

*Lampiran 1*

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR  
TERAPI MUSIK ALAM**

<b>Pengertian</b>	Terapi Musik Alam adalah suara yang berasal dari alam terdiri dari suara-suara seperti kicauan burung, ombak laut, hembusan angin, serta aliran air, dan dapat berfungsi sebagai terapi kesehatan.
<b>Tujuan</b>	Terapi musik alam ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas tidur
<b>Persiapan Alat dan Bahan</b>	Alat yang digunakan ada <ol style="list-style-type: none"> <li>1. headset dan media berupa handphone</li> <li>2. lembar observasi PSQI</li> <li>3. trolley</li> <li>4. sediakan handset</li> </ol>
<b>Pra Interaksi</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cek catatan keperawatan atau catatan medis klien</li> <li>2. Observasi gangguan pola tidur Pittsburgh Sleep Quality Index(PSQI)</li> <li>3. Siapkan alat dan bahan yang dibutuhkan</li> <li>4. Identifikasi faktor penyebab gangguan tidur</li> <li>5. Cuci tangan menggunakan air mengalir</li> </ol>
<b>Tahap Orientasi</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengucapkan salam terapeutik</li> <li>2. Identifikasi identitas pasien</li> <li>3. Jelaskan tujuan pemberian terapi musik alam, prosedur, dan lamanya tindakan pada klien dan keluarga</li> <li>4. Jaga privasi klien</li> </ol>
<b>Tahap Kerja</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berikan kesempatan klien bertanya sebelum kegiatan dilakukan</li> </ol>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Menanyakan keluhan utama pasien</li> <li>3. Pastikan pasien bersedia mendengarkan musik alam dan tidak ada unsur paksaan</li> <li>4. Bantu klien dalam posisi nyaman</li> <li>5. Batasi stimulasi eksternal seperti cahaya, pengunjung, panggilan telepon selama mendengarkan musik.</li> <li>6. Persiapkan headphone yang sudah tersambung bluetooth HP</li> <li>7. Pastikan perlengkapan dalam kondisi baik</li> <li>8. Nyalakan musik dan lakukan terapi musik</li> <li>9. Pastikan volume musik sesuai dan tidak terlalu keras</li> <li>10. Nyalakan musik selama 15-30 menit sampai pasien tertidur pulas.</li> </ol>
<b>Tahap Terminasi</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi hasil kegiatan (kenyamanan klien)</li> <li>2. Simpulkan hasil kegiatan</li> <li>3. Berikan umpan balik positif</li> <li>4. Kontrak pertemuan selanjutnya</li> <li>5. Akhiri kegiatan dengan cara yang baik</li> <li>6. Bereskan alat-alat</li> <li>7. Cuci tangan</li> <li>8. Dokumentasi (catat hasil kegiatan didalam catatan keperawatan</li> </ol>

## Lampiran 2



**POLITEKNIK HARAPAN BERSAMA**  
The True Vocational Campus

Tegal, 9 Mei 2025

Nomor : 039.03/KEP.PHB/V/2025  
Lampiran : -  
Hal : Permohonan ijin Penelitian

Kepada Yth :  
Direktur RSUD Kardinah Kota Tegal  
Di  
Tempat

Dengan hormat,  
Sehubungan dengan dilaksanakan Karya Tulis Ilmiah (KTI) di program Studi D III Keperawatan Politeknik Harapan Bersama Tegal, dengan ini kami mengajukan permohonan pengambilan data untuk mahasiswa kami yaitu :

NAMA : Aulia Intan Nuraeni  
NIM : 22130025  
SEMESTER : VI ( ENAM )  
JUDUL : IMPLEMENTASI TERAPI MUSIK ALAM PADA PASIEN PRA OPERASI DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR AKIBAT KECEMASAN.  
DATA YANG DIAMBIL : PASIEN PRA OPERASI DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR AKIBAT KECEMASAN

Demikian surat permohonan ini kami ajukan, mohon kiranya dapat dibantu bagi mahasiswa yang bersangkutan dalam melaksanakan kegiatan ini. Atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Ka Prodi Diploma III Keperawatan

Ns. Ardhi Henda Karmandika, M. Kep  
NIPY. 09.020.452

Tembusan:

1. Mahasiswa
2. Arsip

## Lampiran 3



**PEMERINTAH KOTA TEGAL**  
**RUMAH SAKIT UMUM DAERAH KARDINAH**

JL. Aip KS. TUBUN NO. 4 Tegal

Telp. (0283) 350377 / 350477 / 350577 / 341938, Fax (0283) 353131 KODE POS 52124

Nomor : 40.3.4 / 015 / V / 2025  
 Lampiran : -  
 Perihal : Balasan Permohonan Ijin Penelitian

Tegal, Mei 2025

Kepada Yth. **Direktur Politeknik Harapan Bersama**  
 di  
**TEMPAT**

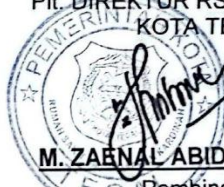
Memperhatikan surat dari Politeknik Harapan Bersama Nomor 041.03/KEP.PHB/V/2025 tanggal 09 Mei 2025, Perihal Surat Permohonan Ijin Penelitian. bersama ini disampaikan bahwa Permohonan atas :

Nama : AULIA INTAN NURAENI  
 Program Studi : D-III Keperawatan  
 Judul : IMPLEMENTASI TERAPI MUSIK ALAM PADA PASIE PRA OPERASI DENGAN GANGGAN POLA TIDUR AKIBAT KECEMASAN

Dijijinkan dan selanjutnya proses pelaksanaan mengikuti prosedur/ketentuan yang berlaku di RSUD Kardinah.

Demikian, atas perhatiannya disampaikan terima kasih.

Pit. DIREKTUR RSUD KARDINAH  
 KOTA TEGAL



**M. ZAENAL ABIDIN, SKM, MM**  
 Pembina Tk.I

NIP. 19680514 198801 1 001

## Lampiran 4

## FORM BIMBINGAN TUGAS AKHIR

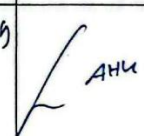
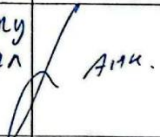



## Pembimbing 1

## Identitas Mahasiswa:

Nama : Aulia Intan Nurani  
 NIM : 22130025  
 Judul TA : Implementasi Teknik Relaksasi Terapi musik Alam pada  
 Pasien pra-operasi Dengan Gangguan pola Tidur Akibat  
 Kecemasan.

## Identitas Pembimbing 1:

Nama : Ns. Ardi Henda Karmandika M. kep  
 NIDN : 0615029303

Hari/Tgl	Materi Konsultasi	Paraf Pembimbing 1
Rabu, 16 April	Bab 2, Lanjutkan tambahkan tentang cara menghitung tingkat pola tidur. tambahkan musik alam apa yg akan digunakan.	 Ardi.
21/04 25	Tambahkan terapi musik alamnya apa, berapa lama. campuran musiknya apa.	 Ardi.
21/12 24	Revisi bab 2 bagian 2.1	
25/01 27	Revisi Bab 2 bagian 2.5 Tambahkan tabel preel	
26/1/25	Revisi Bab 3. bagian 3.2.	

29/1/25	Revisi bab 3 link tambahkan jasa youtub dan spesifikasi	f
30/4/25	Acc proposal	f
12/5/25	Konsul Bab IV - V Revisi tambahkan pembahasan.	f
16/6/25	Revisi bab 4 Analisa data. DO	f
19/6/25	Revisi bab 4.5 bagian pembahasan.	f

Catatan: 25/6/25

~~Acc KTI~~  
Hammadat

Aa Sidang Hary



## FORM BIMBINGAN TUGAS AKHIR






## Pembimbing 2

Identitas Mahasiswa:

Nama : Aulia Intan NuraniNIM : 22130025Judul TA : Implementasi Teknik Relaksasi Terapi Musik Alam Pada Pasien pra-operasi dengan gangguan pola tidur akibat kecelakaan.

Identitas Pembimbing 2:

Nama : Ulfaul Lathifah, SKM. M.kesNIDN : 06.05.01.8003

Hari/Tgl	Materi Konsultasi	Paraf Pembimbing 2
16/9/25	Revisi bab 1 bagian paragraf pertama dan ada beberapa yg dihapus	
24/9/25	Bab 1 revisi tambahkan di 2.2 dan 2.3	
25/9/25	Revisi Bab III di bagian referensi operasional.	
	Acc proposal.	
17/10/25	Revisi Bab 4 bagian pengkajian. Bab 5 bagian pembahasan.	

19/6	15	GAZ 4 - revisi sesuai saran tambahan foto sesuai dan masalah di tembakkan oleh Bakti Pulan	✓
25/6	25	<del>Revisi</del> Bab 4 5 bagian. diagnosis, intervensi, tambahkan: status	✓
25/6	25	Revisi Bab 4 + r siapkan ur usi status KT1	✓

**Lampiran 5****INFORMED CONSENT  
(Persetujuan Menjadi Responden)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama (Inisial) : Ny. N

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 50 Tahun

Setelah mendapatkan penjelasan secara rinci tentang studi kasus dengan judul "Implementasi Terapi Musik Alam Pada Pasien Pra Operasi Dengan Gangguan Pola Tidur Akibat Kecemasan" saya memahami tujuan dan manfaat dari studi kasus ini. Dengan sukarela dan tanpa paksaan, saya bersedia untuk berpartisipasi menjadi responden dalam studi kasus ini.

Tegal, 19 Mei 2025

Responden



(Responden)

## Lampiran 6

19 Mei 2025

## LEMBAR OBSERVASI

## Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)

1. Pukul berapa biasanya anda mulai tidur malam? *jam 21.00*
2. Berapa lama anda biasanya baru bisa tertidur tiap malam? *1 jam lebih*
3. Pukul berapa anda biasanya bangun pagi? *jam 3 pagi*
4. Berapa lama anda tidur dimalam hari? *4 jam*

5.	Seberapa sering masalah dibawah ini mengganggu tidur anda?	Tidak pernah dalam sebulan terakhir (0)	1x seminggu (1)	2x Seminggu (2)	$\geq 3$ x Seminggu (3)
a.	Tidak mampu tertidur selama 30 menit sejak berbaring				✓
b.	Terbangun ditengah malam atau dini hari				✓
c.	Terbangun untuk ke kamar mandi				✓
d.	Sulit bernapas dengan baik	✓			
e.	Batuk atau merokok	✓			
f.	Kedinginan dimalam hari		✓		
g.	Kepanasan dimalam hari	✓			
h.	Mimpi buruk	✓			
i.	Terasa nyeri		✓		
j.	Alasan lain <i>kelelahan</i>				✓
6.	Selama sebulan terakhir seberapa sering anda menggunakan obat tidur	✓			
7.	Selama sebulan terakhir, berapa sering anda mengantuk ketika melakukan aktivitas	✓			
		Tidak antusias	Kecil	Sedang	Besar
8.	Selama satu bulan terakhir berapa		✓		

	banyak masalah yang anda dapatkan dan seberapa antusias anda selesaikan permasalahan tersebut?				
		Sangat baik (0)	Cukup baik (1)	Cukup buruk (2)	Sangat buruk (3)
9.	Selama sebulan terakhir bagaimana anda menilai kepuasan tidur anda?				✓

Keterangan skor: ||

0 = sangat baik

1 = cukup baik

2 = agak baik

3 = sangat buruk

Untuk menentukan skor akhir yang menyimpulkan kualitas tidur keseluruhan, jumlahkan semua hasil skor mulai dari komponen 1 sampai 7 dengan hasil skor:

Baik =  $\leq 5$

Buruk =  $\geq 5$

Tabel instrumen PSQI

No.	Komponen	No.item	Sistem penilaian	
			jawaban	Nilai skor
1.	Kualitas tidur subyektif	9	Sangat baik	0
			Baik	1
			Kurang	2
			Sangat kurang	3
2.	Latensi tidur	2	≤5 menit	0
			16-30 menit	1
			31-60 menit	2
			>60 menit	3
	5a	Tidak pernah ix seminggu 2x seminggu >3x seminggu	0	0
			1	1
Skor latensi tidur	2+5a	0	0	
		1-2	1	
		3-4	2	
		5-6	3	
3.	Durasi tidur	4	>7 jam	0
			6-7 jam	1
			5-6 jam	2
			<5 jam	3
4.	Efisiensi tidur Rumus: Durasi tidur: lama di tempat tidur) x 100%	1,3,4	>85%	0
			75-84%	1
			65-74%	2
			<65%	3
			*durasi tidur (no.4)	$\frac{A}{B} \times 100\% = 80\%$

	*lama tidur (kalkulasi respon no. 1 dan 3)			
5.	Gangguan tidur	5b, 5c, 5d, 5e, 5f, 5g, 5h, 5i, 5j	0 1-9 10-18 19-27	0 ① 2 3
6.	Penggunaan obat	6	Tidak pernah 1x seminggu 2x seminggu >3x seminggu	① 1 2 3
7.	Disfungsi siang hari	7	Tidak pernah 1x seminggu 2x seminggu >3x seminggu	① 1 2 3
		8	Tidak antusias Kecil Sedang besar	0 ① 2 3
		7+8	0 1-2 3-4 5-6	0 ① 2 3

Keterangan skor: 11.

0 = sangat baik

1 = cukup baik

2 = agak baik

3 = sangat buruk

Untuk menentukan skor akhir yang menyimpulkan kualitas tidur keseluruhan, jumlahkan semua hasil skor mulai dari komponen 1 sampai 7 dengan hasil skor:

Baik =  $\leq 5$

Buruk =  $\geq 5$

## Lampiran 7

21 Mei 2025

## LEMBAR OBSERVASI

## Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)

1. Pukul berapa biasanya anda mulai tidur malam? 21 00
2. Berapa lama anda biasanya baru bisa tertidur tiap malam? 30 menit
3. Pukul berapa anda biasanya bangun pagi? 04.30
4. Berapa lama anda tidur dimalam hari? 7 JAM

5.	Seberapa sering masalah dibawah ini mengganggu tidur anda?	Tidak pernah dalam sebulan terakhir (0)	1x seminggu (1)	2x Seminggu (2)	≥3 x Seminggu (3)
a.	Tidak mampu tertidur selama 30 menit sejak berbaring	✓			
b.	Terbangun ditengah malam atau dini hari	✓			
c.	Terbangun untuk ke kamar mandi	✓			
d.	Sulit bernapas dengan baik	✓			
e.	Batuk atau merokok	✓			
f.	Kedinginan dimalam hari	✓			
g.	Kepanasan dimalam hari	✓			
h.	Mimpi buruk	✓			
i.	Terasa nyeri	✓			
j.	Alasan lain	✓			
6.	Selama sebulan terakhir seberapa sering anda menggunakan obat tidur	✓			
7.	Selama sebulan terakhir, berapa sering anda mengantuk ketika melakukan aktivitas		✓		
		Tidak antusias	Kecil	Sedang	Besar
8.	Selama satu bulan terakhir berapa		✓		

	banyak masalah yang anda dapatkan dan seberapa antusias anda selesaikan permasalahan tersebut?				
		Sangat baik (0)	Cukup baik (1)	Cukup buruk (2)	Sangat buruk (3)
9.	Selama sebulan terakhir bagaimana anda menilai kepuasan tidur anda?	✓			

Keterangan skor: 4

0 = sangat baik

1 = cukup baik

2 = agak baik

3 = sangat buruk

Untuk menentukan skor akhir yang menyimpulkan kualitas tidur keseluruhan, jumlahkan semua hasil skor mulai dari komponen 1 sampai 7 dengan hasil skor:

Baik =  $\leq 5$

Buruk =  $\geq 5$

Tabel instrumen PSQI

No.	Komponen	No.item	Sistem penilaian	
			jawaban	Nilai skor
1.	Kualitas tidur subyektif	9	Sangat baik	0
			Baik	1
			Kurang	2
			Sangat kurang	3
2.	Latensi tidur	2	≤5 menit	0
			16-30 menit	1
			31-60 menit	2
			>60 menit	3
	5a	Tidak pernah	0	
1x seminggu	1			
2x seminggu	2			
>3x seminggu	3			
	Skor latensi tidur	2+5a	0	0
			1-2	1
			3-4	2
			5-6	3
3.	Durasi tidur	4	>7 jam	0
			6-7 jam	1
			5-6 jam	2
			<5 jam	3
4.	Efisiensi tidur Rumus: Durasi tidur: lama di tempat tidur) x 100%  *durasi tidur (no.4)	1,3,4	>85%	0
			75-84%	1
			65-74%	2
			<65%	3
			$\frac{7}{7,50} \times 100 \% = 93\%$	

	*lama tidur (kalkulasi respon no. 1 dan 3)			
5.	Gangguan tidur	5b, 5c, 5d, 5e, 5f, 5g, 5h, 5i, 5j	0 1-9 10-18 19-27	0 1 2 3
6.	Penggunaan obat	6	Tidak pernah 1x seminggu 2x seminggu >3x seminggu	0 1 2 3
7.	Disfungsi siang hari	7	Tidak pernah 1x seminggu 2x seminggu >3x seminggu	0 1 2 3
		8	Tidak antusias Kecil Sedang besar	0 1 2 3
		7+8	0 1-2 3-4 5-6	0 1 2 3

Keterangan skor: 4

0 = sangat baik

1 = cukup baik

2 = agak baik

3 = sangat buruk

Untuk menentukan skor akhir yang menyimpulkan kualitas tidur keseluruhan, jumlahkan semua hasil skor mulai dari komponen 1 sampai 7 dengan hasil skor:

Baik =  $\leq 5$

Buruk =  $\geq 5$

*Lampiran 8*





