

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