

DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM.....	ii
PRASYARAT GELAR.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	v
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	vi
PENGESAHAN PENGUJI.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK	x
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GRAFIK.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
DAFTAR SINGKATAN	xviii
DAFTAR ISTILAH/SIMBOL	xix

BAB I PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG	1
B. PERUMUSAN MASALAH	5
C. TUJUAN PENELITIAN	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. MANFAAT PENELITIAN.....	5
E. KEASLIAN PENELITIAN	6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. LANDASAN TEORI.....	9
1. MAHASISWA	9
a. Pengertian.....	9
b. Persyaratan Administrasi Dan Akademik	10
2. SKRIPSI.....	11
a. Pengertian.....	11
b. Tahap Penyusunan Tugas Akhir	11
3. TERAPI MUSIK BINAURAL BEATS	11
a. Pengertian.....	11
b. Cara Terapi Gelombang Otak Secara Umum.....	12
c. Yang Harus Diperhatikan Saat Terapi	13
4. STRES.....	14
a. Pengertian.....	14
b. Etiologi Stres	15
c. Sumber Stres	15
d. Jenis Stres.....	16

e. Patofisiologi Stres	16
f. Gejala Stres	19
g. Tipe Kepribadian Stres.....	19
h. Tingkat Stres	20
i. Dampak Stres	20
j. Reaksi Tubuh Terhadap Stres	20
k. Manajemen Stres	23
l. Pengukuran Stres.....	23
5. PENGARUH TERAPI MUSIK <i>BINAURAL BEATS</i> TERHADAP PENURUNAN STRES	24
B. KERANGKA TEORI	26
C. KERANGKA KONSEP.....	27
D. HIPOTESIS PENELITIAN	27

BAB III METODE PENELITIAN

A. JENIS DAN RANCANGAN PENELITIAN.....	28
B. LOKASI DAN WAKTU PENELITIAN	28
C. POPULASI DAN SAMPEL	29
D. VARIABEL PENELITIAN DAN DEFINISI OPERASIONAL	30
E. JENIS PENGUMPULAN DATA	31
F. INSTRUMEN PENELITIAN	32
G. UJI VALIDITAS DAN UJI REABILITAS	33
H. TEHNIK ANALISA DATA	34
I. JALANNYA PENELITIAN	36
J. ETIKA PENELITIAN KEPERAWATAN	37

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN	39
B. HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATA	40
C. PEMBAHASAN	43
D. KETERBATASAN PENELITIAN.....	48

BAB V PENUTUP

A. KESIMPULAN	49
B. SARAN	49

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Bentuk Gelombang <i>Binaural Beats</i>	12
Gambar 2.2. Ilustrasi Reaksi Stres Selama Tiga Fase.....	18
Gambar 2.3. Kerangka Teori.....	26
Gambar 2.4. Kerangka Konsep	27

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1.	Rancangan Penelitian 28
Tabel 3.2.	Definisi Operasional 31
Tabel 4.1.	Tingkat Stres Pada Mahasiswa Sebelum Diberikan Terapi Musik <i>Binaural Beats</i> 40
Tabel 4.2.	Tingkat Stres Pada Mahasiswa Setelah Diberikan Terapi Musik <i>Binaural Beats</i> 41
Tabel 4.3.	Tingkat Stres Pada Mahasiswa Sebelum Dan Setelah Diberikan Terapi Musik <i>Binaural Beats</i> 42
Tabel 4.4.	Hasil Uji Statistik <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> Tingkat Stres Sebelum dan Setelah Diberikan Terapi Musik <i>Binaural Beats</i> Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan Stikes ‘Aisyiyah Surakarta 42

DAFTAR GRAFIK

	Halaman
Grafik 4.1. Perbandingan Tingkat Stres Sebelum Dan Setelah Diberikan Terapi Musik <i>Binaural Beats</i> Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan Stikes 'Aisyiyah Surakarta	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Permohonan Ijin Studi Pendahuluan Stikes ‘Aisyiyah Surakarta
Lampiran 2	Surat Jawaban Permohonan Ijin Studi Pendahuluan Stikes ‘Aisyiyah Surakarta
Lampiran 3	Surat Permohonan Ijin Studi Pendahuluan Stikes Kusuma Husada
Lampiran 4	Surat Jawaban Permohonan Ijin Studi Pendahuluan Stikes Kusuma Husada
Lampiran 5	Surat Jawaban Permohonan Ijin Studi Penelitian Stikes ‘Aisyiyah Surakarta
Lampiran 6	Lembar Permohonan Menjadi Asisten Peneliti
Lampiran 7	Lembar Persetujuan Menjadi Asisten Penelitian
Lampiran 8	Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 9	Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 10	Lembar Data Demografi
Lampiran 11	Kuesioner PSS-10
Lampiran 12	Standar Operasional Prosedur PSS-10
Lampiran 13	SOP Terapi Musik <i>Binaural Beats</i>
Lampiran 14	Hasil Penelitian
Lampiran 15	Lembar Konsultasi
Lampiran 16	Daftar Riwayat Hidup
Lampiran 17	Jadwal Penelitian

DAFTAR SINGKATAN

BAAK	Bagian Administrasi Akademik dan Kemahasiswaan
BAB	Buang Air Besar
BAKU	Bagian Administrasi Keuangan
CD	<i>Compact Disk</i>
GAS	<i>General Adaptation Syndrom</i>
H_0	Hipotesis Nol
H_A	Hipotesis Alternatif
Hz	<i>Hertz</i>
IP	Indeks Prestasi
KBBI	Kamus Besar Bahasa Indonesia
LAS	<i>Local Adaptation Syndrom</i>
LCD	<i>Liquid Crystal Display</i>
OHP	<i>Over Head Projektor</i>
Prodi	Program Studi
PSS-10	<i>The Perceived Stress Scale –10</i>
S1	Strata 1
SKS	Satuan Kredit Semester
SOP	Standar Operasional Prosedur
SPSS	<i>Statistical Product and Service Solutions</i>
Stikes	Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan

DAFTAR ISTILAH / SIMBOL

%	Persen
Y1	<i>Pre-test</i> tingkat stres sebelum diberikan perlakuan terapi musik <i>binaural beats</i>
Y2	<i>Post-test</i> tingkat stres setelah diberikan perlakuan terapi musik <i>binaural beats</i>
X	Perlakuan dengan pemberian terapi musik <i>binaural beats</i>
H ₀	Pernyataan tidak adanya pengaruh antara parameter dengan statistik (data sampel)
H _A	Pernyataan adanya pengaruh antara parameter dengan statistik (data sampel)
<	Kurang dari