

## INTISARI

Menstruasi sering kali menimbulkan banyak masalah, sebagian besar wanita mengalami gangguan nyeri menstruasi dan ini merupakan gejala yang sangat umum terjadi. Ada berbagai cara mengurangi nyeri menstruasi salah satunya dengan distraksi menggunakan musik Mozart. Musik Mozart adalah musik yang lembut, nadanya memberikan stimulasi gelombang alfa, memberikan ketenangan, membuat pendengarnya lebih rileks. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi musik Mozart terhadap tingkat nyeri menstruasi pada mahasiswi Keperawatan UMY.

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen, dengan desain *true eksperiment*, perancangan *pretest-posttest* dengan group kontrol. Jumlah sampel 35 responden, masing-masing 17 responden pada kelompok kontrol dan 18 responden pada kelompok eksperimen yang diambil secara purposive sampling. Instrument yang digunakan adalah CD musik Mozart dan lembar observasi skala nyeri menurut Mankoski. Hasil penelitian diuji dengan *Mann-Whitney Test* dengan bantuan aplikasi *SPSS for Windows Release 11,0*, menggunakan derajat keyakinan 95% atau  $\alpha=0,05$ .

Prevalensi nyeri menstruasi mahasiswi keperawatan FK UMY tahun 2007 cukup tinggi yaitu 79%. Modus tingkat nyeri kelompok kontrol awal adalah skala 5 (34%) setelah 15 menit meningkat menjadi skala 7 (40%). Tidak ada perbedaan tingkat nyeri menstruasi pada awal dan 15 menit kemudian tanpa perlakuan apapun ( $\alpha = 0,609$ ). Modus tingkat nyeri kelompok eksperimen awal adalah skala 4 (32%) setelah mendengarkan musik Mozart selama 15 menit turun menjadi skala 3 (27%). Pemberian terapi musik Mozart selama 15 menit pada kelompok eksperimen menurunkan tingkat nyeri menstruasi secara signifikan ( $\alpha = 0,002$ ). Kemudian diuji silang pretest kelompok kontrol dan eksperimen. Tidak terdapat perbedaan tingkat nyeri menstruasi awal kelompok kontrol dengan eksperimen, berarti kondisi awal kelompok kontrol dan eksperimen sebelum diintervensi tidak berbeda ( $\alpha= 0,274$ ). Tingkat nyeri menstruasi setelah pemberian terapi musik Mozart selama 15 menit pada kelompok eksperimen mengalami penurunan bermakna dibanding tanpa perlakuan apapun/kelompok kontrol ( $\alpha = 0,01$ ). Kesimpulannya terapi musik Mozart selama 15 menit menurunkan tingkat nyeri menstruasi secara bermakna.

**Kata Kunci** : Terapi Musik Mozart, Tingkat Nyeri, Menstruasi

## ABSTRACT

Menstruation often cause many problem. A lot of women suffer obstruction pain menstruation. Pain menstruation is generally symptom happen in woman. There is many way to decrease pain menstruation such as distraction using Mozart music. Mozart music is soft music, that can give intonation alpha wave. Mozart music can make listener more calm, and relax. Aim this research to know about effect giving therapy Mozart music with pain level menstruation in woman nursing student Muhammadiyah University of Yogyakarta.

Type of this research was observational experiment, with true design, pre-post test design with control group. Number sample was 35 respondent. It divided 17 respondent in control group and 18 respondent experiment that taken by purposive. Instrument CD Mozart music and pain scale observation according to Mankoski. Result this research was tested by Mann-Whitney aided by application of SPSS for Window Released 11,0 used certain degree 95% or  $\alpha=0,05$ .

Prevalence pain menstruation in woman nursing student MUY at the years 2007 high 79%. Modus pain level in control group beginning in level 5 (34%), after 15 minutes increase to level 7 (40%). Nothing different pain level menstruation beginning and 15 minutes after without any intervention ( $\alpha = 0,609$ ). Modus pain level in experimental group beginning in level 4 (32%), after listen Mozart music 15 minutes decrease to level 3 (27%). Giving Mozart therapy in 15 minutes for experiment group make decrease significant pain level menstruation ( $\alpha = 0,002$ ). Next crosswise test pain level menstruation beginning control and experiment group is not different, its mean beginning condition before intervention is not different ( $\alpha = 0,274$ ). Pain level menstruation after giving Mozart music therapy for 15 minutes in experiment group can decrease significant than without any intervention in control group ( $\alpha = 0,01$ ). The conclusion, therapy Mozart music in 15 minute can decrease with significance pain level menstruation.

**Keywords:** Therapy Mozart Music, Pain Level, MUY, 2007