



**PENGARUH TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL MURROTAL TERHADAP KUALITAS  
TIDUR PASIEN DAN SKALA NYERI PASKA OPERASI**

**Ahmad Ali Syafi'i\*, Sukarmin, Noor Hidayah**

Prodi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Kudus, Jl. Ganesha Raya No.I, Purwosari,  
Kota Kudus, Kudus, Jawa Tengah 59316, Indonesia

[\\*ahmadalisafi3@gmail.com](mailto:*ahmadalisafi3@gmail.com)

**ABSTRAK**

Pembedahan merupakan prosedur invasif yang di gunakan untuk mengobati kelainan bentuk fisik, penyakit, atau cedera yang dapat menimbulkan gangguan psikologis seperti gangguan tidur dan masalah nyeri. Hal tersebut perlu pemberian intervensi berupa musik instrumental murrotal untuk mencegah dampak yang serius akibat nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi musik instrumental murrotal terhadap kualitas tidur pasien dan skala nyeri paska operasi di Rumah Sakit Sarkies Kudus. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain eksperimen two group pre test dan post test. Populasi pada penelitian ini adalah pasien operasi di Rumah Sakit Aisyiyah Kudus dalam tiga bulan terakhir sebanyak 120 pasien dengan rata-rata 40 pasien. Berdasarkan perhitungan rumus slovin, jumlah sampel yang dibutuhkan sebanyak 36 pasien yang diambil dengan teknik accidental sampling. Kualitas tidur diukur menggunakan kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dengan nilai  $r$  (0,471-0,724) dan reliabilitas sebesar 0,83 sedangkan skala nyeri diukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dengan reliabilitas 0,950. Analisa untuk mencari pengaruh variabel bebas dan terikat menggunakan uji  $t$ - test dengan uji alternatif Wilcoxon dan Mann whitney. Hasil penelitian : Ada pengaruh terapi musik instrumental murrotal terhadap kualitas tidur pasien (0,008) dan skala nyeri (0,002) paska operasi di Rumah Sakit Sarkies Kudus.

Kata Kunci: kualitas tidur; musik instrumental murrotal; skala nyeri

***THE EFFECT OF INSTRUMENTAL MURROTAL MUSIC THERAPY ON THE SLEEP  
QUALITY OF PATIENTS AND THE POST-OPERATIVE PAIN SCALE***

**ABSTRACT**

*Surgery is an invasive procedure used to treat physical deformities, diseases, or injuries that can cause psychological disorders such as sleep disorders and pain problems. This requires intervention in the form of instrumental murrotal music to prevent serious effects due to pain. This study aims to analyse the effect of instrumental murrotal music therapy on the sleep quality of patients and the post-operative pain scale at Sarkies Kudus Hospital. The type of research used is quantitative research with a two-group pre-test and post-test experimental design. The population in this study consisted of 120 patients who had undergone surgery at Aisyiyah Kudus Hospital in the last three months, with an average of 40 patients. Based on the Slovin formula, the required sample size was 36 patients. Sleep quality was measured using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire with an  $r$  value (0.471-0.724) and reliability of 0.83, while pain scale was measured using the Numeric Rating Scale (NRS) with reliability of 0.950. Sleep quality was measured using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire with an  $r$  value (0.471-0.724) and reliability of 0.83, while the pain scale was measured using the Numeric Rating Scale (NRS) with reliability of 0.950. Analysis to determine the effect of independent and dependent variables used the  $t$ -test with the Wilcoxon and Mann-Whitney alternative tests. Research results: There was an effect of instrumental Murrotal music therapy on the sleep quality of patients (0.008) and pain scale (0.002) after surgery at Sarkies Kudus Hospital.*

*Keywords: instrumental murrotal music; pain scale; sleep quality*

## PENDAHULUAN

Pembedahan adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan prosedur medis invasif yang di gunakan untuk mendiagnosis atau mengobati kelainan bentuk fisik, penyakit, atau cedera (Suhadi, Heni Purwaningsih, & Oneys Syekh Putra, 2022). Menurut laporan WHO, (2021), setiap tahunnya, jutaan orang di dunia menjalani tindakan operasi, dan intervensi bedah diperkirakan menyumbang sekitar 13% dari total Disability-Adjusted Life Years (DALYs) secara global. Tindakan operasi/pembedahan di Indonesia tahun 2020 mencapai hingga 1,2 juta jiwa. Tindakan operasi atau pembedahan menempati urutan posisi ke-11 dari 50 penanganan penyakit yang ada di Indonesia, 32% diantaranya tindakan pembedahan elektif (Kemenkes RI, 2024). Pasien operasi tahun 2023 di Kabupaten Kudus sebanyak 5873 dan terjadi peningkatan pada tahun 2024 menjadi 6804 (Satu data indonesia, 2024). Hasil studi pendahuluan di Rumah Sakit Sarkies Kudus menunjukkan data pasien operasi sampe bulan September 2025 sebanyak 320 pasien operasi.

Keluhan yang sering timbul pada pasien akibat dari tindakan operasi adalah nyeri. Nyeri imbul akibat kerusakan jaringan akibat insisi yang aktual dan potensial (Asfiani, Amriati, & Irmayani, 2023). Pada kasus-kasus pembedahan sekitar 80% pasien mengalami nyeri akut setelah operasi meskipun saat ini manajemen nyeri telah mengalami kemajuan (WHO, 2022). Berdasarkan hasil penelitian dari Rositadinyati et al., (2022), memaparkan bahwa sebagian besar pasien mengalami nyeri sedang sebanyak 22 (37.9%) setelah menjalani operasi, dan nyeri berat sebanyak 27 %. Begitu juga penelitian dari Umami et al., (2021) yang menemukan dari 76 responden terdapatn hampr sebagian dari responden (44,7%) atau 34 responden mengalami nyeri sedang paska melakukan operasi di Rumah Sakit Bengkulu.

Nyeri yang dirasakan pasien akan mengakibatkan pasien sulit tidur. Sesuai penelitian dari Budiyanto & Hamdiah, (2022) malaporkan bahwa dari 58 responden dengan nyeri ringan sebagian besar kualitas tidur baik sebanyak 12 (63.2%), responden nyeri sedang sebagian besar kualitas tidur buruk sebanyak 17 (73.9%). Konsisten dengan penelitian dari Ndode et al., (2023) menunjukkan bahwa pasien post operasi sebagian besar 21 (70,0%) mengalami kualitas tidur buruk di Rumah Sakit Baptis Batu. Pasien post operasi mengalami kualitas tidur buruk merasakan nyeri pada luka operasi sehingga susah untuk memulai tidur dan terbangun saat tengah malam. Pasien yang melakukan operasi dikarenakan oleh kecelakaan kerja Appendix, Ca Mamae, CF Femur dan Diabetes Militus. Gangguan tidur yang di alami responden seperti terbangun ditengah malam untuk ke kamar mandi, sulit bernafas dengan baik, batuk atau mengorok, kadang-kadang kedinginan dimalam hari, mengalami mimpi buruk dan terasa nyeri pada bagian luka.

Menurut Budiyanto & Hamdiah, (2022) pasien post operasi mengalami kualitas tidur buruk akan mengalami lama dalam proses penyembuhan luka karena terjadi perubahan secara emosional, dimana lebih sensitif dan mudah marah sehingga meningkatkan tekanan darah merah dan menghambat kinerja sel darah putih dalam percepatan penyembuhan luka. Kurang tidur memicu stress sehingga terjadi pelepasan hormon kortisol dan norepeneherineyang berhubungan dengan resistensi insulin yang bisa menghambat penyembuhan luka operasi. Akibat kualitas tidur buruk maka menurunkan sistem imun yang merupakan bentuk pertahanan tubuh dalam menangkal serangan penyakit yang masuk. Kurang tidur bisa menghancurkan sel-sel darah putih (leukosit) yang bertindak sebagai sistem kekebalan tubuh.

Manajemen nyeri sangat penting untuk pasien bedah. Manajemen nyeri pasca oprasi berusahaan untuk mencegah efek samping dari rasa sakit. Manajemen nyeri ada yang bersifat farmakologi dan ada yang nonfarmakologi (Muzaenah & Hidayati, 2021). Secara garis besar ada dua manajemen untuk mengatasi nyeri yaitu manajemen farmakologi dan manajemen non farmakologi. Teknik non farmakologi untuk mengurangi nyeri terdiri dari teknik relaksasi dan teknik distraksi seperti pemberian musik.

Pemberian non farmakologi untuk mengatasi nyeri seperti yang dilakukan sebelumnya oleh Simanjuntak et al., (2024) melaporkan bahwa rata-rata skala nyeri masing-masing responden baik sebelum dan sesudah diberikan terapi musik menghasilkan selisih, dengan penurunan skala nyeri antara 1,2 sampai 1,8 sehingga ada perbedaan respon nyeri sebelum dan setelah diberikan terapi musik pada pasien post operasi di RS Paru dr. Ario Wirawan Salatiga. Penelitian yang dilakukan oleh Septiani et al., (2021) menemukan bahwa sesudah diberikan terapi musik instrumental terdapat rata-rata skor kualitas tidur dari skor 14,37 menjadi 4,87 dimana skor ini masuk kedalam kualitas tidur baik. Hasil uji rerata didapatkan bahwa hasil nilai p value  $0,000 < 0,05$ , maka terdapat pengaruh antara sebelum dengan sesudah dilakukan terapi musik instrumental terhadap kualitas tidur pada pasien post operasi mayor di ruang Bougenville RSUD 45 Kuningan.

Musik adalah media yang mudah didapat dan memiliki banyak manfaat. Musik dapat menenangkan dan membangkitkan semangat. Setiap jenis musik memiliki efek berbeda terhadap tubuh dan emosi. Mendengarkan musik dengan frekuensi sedang, misalnya, dapat membantu otak menjadi lebih rileks dan menurunkan tingkat stres (Mariani & Murhan, 2024). Mendengarkan musik merupakan bagian distraksi audio atau pendengaran yang berguna untuk mengalihkan perhatian ke hal-hal diluar nyeri (Ferry & Nuriman, 2023).

Data dari hasil observasi menggunakan instrument PSQI dan NRS dengan 7 pasien post operasi di Rumah Sakit Sarkies Kudus diketahui bahwa 5 pasien post operasi yang telah mendapatkan terapi anagesik, sebagian besar masih merasakan rasa sakit sedang hingga berat dan kualitas tidur kurang. Sedangkan 2 pasien mengalami kualitas tidur baik untuk nyeri masih pada level ringan. Selanjutnya dari hasil wawancara dengan tenaga medis mengatakan teknik non farmakologi yang digunakan untuk mengurangi nyeri adalah teknik nafas dalam dan belum pernah menggunakan terapi musik untuk mengurangi nyeri atau meningkatkan kualitas tidur pada pasien. Berdasarkan uraian diatas, peneliti bertujuan menganalisis Pengaruh terapi musik instrumental murrotal terhadap kualitas tidur pasien dan skala nyeri paska operasi di Rumah Sakit Sarkies Kudus.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain eksperimen. Desain penelitian ini menggunakan eksperimen dengan 2 kelompok perlakuan (pretest and posttest with control group). Populasi pada penelitian ini adalah pasien operasi di Rumah Sakit Aisyiyah Kudus dengan rata-rata 40 pasien. Besarnya sampel dihitung dengan rumus lameshow sebanyak 28 responden yang akan dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok intervensi dan kontrol masing-masing 14 responden dengan teknik accidental sampling. Penelitian ini terdiri dari dua jenis data utama, yaitu data kualitas tidur dan data skala nyeri pasien. Kualitas tidur diukur menggunakan kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dengan nilai r (0,471-0,724) dan reliabilitas sebesar 0,83. Kuesioner ini ditanyakan langsung kepada responden agar mendapat hasil yang tepat. Sementara itu, skala nyeri diukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dengan reliabilitas 0,950. Peneliti melakukan tanya jawab secara langsung kepada responden dengan menunjukkan skala nyeri 0-10. Analisa untuk mencari pengaruh variabel bebas dan terikat menggunakan uji wilcoxon dan mann whitney.

## **HASIL**

Tabel 1 menunjukkan bahwa responden pada kelompok intervensi lebih banyak perempuan 9 (64,3%) sedangkan control laki-laki sebanyak 8 (57,1%). Usia responden rentang 46-55 tahun sebanyak 7 (50%) dan kelompok control 8 (57,1%), Sebagian besar responden tamat SMA sebanyak 5 (35,7 %) responden dan 6 (42,9 %) kelompok kontrol. Kebanyakan responden tidak bekerja berjumlah 5 (35,7 %) sedangkan 5 (35,7 %) sebagai wirausaha pada kelompok control.

Tabel 1.  
Hasil analisa univariat (n = 28)

Karakteristik	Intervensi (n=14)		Kontrol (n=14)	
	f	%	f	%
Jenis kelamin				
Laki-laki	5	35.7	8	57.1
Perempuan	9	64.3	6	42.9
Usia				
<45 tahun	3	21.4	8	57.1
46-55 tahun	7	50.0	4	28.6
>56 tahun	4	28.6	2	14.3
Pendidikan				
SD	2	14.3	3	21.4
SMP	5	35.7	5	35.7
SMA	5	35.7	6	42.9
DIII/PT	2	14.3	0	0.0
Pekerjaan				
Tidak bekerja	5	35.7	4	28.6
Pegawai swasta	2	14.3	1	7.1
PNS	2	14.3	1	7.1
Petani	1	7.1	3	21.4
Wirasusaha	4	28.6	5	35.7

Tabel 2.  
Uji statistik kualitas tidur pre-post pada kelompok intervensi dan kontrol

Variabel	Waktu	Mean	Z	p-value	Mean rank
Kualitas tidur	Kelompok Intervensi				
	Pre test	6,8	3,464	0,001	6,5
	Post test	4,5			
Kualitas tidur	Kelompok Kontrol				
	Pre test	6,7	2,236	0,055	3
	Post test	5,7			
Perbandingan kualitas tidur kelompok intervensi dan kontrol			2,660	0,008	

Tabel 2 menunjukkan pada kelompok intervensi mengalami penurunan yang signifikan yang bermakna dari 6,8 pada pretest menjadi 4,5 pada posttest dengan uji Wilcoxon p value 0,001 artinya ada perbedaan yang signifikan. Sementara itu, pada kelompok kontrol rerata skor tidak mengalami perubahan, yaitu dari 6,7 pada pretest menjadi 5,7 pada posttest dengan p value 0,055 artinya tidak ada perbedaan yang signifikan. Perbandingan kualitas tidur pada kelompok intervensi dan control didapatkan hasil uji mann whitney sebesar 0,008 artinya intervensi music murrotal efektif terhadap peningkatan kualitas tidur pasien paska operasi.

Tabel 3.  
Uji statistik skala nyeri pre-post pada kelompok intervensi dan kontrol

Variabel	Waktu	Mean	Z	p-value	Mean rank
Skala nyeri	Kelompok Intervensi				
	Pre test	6,4	3,419	0,001	
	Post test	3,5			
Skala nyeri	Kelompok Kontrol				
	Pre test	6,6	1,236	0,059	
	Post test	5,4			
Perbandingan skala nyeri kelompok intervensi dan kontrol			3,112	0,002	

Tabel 3 menunjukkan pada kelompok intervensi mengalami penurunan nyeri yang signifikan yang bermakna dari 6,4 pada pretest menjadi 3,5 pada posttest dengan uji Wilcoxon p value 0,001 artinya ada perbedaan yang signifikan. Sementara itu, pada kelompok kontrol rerata skor tidak mengalami perubahan, yaitu dari 6,6 pada pretest menjadi 5,4 pada posttest dengan p value 0,059 artinya tidak ada perbedaan yang signifikan. Perbandingan skala nyeri pada kelompok intervensi

dan control didapatkan hasil uji mann whitney sebesar 0,002 artinya intervensi music murrotal efektif terhadap penurunan skala nyeri pasien paska operasi.

## **PEMBAHASAN**

### **Pengaruh terapi musik instrumental murrotal terhadap kualitas tidur**

Hasil penelitian menyimpulkan intervensi music murrotal efektif terhadap peningkatan kualitas tidur pasien paska operasi. Didukung penelitian Septiani et al., (2021) menunjukkan bahwa sesudah diberikan terapi musik instrumental terdapat rata-rata skor kualitas tidur dari skor 14,37 menjadi 4,87 dimana skor ini masuk kedalam kualitas tidur baik. Hasil uji rerata didapatkan bahwa hasil nilai p value  $0,000 < 0,05$ , maka terdapat pengaruh antara sebelum dengan sesudah dilakukan terapi musik instrumental terhadap kualitas tidur pada pasien post operasi mayor di ruang Bougenville RSUD 45 Kuningan.

Sesudah mendengarkan music instrumental murrotal Sebagian besar responden tidur lelap walaupun tidak menggunakan obat tidur saat di rumah sakit, responden mudah mengantuk dan cepat memulai tidur, responden merasakan puas tidur malam karena mengalami lama tidur  $> 7$  jam, mulai tidur malam sekitar jam 9 malam dan bangun pagi sekitar jam 6 – 7 pagi.

Peningkatan skor kualitas tidur terbanyak terdapat pada komponen durasi tidur yang mana sebelumnya responden tidur dengan durasi 5-6 jam setelah mendapat intervensi tidur menjadi diatas 7 jam. Kemudian pada poin latensi tidur, juga terjadi perubahan. Responden mengaku bisa mencapai tidur dengan waktu kurang dari 15 menit setelah mendengarkan music instrumental. Pada pasien yang baru saja menjalani operasi, akan mengalami gangguan dalam tidur, pasien biasanya sering terbangun pada malam pertama setelah operasi, yang mengakibatkan periode pemulihan terganggu baik itu pemulihan segera maupun pemulihan berkelanjutan setelah fase post operasi serta proses penggantian sel-sel baru dan penyembuhan menjadi lambat.

Penelitian yang dilakukan oleh Putri & Hisni, (2023) menunjukkan bahwa terapi musik instrumental secara efektif dapat mengurangi keluhan yang terkait dengan gangguan tidur dan meningkatkan relaksasi, sehingga membantu mengelola emosi negative pasien yang dapat mengganggu tidur. Musik juga telah terbukti mengurangi aktivitas sistem saraf simpatik, menurunkan tekanan darah, detak jantung, dan laju pernapasan, dan berkontribusi pada relaksasi otot. Selain itu, terapi music dapat mengalihkan pikiran yang mengganggu dan meringankan gejala depresi serta kecemasan. Sehingga akhirnya berkontribusi pada peningkatan kualitas tidur.

Menurut Campbell dalam Nnode et al., (2023) mendengarkan musik instrumental murrotal selama 15-20 menit sebelum tidur dapat mempengaruhi denyut jantung sehingga menimbulkan ketenangan karena musik dengan irama lembut yang didengarkan melalui telinga akan langsung masuk ke otak dan langsung diolah sehingga menghasilkan efek baik terhadap kesehatan pasien post operasi. Keluhan pasien post operasi seperti gangguan pola tidur disebabkan nyeri pada bekas luka. Mendengarkan musik instrumental murrotal untuk meningkatkan, mempertahankan, serta mengembalikan kesehatan mental dan fisik sehingga pasien merasa nyeri berkurang pada luka post operasi (Setyoadi, 2020). Musik yang didengarkan pasien post operasi memiliki tempo lambat sehingga mampu menenangkan pikiran, menstabilkan tekanan darah dan melancarkan peredaran sel darah putih pada luka operasi untuk mempercepat penyembuhan luka. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Probosari et al., (2022) hasil pre test kelompok intervensi kualitas tidur pasien adalah 13 menjadi 5 setelah diberikan intervensi. Kemudian hasil pre-test kelompok kontrol adalah 12 menjadi 11. Skor kualitas tidur post-test pada pasien post laparotomi kelompok intervensi (40%) membaik sedangkan skor kualitas tidur post-test pada kelompok kontrol (100%) masih berada pada kategori buruk.

### **Pengaruh terapi musik instrumental murrotal terhadap skala nyeri**

Hasil penelitian menyimpulkan music murrotal efektif terhadap penurunan skala nyeri pasien paska operasi. Berdasarkan penelitian Nur et al., (2022) menunjukkan bahwa tingkat nyeri pada pasien post op fraktur dengan nilai rata-rata (mean) 7 dengan kategori nyeri berat terkontrol, setelah diberikan rata (mean) 5 kategori nyeri sedang, hasil uji Wilcoxon didapat nilai  $Z = -3,552a$  ( $p \leq 0,05$ ) dengan  $p$  value = 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti ada pengaruh terapi musik terhadap tingkat nyeri pada pasien post op fraktur. Hal yang sama pada penelitian dari Palele, (2023) menyebutkan dari uji Wilcoxon Sign Rank didapatkan bahwa nilai  $p$  value sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) maka adanya perbedaan yang signifikan dari hubungan antar intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi musik instrumental pada pasien post sectio caesarea di RSUD Klungkung.

Saat observasi, pasien mengeluhkan nyeri pada perut bagian kanan atas di area bekas operasi yang mulai dirasakan sejak malam hari setelah efek obat bius menghilang. Nyeri dirasakan dengan karakteristik seperti tersayat dan perih, bersifat lokal atau tidak menjalar ke bagian tubuh lain, dengan intensitas nyeri berada pada skala 7. Nyeri tersebut bersifat hilang timbul dan cenderung meningkat saat pasien melakukan perubahan posisi atau bergerak, sehingga pasien berusaha memiringkan tubuh untuk mengurangi rasa nyeri yang dirasakan. Kondisi nyeri ini menyebabkan pasien tampak berhati-hati dalam setiap gerakan, menunjukkan sikap protektif dengan posisi tubuh yang tegang atau kaku sebagai upaya menghindari peningkatan nyeri.

Didukung penelitian dari Lumbantobing & Herliana, (2025) Skala nyeri sebelum di berikan terapi musik mayoritas responden yaitu 8 responden (53.3%) dalam kategori nyeri berat dan setelah di berikan terapi kombinasi relaksasi musik mayoritas responden yaitu 11 responden (73.3%) dalam kategori nyeri sedang dan pada kategori nyeri ringan berjumlah 4 responden (26.7%). Penelitian yang dilakukan oleh (Mudrikah & Waluyanti, 2021) menyatakan bahwa 80% pasien akan melaporkan nyeri pasca operasi dengan tingkat keparahan sedang hingga berat.

Setelah mendapatkan terapi musik instrumental murrotal, pasien mengemukakan adanya penurunan intensitas nyeri pada perut bagian kanan atas di area bekas operasi. Nyeri masih dirasakan, namun dengan karakteristik yang lebih ringan dibandingkan sebelumnya, sensasi nyeri berubah dari terasa tersayat menjadi lebih tumpul dan berkurang intensitasnya, dengan skala nyeri menurun menjadi sedang. Nyeri masih bersifat lokal dan sesekali muncul, namun frekuensinya lebih jarang serta tidak terlalu mengganggu saat pasien melakukan perubahan posisi. Pasien tampak lebih rileks dan mampu menyesuaikan posisi tubuh dengan lebih nyaman tanpa menunjukkan sikap protektif yang berlebihan.

Musik memiliki efek terapi yang rekreatif dan sebagai terapi kesehatan. Musik berkerja pada system syaraf otonom yaitu bagian system saraf yang bertanggung jawab mengontrol tekanan darah, denyut jantung, fungsi otak, mengontrol perasaan dan emosi. Ketika seseorang sakit, dia akan merasa takut, frustrasi dan marah, hal inilah yang membuat otot-otot tubuh menjadi menegang, sehingga menyebabkan rasa sakit yang semakin parah. Mendengarkan musik dapat menimbulkan rasa rileks untuk meregangkan otototot yang tegang (Anastasia et al., 2022).

Terapi musik instrumental murrotal ini merangsang kerja saraf rasa sakit dan saraf untuk mendengarkan musik secara bersamaan, sehingga terjadi penurunan hormon Adrenal Corticotropin Hormon (ACTH) yang merupakan hormon stres dan mengeluarkan hormon serotonin yang menimbulkan rasa nikmat dan senang (Lestari, 2023). Karena musik itu bekerja pada sistem saraf otonom yaitu bagian sistem saraf yang bertanggung jawab mengontrol tekanan darah, denyut jantung dan fungsi otak, yang mengontrol perasaan dan emosi. Kedua sistem tersebut bereaksi sensitif terhadap musik. Saat merasa sakit, kita menjadi takut, frustrasi dan marah yang membuat kita menegangkan otot-otot tubuh, hasilnya rasa sakit menjadi semakin parah. Mendengarkan musik

secara teratur membantu tubuh rileks secara fisik dan mental, sehingga membantu menyembuhkan dan mencegah rasa sakit (Asfiani et al., 2023).

## SIMPULAN

Hasil penelitian menjelaskan bahwa kualitas tidur pada kelompok intervensi mengalami penurunan yang signifikan yang bermakna dari 6,8 pada pretest menjadi 4,5 pada posttest Sementara itu, pada kelompok kontrol rerata skor tidak mengalami perubahan. Skala nyeri kelompok intervensi mengalami penurunan nyeri yang signifikan yang bermakna dari 6,4 pada pretest menjadi 3,5. Sementara itu, pada kelompok kontrol rerata skor tidak mengalami perubahan. Intervensi musik murrotal efektif terhadap peningkatan kualitas tidur pasien dan penurunan skala nyeri pasien paska operasi

## DAFTAR PUSTAKA

- Asfiani, S. V., Amriati, & Irmayani. (2023). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Pasca Operasi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 3(2), 30.
- Budiyanto, A., & Hamdiah, D. (2022). Hubungan Antara Nyeri dengan Kualitas Tidur pada Pasien Pasca Operasi. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 4(1), 79–89.
- Ferry, & Nuriman, A. (2023). Pengaruh Terapi Musik Mozart Pada Pasien Yang Mengalami Nyeri Akut Pasca-Operasi Fraktur Ekstremitas Bawah. *Jurnal Keperawatan Bunda Delima*, 5(2), 40–48. <https://doi.org/10.59030/jkbd.v5i2.83>
- Kemendes RI. (2024). Penatalaksanaan keperawatan perioperatif. Diambil dari <https://lms.kemkes.go.id/courses/43d1b942-1a3f-4302-a8ab-ec7fbc0b5aca>
- Mariani, R., & Murhan, A. (2024). Pengaruh terapi musik terhadap penurunan skala nyeri pada ibu post sectio caesarea. *Jurnal keperawatan terapan*, 5(2), 80–92.
- Muzaenah, T., & Hidayati, A. B. S. (2021). Manajemen Nyeri Non Farmakologi Post Operasi Dengan Terapi Spiritual “Doa dan Dzikir”: A Literature Review. *Herb-Medicine Journal*, 4(3), 1. <https://doi.org/10.30595/hmj.v4i3.8022>
- Ndode, Y. nadu, Ardiyani, vuta maryah, & Yasin, dudella desnani F. (2023). Pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap kualitas tidur pada pasien post operasi di rumah sakit Baptis Batu. *Nursing news*, 3, 54–62.
- Probosari, A. E., Pitoyo, J., & Bachtiar, A. (2022). Pengaruh Intervensi Musik Instrumental Jawa Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Pasien Post Operasi Laparotomi. *Journal of Applied Nursing (Jurnal Keperawatan Terapan)*, 8(2), 134. <https://doi.org/10.31290/jkt.v8i2.3813>
- Samsir, S., & Yunus, M. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Istirahat Tidur Pada Pasien Post Operasi Di Ruang Keperawatan Bedah. *Healthy Papua-Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 3(1), 100–108.
- Satu data indonesia. (2024). Jumlah pasien operasi di IBS. Diambil dari <https://data.kuduskab.go.id/dataset/jumlah-operasi/>
- Septiani, W., Puspanegara, A., & Hendriana, Y. (2021). Pengaruh instrumental therapy music terhadap kualitas tidur pada pasien post operasi mayor di ruang bougenville RSUD Kuningan. *National nursing conference*, 34305. Diambil dari [\\_Pengaruh\\_Terapi\\_Murrotal\\_Al\\_Qur’an\\_Terhadap\\_Nyeri\\_Pada\\_Pasien\\_Luka\\_Bakar](#)
- Simanjuntak, K. D., Istiari, H. C., & Setyarini, D. (2024). Case Report: Intervensi Terapi Musik Instrumental Weightless Pada Pasien Post Operasi Laparotomi Dengan Masalah Utama Nyeri Akut. *Prosiding STIKES Bethesda*, 4(1), 64–70.
- Suhadi, Heni Purwaningsih, & Oneys Syekh Putra. (2022). Pengaruh Pemberian Head Up terhadap Nyeri Kepala Pasien Pasca Operasi dengan Spinal Anestesi. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(2), 197–207. <https://doi.org/10.55606/jrik.v2i2.4658>
- Umami, D. A., Rahmawati, D., Iswari, I., & Syafrie, I. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Skala Nyeri Post Operasi Sectio Caesaria Di Ruang Kebidanan Di Rs Ummi Kota Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 9(2), 38–47. <https://doi.org/10.37676/jm.v9i2.1918>
- WHO. (2021). Safe surgery. Diambil dari <https://www.who.int/teams/integrated-health->

services/patient-safety/research/safe-surgery

WHO. (2022). Constitution of the World Health Organization edisi ke-49. Jenewa: 978-92-4-000051-3.