

**PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK *MOZART* TERHADAP PENURUNAN  
DISMINORE PRIMER PADA REMAJA PUTRI SMP NEGERI 1 TANJUNG BUNGA  
KABUPATEN FLORES TIMUR PROVINSI NTT TAHUN 2018**

**SKRIPSI**



**Oleh :**

**EMILIANA BAREK KOTEN**

**NIM : 2014610045**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADewi  
MALANG  
2018**

## RINGKASAN

*Disminore* sama dengan sakit yang dirasakan pada saat datang bulan, ditandai oleh kejang otot berpusat pada dasar abdomen. Sakit saat datang bulan bisa berlangsung secara beragam berawal dari yang mudah, sedang hingga parah. Terapi yang dapat diberikan agar bisa mengurangi *disminore* primer yaitu dengan mendengarkan musik klasik *Mozart*. Musik klasik *Mozart* sangat berpengaruh dalam mengurangi *disminore* primer. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap penurunan *disminore* primer pada remaja putri di SMP Negeri 1 Tanjung Bunga. Desain penelitian ini adalah *One group pre and post test*, dan sampel diambil secara *quota sampling* dengan jumlah 40 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner dengan menggunakan analisa data uji *wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum mendengarkan musik klasik *Mozart* sebagian besar (80%) responden mengalami nyeri *disminore* primer sedang yaitu sebanyak 32 responden dan sesudah mendengarkan klasik Mozart sebagian besar (70%) dalam kondisi nyeri *disminore* ringan yaitu sebanyak 28 orang dan (30%) sebanyak 12 orang dalam kondisi tidak nyeri. Data dinyatakan signifikan Hi diterima, sehingga dirumuskan ada efek pengobatan dari musik klasik Mozart pada pengurangan *disminore* primer dari siswi SMP Negeri 1 Tanjung Bunga Kabupaten Flores Timur. Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa terapi musik klasik Mozart dapat mengurangi *disminore* primer. Perlu ditambahkan sampel untuk peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih dari 40 sampel dan durasi dalam mendengarkan musik klasik mozartnya harus lebih lama.

**Kata Kunci :** Disminore primer, remaja putri, klasik Mozart.

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan dalam kehidupan seseorang individu yang dinamis, yaitu perubahan perkembangan fisik, mental, emosional, dan sosial dari kanak-kanak menuju masa dewasa yang berlangsung pada 10 tahun ke dua masa kehidupan. Menurut WHO tahun 2016 menyatakan jika menuju dewasa berusia sepuluh sampai sembilan belas Tahun. Berdasarkan UU Nomor Empat Tahun 1979 tentang Ketenteraman Remaja mengemukakan bahwa remaja merupakan individu yang belum berusia 21 tahun belum menikah dan. belum melahirkan (Cahyaningsih, 2011). Pubertas merupakan sebuah proses yang sangat penting pada masa remaja yang lebih diutamakan proses biologis dan selanjutnya menuju kepada kemampuan reproduksi, yang merupakan suatu percepatan pertumbuhan (*Growth spurt*), timbul ciri-ciri seks sekunder, tercapai fertilitas serta terjadi perubahan psikologis yang menyolok. perkembangan secara biologis merupakan Perubahan yang paling awal muncul. Salah satu tandanya yaitu ditandai dengan remaja putri mengalami haid atau *menstruasi* (Cahyaningsih, 2011).

Secara ilmu medis *menstruasi* ialah terjadi pendarahan akibat dari rontoknya *endometrium* karena proses alami yang dialami oleh seorang wanita sebagai tanda tidak adanya pembuahan (Prawirohardjo dan Wiknjastro, 2011). *Menstruasi* dengan sendirinya berakhir jika wanita sudah mulai mengalami *menopause* antara usia lima puluh tahun. *Menstruasi* juga merupakan pelepasan *endometrium* ditandai adanya perdarahan. Kejadiannya ini sering datang setiap bulannya selain adanya pembuahan oleh sperma sehingga terjadi kehamilan yang sering disertai dengan *disminore* atau nyeri haid (Pribakti, 2010).

*Disminore* ialah kejang otot yang dirasakan pada waktu datang bulan seperti kram yang berpusat di perut bagian dasar. Keluhan sakit pada saat datang bulan atau *disminore* bisa timbul beragam keluhan, mulai yang mudah, sedang hingga parah sampai penderita pingsan. Keparahan *disminore* berkaitan langsung oleh waktu dan banyaknya darah pada saat datang bulan. *Disminore* dapat dibagi menjadi dua *disminore* primer dan *disminore* sekunder. Keluhan nyeri *disminore* primer seperti kram di tengah bagian bawah rahim yang dominan terjadi pada usia remaja. *Disminore* primer biasanya disertai nyeri pada kepala, enek, sakit perut, sampai apa yang dimakan dimuntahkan kembali. Hasil dari pemeriksaan penunjang tidak ada gangguan. Umumnya keluhan sakit saat haid/ *disminore* terasa pada saat sebelum darah haid keluar serta bertambah di hari pertama dan kedua haid (Prawirohardjo dan Wiknjosastro, 2011).

Berdasarkan data WHO pada tahun 2016 menunjukkan bahwa *disminore* primer dikeluhkan oleh 60-75% wanita muda. *Disminore* primer yang terjadi diantaranya 50% mengalami nyeri saat *menstruasi*. Biasanya 15% *disminore* dialami oleh remaja pada usia dua sampai tiga tahun awal *menstruasi* sering dialami saat usia di bawah dua puluh tahun (Laily dan Siti, 2013 ). Angka kejadian *disminore* di dunia sangat besar. Rata-rata wanita di setiap negara mengalami *disminore* lebih dari 50%. Prevelensi pada tahun 2016 di US kurang lebih 60% sekitar 72% di eropa utara. Sementara diperkirakan kurang lebih 55% wanita usia produktif di Indonesia mengalami nyeri haid atau *disminore*. Angka kejadian atau prevelensi dari data BKKBN provinsi Nusa Tenggara Timur di tahun 2012 sebanyak 64,25% diantaranya 54,89% *desminorea* primer, serta 9,36% adalah *desminore* sekunder. Meskipun tidak berbahaya secara garis besar, tapi sangat mengganggu aktivitas dan keseharian wanita yang mengalaminya. Derajat nyeri atau kualitas keluhan yang dialami setiap wanita pasti berbeda-beda. Masih ada wanita yang dapat melakukan aktifitas meskipun kadang merintih kesakitan, hingga tak dapat melakukan aktifitas akibat *disminore*. Terapi yang digunakan untuk

mengurangi *disminore* yaitu dengan terapi musik salah satu musik yaitu musik klasik *Mozart* (Ratmawati, 2016).

Menurut Musbikin irama klasik biasanya diiringi dengan nada pelan yang bersifat merilekskan sebagai bentuk pengobatan yang memiliki aspek terapeutik, sehingga sering digunakan untuk proses penyembuhan, menenangkan, dan memperbaiki kondisi fisik maupun kondisi psikologis pasien dan tenaga kesehatan. Hal ini bisa terjadi karena berdasarkan penelitian ditemukan adanya kesamaan antara system penghubung irama dengan system penghubung rasa sakit itu sendiri.

Musik klasik ialah Salah satu metode terapi non farmakologis yang bisa diberikan dengan teknik distraksi (Laily dan Siti, 2013). Alunan nada atau irama musik klasik itu sendiri memiliki manfaat sangat besar seperti merilekskan pikiran, kelegaan batin, dan memaksimalkan alunan, melodi, irama, serta keseimbangan yang berirama dan mendapatkan alunan beta dan gelombang alfa masuk ke bagian dalam telinga maka akan memunculkan rasa ketenangan dan menyiapkan otak untuk mendapatkan dampak rileksasi sehingga biasa membuat seseorang tertidur. Alunan nada atau musik pada umumnya memunculkan frekuensi getaran agar bisa menghasilkan respon untuk gendang telinga. Respon tersebut kemudian dihantarkan ke lapisan saraf sentral (*limbic system*) yang berfungsi sebagai media pengingat, dan kelenjar sentral di hypothalamus mempunyai lapisan saraf sentral, semuanya dapat melibatkan irama serta respon yang beragam.

Musik klasik yang digunakan yaitu musik klasik Mozart (Musbikin, 2009). Musik klasik Mozart sangat memberikan dampak positif untuk mengurangi *disminore* primer. Berdasarkan sebuah penelitian terbaru yang dilakukan oleh Prasetia (2015) di Depok, menemukan adanya pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap penurunan *disminore*. **Dimana** skala **nyeri** saat

**haid (*disminore*) responden terlihat** ada perubahan dari yang sebelumnya mengalami *disminore* berat sebanyak 20 %, *disminore* sedang 75 %, dan *disminore* ringan sebanyak 5 %.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SMP Negeri 1 Tanjung Bunga didapatkan remaja putri berjumlah 132 orang. Dari 132 orang tersebut, 40 orang mengalami *disminore* Primer. Sehingga peneliti ingin mengetahui apakah terapi musik klasik mozart mempunyai pengaruh pada penurunan *disminore* primer pada siswi SMP Negeri 1 Tanjung Bunga, Kabupaten Flores Timur, Provinsi NTT.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dari penelitian yang telah dijelaskan diatas, menerangkan permasalahan sebagai berikut: “ Apakah ada pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap penurunan *disminore* primer pada remaja putri di SMP Negeri 1 Tanjung Bunga ”?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1. Tujuan umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap penurunan *disminore* primer pada siswi yang sudah mengalami menstruasi di SMP Negeri 1 Tanjung Bunga.

### **1.3.2. Tujuan khusus**

- 1) Mengidentifikasi *disminore* primer pada remaja putri SMP Negeri 1 Tanjung Bunga sebelum mendengarkan musik klasik mozart.
- 2) Mengidentifikasi *disminore* primer sesudah mendengarkan musik klasik mozart.

- 3) Menganalisis apakah ada pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap *disminore* primer pada siswi di SMP Negeri 1 Tanjung Bunga.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

Efek dari eksperimen ini secara garis besar bermanfaat dalam mengembangkan ilmu keperawatan, terkhususnya keperawatan maternitas dalam mengkaji terapi musik klasik Mozart terhadap *disminore* primer dan eksperimen ini menyampaikan dedikasi kepada kalangan masyarakat dengan dunia medis bahwa pemahaman tentang pengaruh dari terapi musik klasik Mozart terhadap penurunan *disminore* primer.

### **1.4.2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi Lembaga Pendidikan

Sebagai informasi penting untuk institusi pendidikan bahwa ada berbagai cara dalam mengatasi atau mengurangi *disminore* primer yaitu salah satunya dengan cara mendengarkan musik klasik *Mozart*.

- b. Bagi Peneliti

Menambah wawasan dan pengetahuan tentang cara mengurangi *disminore* primer serta menambah wacana untuk mengembangkan teori yang terkait dengan topik penelitian, serta memperoleh pengetahuan tentang cara mengatasi *disminore* primer.

- c. Bagi Remaja Putri SMP Negeri 1 Tanjung Bunga

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah wawasan tentang bagaimana cara mengurangi *disminore* primer kepada remaja putri di SMP Negeri 1 Tanjung pada khususnya dan masyarakat luas umumnya.

d. Bagi Tenaga kesehatan

Menjadikan musik klasik mozart sebagai salah satu terapi non farmakologi bagi masalah *disminore* primer yang sering dialami remaja putri.

e. Bagi Peneliti Lain

Dapat dikembangkan oleh peneliti selanjutnya dan menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Araujo, M. Hubungan Terapi Musik Klasik Mozart Dengan Penurunan Disminore. *Jurnal Penelitian Ilmu Keperawatan*. 1(1) : 3-4.
- Bobak, L. dan Jensen, 2012. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta. Salemba Medika.
- Cahyaningsih, D.S. 2011. *Pertumbuhan Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta. CV. Trans Info Media.
- Koten, E. B . Pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap penurunan disminore primer. *Jurnal Penelitian Ilmu Keperawatan*. 1(1) : 50-51.
- Kumalasari, I dan Andhyantoro, I. 2012. *Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan Dan Keperawatan*. Jakarta. Salemba Medikal.
- Kusmiyati. 2016. Studi Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Upaya Penanganan Dismenore. *Jurnal Penelitian Keperawatan* 11 (1) : 47-48.
- Larasati dan Faridah. 2016. Dismenore Primer dan Faktor Risiko Dismenore Primer pada Remaja. *Jurnal Penelitian Keperawatan* 5(3) : 79-80.
- Latifah dan Kodiyat Marzuki. 2006. Wolfgang Amadeus Mozart komponis cilik dari Salzburg. Jakarta. Djambatan.
- Laily, Y. dan Siti, C. 2013. Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Intensitas Disminore Primer. *Jurnal Penelitian Ilmu Keperawatan* 3 (1) : 2- 3.
- Iis, S. 2014. Pengaruh Musik Klasik Mozart Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Disminore Primer. *Jurnal Penelitian Keperawatan* 1 (3) : 4.
- Made, N. 2013. **Pengaruh Disminore Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan* 3 (1) : 323-324.**
- Musbikin, I. 2009. *Kehebatan musik untuk mengasah kecerdasan anak*. Yogyakarta. Power Books (IHDINA).
- Nursalam, 2014. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta. Salemba Medika.
- Prawirohardjo, S. dan Wiknjosastro, H. 2011. *Ilmu Kandungan*. Jakarta. PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Pribakti B. 2010. *Tips dan Trik Merawat Organ Intim. Panduan Praktis Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta. Penerbit Buku CV Sagung Seto.
- Prawirohardjo, S. dan Wiknjosastro, H. 2014. *Ilmu Kandungan*. Jakarta. PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Ratmawati. 2016. Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Haid Primer. *Jurnal Penelitian Keperawatan* 3 (1) : 1-2.
- Rakhma, A. 2014. Gambaran Derajat Disminore dan Upaya Penanganan. *Jurnal Penelitian Keperawatan* 1 (2) : 2-3.

Samm, Z. dan Wahyuni, S. 2012. *Psikologi Kesehatan*. Depok. Raja Grafinda Persada.

Sari, D. 2007. Pengaruh Pemberian Terapi Musik Mozart Terhadap Tingkat Nyeri Menstruasi. *Jurnal Penelitian Keperawatan* 2(1) : 1-2.