



**PENGARUH MUSIK KLASIK MOZART K.448 TERHADAP
PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA
FAKULTAS KEDOKTERAN UPN VETERAN JAKARTA**

SKRIPSI

BUNGA VIDYA PRAJNANTA

1810211105

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA
2022**



**PENGARUH MUSIK KLASIK MOZART K.448 TERHADAP
PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA
FAKULTAS KEDOKTERAN UPN VETERAN JAKARTA**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Kedokteran**

BUNGA VIDYA PRAJNANTA

1810211105

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA**

2022

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan benar.

Nama : Bunga Vidya Prajnanta

NRP : 1810211106

Tanggal : 24 Juni 2022

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 24 Juni 2022

Yang menyatakan,



Bunga Vidya Prajnanta

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Bunga Vidya Prajnanta

NRP : 1810211105

Program Studi : Kedokteran Program Sarjana (PSKPS)

Judul Skripsi : Pengaruh Musik Klasik Mozart K.448 terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



Dr. dr. Suzy Yusna Dewi,

Sp.KJ(K), MARS



Dr. dr. Ria Maria Theresa

Sp.KJ, M.H

Pembimbing 1



apt. Imam Prabowo,

M.Farm

Pembimbing 2



Dr. dr. J. Taufiq Fredrik Pasiak,

M.Kes, M.Pd.I

Dekan Fakultas Kedokteran



dr. Mila Citrawati, M.Biomed, Sp.KKLP

Kepala Program Studi Kedokteran

Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 22 Juni 2022

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta,
saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Bunga Vidya Prajnanta

NRP : 1810211105

Fakultas : Kedokteran

Program Studi : Kedokteran Program Sarjana (PSKPS)

Demi pengembangan pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalti Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Pengaruh Musik Klasik Mozart K.448 terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan
pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Jakarta

Pada tanggal: 24 Juni 2022

Yang menyatakan,

A handwritten signature in black ink is written over a yellow 10,000 Rupiah stamp. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text '10000', 'METERAI', and 'FF655AJX977185144'.

Bunga Vidya Prajnanta

PENGARUH MUSIK KLASIK MOZART K.448 TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UPN VETERAN JAKARTA

Bunga Vidya Prajnanta

Abstrak

Kecemasan merupakan gangguan jiwa yang paling sering terjadi. Mahasiswa kedokteran memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibanding populasi umum akibat beban akademik, fisik, dan mental yang tinggi. Salah satu metode untuk menurunkan kecemasan adalah dengan mendengarkan musik klasik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh musik klasik Mozart K.448 terhadap penurunan tingkat kecemasan pada mahasiswa fakultas kedokteran. Desain penelitian berupa *quasi-experiment* dengan *pretest-posttest control group design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan subjek 35 mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta tingkat akhir yang terbagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pengumpulan data menggunakan instrumen *State-Trait Anxiety Inventory (STAI) Form-Y* untuk mengukur tingkat kecemasan pada saat sebelum dan sesudah diberikan intervensi musik klasik Mozart K.448 selama 3 hari. Perbedaan rerata skor *pretest-posttest* menurun sebanyak 10,94 untuk *A-State* dan 7,88 untuk *A-Trait*. Hasil uji *Paired T-Test* menunjukkan terdapat penurunan tingkat kecemasan yang signifikan, baik pada *A-State* ($p = .000$) dan *A-Trait* ($p = .000$). Hasil uji *Independent T-Test* untuk *A-Trait* ($p = .000$) dan *Mann-Whitney U Test* untuk *A-State* ($p = .000$) menunjukkan terdapat perbedaan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Musik klasik Mozart K.448 berpengaruh menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa fakultas kedokteran.

Kata kunci: Kecemasan, Musik Klasik, Mozart K.448, *State-Trait Anxiety Inventory*

**THE EFFECT OF CLASSICAL MUSIC MOZART K.448 IN
DECREASING ANXIETY LEVEL OF MEDICAL STUDENTS IN
FACULTY OF MEDICINE UPN VETERAN JAKARTA**

Bunga Vidya Prajnanta

Abstract

Anxiety is the most common mental disorder. Medical students have a higher level of anxiety than the general population due to their high academic load, physical burden, and mental burden. One way to reduce anxiety is to listen to classical music. This study aims to determine the effect of Mozart K.448 classical music on decreasing the anxiety level of medical students. This is a quasi-experimental study with a pretest-posttest control group design. Using purposive sampling with 35 preclinical students of the Faculty of Medicine UPN Veteran Jakarta, subjects were divided into an experimental group and a control group. The data was collected using the State-Trait Anxiety Inventory (STAI) to measure the level of anxiety before and after being given the Mozart K.448 classical music intervention for 3 days. The difference in pretest-posttest mean scores decreased by 10.94 for A-State and 7.88 for A-Trait. The results of the Paired T-Test showed a significant decrease in A-State ($p=.000$) and A-Trait ($p=.000$). The results of the Independent T-Test for A-Trait ($p=.000$) and Mann-Whitney U Test for A-State ($p=.000$) showed a difference between the experimental group and the control group. Mozart K.448 music effectively reduces the anxiety level of medical students in Faculty of Medicine UPN Veteran Jakarta.

Keywords: Anxiety, Classical Music, Mozart K.448, State-Trait Anxiety Inventory

Kata Pengantar

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi “Pengaruh Musik Mozart K.448 terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta”. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam pembuatan skripsi ini tidak dapat diselesaikan tanpa adanya bimbingan, bantuan, dukungan, dan arahan dari berbagai pihak. Dengan demikian, penulis menuturkan ucapan terimakasih kepada :

1. Orang tua penulis yaitu Final Prajnanta, almh. Diana Yani Nur Indarwati, dan Tanti Migilestanti, serta kakak dan adik penulis yaitu Aditya Bayu Prajnanta, Dimas Zafran Hamzah, dan Erlangga Arjuna Prajnanta yang senantiasa memberikan dukungan doa dan kasih sayang, baik secara fisik maupun mental kepada peneliti setiap harinya tanpa henti.
2. Dr. dr. H. Taufiq Fredrik Pasiak, M.Kes, M.Pd.I selaku Dekan Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta
3. Dr. dr. Feda Anisah Makkiyah, Sp.BS, M.Kes selaku Wakil Dekan Bidang Akademik; dr. Sri Wahyuningsih, M.Kes selaku plt. Wakil Dekan Bidang Umum dan Keuangan serta Ketua Jurusan Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta; dr. Erna Harfiani, MSi selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama
4. dr. Mila Citrawati, M.Biomed, Sp.KKLP selaku Ketua Program Studi Kedokteran Program Sarjana Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta.
5. Dr. dr. Ria Maria Theresa, Sp.KJ, M.H selaku dosen pembimbing I yang senantiasa meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga untuk membimbing serta memberikan arahan dan masukan kepada penulis sehingga penyusunan skripsi ini dapat berjalan dengan baik.

6. apt. Imam Prabowo, M.Farm selaku dosen pembimbing II yang telah mendampingi serta meluangkan waktu untuk memberi bimbingan, masukan, dan semangat kepada penulis sehingga proses penyusunan skripsi ini dapat berjalan dengan baik.
7. Dr. dr. Suzy Yusna Dewi, Sp.KJ (K), MARS selaku penguji utama skripsi yang telah memberikan saran, arahan, dan masukan kepada penulis.
8. Seluruh dosen dan staf pengajar FK UPN Veteran Jakarta yang telah memberikan ilmu selama penulis menempuh studi di Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta beserta seluruh staf Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) UPN Veteran Jakarta dan Tata Usaha FK UPN Veteran Jakarta atas segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
9. Annisa Nur Insani, Nitya Fithra Salsabila Alhaque, Nindi Fathina Alfani, Namira Salma Ghinanafsi, dan Wulanda Nurul Azizah sebagai sahabat dan keluarga penulis di perkuliahan yang senantiasa memberikan semangat kepada penulis baik secara fisik dan mental selama pembelajaran di FK UPN Veteran Jakarta dan selama penyusunan skripsi ini.
10. Nadya, Salva, Sydnedia, Hanny, Arum, Sekar, dan Syifa sebagai sahabat yang selalu ada untuk saya dalam berbagi keluh kesah, senantiasa menghibur, mendengarkan, memberi semangat dan dukungan tanpa henti kepada penulis.
11. Alda, Diber, Irfaan, Akmal, Anas, Ruth, dan Asih sebagai teman seperjuangan departemen psikiatri yang telah saling memberi bantuan dan dukungan dalam proses penyusunan skripsi.
12. EB-BPH dan seluruh anggota *Asian Medical Students' Association* (AMSA-UPN) 2020/2021 beserta seluruh anggota SAVRA KBK "Avicenna" yang telah mewarnai hari-hari preklinik saya dengan kegiatan yang penuh manfaat.
13. Seluruh rekan sejawat FK UPN Veteran Jakarta angkatan 2018 yang telah menjadi bagian dari perjalanan panjang peneliti selama kuliah kedokteran.

14. Pihak-pihak lain yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah membantu penulis dan memberikan kontribusi terhadap kelancaran penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa terdapat banyak kesalahan serta kekurangan dalam pembuatan skripsi ini. Oleh sebab itu, penulis sangat menerima kritik dan saran yang membangun agar skripsi ini dapat menjadi lebih baik. Semoga Allah SWT membalas kebaikan dari semua pihak yang telah mendukung dan semoga hasil skripsi ini dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan.

Tangerang Selatan, 19 Mei 2022

Penulis,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Bunga Vidya Prajnanta', with a horizontal line drawn across the bottom of the signature.

Bunga Vidya Prajnanta

Daftar Isi

PERNYATAAN ORISINALITAS.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
Abstrak	vi
<i>Abstract</i>	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi.....	xi
Daftar Tabel.....	xiv
Daftar Bagan.....	xv
Daftar Gambar.....	xvi
Daftar Lampiran	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Perumusan Masalah.....	1
I.3 Tujuan Penelitian	3
I.3.1 Tujuan Umum.....	4
I.3.2 Tujuan Khusus	4
I.4 Manfaat Penelitian	4
I.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
I.4.2 Manfaat Praktis.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
II.1 Kecemasan.....	6
II.1.1 Definisi Kecemasan	6
II.1.2 Epidemiologi	6
II.1.3 Etiologi.....	7
II.1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan	9
II.1.5 Klasifikasi kecemasan.....	11
II.1.6 Tanda dan Gejala Kecemasan.....	16
II.1.7 Tingkat Kecemasan.....	16
II.1.8 Mekanisme Koping terhadap Kecemasan.....	18
II.1.9 Penatalaksanaan Kecemasan.....	20
II.2 Musik	20

II.2.1	Definisi Musik	21
II.2.2	Unsur-unsur musik	21
II.2.3	Genre Musik	23
II.2.4	Mozart K.448.....	25
II.2.5	Pengaruh Musik pada Tubuh Manusia	26
II.3	Pengaruh Musik Klasik dalam Menurunkan Kecemasan	29
II.4	Penelitian Terkait	32
II.5	Kerangka Teori	34
II.6	Kerangka Konsep	35
II.7	Hipotesis Penelitian	35
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....		36
III.1	Desain Penelitian.....	36
III.2	Waktu dan Tempat	37
III.3	Subjek Penelitian.....	37
III.3.1	Populasi.....	37
III.3.2	Sampel	38
III.3.3	Kriteria Inklusi dan Eksklusi	38
III.3.4	Perhitungan Besar Sampel.....	38
III.3.5	Cara Pengambilan Sampel.....	39
III.4	Variabel dan Definisi Operasional.....	40
III.5	Instrumen Penelitian.....	41
III.5.1	Kuesioner	41
III.5.2	Musik Klasik Mozart K.448	42
III.5.3	Alat	43
III.6	Uji Validitas dan Reliabilitas	43
III.7	Alur Penelitian	44
III.8	Pengolahan Data	45
III.9	Analisis Data.....	45
III.10	Etika Penelitian	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		47
IV.1	Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	48
IV.2	Pelaksanaan Penelitian	48
IV.3	Hasil Penelitian	49
IV.3.1	Gambaran Karakteristik Responden	49

IV.3.2 Distribusi Tingkat Kecemasan Mahasiswa FK UPNVJ Angkatan 2018 sebelum dan sesudah intervensi	51
IV.3.3 Skor Kecemasan Mahasiswa FK UPNVJ Angkatan 2018 Sebelum dan Sesudah Intervensi	53
IV.3.4 Perbedaan Selisih Skor Kecemasan Antar Kelompok	55
IV.4 Pembahasan	56
IV.5 Keterbatasan Penelitian	63
BAB V PENUTUP	65
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN	

Daftar Tabel

Tabel 1. Tanda dan Gejala Kecemasan.....	16
Tabel 2. Koping berbasis emosi atau ego	19
Tabel 3. Penelitian Terkait.....	32
Tabel 4. Desain Penelitian.....	37
Tabel 5. <i>Timeline</i> Penelitian.....	39
Tabel 6. Definisi Operasional Penelitian.....	42
Tabel 7. Pernyataan <i>State-Trait Anxiety Inventory</i>	45
Tabel 8. Interpretasi <i>State-Trait Anxiety Inventory</i>	45
Tabel 9. Gambaran Karakteristik Responden	51
Tabel 10. Distribusi Tingkat <i>State Anxiety</i> Mahasiswa FK UPNVJ Angkatan 2018 sebelum dan sesudah intervensi.....	54
Tabel 11. Distribusi Tingkat <i>Trait Anxiety</i> Mahasiswa FK UPNVJ Angkatan 2018 sebelum dan sesudah intervensi.....	55
Tabel 12. Hasil Uji Normalitas	56
Tabel 13. Rata-rata Skor Kecemasan sebelum dan sesudah intervensi	56

Daftar Bagan

Bagan 1. Rentang Respon Ansietas	17
Bagan 2. Kerangka Teori.....	34
Bagan 3. Kerangka Konsep.....	35
Bagan 4. Alur Penelitian	47

Daftar Gambar

Gambar 1. Besar Penyakit <i>Mental Disorders</i> Penyebab DALYs.....	7
Gambar 2. Daerah otak yang terlibat dalam pemrosesan musik.....	27
Gambar 3. Emosi yang dapat timbul saat ada/tidaknya musik.....	28
Gambar 4. Penyebab Kecemasan pada Mahasiswa Kedokteran Angkatan 2018.	59
Gambar 5. Penyebab Kecemasan Mahasiswa FK UPNVJ Angkatan 2018.....	59
Gambar 6. Perbandingan Rerata Skor <i>State Anxiety</i> Antar Kelompok.....	61
Gambar 7. Perbandingan Rerata Skor <i>Trait Anxiety</i> Antar Kelompok.....	61

Daftar Lampiran

Lampiran 1. Lembar <i>Informed Consent</i>	68
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden	75
Lampiran 3. Data Demografi Responden	76
Lampiran 4. Lembar Kuesioner Kecemasan	77
Lampiran 6. Surat Permohonan <i>Ethical Clearance</i>	81
Lampiran 7. <i>Ethical Clearance</i>	82
Lampiran 8. Surat Izin Penelitian	83
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian	84
Lampiran 10. Hasil Uji Analisis Univariat	86
Lampiran 11. Hasil Uji Analisis Bivariat	90
Lampiran 12. Nilai TOEFL	94
Lampiran 13. Biodata Peneliti	945