

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP PENURUNAN
KELUHAN PRE MENSTRUASI SINDROM DI SMK
KESEHATAN WIRAHUSADA KOTA MEDAN
TAHUN 2019**



ELIZABETH HANDAYANI ARITONANG
P07524415048

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
PRODI D-IV KEBIDANAN
TAHUN 2019**

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP PENURUNAN KELUHAN PRE MENSTRUASI SINDROM DI SMK KESEHATAN WIRAHUSADA KOTA MEDAN TAHUN 2019

Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Terapan Kebidanan



ELIZABETH HANDAYANI ARITONANG
P07524415048

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
PRODI D-IV KEBIDANAN
TAHUN 2019**

LEMBAR PESETUJUAN

NAMA : ELIZABETH HANDAYANI ARITONANG
NIM : P07524415048
JUDUL : PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP
PENURUNAN KELUHAN PRE
MENSTRUASI SINDROM DI SMK
KESEHATAN WIRAHUSADA KOTA
MEDAN TAHUN 2019

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI UNTUK DIPERTAHANKAN
PADA UJIAN SIDANG TANGGAL 17 JUNI 2019

Oleh :

PEMBIMBING UTAMA

Rismahara Lubis, SSiT, M.Kes

NIP.1973 07 27 1993 03 2001

PEMBIMBING PENDAMPING

Elizawarda, SKM, M.Kes

NIP. 1963 07 10 1983 02 2001

MENGETAHUI,
KETUA JURUSAN KEBIDANAN



Betty Mangkun, SST, M.Keb
NIP. 1966 09 10 1994 03 2001

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama Mahasiswa : Elizabeth Handayani Artonang
NIM : P07524415048
Program Studi/Jurusan : D-IV Kebidanan Medan
Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan
Keluhan Pre Menstruasi Sindrom Di SMK
Kesehatan Wirahusada Kota Medan Tahun 2019

Telah Berhasil Dipertahankan Di Hadapan Penguji Dan Diterima Sebagai Bagian
Persyaratan Yang Diperlukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan
Kebidanan Pada Program Studi Diploma IV Kebidanan Jurusan
Kebidanan Medan Poltekkes Kemenkes RI Medan
Pada Tanggal 17 Juni 2019

DEWAN PENGUJI

1. Ketua Penguji : Idau Ginting, SST, M.Kes ()
2. Penguji Utama : Rismahara Lubis, SSiT, M.Kes ()
3. Penguji Pendamping : Elizawarda, SKM, M.Kes ()

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Kebidanan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



Betty Mangkuji, SST, M.Keb
NIP. 1966 09 10 1994 03 2001

**PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP PENURUNAN KELUHAN
PRE MENSTRUASI SINDROM DI SMK KESEHATAN
WIRAHUSADA KOTA MEDAN TAHUN 2019**

Elizabeth Handayani Aritonang

**Poltekkes Kemenkes Medan
Prodi D-IV Kebidanan Medan
Email : elizabethhandayani3@gmail.com**

ABSTRAK

Pre Menstruasi Sindrom (PMS) merupakan gangguan siklus yang umum terjadi pada wanita muda dan pertengahan, ditandai dengan ketidaknyamanan atau keluhan-keluhan fisik dan psikologis, yang terjadi selama fase luteal pada siklus menstruasi atau akan mengalami 7-14 hari sebelum siklus menstruasi. Berbagai cara untuk membantu mengurangi keluhan PMS baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Dimana secara non farmakologis digunakan terapi musik, terapi musik adalah sebuah proses perlakuan dengan menggunakan musik untuk membantu meningkatkan dan mempertahankan kesehatan pasien secara fisik, emosional, intelektual, sosial dan spiritual sehingga dapat menghasilkan relaksasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Keluhan Pre Menstruasi Sindrom Di SMK Kesehatan Wirahusada Kota Medan Tahun 2019. Jenis penelitian yang digunakan adalah *Pre Eksperimental Design* dengan tipe *One Group Pretest-Posttest* tidak ada kelompok pembandingan. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling* sesuai dengan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi yang berjumlah 33 orang. Uji statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah Uji *Wilcoxon* dengan nilai $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keluhan PMS sebelum terapi musik menunjukkan nilai rata-rata 16,58 dan keluhan PMS setelah terapi musik menunjukkan nilai rata-rata 8,00. Setelah dianalisis dengan Uji *Wilcoxon* diperoleh $p\text{ value } 0,00 < 0,05$. Yang berarti terdapat pengaruh yang bermakna antara terapi musik terhadap penurunan keluhan pre menstruasi sindrom. Sebaiknya penderita yang mengalami PMS terapi musik merupakan cara non farmakologis yang mudah dan aman didapat untuk mengurangi keluhan penurunan PMS .

Kata Kunci : Pre Menstruasi Sindrom, Terapi Musik, Shortened Pre Menstrual Assesment Form (SPAF)

Daftar pustaka : 21 (2011-2019)

**THE EFFECT OF MUSIC THERAPY ON THE LOWERING OF
COMPLAINTS IN PRE-MENSTRUAL SYNDROME AT
WIRAHUSADA HEALTH VOCATIONAL SCHOOL
MEDAN IN 2019**

Elizabeth Handayani Aritonang

**Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health
Extention Program Of Applied Health Science In Midwifery
Email: elizabethhandayani3@gmail.com**

ABSTRACT

Pre Menstrual Syndrome (PMS) is a disorder that commonly occurs in young and middle-aged women, characterized by discomfort or physical and psychological complaints, occurs during the luteal phase of the menstrual cycle or will experience 7-14 days before the menstrual cycle. PMS complaints can be reduced both pharmacologically and non-pharmacologically. Music therapy is a non-pharmacological treatment that can reduce the complaint. Music therapy is a process of using music to help improve and maintain a patient's physical, emotional, intellectual, social and spiritual health so as to achieve relaxation. This study aims to determine the effect of music therapy on the reduction of premenstrual syndrome complaints at Wirahusada Health Vocational School in Medan in 2019. This study is a pre experimental study designed with one group pretest-posttest, without a comparison group. A number of 33 research samples were obtained through purposive sampling technique after fulfilling the inclusion and exclusion criteria. The data were tested by the Wilcoxon Test with a value of $\alpha = 0.05$. Through the research it is known that the average value of PMS complaints before the music therapy was 16.58 and after music therapy became 8.00, while through the Wilcoxon Test it was obtained the p value $0.00 < 0.05$ which means that there is a significant effect of music therapy on reduction of the complaints of pre menstrual syndrome. Women with PMS are advised to use music therapy to reduce non-pharmacological PMS complaints.

Keywords : Pre Menstrual Syndrome, Music Therapy, Shortened
Pre Menstrual Assessment Form (SPAF)
Reference : 22 (2011-2019)

**THE EFFECT OF MUSIC THERAPY ON THE LOWERING OF
COMPLAINTS IN PRE-MENSTRUAL SYNDROME AT
WIRAHUSADA HEALTH VOCATIONAL SCHOOL
MEDAN IN 2019**

Elizabeth Handayani Arintonang

**Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health
Extention Program Of Applied Health Science In Midwifery
Email: elizabethhandayani3@gmail.com**

ABSTRACT

Pre Menstrual Syndrome (PMS) is a disorder that commonly occurs in young and middle-aged women, characterized by discomfort or physical and psychological complaints, occurs during the luteal phase of the menstrual cycle or will experience 7-14 days before the menstrual cycle. PMS complaints can be reduced both pharmacologically and non-pharmacologically. Music therapy is a non-pharmacological treatment that can reduce the complaint. Music therapy is a process of using music to help improve and maintain a patient's physical, emotional, intellectual, social and spiritual health so as to achieve relaxation. This study aims to determine the effect of music therapy on the reduction of premenstrual syndrome complaints at Wirahusada Health Vocational School in Medan in 2019. This study is a pre experimental study designed with one group pretest-posttest, without a comparison group. A number of 33 research samples were obtained through purposive sampling technique after fulfilling the inclusion and exclusion criteria. The data were tested by the Wilcoxon Test with a value of $\alpha = 0.05$. Through the research it is known that the average value of PMS complaints before the music therapy was 16.58 and after music therapy became 8.00, while through the Wilcoxon Test it was obtained the p value $0.00 < 0.05$ which means that there is a significant effect of music therapy on reduction of the complaints of pre menstrual syndrome. Women with PMS are advised to use music therapy to reduce non-pharmacological PMS complaints.

Keywords : Pre Menstrual Syndrome, Music Therapy, Shortened
Pre Menstrual Assessment Form (SPAF)
Reference : 22 (2011-2019)

Lembaga Bahasa dan Pendidikan
TWINS ENGLISH



DAFTAR ISI

	Hal
Lembar Persetujuan	i
Lembar Pengesahan.....	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi	iv
Daftar Tabel.....	vi
Daftar Gambar	vii
Daftar Lampiran	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	
C.1 Tujuan umum	6
C.2 Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian	
D.1 Manfaat teoritis	6
D.2 Manfaat praktis.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Pre Menstruasi Sindrom (PMS)	9
A.1 Pengertian PMS.....	9
A.2 Penyebab PMS	9
A.3 Manifestasi Klinis PMS	11
A.4 Tipe-Tipe PMS	13
A.5 Klasifikasi PMS	15
A.6 Terapi PMS	16
B. Terapi Musik	17
B.1 Pengertian Terapi Musik	17
B.2 Jenis-jenis Terapi Musik	19
B.3 Manfaat Terapi Musik	21
B.4 Langkah-langkah Terapi Musik	23
B.5 Waktu Pelaksanaan Terapi Musik	25
B.6 Terapi Musik untuk PMS	26

C. Kerangka Teori.....	28
D. Kerangka Konsep	29
E. Definisi Operasional.....	29
F. Hipotesis.....	30

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian.....	31
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	31
C. Populasi dan Sampel Penelitian	32
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	33
E. Alat Ukur/Instrumen	34
F. Prosedur Penelitian.....	34
G. Teknik Pengolahan dan Analisis Data	35
H. Etika Penelitian	37

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	38
A.1 Analisis Univariat.....	38
A.2 Analisis Bivariat	39
B. Pembahasan	42
B.1 Tingkat Keluhan Pre Menstruasi Sindrom Di SMK Kesehatan Wirahusada Kota Medan Tahun 2019.....	42
B.2 Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Keluhan Pre Menstruasi Sindrom Di SMK Kesehatan Wirahusada Kota Medan Tahun 2019.....	45

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	52
B. Saran	53

DAFTAR PUSTAKA

Daftar Tabel

	Hal
Tabel 1.1 Perbedaan dan Persamaan Penelitian.....	8
Tabel 2.1 Defenisi Operasional.....	29
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Keluhan Pre Mentrupsi Sindrom Sebelum dan Sesudah Terapi Musik Di SMK Kesehatan Wirahusada Kota Medan Tahun2019.....	38
Tabel 4.2 Distribusi Hasil Uji Normalitas Menggunakan One-Kolmogrov Sminorv Test	40
Tabel 4.3 Distribusi Hasil uji Wilcoxon test paired atau Berpasangan Antara Terapi Musik Terhadap Penurunan Keluhan Pre Mentrupsi Sindrom Sebelum dan Sesudah Terapi Musik Di SMK Kesehatan Wirahusada Kota Medan Tahun2019.....	41

DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	28
Gambar 2.2 Kerangka konsep	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Waktu Penelitian
Lampiran 2	Surat Permohonan Survei Awal Penelitian
Lampiran 3	Surat Balasan Survei Awal Penelitian
Lampiran 4	Surat Izin Lahan Penelitian
Lampiran 5	Surat Balasan Penelitian
Lampiran 6	Etical Clreance
Lampiran 7	Lembar Persetujuan Menjadi Peserta Penelitian
Lampiran 8	Lembar Informed Consent Responden
Lampiran 9	Prosedur Langkah-langkah Terapi Musik
Lampiran 10	Lembar Observasi <i>Shortened Pre Menstrual Sindrom</i>
Lampiran 11	Master Tabel Frekuensi Sebelum Terapi Musik
Lampiran 12	Master Tabel Frekuensi Sesudah Terapi Musik
Lampiran 13	<i>Output</i> Komputerisasi SPSS
Lampiran 14	Lembar Konsultasi Bimbingan Skripsi
Lampiran 15	Dokumentasi Penelitian