

**SKRIPSI**

**PENGARUH TERAPI MUSIK MOZART TERHADAP  
PENURUNAN SKALA DISMENORE PRIMER  
PADA MAHASISWA DI ASRAMA  
KEBIDANAN POLTEKKES  
KEMENKES MEDAN  
TAHUN 2025**



**SHILFI NATAMA ALIYAH PANE**  
**NIM. P07124424141**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN  
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN  
TAHUN 2025**

## **SKRIPSI**

# **PENGARUH TERAPI MUSIK MOZART TERHADAP PENURUNAN SKALA DISMENORE PRIMER PADA MAHASISWA DI ASRAMA KEBIDANAN POLTEKKES KEMENKES MEDAN TAHUN 2025**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Terapan Kebidanan



**SHILFI NATAMA ALIYAH PANE**  
**NIM. P07124424141**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN  
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN  
TAHUN 2025**

## **HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS**

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

**Nama** : Shilfi Natama Aliyah Pane  
**NIM** : P07124424141  
**Tanggal** : 26 Juni 2025

Yang Menyatakan,

(Shilfi Natama Aliyah Pane)

## LEMBAR PERSETUJUAN

NAMA : SHILFI NATAMA ALIYAH PANE  
NIM : P07124424141  
JUDUL : PENGARUH TERAPI MUSIK MOZART TERHADAP  
PENURUNAN SKALA DISMENORE PRIMER PADA MAHASISWA  
DI ASRAMA KEBIDANAN POLTEKKES KEMENKES MEDAN  
TAHUN 2025

Skripsi Ini Telah Disetujui Oleh Pembimbing  
Tanggal 10 Juni 2025

Menyetujui

Pembimbing Utama

Ardiana Batubara, SST, M.Keb.  
NIP. 196605231986012001

Pembimbing Pendamping

Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes.  
NIP. 196004191981032001



Ketua Jurusan Kebidanan  
Poltekkes Medan

Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes  
NIP. 197002131998032001

## LEMBAR PENGESAHAN

### SKRIPSI

PENGARUH TERAPI MUSIK MOZART TERHADAP PENURUNAN SKALA DISMENORE  
PRIMER PADA MAHASISWA DI ASRAMA KEBIDANAN POLTEKKES KEMENKES  
MEDAN TAHUN 2025

Disusun oleh :

Shilfi Natama Aliyah Pane  
NIM. P07124424141

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 26 Juni 2025

### SUSUNAN DEWAN PENGUJI

**Ketua Penguji,**

Ardiana Batubara, SST, M.Keb.  
NIP. 196605231986012001

(  )

**Penguji Utama,**

Suswati, SST., M.Kes  
NIP. 196505011988032001

(  )

**Penguji II,**

Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes.  
NIP. 196004191981032001

(  )

Mengetahui,



**Ketua Jurusan Kebidanan**  
**Poltekkes Medan**

  
Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes  
NIP. 197002131998032001

**PENGARUH TERAPI MUSIK MOZART TERHADAP PENURUNAN  
SKALA DISMENORE PRIMER PADA MAHASISWA DI  
ASRAMA KEBIDANAN POLTEKKES KEMENKES  
MEDAN TAHUN 2025**

**Shilfi Natama Aliyah Pane**  
email: [shilfi19@gmail.com](mailto:shilfi19@gmail.com)

***ABSTRACT***

Nyeri haid dapat memengaruhi aktivitas sehari-hari dan menurunkan kualitas hidup. Musik Mozart diketahui memiliki efek relaksasi yang membantu menurunkan intensitas nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik Mozart terhadap penurunan skala dismenore primer. Penelitian menggunakan metode quasi eksperimen dengan rancangan *pretest-posttest one group*. Sampel berjumlah 32 mahasiswa Sarjana Terapan Kebidanan tingkat I yang mengalami dismenore dan tinggal di Asrama Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan. *Numeric Rating Scale (NRS)* digunakan untuk mengukur tingkat nyeri sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian, nilai rerata skala nyeri dismenore primer sebelum intervensi 4,11. Skala nyeri terendah 1 dan skala tertinggi 7. Setelah intervensi nilai rerata skala nyeri menurun menjadi 2,73. Skala nyeri terendah 1 dan skala tertinggi 5. Dengan uji *Paired t-test*, terapi musik Mozart berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan skala nyeri dismenore primer (*p-value* <0,001). Terapi musik Mozart dapat menjadi salah satu alternatif non-farmakologis dalam mengurangi nyeri haid karena efisien dan minim efek samping.

**Kata kunci :** Dismenore Primer, Terapi Musik Mozart, Nyeri Haid, Mahasiswa

**THE EFFECT OF MOZART MUSIC THERAPY ON REDUCING THE  
PRIMARY DYSMENORRHEA SCALE IN STUDENTS AT THE  
MEDAN HEALTH POLYTECHNIC OF MINISTRY OF  
HEALTH AT MIDWIFERY DORMITORY IN 2025**

**SHILFI NATAMA ALIYAH PANE**

**Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health  
Bachelor Program of Applied Health Science In Midwifery**

**email: shilfi19@gmail.com**

**ABSTRACT**

Menstrual pain can affect daily activities and reduce quality of life. Mozart music is known to have a relaxation effect that helps decrease pain intensity. This study aimed to determine the effect of Mozart music therapy on reducing the primary dysmenorrhea scale. The study used a quasi-experimental method with a pretest-posttest one-group design. The sample consisted of 32 first-year Applied Midwifery undergraduate students experiencing dysmenorrhea and residing in the Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health at Midwifery Dormitory. The Numeric Rating Scale (NRS) was used to measure pain levels before and after the intervention. The study results showed that the mean primary dysmenorrhea pain scale before the intervention was 4.11, with the lowest pain scale at 1 and the highest at 7. After the intervention, the mean pain scale decreased to 2.73, with the lowest pain scale at 1 and the highest at 5. With the Paired t-test, Mozart music therapy significantly affected the reduction of the primary dysmenorrhea pain scale ( $p$ -value  $< 0.001$ ). Mozart music therapy can be a non-pharmacological alternative for reducing menstrual pain as it is efficient and has minimal side effects.

**Keywords:** Primary Dysmenorrhea, Mozart Music Therapy, Menstrual Pain, Students



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“Pengaruh Terapi Musik Mozart Terhadap Penurunan Skala Dismenore Primer Pada Mahasiswa Di Asrama Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan Tahun 2025”**, sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Medan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan RI Medan.

Dalam hal ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Tengku Sri Wahyuni, SST., M.Keb selaku Plt. Direktur Poltekkes Kemenkes RI Medan yang telah memberikan kesempatan menyusun Skripsi ini.
2. Arihta Sembiring, SST, M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan yang telah memberikan kesempatan menyusun Skripsi ini dan memberikan izin untuk melakukan penelitian di Asrama Kebidanan Poltekkes Medan.
3. Yusniar Siregar, SST, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan yang telah memberikan kesempatan menyusun Skripsi ini.
4. Ardiana Batubara, SST, M.Keb selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah meluangkan waktu dan tenaga untuk membimbing, memberi saran dan masukan sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Yusrawati Hasibuan, SKM., M.Kes selaku Dosen Pembimbing Pendamping yang telah membimbing, memberi saran dan masukan sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Suswati, SST., M.Kes selaku Dosen Penguji yang telah memberi saran dan masukan sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan.

7. Ayahanda dan Ibunda yang telah mendukung, membimbing dan mengasuh Penulis dengan penuh kasih sayang. Terima kasih telah menjadi penyemangat dan motivasi bagi Penulis. Serta selalu memberikan semangat, doa, dukungan moril maupun materil sehingga Penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.
8. Terkhusus untuk Adik-adik Penulis dan keluarga besar Penulis terimakasih atas doa, dukungan dan kasih sayang selama ini.
9. Teman Kelas RPL/Alih Jenjang Sarjana Terapan Stambuk 2024/2025 yang sama-sama berjuang mengerjakan Skripsi ini.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan pahala atas segala amal baik yang telah diberikan dan semoga Skripsi ini berguna bagi semua pihak yang memanfaatkannya.

Medan, Juni 2025

Penulis

## DAFTAR ISI

|                                                               | Halaman |
|---------------------------------------------------------------|---------|
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                                   | i       |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                                       | iii     |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....                                     | v       |
| <b>DAFTAR GAMBAR</b> .....                                    | vi      |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....                                  | vii     |
| <br><b>BAB I PENDAHULUAN</b>                                  |         |
| A. Latar Belakang .....                                       | 1       |
| B. Rumusan Masalah .....                                      | 4       |
| C. Tujuan .....                                               | 4       |
| D. Ruang Lingkup .....                                        | 5       |
| E. Manfaat .....                                              | 5       |
| F. Keaslian Penelitian .....                                  | 7       |
| <br><b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>                            |         |
| A. Remaja.....                                                | 9       |
| B. Menstruasi .....                                           | 11      |
| C. Dismenore .....                                            | 13      |
| D. Terapi Musik .....                                         | 19      |
| E. Hubungan Terapi musik klasik dengan tingkat Dismenore..... | 23      |
| F. Kerangka Teori.....                                        | 24      |
| G. Kerangka Konsep .....                                      | 24      |
| H. Hipotesis.....                                             | 25      |
| <br><b>BAB III METODE PENELITIAN</b>                          |         |
| A. Jenis dan Desain Penelitian .....                          | 26      |
| B. Rancangan Penelitian.....                                  | 26      |
| C. Populasi dan Sampel .....                                  | 27      |
| D. Lokasi Penelitian .....                                    | 29      |
| E. Waktu Penelitian.....                                      | 29      |
| F. Variabel Penelitian.....                                   | 29      |
| G. Defenisi Operasional Variabel Penelitian .....             | 31      |
| H. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....                     | 32      |
| I. Instrumen Penelitian.....                                  | 32      |
| J. Uji Validitas dan Realibilitas .....                       | 33      |
| K. Prosedur Penelitian .....                                  | 33      |
| L. Manajemen Data .....                                       | 34      |
| M. Etika Penelitian .....                                     | 35      |

**BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

|                     |    |
|---------------------|----|
| A. Hasil .....      | 39 |
| B. Pembahasan ..... | 43 |

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

|                    |    |
|--------------------|----|
| A. Kesimpulan..... | 48 |
| B. Saran.....      | 48 |

|                             |           |
|-----------------------------|-----------|
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b> | <b>50</b> |
|-----------------------------|-----------|

|                       |           |
|-----------------------|-----------|
| <b>LAMPIRAN .....</b> | <b>53</b> |
|-----------------------|-----------|

## DAFTAR TABEL

|                                                                          | Halaman |
|--------------------------------------------------------------------------|---------|
| Tabel 1.1 Keaslian Penelitian .....                                      | 7       |
| Tabel 3.1 Defenisi Opersional Variabel .....                             | 31      |
| Tabel 4.1 Distribusi Mahasiswa Berdasarkan Usia .....                    | 40      |
| Tabel 4.2 Distribusi Mahasiswa Berdasarkan Siklus Menstruasi .....       | 40      |
| Tabel 4.3 Distribusi Mahasiswa Berdasarkan Lama Menstruasi .....         | 41      |
| Tabel 4.4 Distribusi Mahasiswa Berdasarkan Skala Nyeri (Pretest) .....   | 41      |
| Tabel 4.5 Distribusi Mahasiswa Berdasarkan Skala Nyeri (Post test) ..... | 42      |
| Tabel 4.6 Hasil Analisis Bivariat .....                                  | 42      |

## DAFTAR GAMBAR

|                                                        | Halaman |
|--------------------------------------------------------|---------|
| Gambar 2.1 <i>Verbal Descriptive Scale (VDS)</i> ..... | 17      |
| Gambar 2.2 <i>Numeric Rating Scale (NRS)</i> .....     | 18      |
| Gambar 2.3 <i>Visual Analog Scale (VAS)</i> .....      | 18      |
| Gambar 2.4 <i>Wong-Baker Pain Rating Scale</i> .....   | 19      |
| Gambar 2.5 Kerangka Tinjauan .....                     | 24      |
| Gambar 2.6 Kerangka Konsep Penelitian .....            | 24      |
| Gambar 3.1 Rancangan Penelitian .....                  | 26      |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                                                      | Halaman |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Lampiran 1 Surat Izin Melakukan Survei Penelitian .....                                              | 54      |
| Lampiran 2 Surat Izin Melakukan Penelitian.....                                                      | 55      |
| Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian .....                                                            | 56      |
| Lampiran 4 Penjelasan Untuk Mengikuti Penelitian (PSP) .....                                         | 57      |
| Lampiran 5 <i>Informed Consent</i> .....                                                             | 58      |
| Lampiran 6 Halaman Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah Untuk<br>Kepentingan Akademis ..... | 59      |
| Lampiran 7 Standar Operasional Pelaksanaan .....                                                     | 60      |
| Lampiran 8 Kuisioner Penelitian.....                                                                 | 61      |
| Lampiran 9 <i>Ethical Clearence</i> .....                                                            | 63      |
| Lampiran 10 Master Tabel .....                                                                       | 64      |
| Lampiran 11 Hasil Uji Analisis .....                                                                 | 65      |
| Lampiran 12 Draft Jurnal .....                                                                       | 66      |
| Lampiran 13 Turnitin .....                                                                           | 72      |
| Lampiran 14 Waktu Penelitan .....                                                                    | 73      |
| Lampiran 15 Kartu Bimbingan Skripsi .....                                                            | 74      |
| Lampiran 16 Dokumentasi Kegiatan Penelitan.....                                                      | 80      |
| Lampiran 17 Daftar Riwayat Hidup.....                                                                | 81      |