

**PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK MOZART DAN TERAPI MUSIK
KESUKAAN TERHADAP TINGKAT DEPRESI MAHASISWA TUGAS
AKHIR FISIOTERAPI S1 DI FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**



SKRIPSI

Disusun Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Kelulusan
Serta Memperoleh Gelar Sarjana Fisioterapi

Disusun Oleh:

MUFIDAH AZ ZAHRA

J120110076

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2015

PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

**“PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK MOZART DENGAN TERAPI
MUSIK KESUKAAN TERHADAP TINGKAT DEPRESI MAHASISWA
TUGAS AKHIR FISIOTERAPI S1 DI FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA”**

Skripsi Ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan Dalam Ujian Skripsi

Program S1 Fisioterapi

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan Oleh:

Mufidah Az Zahra

J120110076

Pembimbing I



Dwi Kurniawati, SSt.FT, M.Kes

Pembimbing II



Agus Widodo, S.Fis, M.Fis

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

**“PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK MOZART DENGAN TERAPI
MUSIK KESUKAAN TERHADAP TINGKAT DEPRESI MAHASISWA
TUGAS AKHIR FISIOTERAPI S1 DI FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA”**

Diajukan Oleh

MUFIDAH AZ ZAHRA

J120110076

Dipertahankan Di Depan Penguji Skripsi Program Studi S1 Fisioterapi Dan
Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Fisioterapi

Hari : Kamis

Tanggal : 17 Desember 2015

Tim Penguji Skripsi

Nama Penguji

1. Dwi Kurniawati, SSt.FT, M.Kes
2. Yulisna Mutiasari, SST. FT, M.Sc
3. Isnaini Herawati, S.Fis, S, Pd, M.Sc

Tanda Tangan

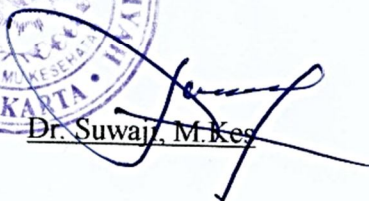


Disahkan Oleh

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta



Dr. Suwaji, M.Kes

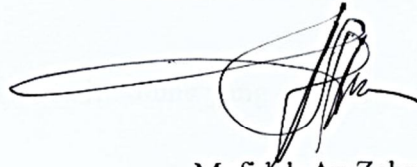


DEKLARASI

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu program perguruan tinggi manapun dan sepengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti ketidakbenaran dalam pernyataan saya diatas, maka saya akan bertanggung jawab sepenuhnya.

Surakarta, Oktober 2015



Mufidah Az Zahra

MOTTO

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan,
“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.” (QS. Alam Nasyroh: 5-6)

“Dan janganlah mencari-cari keburukan orang.” (QS Al Hujurat [49]: 12)

“Mengucapkan Alhamdulillah ketika di kritik, mengucapkan Astaghfirullah ketika di puji, InsyaAllah menjauhkan hati dari sifat sombong” (*inspired people*)

“Jealously is just a lack of self-confidence” (quoteslife101.net)

“Confident woman don’t hate”

“Jangan mendengarkan yang tidak perlu didengar, jangan melihat yang tidak perlu dilihat, jangan berbicara yang tidak perlu dibicarakan, jangan mencari tahu yang tidak perlu di ketahui...” (aastore_aa)

“Orang jahat itu tidak menakutkan, yang menakutkan itu orang yang pura-pura baik..”

“Just Because I Don’t React, Doesn’t Mean I Didn’t Notice” (thegoodvibe.co)

“Today I Choose Joy!” (unknown)

“Allah menciptakan satu mulut dua telinga, agar kita lebih banyak mendengar daripada bicara,..” (unknown)

“Cinta tak menanyakan bagaimana kelamnya masa lalu, tapi cinta membimbing untuk yang lebih baik kedepannya” (unknown)

“Orang berkelas berbicara tentang kemajuan dan kebahagiaan. Orang bermasalah berbicara tentang orang lain.” (MarioTeguh)

“Bersabar adalah tetap merasa marah. Tapi tidak menggunakannya untuk merendahkan diri dan merusak hubungan baik dengan orang lain” (MarioTeguh)

“Jika anda terbiasa berprasangka baik, anda memang bisa tertipu, tapi tidak lama, dan Tuhan akan segera mengganti kerugian anda.” (MarioTeguh)

“Berhentilah mengkhawatirkan masa depan, syukurilah hari ini, dan hiduplah sebaik-baiknya.” (MarioTeguh)

PERSEMBAHAN

Terimakasih Ya Allah..

Engkau selalu ada dalam setiap langkahku,

Terimakasih Ya Allah...

Engkau memberi kesehatan kepada hambamu yang lemah ini, sehingga langkahku melaju pada titik akhir studi sarjana ku,

Terimakasih Ya Allah...

Engkau yang sebenarnya ada didalam hatiku,

Terimakasih Ya Allah...

Keberadaan mu selalu terasa didalam jiwa,

Terimakasih Ya Allah...

Engkau yang selalu kurindukan.

Kisah Singkat ku menjadi mahasiswa

Awal masuk kuliah ada perasaan takut untuk memulai, karena kakunya hati ini,
tidak terbiasa membuka diri saat itu.

Dengan setitik semangat diri ini memaksakan untuk berbaur, banyak hal terjadi,
sungguh tidak menyenangkan.

Kenapa perasaanku tidak wajar, karena hati ini takut tak bisa terbiasa dengan
hutan rimba yang tak tahu sebesar apa dayanya.

Takut dan takut menerima kenyataan...

Ayah berpesan saat itu, “***nak, hidup diluar ibarat hutan rimba yang lebat, kau***

akan menemui hewan liar yang kejam, maka hati-hatilah, ayah percaya
padamu, kamu sudah dewasa, kamu sudah tau mana yang baik mana yang

tidak baik, jangan mudah terpengaruh” (2011), sebesar itu ayahanda

memberikan kepercayaannya pada anaknya yang lemah ini.

Terimakasih lingkungan ku, terimakasih teman-temanku, terimakasih orang-orang

yang tidak menyukaiku, terimakasih orang-orang yang menyayangiku,

mencintaiku, mengharapkan kehadiranku, ayahanda, ibunda, kakanda, adinda, dan

semua orang yang pernah memberi pelajaran hidup. Hidup ini memang pilihan.

Mufidah Az Zahra

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat, Hidayah-Nya. Semoga keselamatan menyertai kita semua. Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas kemudahan dan kelancaran yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi sebagai tanda keberhasilan menempuh gelar sarjana (S1) jurusan Fisioterapi di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Berikut adalah judul Skripsi : **“PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK MOZART DENGAN TERAPI MUSIK KESUKAAN TERHADAP TINGKAT DEPRESI MAHASISWA TUGAS AKHIR FISIOTERAPI S1 DI FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA”**

Segala sesuatu tidak lepas dari lingkungan yang mendukung, maka dari itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof Dr. H. Bambang Setiaji, P.hd selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memimpin dan membimbing kami semua.
2. Dr. Suwaji, M.Kes selaku Dekan fakultas ilmu kesehatan universitas muhammadiyah surakarta.
3. Ibu Isnaini Herawati, S.Fis, M.Sc selaku kepala program studi fisioterapi universitas muhammadiyah surakarta
4. Ibu Dwi Kurniawati, SSt.FT,M.Kes selaku pembimbing pertama yang selalu memberi dukungan dan arahan serta kepercayaan kepada penulis

demikian tercapainya hasil terbaik dalam penyelesaian skripsi ini. Semoga dapat lebih baik lagi dalam membimbing.

5. Bapak Agus Widodo, S.Fis, M.Fis selaku pembimbing kedua atas dukungan, arahan, semangat dan kepercayaan selama membimbing sampai pada titik terakhir. Semoga bimbingan bapak terus berjalan dan lebih baik.
6. Yulisna Mutiasari, SST. FT, M.Sc selaku penguji I, terimakasih atas kritik saran ilmu yang membangun sehingga penulis terinspirasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Isnaini Herawati, S.Fis, M.Sc selaku penguji II yang begitu kritis memberi kritik dan saran kepada penulis demi kesempurnaan skripsi ini.
8. Bapak serta ibu dosen yang telah menginspirasi dan memberi dukungan terbaik.
9. Beasiswa Unggulan Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan yang telah memberi kesempatan emas untuk menerima biaya pendidikan gratis selama 4 empat tahun.
10. Kedua orang tua penulis, Ayahanda terhebat Muhammad Chamdan, ibunda tercinta Tri Setyawati yang telah mendidik, selalu memberikan doa-doa terbaiknya, memberi kepercayaan, memberi dukungan, memberi semangat, mengarahkan kepada kebaikan-kebaikan, rela bersusah payah membiayai kebutuhan studi sampai akhir gelar Sarjana teraih. Semoga menjadi orang tua yang dapat menginspirasi banyak orang, dan lebih baik lagi dalam mendidik anak-anaknya.

11. Kedua kakak laki-laki yang begitu menyayangi penulis, Rifyal Alfand, dan Fuad Azhar, serta adik kecil yang cantik Salsabila Hasna.
12. Kepada teman-teman spesial yang selalu memberikan warna saat-saat kebersamaan, selalu ada disaat penulis dalam kondisi apapun, memberi dukungan, memberi hiburan dan memberi kebahagiaan, saling mengasihi, saling menasihati. Marinda Amellia dan Rita Setya yang paling cerewet menasihati penulis agar terus semangat dalam perjuangan skripsi, Lucky Cintya Alkuratu, Ardy Wulanjani dan teman-teman seperjuangan Fisioterapi S1 UMS angkatan 2011, atas kebersamaan dan keceriaan selama empat tahun.
13. Seluruh staf Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah membantu kelancaran studi kami.
14. Dan semua orang-orang hebat yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, namun inspirasi kalian sangat luar biasa.

Penulis sadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna, oleh karena itu saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan demi kelanjutan dan kemajuan karya selanjutnya. Korespondensi dapat di sampaikan di fidacons@gmail.com. Akhir kata semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua.

Surakarta, 26 Oktober 2015

Mufidah Az Zahra

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
DEKLARASI	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
ABSTRAK	xvii
ABSTRACT	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	2
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
BAB II LANDASAN TEORI	5
A. Kerangka Teori.....	5
1. Definisi Depresi.....	5
2. Tanda dan Gejala Depresi.....	5
3. Etiologi Depresi.....	6

4. Jenis Depresi	6
5. Patofisiologi Depresi	8
6. Instrumen Depresi	9
7. Terapi Musik	9
a. Definisi.....	10
b. Efek Terapi Musik	10
c. Aplikasi Dasar Terapi Musik	11
d. Musik Klasik Mozart	11
e. Terapi Musik Kesukaan	12
B. Kerangka Pikir.....	14
C. Kerangka Konsep	15
D. Hipotesa	15
BAB III METODE PENELITIAN	16
A. Jenis Penelitian.....	16
B. Waktu dan Tempat Penelitian	17
C. Populasi dan Sampel.....	17
D. Variabel.....	18
E. Definisi Konseptual.....	18
F. Definisi Operasional	18
G. Jalannya Penelitian	20
H. Teknik Analisa Data	21
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	22
A. Gambaran Umum	22
B. Karakteristik Responden Penelitian.....	23
1. Karakteristik responden berdasarkan umur	23
2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin.....	24

3. Karakteristik responden berdasarkan tingkat depresi	24
4. Uji Normalitas Data	26
5. Uji Homogenitas	27
6. Uji Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Depresi.....	28
7. Uji Beda Pengaruh Terapi Musik Klasik Mozart Dengan Terapi Musik Kesukaan Terhadap Depresi Mahasiswa Tingkat Akhir	29
C. Pembahasan.....	30
1. Umur Responden	30
2. Jenis Kelamin.....	30
3. Pengaruh Musik Klasik Terhadap Depresi.....	31
4. Pengaruh Musik Kesukaan Terhadap Depresi Mahasiswa Tugas Akhir	34
5. Beda Pengaruh Terapi Musik Klasik Dengan Terapi Musik Kesukaan Terhadap Depresi Mahasiswa Tugas Akhir	36
D. Keterbatasan Penelitian.....	40
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	41
A. Kesimpulan	41
B. Saran	41
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Rancangan Penelitian	20
Tabel 3.2. Kriteria Penilaian <i>Beck Depression Inventory</i>	24
Tabel 4.3. Tingkat Depresi Responden pre test dan post test kedua kelompok....	25
Tabel 4.4. Karakteristik responden berdasarkan tingkat depresi.....	26
Tabel 4.5. Uji Normalitas Penelitian	27
Tabel 4.6. Hasil Uji Homogenitas	27
Tabel 4.7. Hasil Uji Pengaruh	28
Tabel 4.8. Hasil Uji Selisih Tingkat Depresi pada Responden	29

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Pikir Penelitian	14
Gambar 2.2. Kerangka Konsep	15
Gambar 4.1. Distribusi Responden Berdasarkan Umur	23
Gambar 4.2. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	24

ABSTRAK

PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
Skripsi, 2015

MUFIDAH AZ ZAHRA

“PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK MOZART DENGAN TERAPI MUSIK KESUKAAN TERHADAP TINGKAT DEPRESI MAHASISWA TUGAS AKHIR FISIOTERAPI S1 DI FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA”

(Dibimbing oleh: Dwi Kurniawati, SSt.FT, M.Kes dan Agus Widodo, S.Fis, M.Fis)

(Terdiri dari 42 halaman, V Bab, 8 Tabel, 13 Gambar, 8 Lampiran)

Latar belakang: Tugas akhir merupakan salah satu syarat yang wajib ditempuh oleh setiap mahasiswa untuk mencapai gelar sarjana. Namun mahasiswa selama proses menyusun tugas akhir mengalami berbagai kendala yang dihadapinya mulai dari proses pengajuan judul, penyusunan data hingga menghadapi proses jalannya seminar penelitian. Kondisi tersebut menjadikan mahasiswa rentan mengalami depresi. Salah satu terapi untuk membantu menurunkan derajat depresi adalah dengan menggunakan terapi musik, termasuk terapi musik klasik Mozart maupun musik kesukaan seperti pop, keroncong.

tujuan penelitian: mengetahui perbedaan pengaruh terapi musik klasik mozart dengan terapi musik kesukaan terhadap depresi mahasiswa tugas akhir di universitas muhammadiyah surakarta.

Metode: penelitian menggunakan *quasy experimental* dengan desain *pre and post test with control group*. Sampel penelitian adalah 27 mahasiswa fisioterapi S1 tugas akhir di Fakultas Ilmu Kesehatan Surakarta Universitas Muhammadiyah Surakarta yang mengalami depresi yang dibagi menjadi 12 responden untuk terapi musik klasik, dan 15 responden dalam kelompok musik kesukaan. Terapi dilakukan 9 kali selama 2 minggu. Analisis data menggunakan uji *paired sample test* dan *independent sample test*.

Hasil penelitian: Kelompok musik klasik berdasarkan uji *paired sampel test* tingkat depresi diperoleh nilai $p = 0,000$. Kelompok musik kesukaan berdasarkan uji *paired sampel test* tingkat depresi diperoleh nilai $p = 0,000$. Berdasarkan uji beda pengaruh antara terapi musik klasik dengan musik kesukaan terhadap tingkat depresi diperoleh nilai $p = 0,002$.

Kesimpulan: terdapat pengaruh terapi musik klasik Mozart terhadap tingkat depresi, terdapat pengaruh terapi musik kesukaan terhadap tingkat depresi mahasiswa. Terdapat beda pengaruh antara terapi musik klasik dengan musik kesukaan terhadap tingkat depresi. Terapi musik kesukaan lebih efektif dalam menurunkan tingkat depresi.

Kata kunci: musik klasik Mozart, musik kesukaan, depresi, mahasiswa tugas akhir.

ABSTRACT

PHYSIOTHERAPY DEPARTMENT
SCHOOL OF HEALTH SCIENCE
UNIVERSITY MUHAMMADIYAH SURAKARTA
RESEARCH PAPER, 2015

MUFIDAH AZ ZAHRA

“THE INFLUENCE OF MOZART CLASSICAL MUSIC THERAPY WITH FAVORITE MUSIC THERAPY TO THE LEVEL OF DEPRESSION OF THE FINAL ASSIGNMENT STUDENTS OF S-1 FISIOTHERAPY AT HEALTH SCIENCE FACULTY OF UNIVERSITY MUHAMMADIYAH SURAKARTA”

(Guided by: Dwi Kurniawati, SSt.FT, M.Kes dan Agus Widodo, S.Fis, M.Fis)
(Consisted of 42 pages, V chapter, 8 tables, 13 pictures, 8enclosures)

Background: Final task (thesis) is one of role to student for graduated degree. but when the student were doing process the thesis, they had any problem like make the title, collected data until examination of thesis. This condition made the student suffer depression. One therapy for help the student to reduced depression was by using therapy music, including Mozart classical music therapy with favorite music therapy like pop music and keroncong music.

Objective: To know differences from mozart classical music therapy with favorite music therapy for depression of students final task in University Muhammadiyah Surkarta.

Method : The research use quasy experimental with pre test post test with control group. The sample were 27 undergraduate degree physiotherapy students whom suffer depression. Respondents divided into 12 respondents for classical music therapy, and 15 respondents in music fondness therapy. Music Therapy done 9 times for two weeks. Analysis data was using test paired sample test and independent sample test.

Results: The group of music classical based on paired sample test for depression degree obtained value $p = 0,000$. music fondness therapy based on paired sample test depression degree obtained value $p = 0,000$. Based on the different influence between therapy music and music favorite on depression degree obtained value $p = 0,002$.

Conclusions: There is significant effect of classical Mozart music therapy to student depression. there is significant effect of favorite music therapy to student depression. There is a difference effect between Mozart classical music therapy with fondness music therapy on depression. music fondness Therapy more effective to reduce depression

Keywords: Mozart classical music, favorite music, depression, students final task.