

**STUDI KOMPARASI PEMBERIAN TERAPI MUSIK DAN TERAPI
BACAAN AL QUR'AN TERHADAP PERUBAHAN INTENSITAS NYERI
DISMENOREA PADA MAHASISWI STIKES 'AISYIYAH
YOGYAKARTA TAHUN 2012**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun Oleh:
SISKA ROSNALIDA
080201050**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2012**


HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PROMOSI KESEHATAN TERHADAP SIKAP REMAJA
TENTANG MEROKOK DI SMP MUHAMMADIYAH 1 MINGGIR SLEMAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun Oleh:
Siska Rosnalida
080201050**

 Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Program Studi Ilmu Keperawatan
di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah
Yogyakarta

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal : 08 Agustus 2012

Menyetujui
Pembimbing,

Sri Hendarsih, S.Kp., M.Kes

A COMPARATIVE STUDY OF GIVING MUSIC THERAPY AND READING QUR'AN ON TREATING DISMINOREA PAIN INTENSITY ON STUDENTS OF STIKES AISYIYAH YOGYAKARTA ON YEAR 2012

Siska Rosnalida & Sri Hendarsih

Program Profesi Ners-Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

Abstract: Dimenorea is a pain that occurs during menstruation. The pain can interfere a one's daily activities if we she does not take any action to treat it. One of the most effective treatments is by giving music and giving Qur'an. Qur'an reading is believed can calm down and reassure one's soul. To reveal the effectiveness of music therapy and Qur'an reading therapy on PSIK students of Stikes' Aisyiyah Yogyakarta on the year of 2012. This study used quasi experiments design. The samples of this study were 20 PSIK students of Stikes' Aisyiyah Purposive sampling technique was used as to determine the sample. The data were taken by dividing the 20 respondents into two groups: the first group was experimental group of music therapy and the second group was experimental group of Qur'an reading therapy. The NRS (Numerical Rating Scale) was used to test the respondents before and after music therapy and Qur'an reading therapy. To determine the differences in disminorhea pain intensity, the researcher used Chi-Square test while to determine the changes in disminorhea pain intensity the researcher used the Wilcoxon Sign Rank Test. The result of Wilcoxon Sign Rank test of the music therapy showed the Z value 2.913 and $p=0.004$. Meanwhile, the result of Wilcoxon Sign Rank test of the music therapy showed the Z value 2.070 and $P= 0.038$. The differences in disminorhea pain intensity which was treated by using music therapy and Qur'an reading therapy on Chi-Square test showed 6.667 and $p = 0.010$ at $dk = 1$ as 3.841, so $> (6.667 > 3.841)$ and $p < 0.05$ ($0.010 < 0.05$). There is a significant difference in disminorhea pain intensity which was treated by Using music and Qur'an reading therapy on PSIK students of Stikes' Aisyiyah Yogyakarta in 2012.

Keywords : Disminorhea, Music Therapy, Qur'an Reading Therapy

Abstrak: Dismenorea adalah rasa nyeri yang terjadi saat menstruasi. Nyeri yang hebat saat menstruasi jika tidak segera diatasi dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Salah satu distraksi yang paling efektif adalah musik dan bacaan Al Qur'an. Tujuannya diketahuinya perbedaan perubahan intensitas nyeri disminorhea dengan pemberian terapi musik dan terapi bacaan Al Qur'an pada mahasiswi PSIK Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2012. Desain penelitian ini adalah quasi eksperimen. Sampel dari penelitian ini 20. metode pengambilan sampel dengan menggunakan teknik purposive sample. Pemberian tanda pada skala nyeri menggunakan NRS (Numerical Rating Scale) sebelum dan sesudah diberikan terapi musik dan terapi bacaan Al Qur'an selama 15 menit. Teknik analisa statistik untuk mengetahui perbedaan intensitas nyeri disminorhea dengan pemberian terapi musik dan terapi bacaan Al-Qur'an menggunakan Uji Chi-Square dan untuk mengetahui perubahan intensitas nyeri disminorhea dengan pemberian terapi musik dan terapi bacaan Al-Qur'an menggunakan Wilcoxon Sign Rank Test. Pemberian terapi musik menggunakan Wilcoxon Sign Rank Test diketahui nilai Z hitung sebesar 2,913 dan nilai $p=0,004$. pemberian terapi bacaan Al-Qur'an menggunakan Wilcoxon Sign Rank Test diketahui nilai Z hitung sebesar 2,070 dan nilai $p=0,038$. Perbedaan intensitas

nyeri disminorea dengan pemberian terapi musik dan terapi bacaan Al-Qur'an menggunakan Uji Chi-Square diketahui χ^2_{hitung} sebesar 6,667 dan nilai $p=0,010$. Pada χ^2_{tabel} dengan $dk=1$ sebesar 3,841, maka $\chi^2_{hitung} > \chi^2_{tabel}$ ($6,667 > 3,841$) dan $p < 0,05$ ($0,010 < 0,05$). Kesimpulannya terdapat perbedaan perubahan yang signifikan terhadap intensitas nyeri disminorea dengan pemberian terapi musik dan terapi bacaan Al Qur'an pada mahasiswi PSIK Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2012.

Kata Kunci : Disminorea, Terapi Musik, Terapi Bacaan Al Qur'an

PENDAHULUAN

Menurut Maslow, kebutuhan rasa nyaman merupakan kebutuhan dasar setelah kebutuhan fisiologis yang harus terpenuhi. Kebutuhan rasa nyaman adalah suatu keadaan yang membuat seseorang merasa nyaman, terlindung dari ancaman psikologis, bebas dari rasa sakit terutama nyeri (Carpenito, 2001). Nyeri merupakan salah satu gangguan rasa nyaman, seseorang yang mengalami nyeri akan berdampak pada aktivitasnya sehari-hari, seperti terganggu dalam pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur, serta berpengaruh pada aspek interaksi sosial yang dapat berupa menghindari percakapan, menarik diri, dan menghindari kontak (Potter & Perry, 2005).

Ada beberapa gangguan menstruasi yang sering terjadi pada remaja putri, diantaranya gangguan siklus berupa, tidak adanya menstruasi sampai tiga bulan berturut-turut (amenorea), menstruasi yang banyak dan lama (menorhagia), dan yang lebih sering terjadi pada remaja putri yaitu nyeri pada saat menstruasi (dismenorea). Dismenorea adalah rasa nyeri yang terjadi saat menstruasi. Sifat dan derajat rasa nyeri bervariasi yaitu dari yang ringan sampai berat. Nyeri yang hebat saat menstruasi jika tidak segera diatasi dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (PKBI, 2002). Dismenorea dibagi menjadi dua yaitu dismenorea primer dan dismenorea sekunder. Dismenorea primer terjadi beberapa waktu setelah menarche, biasanya setelah 12 bulan atau lebih. Rasa nyeri timbul menjelang menstruasi atau bersamaan dengan permulaan menstruasi dan berlangsung untuk beberapa jam, walaupun pada beberapa kasus dapat berlangsung beberapa hari (Prawirohardjo, 2005). Dismenorea sekunder terjadi pada wanita yang sebelumnya tidak mengalami nyeri menstruasi dan berkaitan dengan endometriosis (Glasier & Gebbie, 2006).

Berdasarkan data dari berbagai negara, angka kejadian dismenorea di dunia cukup tinggi. Diperkirakan sekitar 50% dari seluruh wanita di dunia menderita akibat dismenorea dalam sebuah siklus menstruasi (Lewellyn, 2005). Di Pennsylvania dilaporkan 60% pelajar wanita menderita dismenorea yang hebat (Coco, 2005). Selanjutnya, di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalami dismenorea dan 10-15% diantaranya mengalami dismenorea berat, yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun dan ini akan menurunkan kualitas hidup pada individu masing-masing. Bahkan diperkirakan perempuan di Amerika kehilangan 1,7 juta hari kerja setiap bulan akibat dismenorea. Di Indonesia angka kejadian dismenorea primer sebesar 54,89% sedangkan sisanya adalah penderita tipe sekunder (Qittun, 2008). Sedangkan pada studi epidemiologi yang dilakukan di Amerika Serikat melaporkan prevalensi dismenorea 59,7%, yang dapat dikategorikan dismenorea berat sebanyak 12%, dismenorea sedang sebanyak 37% dan dismenorea ringan 49%. Studi ini juga melaporkan bahwa dismenorea menyebabkan 14% remaja sering tidak masuk sekolah (French, 2005). Lebih lanjut dalam sebuah studi longitudinal yang dilakukan di Swedia melaporkan dismenorea

terjadi pada 90% wanita yang berusia kurang dari 19 tahun dan 67% wanita yang berusia 24 tahun (French, 2005).

Apabila dismenorea tidak diatasi dengan baik, maka akan mengakibatkan suatu kondisi yang memprihatinkan yaitu tidak bisa konsentrasi dalam belajar, ketinggalan mata pelajaran, dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Dismenorea dapat diminimalkan melalui penatalaksanaan farmakologis dan non farmakologis. Penatalaksanaan farmakologis dilakukan dengan memberikan obat-obatan non steroid anti prostaglandin seperti asam mefenamat, asetamenofen, indometasin, fenilbutazon, dan asam arialkanoat (ibuprofen, fenoprofen, naproksen) (Baziad, 2008). Sedangkan penatalaksanaan non farmakologis antara lain distraksi (teknik untuk mengalihkan perhatian dari perasaan nyeri pasien. Salah satu distraksi yang paling efektif adalah musik, yang dapat menurunkan nyeri fisiologis, stres, dan kecemasan dengan mengalihkan perhatian seseorang dari nyeri), *guided imagery*, relaksasi, *anticipatory guidens* (bimbinganantisipasi), *biofeedback* (terapi perilaku), *stimulasi kutaneus* (kompres panas), dan hipnotis (Potter & Perry, 2005).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 27 Oktober, pada mahasiswi PSIK STIKES 'Aisyiyah tahun 2011 terdapat 20 mahasiswi yang mengalami dismenorea. Intensitas dismenorea yang dialami berdeda-beda, dari 20 mahasiswi yang mengalami dismenorea. Gejala yang dirasakan antara lain nyeri perut bagian bawah, pegal-pegal, pusing, badan terasa lemas sehingga malas untuk beraktivitas dalam kegiatan sehari-hari. Berdasarkan wawancara dari 5 mahasiswi, mereka mengatakan sudah mengalami dismenorea sejak kelas 3 SMP atau 2 tahun setelah menarche. Mahasiswi tersebut saat ini sudah mendapatkan pelajaran tentang teknik distraksi dalam kuliah keperawatan maternitas, tetapi belum pernah mempraktekan teknik tersebut. Penatalaksanaan yang telah dilakukan mahasiswi mengoleskan minyak kayu putih pada daerah yang nyeri, dan hanya istirahat di kelas. Mereka mengatakan selama ini belum pernah dilakukan pemberian terapi musik dan terapi Al Qur'an dalam penatalaksanaan dismenorea.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah eksperimen semu (quasi eksperimen) yaitu eksperimen ini belum atau tidak memiliki ciri-ciri rancangan eksperimen sebenarnya, karena variabel-variabel yang seharusnya dikontrol atau dimanipulasi tidak dapat atau sulit dilakukan. (Notoatmodjo, 2010). Metode pengambilan data yang digunakan yaitu metode pengambilan data cross sectional yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (point time approach). (Notoatmodjo, 2010). Menurut Sugiyono, 2010 populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu. Populasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah 60 mahasiswi. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. (Sugiyono, 2010). Jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu 20 responden. Metode pengambilan sampel dengan menggunakan teknik purposive sample atau sampel bertujuan, pengambilan sampel ini dilakukan berdasarkan atas adanya tujuan tertentu berdasarkan ciri atau sifat- sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya.

HASIL

1. Deskripsi Data

a. Intensitas Nyeri Dismenorea dengan Pemberian Terapi Musik

Table 4.1. Distribusi Frekuensi Intensitas Nyeri Dismenorea dengan Pemberian Terapi Musik

No.	Nyeri	Pre		Post	
		f	%	F	%
1.	Tidak nyeri	0	0,0	0	0,0
2.	Nyeri ringan	0	0,0	7	70,0
3.	Nyeri sedang	8	80,0	3	30,0
4.	Nyeri berat	2	20,0	0	0,0
5.	Nyeri sangat berat	0	0,0	0	0,0
	Jumlah	10	100,0	10	100,0

Sumber: data primer diolah 2012

Berdasarkan table 4.1 tersebut di atas dapat diketahui bahwa responden yang diberikan terapi musik sebelum diberikan perlakuan memiliki intensitas nyeri sedang sebanyak 8 orang (80%), dan nyeri berat sebanyak 2 orang (20%). Setelah diberikan terapi musik intensitas nyeri menjadi nyeri ringan sebanyak 7 orang (70%), dan nyeri sedang 3 orang (30%).

b. Intensitas Nyeri Dismenorea dengan Pemberian Terapi Bacaan Al Qur'an

Table 4.2. Distribusi Frekuensi Intensitas Nyeri Dismenorea dengan Pemberian Terapi Bacaan Al Qur'an

No.	Nyeri	Pre		Post	
		f	%	F	%
1.	Tidak nyeri	0	0,0	0	0,0
2.	Nyeri ringan	1	10,0	2	20,0
3.	Nyeri sedang	7	70,0	8	80,0
4.	Nyeri berat	2	20,0	0	0,0
5.	Nyeri sangat berat	0	0,0	0	0,0
	Jumlah	10	100,0	10	100,0

Sumber: data primer diolah 2012

Berdasarkan table 4.1 tersebut di atas dapat diketahui bahwa responden yang diberikan terapi bacaan Al-Qur'an sebelum perlakuan memiliki intensitas nyeri ringan sebanyak 10 rang (10%), sedang 7 orang (70%), dan berat 2 orang (20%). Setelah diberikan terapi bacaan Al-Qur'an intensitas nyeri menjadi nyeri ringan 2 orang (20%), dan nyeri sedang 8orang (80%).

c. Perubahan Intensitas Nyeri Dismenorea dengan Pemberian Terapi Musik

Uji statistic untuk mengetahui perubahan intensitas nyeri dismenorea dengan pemberian terapi musik menggunakan *Wilcoxon Sign Rank Test*. Adapun hasil uji wilcoxon dapat ditunjukkan pada table sebagai berikut.

Table 4.3. Rangkuman Hasil Uji *Wilcoxon Sign Rank* Perubahan Intensitas Nyeri Dismenorea dengan Pemberian Terapi Musik

Variabel	Negative rank	Positif rank	Ties	Mean rank	Sum of rank	Z hitung	Sig.
Pretest nyeri terapi musik * Posttest nyeri terapi musik	10	0	0	5,50	55,0	-2,913	0,004

Sumber: data primer diolah 2012

Berdasarkan table 4.3 tersebut di atas dapat diketahui nilai Z hitung sebesar 2,913 dan nilai $p=0,004$. pada table Z dengan taraf signifikansi 5% sebesar 1,96, maka nilai Z hitung $> Z$ table ($2,913 > 1,96$) dan nilai $p < 0,05$ ($0,004 < 0,05$) sehingga dapat dinyatakan terdapat perubahan yang signifikan intensitas nyeri dismenorea dengan pemberian terapi musik karena nilai Z hitung lebih besar dari Z table dan nilai p lebih kecil dari 0,05.

d. Perubahan Intensitas Nyeri Dismenorea dengan Pemberian Terapi Bacaan Al Qur'an

Uji statistic untuk mengetahui perubahan intensitas nyeri dismenorea dengan pemberian terapi bacaan Al-Qur'an menggunakan *Wilcoxon Sign Rank Test*. Adapun hasil uji wilcoxon dapat ditunjukkan pada table sebagai berikut.

Table 4.4. Rangkuman Hasil Uji *Wilcoxon Sign Rank* Perubahan Intensitas Nyeri Dismenorea dengan Pemberian Terapi Bacaan Al-Qur'an

Variabel	Negative rank	Positif rank	Ties	Mean rank	Sum of rank	Z hitung	Sig.
Pretest nyeri terapi musik * Posttest nyeri terapi musik	5	0	5	3,00	15,00	-2,070	0,038

Sumber: data primer diolah 2012

Berdasarkan table 4.4 tersebut di atas dapat diketahui nilai Z hitung sebesar 2,070 dan nilai $p=0,038$. Pada table Z dengan taraf signifikansi 5% sebesar 1,96, maka nilai Z hitung $> Z$ table ($2,070 > 1,96$) dan nilai $p < 0,05$ ($0,038 < 0,05$) sehingga dapat dinyatakan terdapat perubahan yang signifikan intensitas nyeri dismenorea dengan pemberian terapi bacaan Al-Qur'an karena nilai Z hitung lebih besar dari Z table dan nilai p lebih kecil dari 0,05.

e. Perbedaan Perubahan Intensitas Nyeri Dismenorea dengan Pemberian Terapi Musik dan Terapi Bacaan Al Qur'an pada Mahasiswi PSIK Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2012

Uji statistic untuk mengetahui perbedaan perubahan intensitas nyeri dismenorea dengan pemberian terapi musik dan terapi bacaan Al Qur'an pada mahasiswi PSIK Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2011 dalam penelitian ini menggunakan uji non parametric che square. Adapun rangkuman uji chi square dapat ditunjukkan pada table sebagai berikut.

Table 4.5. Rangkuman Uji Chi Square Perbedaan Perubahan Intensitas Nyeri Dismenorea dengan Pemberian Terapi Musik dan Terapi Bacaan Al Qur'an pada Mahasiswi PSIK Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2012

Perlakuan	Intensitas Nyeri				Total		χ^2_{hitung}	Sig.
	berkurang		Tetap		f	%		
	f	%	f	%				
Musik	10	100,0	0	0,0	10	100,0	6,667	0,010
Bacaan Al-Qur'an	5	50,0	5	50,0	10	100,0		
Total	15	75,0	5	25,0	20	100,0		

Sumber: data primer diolah 2012

Berdasarkan table 4.5 tersebut di atas diketahui kelompok yang diberikan terapi musik Mozart sebanyak 10 orang dengan perubahan nyeri setelah diberikan terapi kategori berkurang sebanyak 10 orang (100%). Kelompok yang diberikan terapi bacaan Al-Qur'an sebanyak 10 orang dengan perubahan intensitas nyeri kategori berkurang sebanyak 5 orang (50%), dan tetap 5 orang (50%).

Selanjutnya berdasarkan hasil uji Chi Square diketahui χ^2_{hitung} sebesar 6,667 dan nilai $p=0,010$. Pada χ^2_{tabel} dengan $dk=1$ sebesar 3,841, maka $\chi^2_{hitung} > \chi^2_{tabel}$ ($6,667 > 3,841$) dan $p < 0,05$ ($0,010 < 0,05$) sehingga dapat dinyatakan terdapat perbedaan perubahan yang signifikan intensitas nyeri dismenorea dengan pemberian terapi musik dan terapi bacaan al qur'an pada mahasiswi PSIK Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2012 karena H_0 dikatakan diterima apabila harga χ^2 hitung lebih besar dari harga χ^2 tabel atau dapat juga diterima apabila harga χ^2 lebih kecil dari P value yaitu 0,05 (Sugiyono,2006).

PEMBAHASAN

a. Perubahan Intensitas Nyeri Dismenorea Dengan Pemberian Terapi Musik

Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan uji *Wilcoxon* diketahui nilai Z hitung sebesar 2,913 dan nilai $p=0,004$. pada table Z dengan taraf signifikansi 5% sebesar 1,96, maka nilai Z hitung $> Z$ table ($2,913 > 1,96$) dan nilai $p < 0,05$ ($0,004 < 0,05$) sehingga dapat dinyatakan terdapat perubahan yang signifikan terhadap intensitas nyeri dismenorea dengan pemberian terapi musik. Perubahan tersebut dapat dilihat dari negative rank sebanyak 10 responden. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa peranan musik terhadap penurunan intensitas nyeri dismenorea perlu diperhatikan. Selain itu hasil penelitian ini juga membuktikan kebenaran ungkapan Aristoteles bahwa musik mempunyai kemampuan mendamaikan hati yang gundah, mempunyai terapi rekreatif dan menumbuhkan jiwa patriotisme (Alan dalam Karunia, 2010). Musik dapat memberikan kesembuhan serta perubahan pada fisik pendengarnya. Musik yang stimulatif dapat meningkatkan frekuensi detak jantung. Terapi efek dapat didapatkan tergantung dari bentuk gelombang maupun yang lainnya, seperti musik lembut dapat memberikan energi bagi kita yang menutupi atau melepaskan ketegangan maupun rasa sakit. Sedangkan bunyi-bunyian yang keras, melengking, bising dapat menimbulkan perubahan yang negatif. Di dalam otak terdapat sel-sel khusus yang memproses bentuk-bentuk melodi. Sel-sel neuron neuron tersebut terletak dalam korteks auditor yang bertugas memproses

hubungan harmoni yang spesifik atau seperti pembalikan dalam harmonisasi (Djohan, 2009).

b. Perubahan Intensitas Nyeri Dismenorea dengan Pemberian Terapi Bacaan Al Qur'an

Berdasarkan hasil pengolahan data menggunakan uji wilcoxon diketahui nilai Z hitung sebesar 2,070 dan nilai $p=0,038$. Pada table Z dengan taraf signifikansi 5% sebesar 1,96, maka nilai Z hitung $> Z$ table ($2,070 > 1,96$) dan nilai $p < 0,05$ ($0,038 < 0,05$) sehingga dapat dinyatakan terdapat perubahan yang signifikan intensitas nyeri dismenorea dengan pemberian terapi bacaan Al-Qur'an. Perubahan tersebut dapat dilihat dari negative rank sebanyak 5 responden. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa bacaan Al Qur'an mampu menurunkan intensitas nyeri dismenorea. Hal ini dapat dijelaskan bahwa bunyi bacaan Al Qur'an memiliki gelombang suara yang memiliki frekuensi tertentu dan panjang gelombang tertentu. Gelombang ini menyebarkan medan gelombang yang mempengaruhi otak secara positif dan mengembalikan keseimbangannya. Ini mendukung kekebalan tubuh yang kuat untuk melawan penyakit.

c. Perbedaan Perubahan Intensitas Nyeri Dismenorea dengan Pemberian Terapi Musik dan Terapi Bacaan Al Qur'an pada Mahasiswi PSIK Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2011

Berdasarkan hasil penelitian diketahui kelompok yang diberikan terapi musik Mozart sebanyak 10 orang dengan perubahan nyeri setelah diberikan terapi kategori berkurang sebanyak 10 orang (100%). Kelompok yang diberikan terapi bacaan Al-Qur'an sebanyak 10 orang dengan perubahan intensitas nyeri kategori berkurang sebanyak 5 orang (50%), dan tetap 5 orang (50%). Selanjutnya berdasarkan hasil uji Chi Square diketahui χ^2_{hitung} sebesar 6,667 dan nilai $p=0,010$. Pada χ^2_{tabel} dengan $dk=1$ sebesar 3,841, maka $\chi^2_{hitung} > \chi^2_{tabel}$ ($6,667 > 3,841$) dan $p < 0,05$ ($0,010 < 0,05$) sehingga dapat dinyatakan terdapat perbedaan Perubahan yang signifikan intensitas nyeri dismenorea dengan pemberian terapi musik dan terapi bacaan al qur'an pada mahasiswi PSIK Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2011. Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terapi musik lebih menurunkan intensitas nyeri dibandingkan dengan terapi bacaan Al-Qur'an. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Eko Purwani Asih Rejeki (2006) yang berjudul "Pengaruh terapi musik Mozart dan *guided imagery* terhadap intensitas *dismenorea* pada siswi kelas VIII MTs Negeri Babadan Baru Yogyakarta tahun 2010" terapi musik dapat menurunkan intensitas nyeri. Jenis penelitian menggunakan eksperimen semu (*Quasi Eksperiment*) dengan *Non Equivalent Control Group Design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*, masing-masing sampel 10 siswi sebagai kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Instrumen yang digunakan lembar observasi, *Numeric Rating Scale* (NRS), kuesioner, dan MP3. Analisis menggunakan *Paired Sample T-Test* dan *Independent Sample T-Test*.

Lebih lanjut musik bekerja pada sistem saraf otonom yaitu bagian sistem saraf yang bertanggung jawab mengontrol tekanan darah, denyut jantung dan fungsi otak, yang mengontrol perasaan dan emosi. Menurut penelitian, kedua sistem tersebut bereaksi sensitif terhadap musik. Ketika kita merasa sakit, kita menjadi takut, frustrasi dan marah yang membuat kita menegangkan otot-otot tubuh, hasilnya rasa sakit menjadi semakin parah. Mendengarkan musik secara teratur

membantu tubuh rileks secara fisik dan mental, sehingga membantu menyembuhkan dan mencegah rasa sakit..

Sedangkan terapi bacaan Al Qur'an memiliki kekurangan pada respondennya karena peneliti tidak membedakan antara responden yang sering membaca dan memahami Al Qur'an dengan responden yang tidak memahami bacaan Al Qur'an. Pada saat dilakukan penelitian ada beberapa responden yang tidak dapat konsentrasi dengan fokus. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Ermawati (2009) yang berjudul "Efektifitas Terapi Bacaan Al Qur'an Terhadap Intensitas Nyeri (Studi Kasus Pada Ibu Post Chesar)". Hasil penelitian ini didapatkan bahwa terapi bacaan Al Qur'an efektif untuk menurunkan nyeri terhadap ibu post chesar. Metode penelitian menggunakan deskriptif kualitatif dengan rancangan eksploratif studi kasus. Subjek didapatkan sampai data yang dibutuhkan mencapai titik jenuh dan sudah tidak didapatkan partisipan. Teknik sampling purposive sampling. Tempat bangsal melati RSUD Sleman bulan Mei 2009.

Dalam penelitian ini sebetulnya terapi musik dan terapi bacaan Al Qur'an sama-sama dapat menurunkan intensitas nyeri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasannya, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sesuai dengan tujuan penelitian sebagai berikut.

1. Terdapat perubahan yang signifikan intensitas nyeri dismenorea dengan pemberian terapi musik, dibuktikan dengan nilai Z hitung $> Z$ table ($2,913 > 1,96$) dan nilai $p < 0,05$ ($0,004 < 0,05$).
2. Terdapat perubahan yang signifikan intensitas nyeri dismenorea dengan pemberian terapi bacaan Al Qur'an, dibuktikan dengan nilai Z hitung $> Z$ table ($2,070 > 1,96$) dan nilai $p < 0,05$ ($0,038 < 0,05$).
3. Terdapat perbedaan perubahan yang signifikan terhadap intensitas nyeri dismenorea dengan pemberian terapi musik dan terapi bacaan Al Qur'an pada mahasiswa PSIK Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta tahun 2012, dibuktikan dengan $\chi^2_{hitung} > \chi^2_{tabel}$ ($6,667 > 3,841$) dan $p < 0,05$ ($0,010 < 0,05$) karena H_0 dikatakan diterima apabila harga χ^2 hitung lebih besar dari harga χ^2 tabel atau dapat juga diterima apabila harga χ^2 lebih kecil dari P value yaitu 0,05 (Sugiyono, 2006).

SARAN

Berdasarkan dari kesimpulan penelitian diatas, maka dapat diberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti Selanjutnya
Perlu melakukan penelitian serupa atau penelitian lanjut dengan jumlah pasien yang lebih banyak dan waktu pemberian terapi musik serta pemberian terapi bacaan Al Qur'an lebih lama untuk mendapatkan hasil yang lebih baik

DAFTAR PUSTAKA

Baziad, 2008. Endokrinologi Ginekologi Edisi ketiga. Media Afsculapius. Jakarta

Carpenito, L.J., 2001. Buku Saku Diagnosa Keperawatan. EGC, Jakarta

Djohan, 2009. Psikologi Musik. Best Publisher. Yogyakarta

- Ermawati, 2009. Efektifitas Terapi Bacaan Al Qur'an Terhadap Intensitas Nyeri (Studi kasus pada ibu post cesar). Skripsi. Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta
- Glasier, A&Gebbie, A., 2006. Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi. EGC. Jakarta
- Karunia. 2010. Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Pada Klien Intrapartum Kala I. STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta
- Notoatmodjo S, 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan Edisi Revisi. Rineka Cipta. Jakarta
- Potter, P.A&Perry, A.G., 2005. Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep Proses dan Praktik Edisi 4. EGC. Jakarta
- Qittun, 2008. Menurunkan Intensitas Nyeri Menstruasi (Disminorea) Dengan Terapi Musik Mozart dalam <http://Qittun.blogspot.com/2008/09/Menurunkan-Nyeri-Menstruasi.html>, diakses tanggal 30 Oktober 2011
- Rejeki, Asih., 2010. Pengaruh Terapi Musik Mozart dan Guided Imagery Terhadap Intensitas Disminorea Pada Siswi kelas VII Mts Negeri Babadan Baru Yogyakarta. STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta
- Sugiyono. (2006). Statistika Untuk Penelitian. Bandung. CV ALFABETA
- Sugiyono, 2010. Statistika Untuk Penelitian. Alfabeta. Bandung
- Tamzuri, A. 2003. Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri. EGC. Jakarta

