

Dwi Rahayuningsih
NIM C2014028
Program Studi Sarjana Keperawatan

Dosen Pembimbing:
I. Mursudarinah, S.KM., M.Kes.
II. Endah Sri Wahyuni, S. Kep., Ns., M. Kep.

**PERBEDAAN PENGARUH MUSIK KLASIK DAN RELAKSASI BENSON
DALAM MENURUNKAN *DISMENOEA* PRIMER PADA SISWI DI SMP
NEGERI 1 BOYOLALI**

ABSTRAK

Latar Belakang : *Dismenorea* merupakan nyeri pada saat menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas siswi pada saat sekolah, angka kejadian di Indonesia mencapai 55% oleh karena itu perlu penanganan nyeri, salah satunya dengan musik klasik dan relaksasi benson. **Tujuan :** Menganalisa perbedaan metode musik klasik dan relaksasi benson dalam menurunkan *dismenorea* primer pada siswi di SMP Negeri 1 Boyolali. **Metode :** Jenis penelitian adalah kuantitatif, menggunakan *Quasy Experimental Design*, dengan rancangan *Pretest-Posttest Control Group Design*. Pengambilan sampel dengan teknik *Purposive Sampling*, dengan menetapkan jumlah sampel sebanyak 15 responden pada masing-masing kelompok. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi. Analisa data dengan uji *Wilcoxon math pair test* dan uji beda menggunakan uji *Mann Whitney test*. **Hasil :** Nilai median kelompok musik klasik dan relaksasi benson, nampak bahwa nilai *post test* kelompok musik klasik dan relaksasi benson sama yaitu 2,00. **Kesimpulan :** Tidak ada perbedaan yang signifikan antara metode musik klasik dan relaksasi benson terhadap penurunan *dismenorea* primer pada siswi di Boyolali.

Kata kunci: *Dismenorea* Primer, Musik Klasik, Relaksasi Benson.