

Lampiran 1**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR**

PENJELASAN PENELITIAN

Judul Penelitian : Penerapan Terapi Musik Untuk Menurunkan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan Bogor Poltekkes Kemenkes Bandung

Peneliti : Deani Putri Aprillia Wahyudi

Nim : P17320319009

Contact Person : 085811670882 (WA)

Saya mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung Program Studi Keperawatan Bogor, bermaksud mengadakan penelitian mulai tanggal 04 April – 09 April 2022 yang bertujuan untuk mengetahui gambaran perbedaan tingkat kecemasan akademik mahasiswa program studi keperawatan Bogor poltekkes kemenkes Bandung setelah penerapan terapi musik. .

Saya menjamin bahwa penelitian ini tidak akan memberikan dampak negative bagi siapapun dan dengan diadakannya penelitian ini akan memberikan informasi mengenai Penerapan Terapi Musik untuk Menurunkan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan Bogor Poltekkes Kemenkes Bandung . Jika selama berpartisipasi dalam penelitian ini responden merasakan ketidaknyamanan, responden berhak untuk berhenti sebagai responden dalam penelitian ini. Peneliti berjanji akan menjunjung tinggi hak – hak responden dengan cara menjaga kerahasiaan data – data yang diperoleh, baik proses pengumpulan, pengolahan, maupun penyajian. Peneliti juga menghargai keinginan responden untuk tidak berpartisipasi dalam penelitian ini.

Melalui penjelasan ini, peneliti sangat mengharapkan partisipasi dari responden. Peneliti ucapkan terimakasih atas kesediaan responden berpartisipasi dalam penelitian ini.

Bogor, April 2022

Peneliti

Lampiran 2**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR**

Lembar Persetujuan Responden

Setelah diberikan penjelasan tentang penelitian ini secara lisan dan tertulis, saya mengerti tujuan penelitian ini untuk mengetahui penerapan terapi musik untuk menurunkan tingkat kecemasan akademik pada mahasiswa Program Studi Keperawatan Bogor Poltekkes Kemenkes Bandung.

Dengan ini, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Bersedia untuk menjadi responden dalam studi kasus penerapan terapi musik untuk menurunkan tingkat kecemasan akademik pada mahasiswa Program Studi Keperawatan Bogor Poltekkes Kemenkes Bandung.

Bogor, April 2022

Peneliti

Responden

(Deani Putri Aprillia Wahyudi)

(.....)

Lampiran 3**KUESIONER A****Lembar Pengukuran Tingkat Kecemasan****PENERAPAN TERAPI MUSIK UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN
AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BOGOR POLTEKKES KEMENKES BANDUNG**

- A. Nomor Responden :
B. Nama :
C. Tingkat :
D. Tanggal Pemeriksaan :

Pengukuran tingkat kecemasan *pre test* (sebelum dilakukan terapi musik)

Petunjuk Pengisian :

Dibawah ini terdapat tabel yang menggambarkan gejala kecemasan yang dirasakan sebelum dilakukan terapi musik. Berilah tanda (✓) gejala/perasaan yang dirasakan .

1. Perasaan Cemas (Ansietas)
 - Cemas
 - Firasat buruk
 - Takut akan pikiran sendiri
 - Mudah tersinggung
2. Ketegangan

- Merasa tegang
 - Gelisah
 - Gemetar
 - Mudah menangis
 - Lesu
 - Tidak bisa istirahat tenang
 - Mudah terkejut
3. Ketakutan
- Takut terhadap gelap
 - Takut terhadap orang asing
 - Bila ditinggal sendiri
 - Pada binatang besar
 - Pada keramaian lalu lintas
 - Pada kerumunan orang banyak
4. Gangguan Tidur
- Sukar memulai tidur
 - Terbangun pada malam hari
 - Tidur tidak pulas
 - Bangun dengan lesu
 - Banyak mimpi-mimpi
 - Mimpi buruk
 - Mimpi menakutkan
5. Gangguan Kecerdasan
- Daya ingat buruk
 - Susah berkonsentrasi
6. Perasaan Depresi
- Hilangnya minat
 - Berkurangnya kesenangan pada hobi
 - Sedih

- Bangun dini hari
- Perasaan berubah-ubah sepanjang hari

7. Gejala Somatik

- Sakit dan nyeri otot
- Kaku
- Kedutan otot
- Gigi gemerutuk
- Suara tidak stabil

8. Gejala Sensorik

- Tinitus (telinga berdengung)
- Penglihatan kabur
- Muka merah/pucat
- Merasa lemas
- Perasaan ditusuk-tusuk

9. Gejala Kardiovaskuler

- Berdebar
- Nyeri di dada
- Denyut nadi mengeras
- Perasaan lesu lemas seperti mau pingsan
- Detak jantung hilang sekejap

10. Gejala Pernapasan

- Rasa tertekan di dada
- Perasaan tercekik
- Sering menarik napas
- Napas pendek/sesak

11. Gejala Gastrointestinal

- Sulit menelan
- Perut melilit

- Gangguan pencernaan
- Kembung
- Mual
- Muntah
- Buang air besar lembek
- Berat badan turun
- Susah buang air besar

12. Gejala Urogenital

- Sering kencing
- Tidak dapat menahan air seni
- Amenorrhoe* (Tidak haid)
- Menorrhagia* (Darah haid yang berlebihan)
- Frigid* (Menjadi dingin)
- Ejakulasi dini
- Ejakulasi melemah
- Impotensi

13. Gejala Otonom

- Mulut kering
- Muka merah
- Mudah berkeringat
- Pusing
- Bulu roma berdiri

14. Perilaku Sewaktu Wawancara

- Gelisah
- Tidak tenang
- Jari gemetar
- Kerut kening
- Muka tegang
- Tonus otot meningkat

- Nafas pendek cepat
- Muka merah

Skor :

Lampiran 4**KUESIONER B**

**Lembar Pengukuran Tingkat Kecemasan Setelah Dilaksanakan Intervensi
PENERAPAN TERAPI MUSIK UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN
AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BOGOR POLTEKKES KEMENKES BANDUNG**

1. Nomor Responden : _____
2. Nama : _____
3. Tingkat : _____
4. Tanggal Pemeriksaan : _____

Pengukuran tingkat kecemasan *post test* (setelah dilakukan terapi musik)

Petunjuk Pengisian :

Berilah tanda (✓) gejala/perasaan yang dirasakan setelah dilakukan terapi musik.

1. Perasaan Cemas (Ansietas)
 - Cemas
 - Firasat buruk
 - Takut akan pikiran sendiri
 - Mudah tersinggung
2. Ketegangan
 - Merasa tegang
 - Gelisah
 - Gemetar

- Mudah menangis
 - Lesu
 - Tidak bisa istirahat tenang
 - Mudah terkejut
3. Ketakutan
- Takut terhadap gelap
 - Takut terhadap orang asing
 - Bila ditinggal sendiri
 - Pada binatang besar
 - Pada keramaian lalu lintas
 - Pada kerumunan orang banyak
4. Gangguan Tidur
- Sukar memulai tidur
 - Terbangun pada malam hari
 - Tidur tidak pulas
 - Bangun dengan lesu
 - Banyak mimpi-mimpi
 - Mimpi buruk
 - Mimpi menakutkan
5. Gangguan Kecerdasan
- Daya ingat buruk
 - Susah berkonsentrasi
6. Perasaan Depresi
- Hilangnya minat
 - Berkurangnya kesenangan pada hobi
 - Sedih
 - Bangun dini hari
 - Perasaan berubah-ubah sepanjang hari
7. Gejala Somatik

- Sakit dan nyeri otot
- Kaku
- Kedutan otot
- Gigi gemerutuk
- Suara tidak stabil

8. Gejala Sensorik

- Tinnitus (telinga berdengung)
- Penglihatan kabur
- Muka merah/pucat
- Merasa lemas
- Perasaan ditusuk-tusuk

9. Gejala Kardiovaskuler

- Berdebar
- Nyeri di dada
- Denyut nadi mengeras
- Perasaan lesu lemas seperti mau pingsan
- Detak jantung hilang sekejap

10. Gejala Pernapasan

- Rasa tertekan di dada
- Perasaan tercekik
- Sering menarik napas
- Napas pendek/sesak

11. Gejala Gastrointestinal

- Sulit menelan
- Perut melilit
- Gangguan pencernaan
- Kembung
- Mual
- Muntah

- Buang air besar lembek
- Berat badan turun
- Susah buang air besar

12. Gejala Urogenital

- Sering kencing
- Tidak dapat menahan air seni
- Amenorrhoe* (Tidak haid)
- Menorrhagia* (Darah haid yang berlebihan)
- Frigid* (Menjadi dingin)
- Ejakulasi dini
- Ejakulasi melemah
- Impotensi

13. Gejala Otonom

- Mulut kering
- Muka merah
- Mudah berkeringat
- Pusing
- Bulu roma berdiri

14. Perilaku Sewaktu Wawancara

- Gelisah
- Tidak tenang
- Jari gemetar
- Kerut kening
- Muka tegang
- Tonus otot meningkat
- Nafas pendek cepat
- Muka merah

Skor :

Lampiran 5**Lembar Observasi Penelitian**

**PENERAPAN TERAPI MUSIK UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN
AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BOGOR POLTEKKES KEMENKES BANDUNG**

1. Nomor Responden :
2. Nama :
3. Tingkat :

No	Nama	Sebelum Terapi Musik		Sesudah Terapi Musik		Keterangan
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	

Lampiran 6**Standar Operasional Prosedur (SOP) Terapi Musik****A. Definisi**

Terapi musik adalah materi yang mampu mempengaruhi kondisi seseorang baik fisik maupun mental. Musik memberi rangsangan pertumbuhan fungsi-fungsi otak seperti fungsi ingatan, belajar, mendengar, berbicara, serta analisis intelek dan fungsi kesadaran.

B. Tujuan

Memperbaiki kondisi fisik maupun psikis, emosional, dan kesehatan spiritual.

E. Indikasi

1. Individu yang mengalami insomnia,
2. Kesepian,
3. Kecemasan, depresi stress, dan trauma,
4. Individu yang mengalami penolakan terhadap lingkungan

F. Kontraindikasi

Tidak dapat diterapkan kepada individu yang mengalami gangguan pendengaran atau tuna rungu .

C. Prosedur

1. Persiapan Alat dan Lingkungan
 - a. Kursi dan meja
 - b. Kaset CD musik atau *Handphone*
 - c. Headset
 - d. Lingkungan yang tenang, nyaman, dan bersih.

2. Pra Interaksi

- a. Cek catatan keperawatan atau catatan medis klien (jika ada)
- b. Siapkan alat-alat
- c. Identifikasi faktor atau kondisi yang dapat menyebabkan kontra indikasi
- d. Cuci tangan

1. Tahap Orientasi

- a. Ucapkan salam (SOP Komunikasi Terapeutik)
- b. Lakukan evaluasi/validasi
- c. Jelaskan tujuan, prosedur tindakan, lama tindakan kepada klien/keluarga
- d. Lakukan kontrak waktu, tempat dan topik

2. Tahap Kerja

- a. Berikan kesempatan klien bertanya sebelum kegiatan dilakukan
- b. Jaga privasi klien.
- c. Berdiskusi dengan klien menetapkan perubahan perilaku atau fisiologis yang diinginkan misalnya relaksasi, stimulasi, konsentrasi, dan pengurangan rasa sakit.
- d. Memberikan kesempatan klien memilih jenis musik
- e. Bantu klien untuk memilih posisi yang nyaman.
- f. Batasi stimulasi eksternal seperti cahaya, suara, pengunjung, panggilan telepon selama mendengarkan musik.

- g. Sediakan peralatan terapi musik, dekatkan alat perlengkapan ke dekat klien.
 - h. Pastikan perlengkapan dalam kondisi baik.
 - i. Dukung dengan headset jika diperlukan
 - j. Atur volume yang sesuai dan tidak terlalu keras.
 - k. Berikan terapi musik sesuai indikasi
 - l. Persiapkan klien mendengarkan musik selama minimal 15 menit. Namun, jika tidak memiliki cukup waktu 10 menit pun bisa, karena selama waktu 10 menit telah membantu pikiran responden beristirahat.
 - m. Hindari menghidupkan musik dan meninggalkannya dalam waktu yang lama
 - n. Saat klien mendengarkan musik arahkan untuk fokus dan rileks terhadap lagu yang didengar dan melepaskan semua beban yang ada.
 - o. Fasilitasi jika klien ingin berpartisipasi aktif seperti memainkan alat musik atau bernyanyi jika diinginkan dan memungkinkan.
 - p. Hindari pemberian terapi musik saat cedera kepala akut
3. Terminasi
- a. Setelah musik berhenti klien dipersilahkan mengungkapkan perasaan yang muncul saat musik tersebut berputar, serta perubahan yang terjadi dalam dirinya.
 - b. Simpulkan hasil kegiatan.
 - c. Berikan umpan balik positif.
 - d. Kontrak pertemuan selanjutnya dalam hal waktu, tempat dan topik.

- e. Akhiri kegiatan
 - f. Bereskan alat-alat
 - g. Cuci tangan
4. Dokumentasi

Lakukan dokumentasi tindakan dan hasil.

Lampiran 7

Dokumentasi Pertemuan



Lampiran 8

	POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG	
	FORMULIR BIMBINGAN KTI	

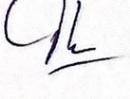
NAMA MAHASISWA : Deani Putri Aprillia Wahyudi

NIM : P17320319009

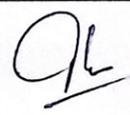
NAMA PEMBIMBING : Ns. Riyanto, M.Kep., Sp.Kom

CATATAN PROSES BIMBINGAN

No	HARI / TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	REKOMENDASI (PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN)	TANDA TANGAN PEMBIMBING
1.	27 Desember 2021	Pengenalan KTI dan pengajuan judul KTI	Menentukan judul studi kasus dan memulai mengidentifikasi jurnal atau teori untuk memperkuat judul.	
2.	29 Desember 2022	Judul KTI	Judul di acc dan melanjutkan merancang BAB I	
3.	07 Januari 2022	BAB I dan BAB II	Membuat BAB I dan melanjutkan langsung ke BAB II	

4.	24 Februari 2022	Mengkonsultasikan BAB I dan BAB II	<p>Pada BAB I : Revisi latar belakang, rumusan masalah ubah menjadi "Bagaimana gambaran", ubah tujuan menjadi "Gambaran".</p> <p>Pada BAB II : Perlu dipersiapkan instrumen untuk mengukur kecemasan dan acuan pelaksanaan terapi musik.</p>	
5.	28 Februari 2022	BAB II	Gunakan mendeley untuk penulisan daftar pustaka	
6.	17 maret 2022	BAB III	Kriteria inklusi tambahkan, rencana kegiatan dibuat <i>pre test</i> dan <i>post test</i> dilakukan setiap hari. Definisi Operasional perbaiki menjadi lebih jelas seperti apa pelaksanaannya.	
7.	17 Maret 2022	BAB II	Memperbaiki penulisan sesuai kaidah penulisan KTI, kajian teori kurangi.	
8.	17 Maret 2022	BAB I	Manfaat diperjelas kembali tujuannya untuk siapa, tujuan tidak boleh dituliskan kata pengaruh, ubah menjadi mendapatkan gambaran perubahan.	
9.	17 Maret 2022	BAB I, II, III	Pembahasan mengenai persiapan sidang Proposal KTI	
12	17 Maret 2022	BAB I s/d III	ACC untuk diujikan pada tanggal 18 Maret, persiapkan dan kuasai dengan baik.	
13	04 April 2022	Perencanaan intervensi	Melakukan survey untuk mencari responden sesuai dengan kriteria melalui aplikasi whatsapp dan <i>Google Form</i>	

14	04 April 2022	Konsultasi mengenai penambahan jumlah responden	Jumlah responden ditambahkan sebelumnya dari 3 menjadi 5 responden.	
15	26 April 2022	BAB IV	Untuk BAB IV tolong fokuskan pada laporan kegiatan studi kasusnya dan BAB V pembahasan terkait kesenjangan antara hasil studi kasus dengan referensi pelaporan yang pernah di sharing oleh pjmk KTI.	
16	05 Mei 2022	BAB I s/d IV	Laporan KTI di ACC dapat diujikan sesuai jadwal. KTI silahkan kirim ke penguji.	
17	15 Mei 2022	Revisi KTI setelah sidang	<p>Pada Abstrak :</p> <p>Tambahkan penjelasan singkat mengenai hasil penurunan tingkat kecemasannya seperti apa dan perbaiki <i>Font</i> pada abstrak bahasa Inggris.</p> <p>Pada BAB IV :</p> <p>Pada laporan hasil penelitian tambahkan penjelasan mengenai diambil dari mana asal responden penelitian, perbaiki judul pada setiap tabel ganti dengan "Perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pada tanggal", hilangkan skor kecemasan awal pada tabel, perbaiki bentuk tabel ke sebelah kanan agar dapat mudah dibaca dan dipahami, bahas jurnal pada perbandingan hasil pengukuran dan jelaskan faktor apa yang dapat memengaruhi perubahan tingkat kecemasan, hapus keterbatasan penelitian.</p> <p>Pada BAB V :</p> <p>Tambahkan saran untuk penelitian lebih lanjut untuk meneliti terapi musik untuk menurunkan masalah lainnya seperti insomnia dan tekanan darah tinggi.</p>	

18	27 Mei 2022	Abstrak, lembar persetujuan, dan lembar pengesahan.	<p>Kurangi jumlah kata jangan melebihi dari 200 kata. Perhatikan jumlah kata dan kesinambungan kalimat. Pada bagian lembar bimbingan jangan sampai terpisah kalimatnya dan tanda tangan kaprodi jangan pisah lembar.</p> <p>Perbaiki penulisan gelar dan penggunaan titik koma gelar pada lembar persetujuan dan lembar pengesahan.</p>	
19	02 Juni 2022	Cover, halaman judul dan lembar bimbingan KTI	Perbaiki cover dan tambahkan halaman judul sesuai format yang sudah dibagikan, pada lembar bimbingan tambahkan hingga revisi setelah sidang.	

Mengetahui,
 Ketua Program Studi Keperawatan Bogor



Dr. Adi Hodikoh, M.Kep., Sp.Mat
 NIP. 196704111990032001