pernapasan*. Jakarta: Departemen Pulmonologi dan Ilmu Kedokteran UI. 2010.
 45. Potter, P & Perry AG. *Fundamental of Nursing*. Jakarta: EGC. 2012.
 46. Hidayat AA. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia: Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan edisi 2*. Jakarta: Salemba Medika. 2014;
 47. Wartolah T. *Kebutuhan Dasar Manusia Dan Proses Keperawatan*. Edisi 3. Jakarta: Salemba Medika. 2006.
 48. Rosdahl, C. B., & Kowalski MT. *Buku Ajar Keperawatan Dasar*. Jakarta: EGC. 2017.
 49. Prasadja A. *Ayo Bangun*. Jakarta: Mizan Publik; 2009.
 50. Handayani, H., Sri Haryati, T., Yetti, K., & Indrachyani A. *Healthy Nurse*. In *Health Nusre Naping Sehat bagi Perawat dan Tenaga kesehatan*. UI Publishing. <https://books.google.co.id/books>. 2018.
 51. Buysse, D. J., Reynolds, C. F., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer DJ. *The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research*. *Psychiatry Res*. 1989;28:193–213. 193–213, 193–213. 1988.
 52. Kurniasari, F. N., Harti, L. B., Ariestiningsih, A. D., Wardhani, S. O., & Nugroho S. *Buku Ajar Gizi dan Kanker*. Malang: Universitas Brawijaya Press. https://books.google.co.id/books?id=_P5UDwAAQB AJ&dq=buku+ajar+gizi+dan+kanker&hl=id&source=gbs_navlinks_s . 2017.
 53. Baradero D. Baradero, D. (2007). *Klien Kanker*. Jakarta. - Bing. <https://www.bing.com/>. 2007;

54. CancerHelps T. Stop Kanker: Panduan Deteksi Dini & Pengobatan Menyeluruh Berbagai Jenis Kanker. Jakarta Selatan: AgroMedia. <https://books.google.co.id/books?id=8ErRCgAAQBAJ&pg=PR2&dq=Stop+Kanker&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwih45STktTtAhXI4zgGHdmfAMQ6wEwAHoECAEQAAQ#v=onepage&q=>. 2019;
55. Ariani. Stop Kanker. Yogyakarta: Istana Medika; 2015.
56. Ghofar A. Cara Mudah Mengenal & Mengobati Kanker (Cetakan I; Ina, ed.). Yogyakarta: Flamingo. 2015.
57. Nurarif, A. H., & Kusuma H. Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & nanda Nic Noc Jilid 1. Yogyakarta: Mediaction jogja. 2015.
58. Palma D. Mengatasi Kanker: Yang Harus Anda Tahu untuk Mendapatkan Perawatan Terbaik. Yogyakarta: Rapha Publishing. <https://books.google.co.id/books?id=zaQEEAAAQBAJ&pg=PT157&dq=pembedahan+kanker&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwjVgvPZpztAhWCV30KHfGoAZ4Q6AEwAXoECAMQAQ#v=onepa>. 2020.
59. Alifiyanti D, Hermayanti Y, Setyorini D. Kualitas Tidur Pasien Kanker Payudara Berdasarkan Terapi yang Diberikan di RSUP DR. Hasan Sadikin Bandung. *J Pendidik Keperawatan Indones*. 2017;3(2):115.
60. Ermawan B. Pengantar Patofisiologi (H. P. A, ed.). Yogyakarta: Pustaka Baru Press. 2019.
61. Irawan E, Rahayuwati L, Yani DI. Hubungan Penggunaan Terapi Modern dan Komplementer terhadap Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara. *J Keperawatan Padjadjaran*. 2017;5(1):19–28.
62. Ambarwati WN, Wardani EK. Efek Samping Kemoterapi Secara Fisik Pasien Penderita Kanker Servik. *Pros Semin Nas Int*. 2014;2(2):97–106.
63. Aryadi1 PH, Yusari1 IGAAA, Dhyani1 IAD, Eka IP, Kusmadana1, Sudira PG. Korelasi kualitas tidur. 2018;10–5.
64. Wijayanti K, Johan A, Rochana N, Anggorowati, Chasani S. Musik Suara Alam Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Kritis. *J Keperawatan dan Pemikir Ilm*. 2016;2(3):1–10.
65. Han, K. S., Kim, L., & Shim I. Stress and Sleep Disorder. *Experimental Neurobiology*, 21(4), 141. <https://doi.org/10.5607/en.2012.21.4.141>. 2012;
66. Diana, D., Hariyanto, T., &Ardiyani VM. Hubungan Antara Perokok Aktif Dengan Gangguan Kualitas Tidur (Insomnia) Pada Dewasa (Usia 25-45 Tahun). *J Ilm Mhs Keperawatan*. 2016;144–152.

67. Nursalam. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika; 2020.
68. Hidayat. Metode Penelitian dan Teknik Analisis Data. Salemba medika. 2017.
69. Ovan, & Saputra A. CAMI: Aplikasi Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Berbasis Web. Takalar: Yayasan Ahmar CendekiaIndonesia.https://books.google.co.id/books?id=mZgMEAAQBAJ&pg=PA1&dq=instrumen+penelitian+adalah&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwjOs7_vMrtAhXPV30KHYYi3. 2020.
70. Fontes, F., Gonçalves, M., Maia, S., Pereira, S., Severo, M., & Lunet N. Reliability and validity of the Pittsburgh Sleep Quality Index in breast cancer patients. 2017;
71. Saifuddin A. Penyusunan Skala Psikologi. Jakarta: Prenada Media. <https://books.google.co.id/books?id=H4P1DwAAQBAJ&pg=PA96&dq=uji+validitas+terpakai+adalah&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwiXp7XMy7LuAhV0muYKHchTBgsQ6wEwAHoECAUQAQ#v=onepage&q=uji+validitas+terpakai+adalah&f=fals>. 2020.
72. Sukmawati, N. M. H., & Putra IGSW. Reliabilitas Kusioner Pittsburgh Sleep Quality Index (Psqi) Versi Bahasa Indonesia Dalam Mengukur. Jurnal Lingkungan Dan Pembangunan, 3(2), 30–38. 2019;
73. Lapau, B., & Saifuddin AF. Epidemiologi & Antropologi: Suatu Pendekatan Integratif Mengenai Kesehatan. Jakarta: PT Kharisma PutraUtama.https://books.google.co.id/books?id=uje2DwAAQBAJ&pg=PA276&dq=tabulating+adalah&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwikwu_4qnuAhXaqksFHWV3AYgQ6AEwA3oECAYQAQ#v=o. 2015;
74. Maryam S. Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya [Internet]. Penerbit Salemba; Available from: <https://books.google.co.id/books?id=jxpDEZ27dnwC>
75. Potter PA, Stockert PA, Perry AG HA. Fundamentals Of Nursing. United States Of america, editor. United States Of america. 2017. 1–1365 p.
76. Rudimin, Hariyanto T, Rahayu W. Hubungan Tingkat Umur dengan Kualitas Tidur pada Lansia di Posyandu Permadi Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang. Nurs News J Ilm Keperawatan. 2017;2(1):119–27.
77. Nurjannah TA, Baene PB, Rizky PAN, Saragih NP. Hubungan Tingkat Stress dengan Kualitas Tidur pada Pasien Kanker Payudara Stadium 3 di RSUD Royal Prima Medan Tahun 2021. J Stikes Sitihajar. 2021;3(2):18–25.

78. Hurai, M.Y.; Safitri KH. A. Kolerasi antara faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur pada penderita kanker di Rumah Singgah Kanker. *Keperawatan Wiyata*. 2021;1(1).
79. Rohadatul Aisy1a, Endang Sawitri2b DJR. Insomnia Pada Penderita Kanker Payudara Yang Sedang. 2020;5(1).
80. Primal D, Arif M, Dewi SP. Tingkat Kecemasan dan Pola Tidur Pasien Kanker Payudara yang sedang menjalani Kemoterapi Prosiding. *Pros Semin Kesehat Perintis E*. 2020;3(1):143–9.
81. Senklin A, Siswandi A, Anggunan, Reni SO. Hubungan Stadium Kanker Payudara Dengan Insomnia Pada Penderita Kanker Payudara Yang. *J ...* [Internet]. 2021;3:271–9. Available from: <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/4034>
82. Pangestuti AK, A SHM, Ardiyanti A. Pengaruh sleep hygiene terhadap peningkatan kualitas tidur anak kanker leukemia limfoblastik akut post kemoterapi di RSUP Dr Kariadi Semarang. :1–11.
83. Stanton A, Rowland J, Ganz P. Life After Diagnosis and Treatment of Cancer in Adulthood. *Am Psychol* [Internet]. 2015;70(2):159–74. Available from: doi: 10.1037/a0037875
84. Sunarningtyas W, Ishariani L, Wahyuningtiyas RA. Pengaruh Terapi Musik Dengan Air Yang Mengalir Dengan Brainwave Terhadap Penurunan Insomnia Pada Lansia Di Wilayah Posyandu “Sedap Malam” Pare Kediri. *J Keperawatan Respati Yogyakarta*. 2017;4(November 2016):76–9.
85. Santiasari RN, Astuti E, Widiarto YH. Pemberian Musik Instrumental Alam Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Anak Di Yayasan Rumah Anak Pondok Hayat Surabaya. *J Keperawatan Stikes William Booth*. 2019;15(2):9–25.
86. Eka YF, Dhona A. Pengaruh terapi nature sounds terhadap kualitas tidur pada pasien dengan sindroma koronaria akut. *J Keperawatan Sriwij*. 2016;3(1):30–9.
87. Luh N, Sri K, Murdhiono WR, Damayanti S, Respati. Meditation With Sound of Nature Can Reduce Stress in Nursing Students. *J Keperawatan Jiwa*. 2019;7(2):145–52.
88. Mulyadi E. Pengaruh musik suara alam terhadap tekanan darah ibu hamil di polindes pagar batu kecamatan saronggi Kabupaten Sumenep. *J Kesehat “Wiraraja Med*. 2010;3–9.
89. Safithry EA. Latihan Relaksasi Untuk Mengurangi Gejala Insomnia. *Pedagog J Pendidik*. 2014;9(1):70–9.

90. Sholekah Lia Aryanti, Soesanto Edy, Aisah Siti. Hubungan Faktor Fisiologis pada Lansia dengan Resiko Jatuh di Dusun Wangil Desa Sambonganyar Kabupaten Blora. *J Keperawatan dan Kesehat Masy* [Internet]. 2022;11(2):174–82. Available from: <http://www.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id>
91. Hananta L, Benita S, Barus J, Halim F. Gangguan Tidur pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Dharmais. 2014;13(2).
92. Dramawan A, Muttaqin M, Mawaddah E, Cembun C. Pengaruh Terapi Though Stopping Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Lanjut Usia di Balai Sosial Lanjut Usia Mandalika NTB. *Bima Nurs J*. 2021;3(1):50.
93. Sumirta IN LA. Faktor Yang Menyebabkan Gangguan Tidur (Insomnia) Pada Lansia. *Gema Keperawatan*. 2015;8:32.
94. Rosdianti Y, Herlina H. Hubungan Activity of Daily Living (ADL) dengan Kualitas Tidur Pada Lansia di PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru. *JOM FKp*. 2018;
95. Imanian M, Imanian M, Karimyar M. Sleep quality and fatigue among breast cancer patients undergoing chemotherapy. *Int J Hematol Stem Cell Res*. 2019;13(4):196–200.
96. Cholifah N, Setyowati S, Karyati S. Pengaruh Pemberian Terapi Musik Suara Alam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Pelang Mayong Jepara Tahun 2016. *J Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*. 2019;10(1):236.