

**IMPLEMENTASI TERAPI MUSIK ALAM PADA PASIEN PRA OPERASI  
DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR AKIBAT KECEMASAN  
DI RSUD KARDINAH KOTA TEGAL**



**TUGAS AKHIR**

**Oleh:**

**AULIA INTAN NURAENI**

**22130025**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA KEPERAWATAN  
POLITEKNIK HARAPAN BERSAMA TEGAL**

**2025**

**IMPLEMENTASI TERAPI MUSIK ALAM PADA PASIEN PRA OPERASI  
DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR AKIBAT KECEMASAN  
DI RSUD KARDINAH KOTA TEGAL**



**TUGAS AKHIR**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Mencapai Gelar Derajat

Ahli Madya

**Oleh:**

**AULIA INTAN NURAENI**

**22130025**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA KEPERAWATAN  
POLITEKNIK HARAPAN BERSAMA TEGAL**

**2025**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINAL

**Tugas Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar**

NAMA : AULIA INTAN NURAENI

NIM : 22130025

Tanda Tangan :



Tanggal : Tegal, 27 JUNI 2015

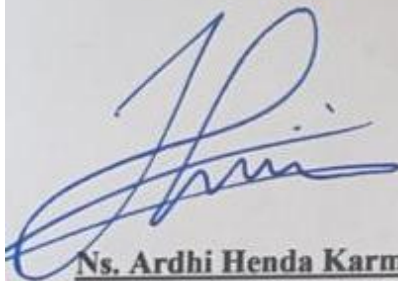
**HALAMAN PERSETUJUAN**  
**IMPLEMENTASI TERAPI MUSIK ALAM PADA PASIEN PRA OPERASI**  
**DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR AKIBAT KECEMASAN**

**Laporan Tugas Akhir Oleh :**



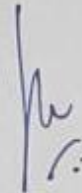
**DIPERIKSA DAN DISETUJUI OLEH :**

**PEMBIMBING I**



**Ns. Ardhi Henda Karmandika, M.Kep**  
**NIDN. 0615029303**

**PEMBIMBING II**



**Ulfatul Latifah, SKM.M.Kes**  
**NIDN. 0605018003**

## HALAMAN PENGESAHAN

Tugas akhir ini diajukan oleh :

Nama : Aulia Intan Nuraeni

NIM : 22130025

Skim TA : KTI/~~Tim-riset-Dosen~~/Publikasi\*)


Program Studi : Diploma Tiga Keperawatan

Judul Tugas Akhir : Implementasi Terapi Musik Alam Pada Pasien Pra operasi Dengan Gangguan Pola Tidur Akibat Kecemasan Di RSUD Kardinah Kota Tegal

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III keperawatan, Politeknik Harapan Bersama.

### TIM PENGUJI

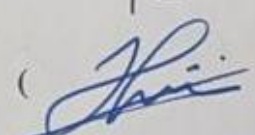
Ketua Penguji : Ns. Candra Andodo, M.Kep

(  )

Anggota Penguji 1 : Ns. Nanda Bachtiar, M.kep

(  )

Anggota Penguji 2 : Ns. Ardhi Henda Karmandika, M.Kep

(  )

Tegal, 22 juni 2025

Program Studi Diploma III Keperawatan

Ketua Program Studi,



Ns. Ardhi Henda Karmandika, M.Kep

NIPY.09.020.452

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan Rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul “IMPLEMENTASI TERAPI MUSIK ALAM PADA PASIEN PRA OPERASI DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR AKIBAT KECEMASAN)” Karya Tulis Ilmiah ini merupakan Tugas Akhir yang disusun untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan studi pada Program D-III Keperawatan. Dalam kesempatan ini penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung telah membantu dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, antara lain :

1. Bapak apt. Heru Nurcahyo, S.Farm., M.Sc. selaku Direktur Politeknik Harapan Bersama Tegal.
2. Bapak kaprodi D3 keperawatan Ns. Ardhi Henda Karmandika, M.Kep dan selaku pembimbing I saya, yang telah memberikan bimbingan, motivasi, petunjuk, dan arahan kepada penulis dalam kegiatan juga penyusunan laporan tugas akhir ini.
3. Ibu Ulfatul Latifah, SKM.M.Kes selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, motivasi, petunjuk, dan arahan kepada penulis dalam kegiatan juga penyusunan laporan tugas akhir ini.
4. Bapak dan Ibu dosen dan staff khususnya program studi diploma III Keperawatan Politeknik Harapan Bersama Kota Tegal.
5. Orang tua yang senantiasa mendoakan dan mengusahakan yang terbaik untuk saya hingga terselesaikannya Tugas Akhir ini.
6. Semua pihak yang membantu dalam penyusunan Tugas Akhir ini Penulis berharap semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan dapat dijadikan referensi demi pengembangan ke arah yang lebih baik. Semoga Allah Swt senantiasa melimpahkan rahmat dan ridha-Nya kepada kita semua

Tegal, 22 juni 2025

Aulia Intan Nuraeni

## MOTO DAN PERSEMBAHAN

“semua jatuh bangunmu hal yang biasa, angan dan pertanyaan waktu yang menjawabnya, berikan tenggat waktu bersedihlah secukupnya, rayakan perasaanmu sebagai manusia”

**-Baskara Putra (Hindia)-**

“jangan pernah merasa tertinggal, setiap orang punya proses dan rezeki-Nya masing-masing”

**-(Q.S Maryam Ayat : 4)-**

“ditengah sejuta ragu, aku berjalan melawan rasa takut itu, maka izinkan aku sampai pada tujuan itu, Tuhan”

### **Saya persembahkan untuk:**

1. Orang tua saya tercinta ibu saripah orang hebat yang selalu menjadi penyemangat saya sebagai sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Yang tiada hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta, Terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan saya. Terimakasih untuk semua do'a dan dukungan sampai bisa dititik ini. Sehat selalu dan hiduplah lebih lama lagi harus selalu ada disetiap perjalanan dan pencapaian hidup saya.
2. Seseorang yang tak kalah penting kehadirannya seseorang yang tidak bisa kusebutkan namanya terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis, terimakasih telah menjadi rumah, penyemangat dalam situasi apapun itu, pendamping dalam segala hal, mendukung ataupun menghibur. Terimakasih telah menguatkan ku dalam segala hal yang membuatku patah, dan terimakasih telah menjadi support sistem terbaik dalam hidup penulis.
3. Teman- teman saya yang selalu menjadi support yang baik satu sama lain, yang berjuang bersama-sama dalam mengerjakan tugas akhir ini, yang menghibur satu sama lain disaat merasa sedih merasa ingin menyerah.
4. Dan yang terakhir ingin mengucapkan terimakasih kepada diri saya sendiri, terimakasih telah bertahan sampai dengan detik ini, terimakasih atas segala

kerja keras dan semangatnya untuk tidak menyerah dalam mengerjakan karya tulis ilmiah ini.

## ABSTRAK

### IMPELEMENTASI TERAPI MUSIK ALAM PADA PASIEN PRA OPERASI DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR AKIBAT KECEMASAN DI RSUD KARDINAH KOTA TEGAL

**Nuraeni, Aulia Intan; Karmandika, Ardhi Henda; Latifah, Ulfatul**

**Latar belakang:** Gangguan tidur merupakan masalah yang sering dialami oleh pasien pra operasi, yang umumnya disebabkan oleh kecemasan menjelang tindakan pembedahan. Gangguan ini berdampak negatif terhadap stabilitas fisiologis dan psikologis. Salah satu upaya untuk mengatasi gangguan tidur adalah terapi musik alam, yang berfungsi meningkatkan kualitas tidur. **Tujuan:** Studi kasus ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan terapi musik alam terhadap kualitas tidur pasien pra operasi. **Metodologi:** Penelitian ini menggunakan rancangan studi kasus deskriptif dengan desain observasional. Penelitian ini dilakukan selama dua hari dengan frekuensi 2 kali sehari pada saat tidur siang dan malam hari. di RSUD Kardinah tegal terhadap pasien pra operasi yang mengalami gangguan tidur akibat kecemasan. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, serta menggunakan instrumen *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) untuk menilai kualitas tidur sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Pasien dalam studi kasus ini adalah pasien yang akan menjalani tindakan pembedahan dan mengalami gangguan tidur disertai kecemasan di RSUD Kardinah Tegal. **Hasil:** setelah dilakukan penerapan terapi musik alam selama dua hari pada pasien pra operasi yang mengalami gangguan tidur di RSUD Kardinah Tegal memperoleh hasil yaitu peningkatan kualitas tidur dengan skor instrumen *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) kurang dari 5. Pasien menyatakan tidur lebih nyenyak, keluhan sulit tidur dan kecemasan berkurang, durasi tidur membaik, serta memberikan respon positif terhadap efek menenangkan dari musik alam. **Rekomendasi:** bagi pasien pra operasi yang mengalami gangguan tidur akibat kecemasan yang berlebih dapat melakukan terapi musik alam secara mandiri untuk memperbaiki kualitas tidur.

**Kata kunci:** Terapi musik alam, gangguan tidur, kecemasan, pra operasi, PSQI

## ABSTRAK

### **IMPLEMENTATION OF NATURAL MUSIC THERAPY IN PRE-OPERATION PATIENTS WITH SLEEP PATTERN DISORDERS DUE TO ANXIETY AT KARDINAH HOSPITAL IN TEGAL CITY**

**Nuraeni, Aulia Intan; Karmandika, Ardhi Henda; Latifah, Ulfatul**

**Background:** Sleep disturbance is a common problem experienced by preoperative patients, which is generally caused by anxiety before the disease procedure. This disturbance has a negative impact on physiological and psychological stability. One effort to overcome sleep disturbance is nature music therapy, which functions to improve sleep quality. **Objective:** This case study aims to describe the application of nature music therapy to the sleep quality of preoperative patients. **Methodology:** This study uses a descriptive case study design with an observational design. This study was conducted for two days with a frequency of 2 times a day during naps and at night. at Kardinah Tegal Hospital on preoperative patients who experience sleep disturbances due to anxiety. Data were collected through interviews, observations, and using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) instrument to assess sleep quality before and after intervention. Patients in this case study were patients who were going to undergo surgery and experienced sleep disturbances accompanied by anxiety at Kardinah Tegal Hospital. **Results:** After implementing natural music therapy for two days on pre-operative patients experiencing sleep disorders at Kardinah Tegal Regional Hospital, the results obtained were an increase in sleep quality with a Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) instrument score of less than 5. Patients stated that they slept more soundly, complaints of difficulty sleeping and anxiety decreased, sleep duration improved, and they gave a positive response to the calming effects of natural music. **Recommendation:** for pre-operative patients experiencing sleep disorders due to excessive anxiety, they can carry out natural music therapy independently to improve sleep quality.

**Keywords:** Nature music therapy, sleep disorders, anxiety, preoperative, PSQI

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>MOTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
<b>BAB II TINJAUAN TEORITIS</b> .....	<b>7</b>
2.1 Konsep Dasar Pasien Pra operasi .....	7
2.2 Konsep Dasar Kecemasan .....	9
2.3 Konsep Dasar Gangguan Pola Tidur Akibat Kecemasan.....	12
2.4 Konsep Dasar Terapi Musik Alam.....	20
2.5 Konsep Asuhan Keperawatan.....	24
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>32</b>
3.1 Desain Studi Kasus.....	32
3.2 Subjek Studi .....	32
3.3 Fokus Studi Kasus .....	33
3.4 Definisi Operasional.....	34
3.5 Tempat dan Waktu Studi Kasus .....	35
3.6 Instrumen Studi kasus.....	35
3.7 Metode Pengumpulan Data .....	35
3.8 Langkah Studi Kasus.....	36

3.9 Pengelolaan Data .....	37
3.10 Penyajian data.....	37
3.11 Etika Studi Kasus .....	37
<b>BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>40</b>
4.1 Hasil Studi Kasus.....	40
4.2 Pembahasan .....	64
4.3 Keterbatasan .....	77
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>78</b>
5.1 Kesimpulan.....	78
5.2 Saran .....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>80</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Instrumen PSQI .....	19
Tabel 2.2 Tanda Mayor dan Minor Gangguan Pola Tidur .....	25
Tabel 2.3 Intervensi Keperawatan .....	27
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	34
Tabel 4.1 Indeks Barthel .....	43
Tabel 4.2 Pemeriksaan Laboratorium .....	49
Tabel 4.3 Terapi Obat .....	50
Tabel 4.4 Perumusan Masalah .....	52
Tabel 4.5 Perencanaan/Intervensi keperawatan .....	53
Tabel 4.6 Implementasi Keperawatan .....	55
Tabel 4.7 Evaluasi kperawatan .....	60

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SOAP Terapi Musik Alam .....	86
Lampiran 2 Lembar Surat Ijin Penelitian.....	88
Lampiran 3 Lembar Balasan Permohonan Penelitian .....	89
Lampiran 4 Lembar Bimbingan Tugas Akhir .....	90
Lampiran 5 Lembar Informed Consent.....	95
Lampiran 6 Lembar Kuisisioner PSQI Sebelum Dilakukan Tindakan.....	95
Lampiran 7 Lembar Kuisisioner PSQI Sesudah Dilakukan Tindakan .....	99
Lampiran 8 Foto Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian.....	103