

---

**PENGARUH TERAPI MUSIK SHOLAWAT PADA LANSIA DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TANJUNG (DESA PLAMPAAN), SAMPANG**

Oleh

Prastomo<sup>1</sup>, Taufiqur Rahman<sup>2</sup>, Nurkhalila<sup>3</sup>, Ali Mahsun<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Politeknik Negeri Madura, Indonesia

Email : <sup>1</sup>[Tauf75@gmail.com](mailto:Tauf75@gmail.com)

---

**Article History:**

Received: 22-06-2024

Revised: 06-07-2024

Accepted: 17-07-2024

**Keywords:**

Hypertension, tenure, coffee consumption, work stress, work duration

**Abstract:** Elderly usually experience physical changes and decreased sleep quality. Sleep quality is a person's ability to maintain his sleep state to get sleep according to sleep needs. Disturbances in sleep patterns that often occur in the elderly are basically difficult to maintain sleep and if you wake up at night it is difficult to get back to sleep. To overcome this disorder, namely by providing sholawat music therapy so that it can have a therapeutic effect on the elderly. **Method:** pre-Experimental (One Group Pre-Post Test Design) with using the purposive Sampling method with a total sample of 20 people. Collecting data using a questionnaire with a Likert scale. The data obtained were processed by editing, coding, scoring, tabulating, interpreting and statistically analyzed using normality, homogeneity, Wilcoxon tests. **Results:** the majority of respondents obtained based on changes in sleep quality before being given music therapy in the Work Environment of the Tanjung Health Center (Plampaan Village) as many as 13 respondents (56%) experienced poor sleep quality, and most of the respondents based on changes in good sleep quality as many as 12 people (60 %). Wilcoxon test ( $p \text{ value} = 0.000 \leq \alpha = 0.05$ ). **Conclusion:** from the results of the Wilcoxon test, there is an effect of music therapy on the sleep quality of the elderly in the Work Environment of the Tanjung Public Health Center (Plampaan Village).

---

**PENDAHULUAN**

Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) tahun 2017, menyatakan bahwa dari 53,3 juta kematian didunia didapatkan penyebab kematian akibat penyakit kardiovaskuler sebesar 33,1%, kanker sebesar 16,7%, DM dan gangguan endokrin 6% dan infeksi salurannapas bawah sebesar 4,8%. Data penyebab kematian di Indonesia pada tahun 2016 didapatkan total kematian sebesar 1,5 juta dengan penyebab kematian terbanyak adalah penyakit kardiovaskuler 36,9%, kanker 9,7%, penyakit DM dan endokrin 9,3% dan Tuberkulosa 5,9%. IHME juga menyebutkan bahwa dari total 1,7 juta kematian di Indonesia didapatkan factor risiko yang menyebabkan kematian adalah tekanan darah (hipertensi) sebesar 23,7%, Hiperglikemia sebesar 18,4%, merokok sebesar 12,7% dan obesitas sebesar 7,7% (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2019).

Di Amerika Serikat hipertensi terjadi 46 persen pada orang dewasa damengakibatkan

lebih dari 1.100 kematian setiap harinya. Di kawasan Asia Tenggara seperti Myanmar sebesar 21,5 persen, Vietnam sebesar 21 persen, Malaysia sebesar 19,6 persen, Filipina sebesar 18,6 persen, Singapura sebesar 16 persen, dan Brunei Darussalam sebesar 17,9 persen (WHO, 2017). Di Indonesia hipertensi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat pada saat ini dikarenakan prevalensi yang semakin meningkat dan masih banyak penderita yang belum mendapatkan pengobatan secara teratur. Hipertensi dapat mengakibatkan berbagai komplikasi penyakit diantaranya yaitu stroke, serangan jantung dan jantung koroner (Kemenkes RI, 2019).

Gangguan pola tidur yang sering terjadi pada usia lanjut pada dasarnya sulit untuk mempertahankan tidur dan jika terbangun di malam hari sulit untuk tidur kembali. Gangguan Tidur pada lansia dipengaruhi beberapa faktor seperti usia, kondisi medis (hipertiroid, penyakit neurologi, penyakit paru, hipertensi, penyakit jantung, diabetes mellitus, obesitas), psikiatri (depresi, stress, gangguan anxietas), konsumsi obat-obatan, lingkungan, cahaya, suhu, pola makan, konsumsi alkohol, dan konsumsi kafein (Claudia, 2021). Gangguan tidur akut menyebabkan gangguan pada fungsi endokrin dan metabolisme glukosa (Rubiah, 2021). Gangguan tidur kronik dan gangguan irama harian memberikan beberapa efek negatif jangka panjang pada kesehatan, termasuk peningkatan risiko terjadinya kanker dan resisten terhadap pengobatan dari kanker. Efek negatif dari gangguan tidur juga berpengaruh terhadap fungsi sistem imun. Peningkatan risiko penyakit metabolik, respons imun yang lemah, dan perbaikan jaringan yang tidak adekuat terkait dengan akumulasi defisit kesehatan yang meningkat dan meningkatkan „frailty“ pada orang lanjut usia (lansia) (Srisunarti, 2018).

Kejadian insomnia atau gangguan tidur pada lansia menurut WHO cukup tinggi yaitu 67% (Seoud et al, 2014). Insidensi tahunan gangguan tidur sekiatar 5% adalah usia lanjut. Insidensi keseluruhan gangguan tidur adalah hampir sama pada laki-laki dan perempuan, tetapi lebih tinggi diderita pada pria 65 tahun keatas. (Foley, dkk, 2006). Prevalensi gangguan tidur pada lansia tahun 2018 di indonesia sekitar 10% artinya kurang lebih 28 juta dari total 238 juta penduduk indonesia menderita gangguan tidur, Di pulau jawa dan bali prevelensi gangguan tersebut juga cukup tinggi sekitar 44% dari jumlah total lansia.(Kurniawan et al., 2020). Di Jawa Timur 45% dari jumlah lansia juga di laporkan mengalami gangguan tidur di malam hari (DINKES, 2008 dalam Wijayanti, 2012). Jumlah lansia yang mengalami gangguan tidur di desa Plampaan pada tahun 2022 sebanyak 20 orang.

Terapi musik adalah pemberian elemen musik kepada seseorang untuk memberikan efek terapeutik. Terapi musik merupakan teknik yang sangat mudah dilakukan, terjangkau serta memiliki efek samping lebih kecil dibandingkan dengan terapi farmakologis. Keberadaan musik sebagai media terapi pada masyarakat kita saat ini merupakan salah satu fenomena yang menarik untuk dikaji. pemberian musik juga dapat membangkitkan respon psikofisiologis dengan mempengaruhi sistem limbik pada tubuh individu tersebut sehingga bisa menimbulkan perasaan yang tenang. Hal tersebut terjadi karena didapatkan sebuah fakta bahwa persepsi musik mengarah pada pengadukan pengalaman emosional (Claudia, 2021).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi musik pada lansia dengan gangguan pola tidur di Lingkungan Kerja Puskesmas Tanjung (Desa Plampaan).

## METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode Pra-Eksperimental dengan pendekatan *One Group Pra-Post Test Design*. Ciri tipe penelitian ini yaitu mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subyek. Kelompok subyek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi. Populasi penelitian ini adalah lansia dengan gangguan pola tidur yang berada di Lingkungan Kerja Puskesmas Tanjung (Desa Plampaan). Kriteria inklusi adalah karakteristik sampel penelitian dari suatu populasi yang akan diteliti yaitu :

- 1) Pasien lansia dengan gangguan pola tidur yang bersedia menjadi responden dan bersedia menandatangani *informed consent*.
- 2) Terdapat tanda mayor 80-100% gangguan pola tidur.

Teknik dalam pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *Non Random (Non Probability) Sampling* yaitu *Purposive Sampling*. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kualitas tidur pada lansia. Jenis instrumen yang digunakan oleh peneliti pada penelitian ini adalah : Screening PSQI dilakukan sebelum lansia diberikan terapi musik dan pada hari ke-8 setelah lansia diberikan terapi musik.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian kali ini pada variabel kualitas tidur adalah lembar kuesioner PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index). Kuesioner ini sudah dianggap baku dengan menilai 7 item meliputi : jam berapa mulai tidur malam 1 soal, berapa lama bisa tertidur tiap malam 1 soal, jam berapa bangun pagi 1 soal, berapa lama tidur di malam hari 1 soal, masalah yang mengganggu tidur sebanyak 10 item, pertanyaan, berapa sering mengkonsumsi obat tidur 1 soal, seberapa sering mengantuk pada aktifitas siang hari 1 soal. selanjutnya poin ke 8 yaitu pertanyaan tentang antusias menghadapi masalah dan poin 9 terdiri dari 2 pertanyaan perbandingan yaitu pre dan post intervensi. Analisa data dilakukan dengan uji normalitas, dilanjutkan dengan melakukan uji hipotesis, untuk mengetahui data tersebut normal atau tidak normal.. Teknik analisa pada penelitian ini untuk mengetahui perbedaan kualitas tidur lansia pasca pengaruh terapi musik sholawat terhadap kualitas tidur pada lansia di Lingkungan Kerja Puskesmas Tanjung (Desa Plampaan) menggunakan uji t berpasangan (*Paired T-Test*) jika data tersebut berdistribusi normal menggunakan uji Paired T-Test. Dan jika didapatkan data tidak berdistribusi normal, maka peneliti akan menggunakan uji *wilcoxon*. Peneliti melakukan pengumpulan data dengan prosedur kerja yang meliputi:

1. Mempersiapkan lansia yang akan diobservasi sesuai dengan hasil screening PSQI.
2. Melakukan pengkajian keperawatan secara komprehensif menggunakan format pengkajian.
3. Mengkaji jenis musik yang disukai lansia. Pada studi kasus ini musik yang dipilih oleh subjek adalah musik sholawat
4. Memberikan pilihan lagu yang akan diberikan setiap hari.
5. Memberikan terapi musik instrumental sesuai dengan yang disukai lansia selama 30 menit setiap hari dalam satu minggu sebelum lansia tidur
6. Mendokumentasikan respon lansia setiap setelah diberikan terapi musik.
7. Mengevaluasi kualitas tidur lansia menggunakan kuesioner PSQI pada hari ke-7 setelah diberikan terapi musik.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

## 1) Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

**Tabel 1 Analisis univariat Karakteristik responden berdasarkan usia pada lansia di Lingkungan Kerja Puskesmas Tanjung (Desa Plampaan)**

No	Usia	Frekuensi	Prosentase
1	61-70	10	50%
2	71-80	6	30%
3	81-90	4	20%
Total		20	100%

Sumber : Data Primer 2023

Tabel .1 menjelaskan distribusi responden berdasarkan usia bahwa setengahnya lansia di Desa Plampaan Kecamatan Camplong Kabupaten Sampang berusia 61-70 tahun sebanyak 10 orang (50%) dan sebagian kecil berusia 81-90 tahun sebanyak 4 orang (20%).

## 2) Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

**Tabel 2 Analisis univariat Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pada lansia di Lingkungan Kerja Puskesmas Tanjung (Desa Plampaan)**

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Prosentase
1	Laki-Laki	10	50%
2	Perempuan	10	50%
Total		20	100%

Sumber : Data Primer 2023

Tabel 2 menjelaskan distribusi responden berdasarkan jenis kelamin bahwa setengahnya lansia di Desa Plampaan Kecamatan Camplong Kabupaten Sampang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 10 orang (50%) dan perempuan sebanyak 10 orang (50%).

## 3). Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

**Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan pada lansia di Lingkungan Kerja Puskesmas Tanjung (Desa Plampaan)**

No	Pekerjaan	Frekuensi	Prosentase
1	Petani	9	45%
2	Buruh Tani	7	35%
3	Pedagang	4	20%
Total		20	100%

Sumber : Data primer 2023

Tabel 3. menjelaskan distribusi responden berdasarkan pekerjaan bahwa hampir setengahnya lansia di Desa Plampaan Kecamatan Camplong Kabupaten Sampang berkerja sebagai petani sebanyak 9 orang (45%) dan sebagian kecil bekerja sebagai pedagang sebanyak 4 orang (20%).

## 4). Karakteristik kualitas tidur sebelum diberikan Terapi Musik

**Tabel 4. Karakteristik kualitas tidur sebelum diberikan terapi musik pada lansia di Lingkungan Kerja Puskesmas Tanjung (Desa Plampaan)**

No	Perubahan kualitas tidur	Frekuensi	Prosentase
1	Baik	7	35%
2	Buruk	13	65%
	Total	20	100%

Sumber : Data primer 2023

Tabel 4. menjelaskan distribusi responden berdasarkan karakteristik kualitas tidur sebelum diberikan terapi musik bahwa sebagian besar lansia di Desa Plampaan Kecamatan Camplong Kabupaten Sampang mengalami kualitas tidur buruk sebanyak 13 orang (65%) dan hampir setengahnya mengalami kualitas tidur baik sebanyak 7 orang (35%).

5). Perubahan kualitas tidur setelah diberikan Terapi Musik

**Tabel 5. Perubahan kualitas tidur setelah diberikan terapi musik pada lansia di Lingkungan Kerja Puskesmas Tanjung (Desa Plampaan)**

No	Perubahan kualitas tidur	Frekuensi	Prosentase
1	Baik	12	60%
2	Buruk	8	40%
	Total	20	100%

Sumber : Data primer 2023

Tabel 5. menjelaskan distribusi responden berdasarkan perubahan kualitas tidur setelah diberikan terapi musik bahwa sebagian besar lansia di Desa Plampaan Kecamatan Camplong Kabupaten Sampang mengalami perubahan kualitas tidur baik sebanyak 12 orang (60%) dan hampir setengahnya mengalami kualitas tidur buruk sebanyak 8 orang (40%).

6.). Hasil Uji *Wilcoxon*

**Analisa pengaruh terapi musik pada lansia di Lingkungan Kerja Puskesmas Tanjung (Desa Plampaan)**

Dari hasil analisa pengaruh terapi musik dijelaskan dalam tabel dibawah ini :

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Post-Test - Pre-Test
Z	-2.754 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.006

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Berdasarkan hasil uji statistik dari pengaruh kualitas tidur sebelum dan sesudah diberikan terapi musik nature sound menggunakan Uji Wilcoxon Signed Rank Test. Didapatkan nilai p value =  $0,000 \leq \alpha = 0,05$ , sehingga secara statistik H1 diterima dan H0 ditolak, yang artinya ada pengaruh terapi musik terhadap kualitas tidur lansia di Desa Plampaan Kecamatan Camplong Kabupaten Sampang

**Pembahasan**

Karakteristik responden pada pemberian terapi musik berdasarkan Pekerjaan, dari 20 responden dijelaskan bahwa kelompok Terapi Musik bekerja, sebagian besar sebagai petani. Pada saat seseorang memiliki beban kerja yang tinggi atau memiliki perasaan yang dialami oleh pekerja dalam menghadapi pekerjaannya. Stres tampak dari gejala emosi tidak stabil, perasaan tidak tenang, sulit tidur, tidak bisa rileks, tegang, dan gugup.

Karakteristik sebagian besar adalah dari faktor usia berusia 60 tahun ke atas. Hal ini sesuai dengan teori perubahan fisiologis seperti sistem neurologis, sistem perkemihan, sistem muskuloskeletal dan sistem respirasi, selain perubahan fisiologis ada juga faktor lain yang menyebabkan masalah tidur seperti psikologis, faktor umur, rata-rata gangguan tidur menyerang 66% orang yang tidur di fasilitas pelayanan jangka panjang dan 50% pada yang tinggal di rumah yang berusia 65 tahun atau lebih (Stanly & Beare, 2007).

Berdasarkan Hasil penelitian kualitas tidur sebelum dilakukan terapi musik pada lansia di Lingkungan Kerja Puskesmas Tanjung (Desa Plampaan) didapatkan data dari hasil kuesioner yang dilakukan pada 20 responden di pre test sebelum diberikan terapi musik, diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami kualitas tidur buruk. Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan Mohd Luthfi dkk (2017), mengatakan bahwa hal tersebut dapat terjadi akibat beberapa faktor seperti peralatan elektronik di kamar tidur seperti televisi, pengaruh lingkungan seperti cahaya, kebisingan, dan suhu, peningkatan konsumsi kafein. Agar kualitas tidur menjadi baik, sebaiknya kita selalu memperhatikan pola tidur, waktu tidur, dan lingkungan tempat tidur karena hal-hal seperti itulah yang dapat mempengaruhi kualitas tidur seseorang. Gangguan pola tidur biasanya mengakibatkan munculnya berbagai penyakit lainnya yaitu perasaan lelah, gelisah, lesu, menguap/mengantuk (Indriani, 2016). Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti didapatkan dari hasil wawancara melalui kuesioner kualitas tidur pada lansia di dapatkan bahwa rata-rata kualitas tidur lansia buruk, hal ini karena adanya gangguan pada indikator ke 2 yaitu Latensi tidur atau kesulitan memulai tidur yaitu tidak mampu tertidur lebih dari 30 menit, hal ini rata-rata disebabkan oleh faktor fisiologis dari lansia itu mulai dari penyakit contohnya nyeri perut dan sesak napas.

Fenomena di atas diperjelaskan dengan teori yang mengatakan tidur merupakan kondisi tidak sadar yakni individu dapat dibangunkan oleh stimulus atau sensoris yang sesuai, atau juga dapat dikatakan sebagai keadaan tidak sadarkan diri yang relatif, bukan hanya keadaan penuh ketenangan tanpa kegiatan, tetapi lebih merupakan suatu urutan siklus yang berulang, dengan ciri adanya aktivitas yang minim, memiliki kesadaran yang bervariasi, terdapat perubahan fisiologis dan terjadi penurunan respons terhadap rangsangan dari luar (Hidayat A, 2015). Kualitas tidur merupakan fenomena yang sangat kompleks yang melibatkan berbagai domain antara lain, penilaian terhadap lama waktu tidur, gangguan tidur, masa laten tidur, disfungsi tidur pada siang hari, efisiensi tidur, kualitas tidur, fungsi fisiologi tubuh, penggunaan obat tidur. Jadi apabila salah satu dari ketujuh domain tersebut terganggu maka akan mengakibatkan terjadinya penurunan kualitas tidur (Indarwati, 2012). Kualitas tidur adalah gambaran subjektif dan seringkali ditentukan oleh perasaan energik atau tidak setelah bangun tidur (Kozier, 2008).

Setelah mendapatkan perlakuan terapi musik hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar menunjukkan tingkat perubahan dengan kualitas tidur yang buruk berkurang, sedangkan kualitas tidur yang baik meningkat. Fenomena hasil penelitian ini

memperkuat pendapat menurut Djohan (2006) terapi musik merupakan sebuah pekerjaan yang menggunakan musik untuk mengatasi kekurangan dalam aspek fisik, emosi, kognitif dan sosial pada anak-anak serta orang dewasa yang mengalami gangguan atau penyakit tertentu. Terapi musik ini bersifat humanistik. Dengan bantuan alat musik klien juga didorong untuk berinteraksi, berimprovisasi, mendengarkan atau aktif bermain musik. Beberapa penelitian tentang musik sebagai terapi dikatakan bahwa ada konvergensi yang terjadi diantara input sensorik seperti halnya terapi musik suara alam dan output saraf yang mengatur stress dan rasa tidak nyaman (Susanne,2011).

Peneliti membuktikan efek terapi musik menunjukkan adanya perbedaan pasca terapi dengan sebelumnya. Setelah mendapatkan terapi musik, lansia mengalami perubahan dari kualitas tidur buruk menjadi kualitas tidur lebih baik. Uji statistik menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan hasil nilai  $p = 0,000 \leq \alpha = 0,05$  sehingga  $H_1$  diterima yang artinya terdapat pengaruh terapi musik terhadap peningkatan kualitas tidur lansia di Lingkungan Kerja Puskesmas Tanjung (Desa Plampaan), dari total data sebanyak 20 responden. Pengaruh terapi musik di atas diperjelas dari teori mekanisme cara kerja terapi musik untuk relaksasi dengan rangsangan irama dan nada masuk kedalam *carnialis auditorius* di hantar sampai ke *thalamus* sehingga di sistem limbik aktif secara otomatis mempengaruhi saraf otonom yang disampaikan ke *thalamus* dan kelenjar hipofisis merespon terhadap emosional melalui timbal balik ke kelenjar adrenal untuk menekan pengeluaran hormon stress akan menyebabkan seseorang menjadi relaks (Jespersen, 2012). Menurut teori sebelumnya, masalah kualitas tidur pada lansia dapat diatasi dengan pemberian terapi musik yang telah dibuktikan dengan penelitian 51 ada pengaruh terapi musik terhadap kualitas tidur pada lansia terapi musik dengan hasil  $P = 0,000$ . Terapi musik sebagai suatu intervensi keperawatan (*nursing interventions classification, NIC*) untuk mengatasi kualitas tidur (Miller, 2012) Menurut penelitian Susanne pada tahun 2011, di dalam tubuh manusia terdapat analgetik natural yaitu enkefin, endorphin dan dinorfin. Proses relaksasi akan memberikan pesan ke hipotalamus untuk mengurangi *neuropeptide* sehingga merangsang sistem saraf simpatis yang akan menghasilkan suatu kondisi yang rileks dan nyaman. Secara fisiologis kelebihan dari musik suara alam juga dapat menstimulus akson-akson serabut saraf ascendens ke neuron-neuron RAS. Stimulus di transmisikan ke area korteks serebral, sistem limbic akan terstimulus menghasilkan sekresi fenitilamin yang bertanggung jawab pada mood seseorang menjelang tidur (Susanne,2011).

Beberapa penelitian tentang musik sebagai terapi dikatakan bahwa ada konvergensi yang terjadi diantara input sensorik seperti halnya terapi musik suara alam dan output saraf yang mengatur stress dan rasa tidak nyaman (Susanne,2011). Menurut penelitian Susanne pada tahun 2011, di dalam tubuh manusia terdapat analgetik natural yaitu enkefin, endorphin dan dinorfin. Proses relaksasi akan memberikan pesan ke hipotalamus untuk mengurangi *neuropeptide* sehingga merangsang sistem saraf simpatis yang akan menghasilkan suatu kondisi yang rileks dan nyaman.

## KESIMPULAN

Setelah peneliti melakukan penelitian pengaruh terapi musik sholawat pada asuhan keperawatan dengan gangguan tidur di Lingkungan Kerja Puskesmas Tanjung (Desa Plampaan), dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat kualitas tidur pada lansia sebelum di lakukan terapi musik sebagian besar mengalami kualitas tidur buruk
2. Tingkat kualitas tidur pada lansia setelah di lakukan terapi musik sebagian besar mengalami kualitas tidur baik
3. Ada pengaruh terapi musik terhadap peningkatan kualitas tidur lansia di di Lingkungan Kerja Puskesmas Tanjung (Desa Plampaan)

Diharapkan kepada kader kesehatan desa untuk lebih intensif dalam mengajarkan terapi musik dengan mengkaderisasi anggota posayandu yang ada di desa sehingga kegiatan dapat dilakukan secara periodik setiap bulan. Dan untuk peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengembangkan penelitian mengenai terapi musik sholawat untuk meningkatkan kualitas tidur pada lansia dengan menambahkan variabel yang berbeda agar dapat bermanfaat dalam ilmu keperawatan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Agustina, C, I. (2021). *UPAYA MENGATASI GANGGUAN POLA TIDUR PADA LANSIA DENGAN TERAPI MUSIK*. Balige.
- [2] Aspiani, R, Y. (2014). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik*. Jakarta trans info media.
- [3] Asari, Anna Nurlaila. (2014). *Sarikata Bahasa dan Sastra Indonesia*
- [4] Superkomplit. Yogyakarta: CV Solusi Distribusi.
- [5] Malau, Harman. 2017. *Manajemen Pemasaran. Teori dan Aplikasi Pemasaran Era Tradisional Sampai Era Modernisasi Global*. Bandung : Alfabeta.
- [6] Maryam, Siti. 2008. "Menengenal Usia Lanjut dan Perawatannya". Jakarta: Salemba Medika.
- [7] Potter & Perry. (2010). *Fundamental Of Nursing edisi 7*. Jakarta : Salemba medika.
- [8] Raharjo, E. (2017). *MUSIK SEBAGAI MEDIA TERAPI*. Semarang.
- [9] Sahanantya, AR, Armiyati, Y, dan Arif, S. 2014. *Pengaruh Terapi Musik Klasik Mozart terhadap Kualitas Tidur pada Pasien Stroke di Rumah Sakit Pantiwilasa Citarum Semarang. Karya Ilmiah S.1 Keperawatan, STIKES Telogorejo*.
- [10] Saraswati, N., & Mardiana. (2016). *Faktor Risiko yang Berhubungan Dengan Kejadian Preeklampsia pada Ibu Hamil (Studi kasus di RSUD Kabupaten Brebes tahun 2014)*. Unnes Journal of Public Health, 5, 90–99. <https://doi.org/10.15294/ujph.v5i2.10106>
- [11] Tim Pokja SDKI DPP PPNI, (2016), *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)*, Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia
- [12] Tim Pokja SIKI DPP PPNI, (2018), *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI)*, Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia
- [13] Tim Pokja SLKI DPP PPNI, (2018), *Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)*, Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia