

**PENGARUH TERAPI MUSIK SUARA ALAM
TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA PASIEN
KANKER YANG MENJALANI KEMOTERAPI DAN
RADIOTERAPI DI PUSKESMAS PUCANG SEWU DAN
KALIJUDAN**

SKRIPSI



OLEH :
Kristina Novianti Sabojiat
NRP : 9103018036

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2022**

**PENGARUH TERAPI MUSIK SUARA ALAM TERHADAP KUALITAS
TIDUR PADA PASIEN KANKER YANG MENJALANI KEMOTERAPI
DAN RADIOTERAPI**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan



OLEH :
Kristina Novianti Sabojat
NRP : 9103018036

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2022**

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Kristina Novianti Sabojat

NRP : 9103018036

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul:

“PENGARUH TERAPI MUSIK SUARA ALAM TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA PASIEN KANKER YANG MENJALANI KEMOTERAPI DAN RADIOTERAPI”

Benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Bila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf kepada pihak-pihak yang terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, Oktober 2022

Yang membuat pernyataan



Kristina Novianti Sabojat

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya mahasiswa Universitas Katolik
Widya Mandala Surabaya:

Nama : Kristina Novianti Sabojiat

NRP : 9103018036

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya:

Judul : Pengaruh Terapi Musik Suara Alam Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien
Kanker yang Menjalani Kemoterapi dan Radioterapi

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (Digital Library
Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan
akademik sebatas sesuai dengan Undang-undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan
sebenarnya.

Surabaya, Oktober 2022

Yang menyatakan



Kristina Novianti Sabojiat


HALAMAN PERSETUJUAN


SKRIPSI

PENGARUH TERAPI MUSIK SUARA ALAM TERHADAP KUALITAS
TIDUR PADA PASIEN KANKER YANG MENJALANI KEMOTERAPI DAN
RADIOTERAPI

OLEH :
Kristina Novianti Sabojat
NRP : 9103018036

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penilai seminar skripsi

Pembimbing Utama : Linda Juwita, S. Kep., Ns., M. Kep. 

Pembimbing Pendamping : Ermalynda Sukmawati, S. Kep., Ns., M. Kep. 

Surabaya, 10 Oktober 2022

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI MUSIK SUARA ALAM TERHADAP KUALITAS
TIDUR PADA PASIEN KANKER YANG MENJALANI KEMOTERAPI DAN
RADIOTERAPI**

Skripsi yang ditulis oleh Kristina Novianti Sabojat NRP. 9103018036 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 18 Oktober 2022 dan telah dinyatakan lulus oleh,

Tim Penguji

1. Ketua : Yesiana Dwi Wahyu Werdani S.Kep.Ns.,M.Kep (JF)
2. Sekretaris : Maria Theresia Arie Lilyana S.Kep.Ns.,M.Kep.,Sp.KMB (Ariely)
3. Anggota : Linda Juwita S.Kep.Ns.,M.Kep (LJ)
4. Anggota : Ermalynda Sukmawati S.Kep.Ns.,M.Kep (ES)

Mengesahkan
Dekan Fakultas Keperawatan

Yesiana Dwi Wahyu Werdani S.Kep.Ns.,M.Kep
NIK.911.06.0600

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

Segala puji syukur atas berkat, kekuatan, kesehatan dan rahmat bagi saya yang telah diberikan Tuhan Yesus sehingga bisa beraktivitas sepanjang hari sesuai dengan kehendak-Nya hingga skripsi diselesaikan dengan baik.

Terkhusus untuk kedua orang tua saya yang senantiasa selalu memberikan dukungan, semangat, motivasi, serta doa yang tiada hentinya untuk saya selama berproses. Terima kasih telah menjadi orangtua terbaik saya.

Adek-adekku sekeluarga, terimakasih atas doa dan dukungan serta motivasinya hingga skripsi ini terselesaikan dengan baik.

Keluarga besar Sabojiat atas dukungan yang selalu memotivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.

HALAMAN MOTTO

Segala sesuatu dapat saya hadapi di dalam Dia yang menguatkan saya.

Filipi 4:13

Dan

Apapun yang terjadi tetaplah bersyukur, jangan sampai penderitaan membuat
kamu lupa bagaimana cara untuk bersyukur.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis, yang juga sebagai peneliti, dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Musik Suara Alam Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Dan Radioterapi”.

Penulis menyadari bahwa tidak dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan baik tanpa adanya bimbingan, saran, bantuan, masukan, dan motivasi dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S. Kep., Ns., M. Kep selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan fasilitas kepada penulis dalam proses pengerjaan skripsi sekaligus ketua penguji saya dalam sidang skripsi yang telah meluangkan waktu, memberikan kritik, saran dan bimbingan dalam proses perbaikan skripsi saya.
2. Ibu Maria Theresia Arie Lilyana, S.Kep., Ns, M.Kep,Sp.KMB selaku sekretaris penguji saya dalam sidang skripsi saya yang telah meluangkan waktu, memberikan kritikan, saran dan bimbingan dalam proses perbaikan skripsi saya.

3. Ibu Linda Juwita, S. Kep., Ns., M. Kep selaku pembimbing utama yang memberikan saran, nasihat, meluangkan waktu, pikiran, kesabaran dalam membimbing dan memberikan motivasi selama penyusunan skripsi.
4. Ibu Ermalynda Sukmawati, S. Kep., Ns., M. Kep selaku pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu untuk memberi bimbingan dan arahan yang sangat berguna, motivasi hingga penulis menyelesaikan skripsi dengan baik.
5. Ibu Nia Novita Sari S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku pembimbing akademik yang dari awal hingga sekarang yang selalu membimbing dalam hal kegiatan pembelajaran di kampus.
6. Bapak/Ibu Dosen pengajar di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan ilmunya demi memperluas wawasan terhadap dunia keperawatan.
7. Seluruh Karyawan Tata Usaha Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah membantu dalam kelancaran dibidang administrasi.
8. Bagi seluruh responden di wilayah kerja Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Kalijudan Surabaya yang telah bersedia dan membantu dalam proses survei penelitian ini.
9. Bagi Puskesmas Pucang Sewu dan Puskesmas Kalijudan Surabaya yang memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian dan mendukung selama proses pendataan di wilayah kerjanya.
10. Kedua orang tua saya Bapak Marcellus Sabojiat dan Ibu Kemeria Tasiripoula, serta saudara kandung yang telah bekerja keras, memberikan

kasih sayang, semangat dan dukungan dalam bentuk moril maupun finansial selama pengerjaan skripsi.

11. Teman-teman seperjuangan angkatan 2018, senantiasa menemani dan memberikan dukungan serta motivasi bersemangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan di lapangan, serta bisa dikembangkan lebih lanjut.

Surabaya, 10 Oktober 2022

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
SURAT PERNYATAAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ix
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
HALAMAN MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
ABSTRAK	xvii
<i>ABSTRACT</i>	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Penelitian Umum.....	5
1.3.2 Penelitian Khusus	5
1.4 Manfaat penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Terapi Musik	7
2.1.1 Definisi Terapi Musik	7
2.1.2 Manfaat Terapi Musik.....	7
2.1.3 Manfaat Musik Suara Alam	8
2.1.4 Fungsi Musik Suara Alam.....	9
2.1.5 Mekanisme Musik Suara Alam Terhadap Kualitas Tidur.....	10

2.1.6 Proses Terapi Musik.....	10
2.2 Konsep Kualitas Tidur	11
2.2.2 Tujuan Tidur.....	11
2.2.3 Tahapan Siklus Tidur	12
2.2.4 Fisiologis Kualitas tidur	14
2.2.5 Masalah-Masalah Tidur.....	15
2.2.6 Faktor Mempengaruhi Kualitas Tidur.....	16
2.2.7 Hormon yang mempengaruhi Kualitas Tidur.....	18
2.2.8 Komponen Kualitas Tidur	20
2.2.9 Alat Ukur Kualitas Tidur.....	21
2.2.10 Penatalaksanaan Gangguan Tidur	22
2.3 Konsep Kanker.....	24
2.3.1 Definisi Kanker	24
2.3.2 Penyebab Kanker.....	24
2.3.3 Patofisiologi Kanker.....	26
2.3.4 Gejala Kanker.....	27
2.3.5 Jenis-jenis kanker	28
2.3.6 Stadium Kanker.....	30
2.3.7 Fase-fase Kanker	31
2.3.8 Pemeriksaan Penunjang Kanker.....	32
2.3.9 Pengobatan Kanker	33
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS.....	35
3.1 Kerangka Konseptual.....	35
3.2 Pengaruh Terapi Musik Suara Alam Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker yang menjalani Kemoterapi dan Radioterapi	36
3.3 Hipotesis.....	37
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	38
4.1 Desain Penelitian.....	38
4.2 Identifikasi Variabel Penelitian	39
4.2.1 Variabel Independen	39
4.2.2 Variabel dependen.....	39
4.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	40
4.4 Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel	40
4.4.1 Populasi	40
4.4.2 Sampel.....	41
4.4.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	42
4.5 Kerangka Kerja Penelitian	42
4.6 Metode Pengumpulan Data	44
4.6.1 Pengumpulan Data	44
4.6.2 Instrumen Penelitian.....	47
4.6.3 Waktu dan Lokasi Penelitian.....	48

4.7 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	49
4.7.1 Validitas	49
4.7.2 Reliabilitas.....	50
4.8 Teknik Analisa Data.....	51
4.8.1 <i>Editing</i>	51
4.8.2 <i>Scoring</i>	51
4.8.1 <i>Tabulating</i>	54
4.8.2 Uji Hipotesis.....	54
4.9 Etika Penelitian	54
4.9.1 Prinsip Manfaat	55
4.9.2 Prinsip Menghargai Hak Asasi Manusia (<i>respect human dignity</i>).....	55
4.9.3 Prinsip keadilan (<i>right to justice</i>).....	56
BAB 5 HASIL PENELITIAN.....	58
5.1 Karakteristik Lokasi Penelitian	58
5.1.1 Puskesmas Pucang Sewu.....	59
5.1.2 Puskesmas Kalijudan.....	60
5.2 Hasil Penelitian	62
5.2.1 Data Umum	62
5.2.2 Data Khusus	68
BAB 6 PEMBAHASAN	71
6.1 Kualitas Tidur Sebelum Dilakukan Terapi Musik Suara Alam	71
6.2 Kualitas Tidur Sesudah Dilakukan Terapi Musik Suara Alam	75
6.3 Pengaruh Terapi Musik Suara Alam Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Dan Radioterapi	78
6.4 Keterbatasan Penelitian	82
BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN.....	83
7.1 Kesimpulan.....	83
7.2 Saran.....	83
DAFTAR PUSTAKA	85
LAMPIRAN.....	93
ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN.....	121
ABSTRAK	123
<i>ABSTRACT</i>	124
PENDAHULUAN	125

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Puskesmas Pucang Sewu dan Kalijudan Surabaya 23 Mei-16 Juli 2022	60
Gambar 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di Puskesmas Pucang Sewu dan Kalijudan Surabaya 23 Mei-16 Juli 2022	61
Gambar 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan di Puskesmas Pucang Sewu dan Kalijudan Surabaya 23 Mei-16 Juli 2022.....	61
Gambar 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Pengobatan di Puskesmas Pucang Sewu dan Kalijudan Surabaya 23 Mei-16 Juli 2022	62
Gambar 5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan di Puskesmas Pucang Sewu dan Kalijudan Surabaya 23 Mei-16 Juli 2022	62
Gambar 5.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kanker di Puskesmas Pucang Sewu dan Kalijudan Surabaya 23 Mei-16 Juli 2022	63
Gambar 5.7 Karakteristik Responden Berdasarkan Stadium Kanker di Puskesmas Pucang Sewu dan Kalijudan Surabaya 23 Mei-16 Juli 2022	64
Gambar 5.8 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama menderita Penyakit di Puskesmas Pucang Sewu dan Kalijudan Surabaya 23 Mei-16 Juli 2022	64
Gambar 5.9 Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Terapi di Puskesmas Pucang Sewu dan Kalijudan Surabaya 23 Mei-16 Juli 2022	65

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Desain Penelitian Pengaruh Terapi Musik Suara Alam Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi dan Radioterapi	37
Tabel 4.2 Definisi Operasional	38
Tabel 4.3 Kisi-kisi Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI).....	44
Tabel 5.1 Distribusi data kualitas tidur sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik suara alam terhadap kualitas tidur pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi dan radioterapi di Puskesmas Pucang Sewu dan Kalijudan Surabaya pada tanggal 23 mei-16 Juli 2022.....	66
Tabel 5.2 Hasil Uji Normalitas Kualitas Tidur dengan <i>Kolmogorov-Smirnov Test</i>	67
Tabel 5.3 Hasil Uji Hipotesis Data Kualitas Tidur Pasien Kanker Pretest dan Post test dengan menggunakan Uji <i>Paired T-Test</i>	67

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Penjelasan Menjadi Responden Penelitian.....	90
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden	91
Lampiran 3. Lembar Data Demografi	92
Lampiran 4. Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI)	93
Lampiran 5. Standar Operasional Prosedur Terapi Musik Suara Alam67.....	95
Lampiran 6. Surat dari Fakultas Kepada DPMPTSP Kota Surabaya	97
Lampiran 7. Surat dari Fakultas Kepada Dinas Kesehatan Kota Surabaya	99
Lampiran 8. Surat dari Fakultas Keperawatan Kepada Puskesmas Pucang Sewu Surabaya.....	100
Lampiran 9. Surat dari Fakultas Keperawatan Kepada Puskesmas Kalijudan Surabaya.....	101
Lampiran 10. Surat Balasan Dari Dinas Penanaman Modal Pelayanan Terpadu Satu Pintu.....	102
Lampiran 11. Surat Balasan Dari Ijin Penelitian Dari Dinas Kesehatan Kota Surabaya	104
Lampiran 12. Surat Balasan Ijin Penelitian Dari Puskesmas Pucang Sewu Surabaya	106
Lampiran 13. Surat Balasan Penelitian Dari Puskesmas Kalijudan Surabay... ..	107
Lampiran 14. Hasil Uji Validitas Kuesioner PSQI	108
Lampiran 15. Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner PSQI	109
Lampiran 16. Hasil Uji Normalitas Kualitas Tidur.....	110
Lampiran 17. Hasil Uji Statistik Paired T-Test Kualitas Tidur	111
Lampiran 18. Rekapitulasi Data Responden.....	112
Lampiran 19. Dokumentasi Penelitian.....	114

ABSTRAK

PENGARUH TERAPI MUSIK SUARA ALAM TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA PASIEN KANKER YANG MENJALANI KEMOTERAPI DAN RADIOTERAPI

Oleh: Kristina Novianti Sabojjat

Kualitas tidur buruk dapat terjadi pada pasien kanker, akibat dari efek samping pengobatan yaitu kemoterapi dan radioterapi. Tujuan penelitian ini untuk membuktikan pengaruh terapi musik suara alam terhadap kualitas tidur pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi dan radioterapi. Desain penelitiannya adalah pra-eksperimental *one group pretest-posttest*. Populasi penelitian adalah seluruh pasien kanker Puskesmas Pucang Sewu dan Kalijudan Surabaya sebanyak 41 responden. Sampel penelitian yang memenuhi kriteria inklusi sejumlah 24 orang, menggunakan teknik *Purposive sampling*. Instrumen yang digunakan dalam variabel dependen kualitas tidur yaitu kuesioner *Pittsburgh Sleep Index Quality* (PSQI). Terapi musik suara alam dilakukan selama 8 kali selama sebulan 15 menit pada pasien kanker dapat menurunkan skor kualitas tidur secara signifikan. Uji hipotesis yang dilakukan adalah uji statistik *Paired T-test* $\alpha < 0,05$. Hasil penelitian menghasilkan *mean* skor kualitas tidur sebelum pemberian intervensi adalah $11,96 \pm 3,569$, *mean* skor kualitas tidur setelah intervensi adalah $5,63 \pm 2,516$. Selisih *mean* skor *pre* dan *post test* adalah -6,333 dan hasil uji hipotesis menggunakan *paired T-test* didapatkan $p=0.000$, menunjukkan adanya pengaruh signifikan terapi musik suara alam terhadap kualitas tidur pada pasien kanker. Terapi musik suara alam dapat memicu kondisi relaksasi dengan mengaktifkan gelombang otak alpha (α) yang memproduksi hormon serotonin dan endorfin yang dapat menimbulkan perasaan tenang dan rileks sehingga terjadi perubahan kualitas tidur pada pasien kanker.

Kata Kunci: Terapi Musik, Suara Alam, Kanker, Kemoterapi dan Radioterapi, Kualitas Tidur

ABSTRACT

THE EFFECT OF NATURAL SOUND MUSIC THERAPY ON SLEEP QUALITY IN CANCER PATIENTS TREATING CHEMOTHERAPY AND RADIOTHERAPY

By: Kristina Novianti Sabojat

Poor sleep quality can occur in cancer patients, as a result of side effects of treatment, namely chemotherapy and radiotherapy. The purpose of this study was to prove the effect of natural sound music therapy on sleep quality in cancer patients undergoing chemotherapy and radiotherapy. The research design is a pre-experimental one group pretest-posttest. The study population was all cancer patients in Pucang Sewu and Kalijudan Public Health Centers, Surabaya, with 41 respondents. The research sample that met the inclusion criteria was 24 people, using purposive sampling technique. The instrument used in the dependent variable of sleep quality is the pittsburgh Sleep Index Quality (PSQI) questionnaire. Natural sound music therapy performed 8 times a month for 15 minutes in cancer patients can significantly reduce sleep quality scores. The hypothesis test that was carried out was the paired T-test statistic test <0.05 . The result showed that the mean score of sleep quality before the intervention was 11.96 ± 3.569 , the mean score of sleep quality after the intervention was 5.63 ± 2.516 . The difference between the mean pre and post test scores was -6.333 and the result of hypothesis testing using paired T-test were $p=0.000$, indicating a significant effect of natural sound music therapy on sleep quality in cancer patient. Music therapy with natural sounds can trigger relaxation conditions by activating alpha (α) brain waves which produce serotonin and endorphins hormones which can cause feelings of calm and relaxation resulting in changes in sleep quality in cancer patients.

Keywords: Music Therapy, Nature Sounds, Cancer, Chemotherapy and Radiotherapy, Sleep Quality