

KUESIONER KUALITAS TIDUR
Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)

1. Pukul berapa biasanya anda mulai tidur malam?
2. Berapa lama anda biasanya baru bisa tertidur tiap malam?
3. Pukul berapa anda biasanya bangun pagi?
4. Berapa lama anda tidur dimalam hari?

5.	Seberapa sering masalah dibawah ini mengganggu tidur anda?	Tidak pernah dalam sebulan terakhir (0)	1x Seminggu (1)	2x Seminggu (2)	≥ 3x Seminggu (3)
a.	Tidak mampu tertidur selama 30 menit sejak berbaring				
b.	Terbangun ditengah malam atau dini hari				
c.	Terbangun untuk kekamar mandi				
d.	Sulit bernafas dengan baik				
e.	Batuk atau mengorok				
f.	Kedinginan dimalam hari				
g.	Kepanasan di malam hari				
h.	Mimpi buruk				
i.	Terasa nyeri				
j.	Alasan lain.....				
6.	Selama sebulan terakhir, berapa sering anda menggunakan obat tidur				
7.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda mengantuk ketika				

	melakukan aktivitas disiang hari				
		Tidak antusias	Kecil	Sedang	Besar
8.	Selama satu bulan terakhir, berapa banyak masalah yang anda dapatkan dan seberapa antusias anda selesaikan permasalahan tersebut				
		Sangat Baik (0)	Cukup Baik (1)	Cukup Buruk (2)	Sangat Buruk (3)
9.	Selama bulan terakhir, bagaimana anda menilai kepuasan tidur anda?				

Kisi – Kisi Kuesioner PSQI

NO.	Komponen	No Item	Sistem Penelitian	
			Jawaban	Nilai Skor
1.	Kualitas Tidur subyektif	9	Sangat baik Baik Kurang Sangat kurang	0 1 2 3
2.	Latensi Tidur	2	≤15 menit 16-30 menit 31-60 menit >60 menit	0 1 2 3
		5a	Tidak pernah 1x seminggu 2x seminggu >3x seminggu	0 1 2 3
	Skor Latensi Tidur	2 + 5a	0 1-2 3-4 5-6	0 1 2 3
3.	Durasi Tidur	4	>7 jam 6-7 jam 5-6 jam <5 jam	0 1 2 3
4.	Efisiensi Tidur Rumus : Durasi Tidur : lama ditempat tidur X 100% *Durasi tidur (no4)	1,3,4	>85% 75-84% 65-74% <65 %	0 1 2 3

	*Lama tidur (kalkulasi respon no. 1 dan 3)			
5.	Gangguan Tidur	5b, 5c 5d, 5e 5f, 5g 5h, 5i 5i, 5j	0 1-9 10-18 19-27	0 1 2 3
6.	Penggunaan Obat	6	Tidak pernah 1x seminggu 2x seminggu >3x seminggu	0 1 2 3
7.	Dispusi di siang hari	7	Tidak pernah 1x seminggu 2x seminggu >3x seminggu	0 1 2 3
		8	Tidak antusias Kecil Sedang Besar	0 1 2 3
		7+8	0 1-2 3-4 5-6	0 1 2 3

Sumber : Curcio et al. (2012)

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR

NO	PROSEDUR
	Alat dan Bahan 1. Handphone 2. Headset 3. 1 buah lagu terapi musik 4. Bantal 5. Kasur
	Tahap Kerja 1. Siapkan lembar kuesioner lalu diisi oleh peserta 2. Peserta berada diruangan yang nyaman (tidak bising) 3. Peserta dalam posisi nyaman (tidur duduk) 4. Siapkan headphone dan handphone yang sudah terdapat lagu terapi musik 5. Pasang headphone di kedua telinga peserta 6. Nyalakan musik terapi 7. Atur volume musik dengan nada rendah 8. Musik di dengarkan selama 15 menit 9. Terapi dilakukan setiap hari selama 15 menit
	Tahap Penggunaan Terapi Terapi musik dilakukan setiap hari selama 15 menit

Sumber : (Potter & Perry, 2014)

KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
POLTEKKES TANJUNGPURANG

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"
No.252/KEPK-TJK/X/2022

Protokol penelitian yang diusulkan oleh:
The research protocol proposed by

Peneliti utama
Principal Investigator : Erny Agustina

Nama Institusi
Name of the Institution : Jurusan Keperawatan Poltekkes Tanjungpurang

Dengan judul:
Title

**"Perbedaan Pengaruh Terapi Musik Klasik Mozart dan Instrumental Kitaro Koi
Terhadap Kualitas Tidur Pasien Pre Operasi di RSUD Dr. H.Abdul Moeloek
Provinsi Lampung Tahun 2022 "**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar,

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risk, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 11 Juli 2022 sampai dengan tanggal 11 Juli 2023.

This declaration of ethics applies during the period July 11, 2022 until July 11, 2023

July 11, 2022
Professor and Chairperson



Dr. Aprina, S.Kp., M.Kes

Lampiran: Izin Penelitian
Nomor : PP.03. 01 / I. 1 / 3050 / 2022
Tanggal : 05 Juli 2022

DAFTAR NAMA MAHASISWA DAN JUDUL PENELITIAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN TANJUNGPONOK PROGRAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN KEPERAWATAN POLTEKKES TANJUNGPONOK
T.A 2021/2022

No	NAMA	JUDUL	TEMPAT PENELITIAN
1	Dahlia Yuniar Nim : 1814301006	Efektivitas pemberian teknik relaksasi genggam jari dan slow stroke back massage (SSBM) terhadap perubahan intensitas nyeri pada pasien post operasi di ruang bedah RSUD Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2022	RSUD.Dr.H.Abdul Moeloek Provinsi Lampung
2	Emy Agustina Nim. 2114301102	Perbedaan pengaruh terapi music klasik Mozart dan instrumental gitar koi terhadap kualitas tidur pasien pre operasi di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2022	
3	Zania Syefira Nim : 21143011006	Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media youtube terhadap pengetahuan keluarga tentang persiapan operasi di RSUD Abdul Moeloek Provinsi Lampung tahun 2022	
4	Efi Shafarina Nim : 2114301101	Pengaruh teknik relaksasi autogenic terhadap kecemasan pasien pre op bedah mayor di ruang bedah sentral RSUD Abdul Moeloek Provinsi Lampung tahun 2022	
5	Yunita Korina Nim : 2114301111	Pengaruh terapi music bethoven terhadap kecemasan pasien post operasi CA mammae di Ruang Bedah Wanita RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung	



Warjedin Aliyanto, SKM, M.Kes
NIP.196401281985021001



PEMERINTAH PROVINSI LAMPUNG
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr. H. ABDUL MOELOEK
JL. Dr. Rivai No. 6 ☎ 0721-703312, 702455 Fax.703952
BANDAR LAMPUNG 35112



Bandar Lampung, 14 Juli 2022

Nomor : 420/1063 F/VII.01/10.26/VII/2022
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian S1 Keperawatan

Kepada
Yth. Direktur Poltekkes Tanjung Karang
Prodi S1 Keperawatan

di -

BANDAR LAMPUNG

Menindaklanjuti surat Saudara PP.03.01/I.1/3050/2022 tanggal 05 Juli 2022,, perihal tersebut pada pokok surat, atas nama :

Nama : Emy Agustin / 082373577729
NPM : 2114301102
Prodi : S1 Keperawatan Poltekkes Tanjung Karang
Judul : Perbedaan Pengaruh Terapi Music Klasik Mozart dan Instrumental Kitaro Terhadap Kualitas Tidur Pasien Pre Operasi RSUD Dr.H.Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2022.

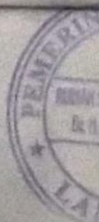
Dengan ini kami informasikan bahwa untuk kepentingan penelitian yang bersangkutan Kami izinkan untuk pengambilan data di Ruang Rawat Inap Bedah dan Instalasi Diklat RSUD Dr.H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung dan dilakukan di jam kerja tanggal : 18 Juli – 20 Agustus 2022. Dengan menggunakan APD yang telah ditentukan oleh masing masing ruangan / lokus penelitian (daftar terlampir).Untuk informasi lebih lanjut yang bersangkutan dapat berhubungan dengan Instalasi Diklat RSUDAM.

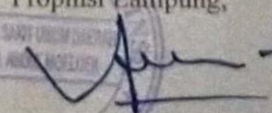
Selanjutnya diinformasikan bahwa selama melakukan pengambilan data yang bersangkutan perlu memperhatikan hal – hal sebagai berikut :

1. Melapor pada Instalasi Diklat RSUD Dr.H.Abdul Moeloek Provinsi Lampung.
2. Data dari hasil penelitian tidak boleh disebarluaskan/ digunakan diluar kepentingan ilmiah.
3. Memberikan laporan hasil penelitian pada Bagian Diklat RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung.
4. Instalasi Diklat RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung berhak atas hasil penelitian untuk pengembangan kegiatan pelayanan kepada masyarakat.
5. Kegiatan tersebut dikenakan biaya sesuai Pergub No. 6 Tahun 2020 Tentang Jenis dan Tarif Layanan Kesehatan di RSUDAM

Demikian, agar menjadi maklum.

A.n Direktur
Plt,Wakil Direktur Pendidikan
RSUD Dr. H. Abdul Moeloek
Provinsi Lampung,




Drs. Anindito Widyantoro Apt,MM,M,Kes
Pembina Tk.I
NIP : 19600111 199103 1 006

**PERBEDAN PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK MOZART
DAN INSTRUMENTAL KITARO KOI TERHADAP
KUALITAS TIDUR PASIEN PRE OPERASI DI RSUD
DR. H. ABDUL MOELOEK PROVINSI
LAMPUNGTAHUN 2022**

Kualitas Tidur							
Kelompok Mozart				Kelompok KK			
no	sebelum	sesudah	penurunan	no	sebelum	sesudah	Penurunan
1	10	8	2	1	13	8	5
2	12	9	3	2	10	6	4
3	9	5	4	3	14	9	5
4	8	4	4	4	12	8	4
5	12	8	4	5	10	8	2
6	11	7	4	6	9	4	5
7	8	4	4	7	10	5	5
8	7	3	4	8	11	7	4
9	10	7	3	9	9	7	2
10	10	5	5	10	9	4	5
11	9	9	0	11	12	7	5
12	14	8	6	12	10	6	4
13	9	6	3	13	9	6	3
14	10	6	4	14	8	4	4
15	12	8	4	15	10	5	5
16	10	7	3	16	9	5	4
17	9	6	3	17	8	4	4
18	11	9	2	18	10	5	5
19	10	5	5	19	9	4	5
20	9	4	5	20	12	7	5
21	10	8	2	21	13	9	4
22	12	9	3	22	13	8	5
23	9	5	4	23	12	9	3
24	10	4	6	24	12	7	5
25	12	10	2	25	11	6	5
26	11	7	4	26	11	5	6
27	8	4	4	27	14	10	4
28	7	3	4	28	12	6	6
29	10	10	0	29	11	9	2
30	10	5	5	30	10	7	3
31	14	9	5	31	10	7	3
32	11	8	3	32	8	3	5
33	9	6	3	33	11	7	4
34	10	7	3	34	12	10	2
35	12	8	4	35	8	5	3
36	10	7	3	36	14	6	8
37	s9	6	3	37	10	7	3
38	11	10	1	38	14	10	4

HASIL PENELITIAN

Descriptives

					Statistic	Std. Error
kualitas tidur sebelum	Mean				10.13	.264
	95% Confidence Interval for Mean			Lower Bound	9.60	
				Upper Bound	10.67	
	5% Trimmed Mean				10.09	
	Median				10.00	
	Variance				2.658	
	Std. Deviation				1.630	
	Minimum				7	
	Maximum				14	
	Range				7	
	Interquartile Range				2	
	Skewness				.369	.383
	Kurtosis				.301	.750
kualitas tidur setelah	Mean				6.68	.329
	95% Confidence Interval for Mean			Lower Bound	6.02	
				Upper Bound	7.35	
	5% Trimmed Mean				6.70	
	Median				7.00	
	Variance				4.114	
	Std. Deviation				2.028	
	Minimum				3	
	Maximum				10	
	Range				7	
	Interquartile Range				3	
	Skewness				-.118	.383
	Kurtosis				-1.011	.750
kualitas tidur sebelum KK	Mean				10.79	.295
	95% Confidence Interval for Mean			Lower Bound	10.19	
				Upper Bound	11.39	
	5% Trimmed Mean				10.77	
	Median				10.50	
	Variance				3.306	
	Std. Deviation				1.818	
	Minimum				8	
	Maximum				14	
	Range				6	
	Interquartile Range				3	
	Skewness				.245	.383

litas tidur setelah KK	Kurtosis				- .878	.750
	Mean				6.58	.306
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound		5.96		
		Upper Bound		7.20		
	5% Trimmed Mean				6.56	
	Median				7.00	
	Variance				3.548	
	Std. Deviation				1.884	
	Minimum				3	
	Maximum				10	
	Range				7	
	Interquartile Range				3	
	Skewness				.139	.383
	Kurtosis				-.764	.750

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
kualitas tidur sebelum	.190	38	.081	.945	38	.062
kualitas tidur setelah	.136	38	.072	.949	38	.080
kualitas tidur sebelum KK	.168	38	.098	.936	38	.070
kualitas tidur setelah KK	.122	38	.164	.954	38	.121

illiefors Significance Correction

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
1	kualitas tidur sebelum	10.13	38	1.630	.264
	kualitas tidur setelah	6.68	38	2.028	.329
2	kualitas tidur sebelum KK	10.79	38	1.818	.295
	kualitas tidur setelah KK	6.58	38	1.884	.306

Paired Samples Test

			Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)
			Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	% Confidence Interval of the Difference			
						Lower	Upper		
1	kualitas tidur sebelum - kualitas tidur setelah		3.447	1.370	.222	2.997	3.898	15.517	.000
2	kualitas tidur sebelum KK - kualitas tidur setelah KK		4.211	1.255	.204	3.798	4.623	20.675	.000

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means						
		t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	% Confidence Interval of the Difference	
							Lower	Upper
penurunan	Equal variances assumed	2.532	74	.013	.763	.301	.163	1.364
	Equal variances not assumed	2.532	73.447	.013	.763	.301	.163	1.364