

ABSTRAK

ISMI USWATUN KHASANAH
NIM C2014041
Program Studi Sarjana Keperawatan

Dosen Pembimbing
1. Wahyuni, SKM, M.Kes, MM.
2. Kanthi Suratih, S.Kep.Ns, M. Kes.

PENGARUH MUSIK *BINAURAL BEATS* TERHADAP PENURUNAN STRES DALAM MENYUSUN SKRIPSI PADA MAHASISWA SARJANA KEPERAWATAN STIKES ‘AISYIYAH SURAKARTA

ABSTRAK

Latar Belakang; Setiap tahun terdapat mahasiswa yang bunuh diri karena stres dalam menyusun skripsi. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa tingkat stres yang dialami mahasiswa Stikes ‘Aisyiyah Surakarta dari 20 responden, stres sedang sebanyak 17 responden (85%), stres berat sebanyak 2 responden (10%) dan stres ringan sebanyak 1 responden (5%). **Tujuan;** Mengidentifikasi pengaruh musik *binaural beats* terhadap penurunan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa sarjana keperawatan Stikes ‘Aisyiyah Surakarta. **Metode;** Kuantitatif analitik dengan *quasi experiment* menggunakan *one group pre-test and post-test design*. Analisis *univariat* meliputi sebelum dan sesudah diberikan terapi musik *binaural beats*. Analisis *bivariat* menggunakan uji *wilcoxon*. **Hasil;** Hasil analisis *univariat* diketahui bahwa mayoritas responden sebelum diberikan terapi musik *binaural beats* mengalami stres sedang sebanyak 30 responden (88.2%) dan mayoritas responden setelah diberikan terapi musik *binaural beats* mengalami stres sedang sebanyak 26 responden (76.5%). Hasil analisis *bivariat* uji statistik *Wilcoxon Signed Ranks Test* dapat diketahui nilai $p(0,000) < 0,05$. **Kesimpulan;** Ada pengaruh musik *binaural beats* terhadap penurunan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa sarjana ilmu keperawatan Stikes ‘Aisyiyah Surakarta.

Kata Kunci: *musik binaural beats, stres, mahasiswa, skripsi.*