

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

ANALISIS PENERAPAN TERAPI MUSIK GAMELAN TERHADAP

KUALITAS TIDUR PASIEN LANSIA DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR

DI BANGSAL WIDOSARI LOR RSUD WATES KULON PROGO

YOGYAKARTA



MONICA RATRI RIKALANINGTYAS

NPM 202454113

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH

YOGYAKARTA

2025

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

ANALISIS PENERAPAN TERAPI MUSIK GAMELAN TERHADAP

KUALITAS TIDUR PASIEN LANSIA DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR

DI BANGSAL WIDOSARI LOR RSUD WATES KULON PROGO

YOGYAKARTA



Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menyelesaikan Program Pendidikan

Profesi Ners Program Profesi Sekolah Tinggi Kesehatan Panti Rapih

MONICA RATRI RIKALANINGTYAS

NPM 202454113

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

2025

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

ANALISIS PENERAPAN TERAPI MUSIK GAMELAN TERHADAP

KUALITAS TIDUR PASIEN LANSIA DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR

DI BANGSAL WIDOSARI LOR RSUD WATES KULON PROGO

YOGYAKARTA

Disusun Oleh:
Monica Ratri Rikalaningtyas
NIM 202454113

Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini Telah Direvisi dan Disetujui
Disetujui pada tanggal 17 Mei 2025

Pembimbing



Fittriya Kristanti, S.Kep., Ns,M.N.Sc

NIK 201110013

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

ANALISIS PENERAPAN TERAPI MUSIK GAMELAN TERHADAP
KUALITAS TIDUR PASIEN LANSIA DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR
DI BANGSAL WIDOSARI LOR RSUD WATES KULON PROGO

YOGYAKARTA

Disusun Oleh:
Monica Ratri Rikalaningtyas
NIM 202454113

Telah dipertahankan dan diuji di depan dewan penguji Karya Ilmiah Akhir Ners
STIKes Panti Rapih Yogyakarta
Pada Tanggal 13 Mei 2025

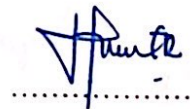
Mengesahkan
Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta



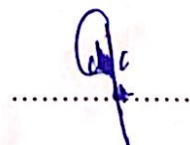
MI. Ekatrina Wijayanti, Ns., MSN
NIK 199410075

Penguji:

Ketua : Emmelia Ratnawati, M.Kep., Ns.Sp.Kep.Kom.



Anggota : Fittriya Kristanti, S.Kep., Ns,M.N.Sc



HALAMAN MOTTO

"You don't need motivational sentences to finish it.
You just have to keep going until it's done."
(Rikalaningtyas, 2024)

"Not everyone has the same ambitions and goals, but
that's not necessarily a bad thing. It would be even
worse if you lowered your standards and efforts just to
fit in."
(Rikalaningtyas, 2024)

"Live a life with no regrets."
(My Mom and Dad, 2024)

"Whatever it is, we will find a way. We have to find a
way."
(Moneteringtyas, 2024)

"Research" means "to search again"
Why not? Sometimes, a new interpretation emerges that
is of vast importance
(Issac Asimov)

HALAMAN PERSEMBAHAN

First and foremost, I would like to express my deepest gratitude to **God Almighty**, for His endless grace, strength, and guidance throughout this journey. Without His blessings, this work would not have been possible.

I dedicate this Final Scientific Paper Nurse to:

- ♥ **My supervisor Bu Fitri**, whose knowledge, guidance, and inspiration have shaped me not only as a nurse but also as a lifelong learner.
- ♥ **My parents and sister**, for their unwavering support – both emotionally and financially – during this academic pursuit. Their belief in my capabilities has been a driving force, and I am truly fortunate to have them by my side.
- ♥ **My 911 friends**, I want to express my appreciation for the friendship, encouragement, and understanding you provided throughout this journey. Your presence – both physical and emotional – made the challenges more manageable, and the good times more enjoyable.
- ♥ **My patients and fellow healthcare professionals**, who continue to inspire me with their resilience, compassion, and dedication.
- ♥ I also dedicate this achievement to **myself**—for the perseverance, late nights, countless efforts, and unwavering belief that I could overcome every challenge.

May this work contribute meaningfully to the field of nursing and serve as a small step towards better health and care for all.

With heartfelt appreciation,
Monica Ratri Rikalaningtyas

INTISARI

Nama : Monica Ratri Rikalaningtyas
NIM : 202454113
Judul : Analisis Penerapan Terapi Musik Gamelan Terhadap Kualitas Tidur Pasien Lansia dengan Gangguan Pola Tidur di Bangsal Widosari Lor RSUD Wates Kulon Progo Yogyakarta
Tanggal Ujian : 13 Mei 2025
Pembimbing : Fittriya Kristanti, S.Kep., Ns,M.N.Sc
Jumlah Pustaka : 64 pustaka (tahun 2006 – 2025)
Jumlah Halaman : xiv, 61 halaman, tabel, lampiran

Gangguan pola tidur merupakan masalah umum yang dialami oleh lansia dan dapat berdampak negatif terhadap kualitas hidup mereka. Penanganan non-farmakologis seperti terapi musik gamelan dinilai efektif dan minim efek samping. Laporan ini bertujuan untuk menganalisis penerapan terapi musik gamelan terhadap kualitas tidur lansia dengan gangguan tidur di ruang Widosari Lor RSUD Wates. Metode yang digunakan adalah studi kasus, melibatkan dua lansia yang mengalami gangguan tidur. Terapi musik gamelan diberikan selama 22 menit setiap malam selama dua hari berturut-turut. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan kualitas tidur yang ditandai dengan penurunan skor *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dari 18 menjadi 11 dengan nilai signifikansi 0.258. Terapi musik gamelan tetap dapat dipertimbangkan menjadi salah satu alternatif intervensi keperawatan komplementer untuk meningkatkan kualitas tidur pada lansia.

Kata kunci: lansia, gangguan tidur, terapi musik, gamelan, kualitas tidur

KATA PENGANTAR

Penulis menghaturkan puji syukur pada Tuhan Yang Maha Kasih karena telah berhasil menyelesaikan laporan karya ilmiah akhir ners (KIAN) yang berjudul “Analisis Penerapan Terapi Musik Gamelan Terhadap Kualitas Tidur Pasien Lansia dengan Gangguan Pola Tidur di Bangsal Widosari Lor RSUD Wates Kulon Progo Yogyakarta”. Penulis juga ingin menyampaikan rasa terimakasih pada semua pihak yang telah mendukung dengan bimbingan dan motivasi dalam proses penulisan laporan KIAN ini, terutama kepada pembimbing KIAN yang selalu memberikan inspirasi, arahan serta motivasi kepada penulis.

Laporan KIAN ini diharapkan nantinya dapat menjadi referensi untuk mengatasi masalah yang berkaitan dengan gangguan pola tidur yang dialami oleh lansia. Sehingga juga dapat menjadi referensi bagi intervensi keperawatan dan manajemen untuk menerapkan dan mengembangkan terapi musik gamelan untuk meningkatkan kualitas tidur pasien lansia dengan gangguan pola tidur. Tidak lupa juga penulis berharap nantinya hasil dari study kasus ini dapat menjadi pengayaan dari sumber referensi bagi dunia keperawatan.

Yogyakarta, 25 April 2025

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Persetujuan Pembimbing	ii
Halaman Pengesahan	iii
Halaman Motto	iv
Halaman Persembahan	v
Intisari	vi
Kata Pengantar	vii
Daftar Isi	viii
Daftar Tabel	x
Daftar Grafik/Diagram/ Bagan/Chart	xi
Daftar Lampiran	xii
 BAB 1 PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Study Kasus	4
1.4 Manfaat Study Kasus	5
 BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	 6
2.1 Tinjauan Teori	6
2.2 Analisis Jurnal PICOT	28
 BAB 3 PELAKSANAAN STUDY KASUS	 30
3.1 Pelaksanaan Study Kasus	30
3.2 Subjek dalam Study Kasus	30
3.3 Kriteria Sampel	31
3.4 Lokasi Study Kasus	31
3.5 Waktu Study Kasus	32

3.6 Instrumen dalam Study Kasus	32
3.7 Etika Penerapa Study Kasus	32
3.8 SOP Penerapan Terapi Musik Gamelan	33
 BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	 36
4.1 Hasil dan Pembahasan Study Kasus	36
4.2 Keterbatasan Study Kasus	58
 BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN	 59
5.1 Simpulan	59
5.2 Saran	59
 DAFTAR PUSTAKA	
 LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1.1 Karakteristik Pasien Lansia	42
Tabel 4.1.2 Uji Statistik	57

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1.1 Karakteristik Pasien Lansia	45
Grafik 4.1.1 Karakteristik Pasien Lansia	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. *Informed concent* pasien yang menjadi sampel study kasus

Lampiran 2. Instrumen study kasus

Lampiran 3. Bukti konsultasi dengan pembimbing.

Lampiran 4. Link Musik Gamelan

Lampiran 5. Bukti Pelaksanaan Study Kasus

Lambiran 6. Uji SPSS

Lampiran 7. Lembar Masukan Penguji

Lampiran 8. Uji Turnitin