



**PENGARUH PEMBERIAN MUSIK LANGGAM JAWA
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT STRES PADA LANSIA
YANG MEMILIKI HIPERTENSI DI SASANA TRESNA
WERDHA RIA PEMBANGUNAN CIBUBUR**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program
Sarjana (S1) Pada Program Studi Psikologi**

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

Oleh :
Pulung Nugraeni

46114210002

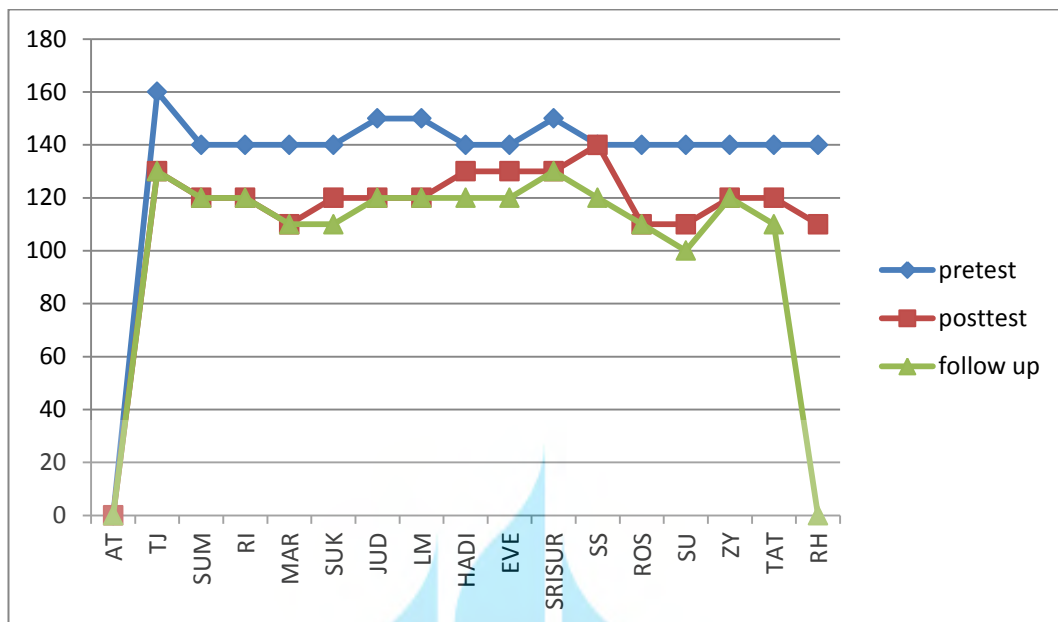
**UNIVERSITAS MERCU BUANA
FAKULTAS PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
BEKASI
2018**



Lampiran 1. Data yang Memiliki Hipertensi

No	Nama	Jenis Kelamin	Tekanan Darah
1	SP	P	140/90
2	SPS	P	140/90
3	HA	P	140/80
4	NH	P	150/80
5	SAT	P	140/90
6	SM	P	140/80
7	SAY	L	140/80
8	SWM	P	150/80
9	NAM	P	140/80
10	EVE	P	140/90
11	JUD	P	140/90
12	TC	P	140/80
13	SW	P	140/80
14	GT	L	150/80
15	MWH	P	140/90
16	LM	P	140/90
17	NS	P	140/90
18	RH	L	140/80
19	DD	L	150/80
20	DS	P	140/90
21	CWS	P	140/90
22	ROS	P	140/90
23	SSO	P	140/80
24	AS	L	150/80
25	ADS	L	140/90
26	TAT	P	140/90
27	ALV	L	140/90
28	SR	P	140/90
29	SUK	P	140/90
30	STS	P	140/90
31	AL	P	140/90
32	TJ	P	150/90
33	SUM	L	140/80
34	SRISUR	P	140/90
35	RI	L	140/90
36	RA	L	140/90
37	GIK	P	140/90
38	SU	P	140/80
39	MN	L	150/80
40	MUN	P	150/90
41	NEW	L	160/90
42	WCH	P	140/90
43	PR	P	140/80
44	MAR	P	140/80
45	BAM	L	160/90
46	SS	L	140/90
47	HA	P	140/90
48	SN	P	140/80

Lampiran 2. Grafik Pengukuran Tekanan Darah



Lampiran 3. Hasil Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,801	,770	38

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Jantung saya berdetak cepat ketika tensi saya tinggi	82,13	91,499	,451	,790
Karena tensi saya terus tinggi, selera makan saya menjadi berkurang dari biasanya	82,13	91,913	,450	,790
Saya mudah pusing saat tensi saya tinggi	81,77	93,426	,364	,793

Saya mengurangi aktivitas yang dirasa berat	83,20	97,752	,101	,803
Saya dapat tidur nyenyak walaupun tensi saya tinggi	82,37	99,482	-,008	,805
Selera makan saya tetap seperti biasa, tidak kurang dan tidak lebih	82,90	100,024	-,054	,808
Saya hanya duduk-duduk saja tanpa melakukan aktivitas apapun	83,17	98,351	,086	,802
Setiap bangun pagi badan saya terasa pegal	82,30	86,562	,668	,779
Saat tensi saya tinggi membuat saya susah tidur	81,80	90,924	,397	,792
Nyeri di dada seringkali saya rasakan	82,03	90,378	,512	,787
Walaupun tensi saya tinggi, saya tetap merasa sehat	83,27	92,547	,628	,788
Saya enggan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin	83,00	101,034	-,166	,806
Saya selalu segar menjalani kegiatan sehari-hari	83,37	95,275	,376	,794
Saya selalu tenang dalam menyikapi sesuatu	83,00	97,172	,234	,798
Saya selalu minum obat tiap kali tensi saya tinggi	83,60	107,145	-,523	,822
Setiap hari saya makan makanan yang mengandung banyak garam dan lemak	83,57	93,151	,434	,791
Ketika saya pusing dalam waktu yang cukup lama, saya hanya membiarkannya saja	83,03	98,309	,068	,804
Saya selalu olahraga agar lebih sehat	83,10	95,886	,263	,797

Saya selalu mengonsumsi buah- buahan	83,10	98,921	,063	,802
Saya memilih makanan yang boleh dimakan dan tidak boleh dimakan	83,30	100,769	-,102	,810
Saya mudah melupakan hal-hal kecil	82,37	97,344	,165	,800
Saya senang mengonsumsi makanan seperti daging kambing	83,70	104,079	-,344	,815
Istirahat yang cukup membuat tensi saya menjadi normal kembali	83,67	100,920	-,122	,808
Saya selalu berpikir positif tentang hal apapun	83,53	97,361	,220	,799
Penyakit ini membuat saya semakin bingung akan apa yang harus saya lakukan	82,67	91,609	,509	,788
Saya khawatir tidak dapat sembuh dari penyakit darah tinggi ini	82,37	84,861	,613	,779
Saya mudah berfikir negatif tentang kesehatan saya	82,63	87,413	,627	,781
Saya merasa hidup saya sudah tidak berarti lagi	83,57	94,323	,416	,793
Saya tidak mudah tersinggung dengan perkataan orang lain	83,00	101,655	-,171	,810
Saya takut tiba-tiba stroke	82,00	85,379	,624	,779
Saya melampiaskan marah kepada orang lain	82,53	87,982	,573	,783
Saya mudah marah karena hanya hal-hal sepele	82,53	89,982	,530	,786
Saya tetap semangat melakukan aktivitas apapun	83,53	96,395	,277	,797
Saya mengurangi makanan yang asin	83,63	101,620	-,161	,811

Ketika saya memikirkan penyakit ini, saya menjadi malas untuk beraktivitas	83,07	93,926	,344	,794
Saya takut terjadi sesuatu bila tensi saya terus-menerus tinggi	82,03	90,792	,514	,787
Saya yakin akan baik-baik saja	83,47	95,016	,418	,793
Saya putus asa dengan penyakit darah tinggi ini	83,50	92,672	,635	,788

Lampiran 4. Distribusi Frekuensi

JENIS KELAMIN

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid LAKI-LAKI	3	17,6	17,6	17,6
PEREMPUAN	14	82,4	82,4	100,0
Total	17	100,0	100,0	

LAMA_TINGGAL

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1 tahun	1	5,9	5,9	5,9
11 tahun	1	5,9	5,9	11,8
2 tahun	1	5,9	5,9	17,6
3 tahun	1	5,9	5,9	23,5
4 bulan	1	5,9	5,9	29,4
4 tahun	3	17,6	17,6	47,1
5 tahun	5	29,4	29,4	76,5
6 tahun	1	5,9	5,9	82,4
7 tahun	1	5,9	5,9	88,2
8 tahun	2	11,8	11,8	100,0
Total	17	100,0	100,0	

USIA

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 67 tahun	1	5,9	5,9	5,9

73 tahun	1	5,9	5,9	11,8
74 tahun	2	11,8	11,8	23,5
75 tahun	2	11,8	11,8	35,3
76 tahun	2	11,8	11,8	47,1
77 tahun	1	5,9	5,9	52,9
78 tahun	1	5,9	5,9	58,8
79 tahun	1	5,9	5,9	64,7
82 tahun	1	5,9	5,9	70,6
83 tahun	2	11,8	11,8	82,4
85 tahun	1	5,9	5,9	88,2
86 tahun	1	5,9	5,9	94,1
87 tahun	1	5,9	5,9	100,0
Total	17	100,0	100,0	

LAMA MEMILIKI HIPERTENSI

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 0-10 tahun	1	5,9	5,9	5,9
11-20 tahun	1	5,9	5,9	11,8
21-30 tahun	3	17,6	17,6	29,4
4	1	5,9	5,9	35,3
5	5	29,4	29,4	64,7
6	1	5,9	5,9	70,6
10	3	17,6	17,6	88,2
11	1	5,9	5,9	94,1
26	1	5,9	5,9	100,0
Total	17	100,0	100,0	

Lampiran 5. Hasil Uji One Way Anova

Descriptives

tingkatstres

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
sebelum	17	47,71	3,996	,969	45,65	49,76	41	55
sesudah	17	39,59	4,797	1,163	37,12	42,05	33	49
tindak lanjut	17	35,18	4,613	1,119	32,80	37,55	28	46
Total	51	40,82	6,837	,957	38,90	42,75	28	55

Test of Homogeneity of Variances

tingkatstres

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,410	2	48	,666

ANOVA

tingkatstres

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	1373,294	2	686,647	34,186	,000
Within Groups	964,118	48	20,086		
Total	2337,412	50			

MERCU BUANA

Lampiran 6. Hasil Uji One Way Anova Pretest, Posttest, dan Follow Up

Pretest

ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	113,796	2	56,898	5,620	,016
Within Groups	141,733	14	10,124		
Total	255,529	16			

Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
60-70 tahun	1	53,00	.	.	.	.	53	53
71-80 tahun	10	45,60	3,406	1,077	43,16	48,04	41	51
81-90 tahun	6	50,33	2,733	1,116	47,47	53,20	48	55
Total	17	47,71	3,996	,969	45,65	49,76	41	55

ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	31,934	1	31,934	2,142	,164
Within Groups	223,595	15	14,906		

Total	255,529	16			
-------	---------	----	--	--	--

Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
LAKI-LAKI	3	50,67	3,215	1,856	42,68	58,65	47	53
PEREMPUAN	14	47,07	3,951	1,056	44,79	49,35	41	55
Total	17	47,71	3,996	,969	45,65	49,76	41	55

ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	119,829	8	14,979	,883	,568
Within Groups	135,700	8	16,963		
Total	255,529	16			

Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
0-5 tahun	12	48,00	4,285	1,237	45,28	50,72	42	55
6-10 tahun	4	46,50	3,873	1,936	40,34	52,66	41	50

11-15 tahun	1	49,00	.	.	.	.	49	49
Total	17	47,71	3,996	,969	45,65	49,76	41	55

ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	208,996	8	26,125	4,491	,024
Within Groups	46,533	8	5,817		
Total	255,529	16			

Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
0-10 tahun	15	47,47	4,207	1,086	45,14	49,80	41	55
11-20 tahun	1	49,00	.	.	.	.	49	49
21-30 tahun	1	50,00	.	.	.	.	50	50
Total	17	47,71	3,996	,969	45,65	49,76	41	55

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Posttest

Descriptives

Post Stres

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
LAKI-LAKI	3	44,00	7,810	4,509	24,60	63,40	35	49
PEREMPUAN	14	38,64	3,671	,981	36,52	40,76	33	44
Total	17	39,59	4,797	1,163	37,12	42,05	33	49

ANOVA

Post Stres

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	70,903	1	70,903	3,578	,078
Within Groups	297,214	15	19,814		
Total	368,118	16			

Descriptives

Post Stres

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean	Minimum	Maximum
--	---	------	----------------	------------	----------------------------------	---------	---------

					Lower Bound	Upper Bound		
60-70 tahun	1	49,00	.	.	.	.	49	49
71-80 tahun	10	36,70	3,199	1,012	34,41	38,99	33	42
81-90 tahun	6	42,83	2,858	1,167	39,83	45,83	40	48
Total	17	39,59	4,797	1,163	37,12	42,05	33	49

ANOVA

Post Stres

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	235,184	2	117,592	12,384	,001
Within Groups	132,933	14	9,495		
Total	368,118	16			

Descriptives

Post Stres

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
0-5 tahun	1	42,00	.	.	.	.	42	42
6-10 tahun	1	34,00	.	.	.	.	34	34
11-15 tahun	1	35,00	.	.	.	.	35	35
4	4	42,75	4,349	2,175	35,83	49,67	39	49

5	5	39,80	5,762	2,577	32,65	46,95	33	48
6	1	35,00	.	.	.	.	35	35
7	1	44,00	.	.	.	.	44	44
8	2	38,50	4,950	3,500	-5,97	82,97	35	42
11	1	36,00	.	.	.	.	36	36
Total	17	39,59	4,797	1,163	37,12	42,05	33	49

ANOVA

Post Stres

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	154,068	8	19,258	,720	,674
Within Groups	214,050	8	26,756		
Total	368,118	16			

Descriptives

Post Stres

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
0-10 tahun	1	35,00	.	.	.	.	35	35
11-20 tahun	1	49,00	.	.	.	.	49	49
21-30 tahun	3	34,33	1,155	,667	31,46	37,20	33	35
4	1	40,00	.	.	.	.	40	40
5	5	42,60	3,286	1,470	38,52	46,68	39	48

6	1	42,00	.	.	.	.	42	42
10	3	37,00	3,606	2,082	28,04	45,96	34	41
11	1	36,00	.	.	.	.	36	36
26	1	44,00	.	.	.	.	44	44
Total	17	39,59	4,797	1,163	37,12	42,05	33	49

ANOVA

Post Stres

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	296,251	8	37,031	4,122	,031
Within Groups	71,867	8	8,983		
Total	368,118	16			

Follow Up

Descriptives

Follow Up Stres

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
Laki-laki	3	37,67	7,234	4,177	19,70	55,64	33	46
Perempuan	14	34,64	4,050	1,082	32,30	36,98	28	43
Total	17	35,18	4,613	1,119	32,80	37,55	28	46

ANOVA

Follow Up Stres

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	22,590	1	22,590	1,066	,318
Within Groups	317,881	15	21,192		
Total	340,471	16			

Descriptives

Follow Up Stres

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
60-70 tahun	1	33,00	.	.	.	.	33	33
71-80 tahun	10	33,50	4,353	1,376	30,39	36,61	28	43
81-90 tahun	6	38,33	3,933	1,606	34,21	42,46	35	46
Total	17	35,18	4,613	1,119	32,80	37,55	28	46

ANOVA

Follow Up Stres

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	92,637	2	46,319	2,617	,108
Within Groups	247,833	14	17,702		

Total	340,471	16			
-------	---------	----	--	--	--

Descriptives

Follow Up Stres

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
0-5 tahun	1	37,00	.	.	.	.	37	37
6-10 tahun	1	36,00	.	.	.	.	36	36
11-15 tahun	1	31,00	.	.	.	.	31	31
4	4	36,00	4,761	2,380	28,42	43,58	33	43
5	5	36,40	6,841	3,059	27,91	44,89	28	46
6	1	32,00	.	.	.	.	32	32
7	1	36,00	.	.	.	.	36	36
8	2	35,50	2,121	1,500	16,44	54,56	34	37
11	1	29,00	.	.	.	.	29	29
Total	17	35,18	4,613	1,119	32,80	37,55	28	46

ANOVA

Follow Up Stres

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	80,771	8	10,096	,311	,941
Within Groups	259,700	8	32,462		
Total	340,471	16			

Descriptives

Follow Up Stres

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
0-10 tahun	1	32,00	.	.	.	.	32	32
11-20 tahun	1	33,00	.	.	.	.	33	33
21-30 tahun	3	31,00	3,000	1,732	23,55	38,45	28	34
4	1	38,00	.	.	.	.	38	38
5	5	39,40	5,128	2,293	33,03	45,77	33	46
6	1	37,00	.	.	.	.	37	37
10	3	34,33	2,082	1,202	29,16	39,50	32	36
11	1	29,00	.	.	.	.	29	29
26	1	36,00	.	.	.	.	36	36
Total	17	35,18	4,613	1,119	32,80	37,55	28	46

ANOVA

Follow Up Stres

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	208,604	8	26,075	1,582	,266
Within Groups	131,867	8	16,483		
Total	340,471	16			

Lampiran 7. Hasil Uji Regresi

Aspek Emosi

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	,646 ^a	,418	,406	2,371	,418	35,170	1	49	,000

a. Predictors: (Constant), perlakuanmusik

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	197,765	1	197,765	35,170	,000 ^b
	Residual	275,529	49	5,623		
	Total	473,294	50			

a. Dependent Variable: aspek_emosi

b. Predictors: (Constant), perlakuanmusik

Aspek Fisik

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	,573 ^a	,329	,315	1,996	,329	23,980	1	49	,000

a. Predictors: (Constant), perlakuanmusik

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	95,559	1	95,559	23,980	,000 ^b
	Residual	195,265	49	3,985		
	Total	290,824	50			

a. Dependent Variable: aspek_fisik

b. Predictors: (Constant), perlakuanmusik

Aspek Kognitif

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	,622 ^a	,386	,374	1,575	,386	30,842	1	49	,000

a. Predictors: (Constant), perlakuanmusik

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	76,500	1	76,500	30,842	,000 ^b
	Residual	121,539	49	2,480		
	Total	198,039	50			

a. Dependent Variable: aspek_kognitif

b. Predictors: (Constant), perlakuanmusik

Aspek Perilaku

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	,456 ^a	,208	,191	1,101	,208	12,830	1	49	,001

a. Predictors: (Constant), perlakuanmusik

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	15,559	1	15,559	12,830	,001 ^b
	Residual	59,422	49	1,213		
	Total	74,980	50			

a. Dependent Variable: aspek_perilaku

b. Predictors: (Constant), perlakuanmusik

Lampiran 8. Hasil Uji Data Hipotetik dan Uji Empirik

Uji Empirik

Statistics

TOTAL

N	Valid	17
	Missing	0
Mean		122,47
Median		124,00
Std. Deviation		11,587
Range		43
Minimum		103
Maximum		146

TOTAL

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 103	1	5,9	5,9	5,9
108	2	11,8	11,8	17,6
113	1	5,9	5,9	23,5
114	2	11,8	11,8	35,3
116	1	5,9	5,9	41,2
121	1	5,9	5,9	47,1
124	1	5,9	5,9	52,9
127	1	5,9	5,9	58,8
129	1	5,9	5,9	64,7
130	2	11,8	11,8	76,5
131	1	5,9	5,9	82,4
133	1	5,9	5,9	88,2
135	1	5,9	5,9	94,1
146	1	5,9	5,9	100,0
Total	17	100,0	100,0	

KATEGORI STRES

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	7	41,2	41,2	41,2
2	3	17,6	17,6	58,8

3	7	41,2	41,2	100,0
Total	17	100,0	100,0	

Uji Hipotetik

TOTAL H

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 2,00	12	70,6	70,6	70,6
3,00	5	29,4	29,4	100,0
Total	17	100,0	100,0	

Lampiran 9. Uji Normalitas

Tests of Normality

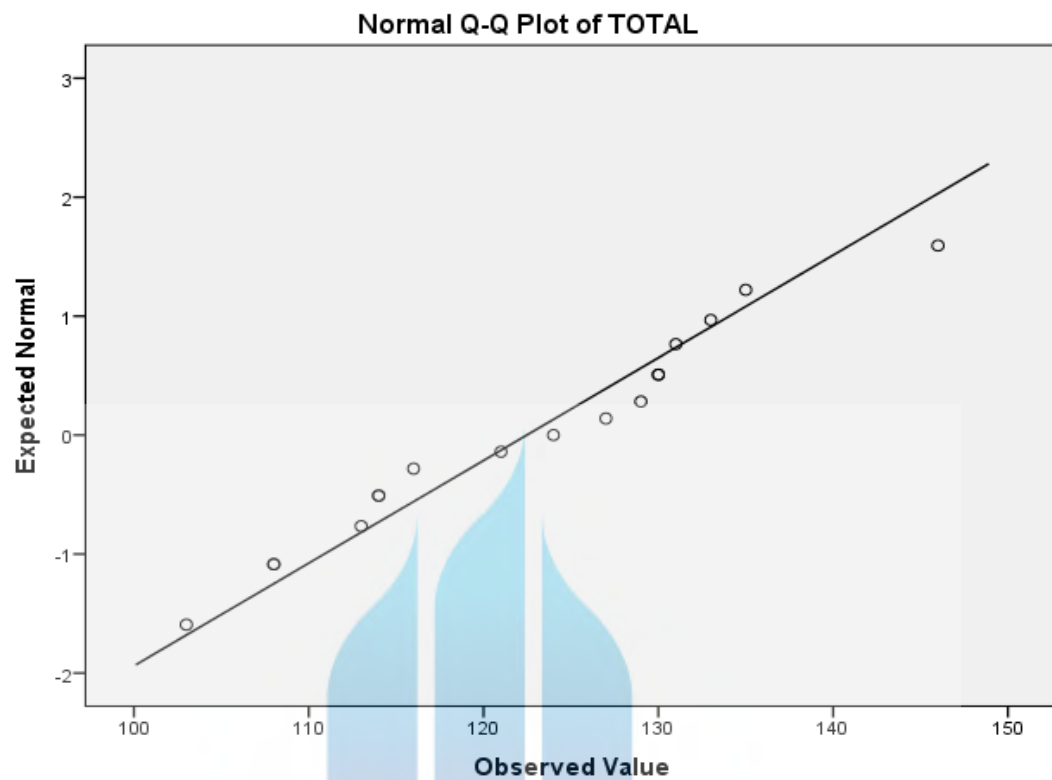
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
stres	,125	17	,200*	,964	17	,699

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Descriptives

		Statistic	Std. Error
TOTAL	Mean	122,47	2,810
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	116,51
		Upper Bound	128,43
	5% Trimmed Mean	122,25	
	Median	124,00	
	Variance	134,265	
	Std. Deviation	11,587	
	Minimum	103	
	Maximum	146	
	Range	43	
	Interquartile Range	17	
	Skewness	,102	,550
	Kurtosis	-,581	1,063



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Lampiran 10. Jadwal Pelaksanaan Eksperimen

Waktu dan Tempat	Kegiatan	Keterangan	Metode	Pelaksana Kegiatan
23 April – 30 April 2018	<i>Screening</i> (penyaringan) responden dan melakukan pemeriksaan tekanan darah	<i>Screening</i> atau penyaringan responden yang sesuai dengan kriteria penelitian. <i>Screening</i> dilakukan dengan cara peneliti memberikan kuesioner kepada responden dan <i>informed consent</i>	Peneliti mendampingi responden saat pengisian kuesioner	Peneliti
23 April – 30 April 2018	<i>Pretest</i> Memberikan kuesioner kepada responden	Untuk mengetahui sejauh mana tingkat stres yang dialami oleh lansia, khususnya karena adanya penyakit hipertensi yang berada pada kategori rendah, sedang, atau tinggi	Peneliti mendampingi responden saat pengisian kuesioner	Peneliti
1 Mei – 12 Mei 2018	Pemberian <i>treatmen</i> musik langgam jawa	Pemberian musik langgam jawa diberikan selama 45 menit per hari dan dalam waktu 2 minggu	Peneliti memberikan <i>treatmen</i> musik langgam jawa	Peneliti
12 Mei 2018	<i>Posttest</i>	Peneliti memberikan kembali kuesioner kepada responden	Peneliti mendampingi responden saat pengisian kuesioner	Peneliti
28 Mei 2018	<i>Follow Up</i>	Peneliti memberikan kembali kuesioner kepada responden	Peneliti mendampingi responden saat pengisian kuesioner	Peneliti

Lampiran 11. Modul Pelaksanaan Eksperimen

No	Kegiatan	Waktu	Tujuan	Keterangan
1	Screening	23 April – 30 April 2018	Untuk menyeleksi responden yang sesuai dengan kriteria penelitian	Peneliti mendampingi responden pada saat pengisian kuesioner
2	<i>Pretest</i>	23 April – 30 April 2018	Untuk mengetahui sejauh mana tingkat stres yang dialami oleh lansia, khususnya karena adanya penyakit hipertensi yang berada pada kategori rendah, sedang, atau tinggi	Peneliti mendampingi responden pada saat pengisian kuesioner
3	Pemberian treatmen musik langgam jawa	1 Mei – 12 Mei 2018	Sebagai pemberian treatmen untuk responden dan berguna untuk menurunkan tingkat stres responden	Peneliti memberikan musik langgam jawa dan responden diarahkan untuk dapat mendengarkan dan menikmati alunan musik langgam jawa tersebut. Waktu pemberian musik selama 45 menit Diberikan selama 2 minggu
4	<i>Posttest</i>	12 Mei 2018	Untuk evaluasi dari hasil pemberian treatmen apakah ada perubahan sebelum dan sesudah treatmen tersebut diberikan	Peneliti mendampingi responden pada saat pengisian kuesioner
5	<i>Follow up</i>	28 Mei 2018	Untuk melihat perkembangan responden secara bertahap dari saat sebelum, sesudah, hingga treatmen tidak lagi diberikan	Peneliti mendampingi responden pada saat pengisian kuesioner

Lampiran 12. Persetujuan Menjadi Responden

Selamat pagi/ siang/ sore

Perkenalkan saya Pulung Nugraeni mahasiswa Fakultas Psikologi semester 8 Universitas Mercu Buana bermaksud untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Pemberian Musik Langgam Jawa Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Lansia Yang Memiliki Hipertensi di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan Cibubur” sebagai Prasyarat untuk mencapai gelar sarjana psikologi.

Saya berharap saudara/i bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini yaitu dengan melakukan pengisian kuesioner yang terkait dengan penelitian. Semua informasi yang Bapak/ibu berikan terjamin kerahasiaannya.



PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Setelah Bapak/ibu membaca maksud dan kegiatan penelitian di atas, maka saya mohon kesediannya untuk mengisi nama dan tanda tangan di bawah ini

Saya setuju untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini:

Inisial :

Jenis kelamin :

Lama memiliki hipertensi :

Usia :

Terimakasih atas kesediaan saudara/i untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini.

Yang bertandatangan di bawah ini,

UNIVERSITAS
MERCU BUANA ()

Pertanyaan-pertanyaan berikut ini berkaitan tentang bagaimana penilaian anda mengenai diri anda selama dua minggu terakhir. Tidak ada jawaban yang benar atau salah, oleh karena itu isilah sesuai dengan keadaan diri anda. Jawaban yang paling baik adalah jawaban yang paling menggambarkan pandangan anda mengenai diri anda sendiri.

Jawaban anda akan terjamin kerahasiannya berdasarkan kode etik penelitian. Jawaban anda sangat bermanfaat dalam penelitian ini. Isilah angket ini dengan jujur serta penuh ketelitian sehingga semua soal dapat dijawab.

Jawablah pertanyaan dengan memberikan tanda ceklis pada alternatif jawaban yang telah disediakan. Terima kasih atas segala bantuan anda dalam mengisi angket ini.

Untuk pertanyaan-pertanyaan selanjutnya, keterangan dari pilihan jawaban yang tersedia adalah:

SS : Sangat Setuju

TS : Tidak Setuju

S : Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Berikan tanda ceklis pada jawaban yang menurut anda paling tepat, di tempat yang telah disediakan.

Contoh pertanyaan sebelum dijawab adalah sebagai berikut :

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya putus asa dengan penyakit darah tinggi ini				

Contoh pertanyaan setelah dijawab adalah sebagai berikut :

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya putus asa dengan penyakit darah tinggi ini			√	

Contoh pertanyaan bila salah menjawab adalah sebagai berikut :

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya putus asa dengan penyakit darah tinggi ini			√	

Lampiran 13. Skala Stres

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Jantung saya selalu berdetak cepat ketika tensi saya tinggi				
2.	Karena tensi saya terus tinggi, selera makan saya menjadi berkurang dari biasanya				
3.	Saya mudah pusing saat tensi saya tinggi				
4.	Setiap bangun pagi badan saya terasa pegal				
5.	Saat tensi saya tinggi membuat saya susah tidur				
6.	Nyeri di dada saya rasakan ketika tensi saya tinggi				
7.	Walaupun tensi saya tinggi, saya tetap merasa sehat				
8.	Saya selalu segar menjalani kegiatan sehari-hari				
9.	Setiap hari saya makan makanan yang mengandung banyak garam dan lemak				
10.	Penyakit darah tinggi ini membuat saya bingung akan apa yang harus saya lakukan				
11.	Saya khawatir tidak dapat sembuh dari penyakit darah tinggi ini				
12.	Saya mudah berfikir negatif tentang kesehatan saya				
13.	Saya merasa hidup saya sudah tidak berarti lagi				
14.	Saya takut tiba-tiba stroke				
15.	Saya melampiaskan marah kepada orang lain				
16.	Saya mudah marah karena hanya hal-hal sepele				
17.	Ketika saya memikirkan penyakit ini, saya menjadi malas untuk beraktivitas				
18.	Saya takut terjadi sesuatu bila tensi saya terus-menerus tinggi				
19.	Saya yakin akan baik-baik saja				
20.	Saya putus asa dengan penyakit darah tinggi ini				

Lampiran 14. Koding Responden

Screening

Inisial	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20
AL	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	4	4	2	4	2	4	4	3	2	2
TD	2	2	3	4	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2
SS	3	3	3	3	2	3	1	1	2	3	3	2	3	2	3	3	3	4	2	3
RR	3	2	2	3	2	2	4	1	2	2	4	4	2	3	3	3	4	3	2	2
MN	2	3	4	3	3	2	2	2	2	2	4	4	1	4	2	2	3	3	1	1
MAR	4	2	4	2	2	4	2	2	1	2	2	1	2	2	2	4	2	2	1	1
SUK	4	3	2	2	2	1	1	1	2	2	4	1	2	3	2	2	2	4	1	1
YUD	2	2	3	3	4	1	4	2	2	4	2	1	3	3	2	2	2	3	2	2
LM	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	2	4	2	2
HAD	2	2	2	3	4	2	2	1	1	2	4	3	1	4	2	2	2	4	1	1
LR	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	2	1	3	2	2
EVE	4	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	3	4	2	2
MR	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	3	2	2	2	2
NUR	2	2	2	1	4	2	1	2	1	2	2	2	1	1	4	3	2	1	1	2
NRS	2	2	4	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	4	2	2	2	4	1	2
MUN	2	3	2	2	4	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2
SS	2	3	4	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2
SUS	2	2	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	4	3	2	2
ROS	2	3	3	3	4	2	2	2	2	2	4	2	1	4	2	2	3	3	2	2
CAH	2	2	2	2	4	4	3	3	1	3	4	4	4	4	3	3	3	3	1	2
SU	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2
ZY	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	4	2	1	2	2	2	2	2	2	2
DD	4	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1
TAT	1	1	3	2	3	2	2	1	2	2	3	2	2	3	1	2	2	4	1	2
RH	2	2	3	1	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2

SM	2	2	2	3	2	2	1	2	3	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1
RAH	2	1	2	1	1	2	4	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2
SAY	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2
HAD	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2
MN	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	1	3	2	2	3	3	2	2
BAM	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2
AMR	3	2	3	2	3	3	1	2	2	2	3	2	2	4	2	3	3	3	2	1
RET	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	1	3	2	2	2	3	1	2
ROT	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2
ASF	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1
YAT	2	2	2	1	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1

Pretest

Inisial	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20
AL	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	4	4	2	4	2	4	4	3	2	2
TJ	2	2	3	4	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2
SUM	3	3	3	3	2	3	1	1	2	3	3	2	3	2	3	3	3	4	2	3
RI	3	2	2	3	2	2	4	1	2	2	4	4	2	3	3	3	4	3	2	2
MAR	4	2	4	2	2	4	2	2	1	2	2	1	2	2	2	4	2	2	1	1
SUK	4	3	2	2	2	1	1	1	2	2	4	1	2	3	2	2	2	4	1	1
JUD	2	2	3	3	4	1	4	2	2	4	2	1	3	3	2	2	2	3	2	2
LM	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	2	4	2	2
HADI	2	2	2	3	4	2	2	1	1	2	4	3	1	4	2	2	2	4	1	1
EVE	4	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	3	4	2	2
SRISUR	2	3	4	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2
SS	2	2	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	4	3	2	2
ROS	2	3	3	3	4	2	2	2	2	2	4	2	1	4	2	2	3	3	2	2
SU	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2

ZY	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	4	2	1	2	2	2	2	2	2	2
TAT	1	1	3	2	3	2	2	1	2	2	3	2	2	3	1	2	2	4	1	2
RH	2	2	3	1	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2

Posttest

Inisial	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20
AL	1	2	3	2	3	1	2	2	1	2	4	3	3	2	2	2	2	1	1	1
TJ	1	2	2	3	2	2	4	3	1	1	2	2	1	4	2	2	2	3	2	1
SUM	2	2	3	3	3	2	1	1	2	3	4	1	4	2	2	3	3	4	1	2
RI	2	2	2	3	2	1	3	3	2	1	3	3	2	3	2	3	3	3	4	2
MAR	2	1	2	1	2	3	1	1	1	1	2	2	1	1	3	4	2	2	1	1
SUK	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1	2	1	1
JUD	2	2	2	3	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2
LM	2	2	3	2	3	1	2	2	1	2	2	1	2	3	3	3	2	3	2	1
HADI	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1
EVE	3	2	3	2	3	2	2	2	1	1	2	1	1	3	3	2	3	3	2	1
SRISUR	2	2	3	1	3	1	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	3	2	1
SS	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	3	2	1	1
ROS	2	2	3	3	3	1	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	3	3	2	2
SU	2	2	3	2	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	2	2	3	1	2
ZY	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2
TAT	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	3	2	2	2	3	2	1
RH	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	3	3	2	2	1	2

Follow Up

Inisial	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20
AL	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	3	2	2	1
TJ	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	3	2	2	2	2	1
SUM	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2
RI	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	3	3	2	2	2	2
MAR	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2
SUK	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1
JUD	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	3	2	1	2	1	1	2	2	1	1
LM	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	3	2	1	2	2	2	2	3	2	1
HADI	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1
EVE	2	2	3	2	3	1	1	1	2	2	1	1	1	3	2	3	2	2	2	1
SRISUR	3	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1
SS	2	2	2	3	3	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	3	3	2	1
ROS	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1
SU	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	3	1	2	2	2	2	2
ZY	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1
TAT	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2
RH	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1

Lampiran 15. Lembar Pernyataan Expert Judgment

PERNYATAAN EXPERT JUDGMENT

Setelah memeriksa media pembelajaran dari penelitian yang berjudul **"Pengaruh Pemberian Musik Langgam Jawa Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Lansia Yang Memiliki Hipertensi di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan Cibubur"** yang disusun oleh:

Nama : Pulung Nugraeni
 NIM : 46114210002
 Fakultas/Prodi : Psikologi/ Psikologi

Dengan ini saya:

Nama : Putri Rahayu Wulandari, S.Psi, M.Psi
 Jabatan : Dosen Psikologi Universitas Mercu Buana

Menyatakan bahwa media pembelajaran tersebut valid dan memberikan saran untuk perbaikan sebagai berikut:

1. Font diperbesar mengingat subjek lansia
2. Diberikan penjelasan di kolom contoh bila subjek membawa "TS" pada pernyataan "saya putus asa ..."
 artinya ...
3. Pemulihan kata "saudara/i" pada lembar penelitian sebaiknya menggunakan kata "Bapak/Ibu" agar lebih "memanusiakan" subjek dan mendekatkan distansi antara peneliti dan subjek penelitian.

Kesimpulan penilaian secara umum :

Untuk mengisi kesimpulan, mohon untuk melingkari sesuai pendapat Ibu pada nomor yang sudah disediakan.

Instrumen penelitian ini :

1. Tidak baik
2. Kurang baik
3. Cukup baik
4. Baik
5. Sangat baik

6. Instrumen penelitian ini :

1. Belum dapat digunakan dan masih perlu konsultasi
2. Dapat digunakan dengan banyak revisi
3. Dapat digunakan dengan sedikit revisi
4. Dapat digunakan tanpa revisi

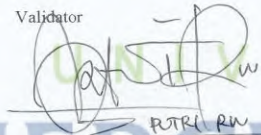
Ibu dimohon untuk menuliskan butir-butir revisi pada kolom saran

SARAN :

- font diperbesar mengingat subjek lansia
- diberikan penjelasan di kolom contoh bila subjek menjawab "TS" pd pernyataan "Saya puas asa" artinya
- pemilihan kata "Saudara/i" pada lembar penelitian sebaiknya menggunakan kata "Bapak/Ibu" agar lebih "memanusiakan" subjek, dan mendekatkan distansi antara peneliti dan subjek penelitian.

Bekasi,

Validator



(Putri Rahayu Wulandari, S.Psi, M.Psi)

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

PERNYATAAN EXPERT JUDGMENT

Setelah memeriksa media pembelajaran dari penelitian yang berjudul **"Pengaruh Pemberian Musik Laggam Jawa Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Lansia Yang Memiliki Hipertensi di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan Cibubur"** yang disusun oleh:

Nama : Pulung Nugraeni

NIM : 46114210002

Fakultas/Prodi : Psikologi/ Psikologi

Dengan ini saya:

Nama : Mistety Oktaviana, M.Psi

Jabatan : Dosen Psikologi Universitas Mercu Buana

Menyatakan bahwa media pembelajaran tersebut valid dan memberikan saran untuk perbaikan sebagai berikut:

1. kalimat sudah efektif
2. Bahasa mudah dipahami (beberapa perlu diperbaiki)
3. Kalimat sudah cukup menggambarkan aspek
4. Tidak mengandung social desirability

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Kesimpulan penilaian secara umum :

Untuk mengisi kesimpulan, mohon untuk melingkari sesuai pendapat Ibu pada nomor yang sudah disediakan.

Instrumen penelitian ini :

1. Tidak baik
2. Kurang baik
3. Cukup baik
4. Baik
5. Sangat baik
6. Instrumen penelitian ini :
 1. Belum dapat digunakan dan masih perlu konsultasi
 2. Dapat digunakan dengan banyak revisi
 3. Dapat digunakan dengan sedikit revisi
 4. Dapat digunakan tanpa revisi

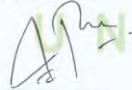
Ibu dimohon untuk menuliskan butir-butir revisi pada kolom saran

SARAN :

1. Kalimat sudah efektif
2. Bahasa mudah dipahami (beberapa perlu diperbaiki)
3. Kalimat sudah cukup menggambarkan aspek
4. Tidak mengandung social desirability

Bekasi,

Validator



(Mistety Oktayiana, M.Psi, Psi)

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

PERNYATAAN EXPERT JUDGMENT

Setelah memeriksa media pembelajaran dari penelitian yang berjudul **"Pengaruh Pemberian Musik Langgam Jawa Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Lansia Yang Memiliki Hipertensi di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan Cibubur"** yang disusun oleh:

Nama : Pulung Nugraeni

NIM : 46114210002

Fakultas/Prodi : Psikologi/ Psikologi

Dengan ini saya:

Nama : Rizki Dawanti, M.Psi

Jabatan : Dosen Psikologi Universitas Mercu Buana

Menyatakan bahwa media pembelajaran tersebut valid dan memberikan saran untuk perbaikan sebagai berikut:

1. Beberapa kalimat yang masih ambigu perlu diperjelas dengan tatahan kalimat mengikuti kaidah SPOR yang tepat.
2. Untuk item favorable dan Unfavorable buat dengan kalimat yang berbeda. Bukan hanya kebalikannya atau bentuk negatifnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Kesimpulan penilaian secara umum :

Untuk mengisi kesimpulan, mohon untuk melingkari sesuai pendapat Ibu pada nomor yang sudah disediakan.

Instrumen penelitian ini :

1. Tidak baik
2. Kurang baik
3. Cukup baik
- ④ 4. Baik
5. Sangat baik
6. Instrumen penelitian ini :
 1. Belum dapat digunakan dan masih perlu konsultasi
 2. Dapat digunakan dengan banyak revisi
 - ③ 3. Dapat digunakan dengan sedikit revisi
 4. Dapat digunakan tanpa revisi

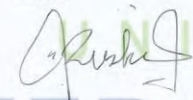
Ibu dimohon untuk menuliskan butir-butir revisi pada kolom saran

SARAN:

1. Beberapa kalimat yg masih ambigu perlu diperjelas dengan
tatanan kalimat mengikuti kaidah SPoK yg tepat
2. Untuk item favorable dan unfavorable buat dengan
kalimat yg berbeda. Bukan hanya kebalikannya atau
bentuk negasinya

Bekasi,

Validator



(Rizki Dawanti, M.Psi, Psi)

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Lampiran 16. Lembar Surat Keterangan

	SASANA TRESNA WERDHA RIA PEMBANGUNAN Jl. Karya Bhakti No. 2 Rt. 08 / 07 Cibubur Jakarta Timur 13720 Telp. / Fax : (021) 8730179- : Email : stwykbrp@yahoo.com
---	--

SURAT KETERANGAN
 Nomor : S.Ket./08 / STWRP / VII / 2018

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama	: Pulung Nugraeni
NIM	: 46114210002
Instansi	: Universitas Mercu Buana

Yang bersangkutan telah selesai melakukan Ijin Penelitian di Sasana Tresna Werdha RIA Pembangunan berdasarkan surat dari Universitas Mercu Buana nomor 17-2/264/F/III/2018 perihal Ijin Penelitian tertanggal 15 Maret 2018 dan Pengambilan Data dengan judul :

“Pengaruh Pemberian Musik Langgam Jawa Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Lansia Yang Memiliki Hipertensi di Sasana Tresna Werdha RIA Pembangunan”

Demikian surat keterangan ini dibuat, agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 18 Juli 2018



Ns. Ibnu Abas, M.Kep., Sp.Kep.Kom.
Kepala

UNIVERSITAS

MERCU BUANA

Lampiran 17. Lembar Kartu Asistensi

072.423.4.07.0



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

KARTU ASISTENSI

NAMA : PULUNG NUGRAENI MATA KULIAH : _____
 NIM : 46114210002 SEM/THN AKAD : _____
 FAKULTAS : PSIKOLOGI DOSEN : RIZKI DAWANTI, M.Psi
 PROGRAM STUDI : PSIKOLOGI

NO	TGL.	KETERANGAN	PARAF	NO	TGL.	KETERANGAN	PARAF
1	12/17/9	Konsultasi judul penelitian - fix. (Bapat & teteliti)	<i>[Signature]</i>	23/11/17	Revisi Semprom tinjau lagi mengenai alat ukur stres. Sesuaikan dgn kondisi Hipertensi	<i>[Signature]</i>	
2	20/12/9	Kaji ulang mengenai terapi musik langgam yg jadi intervensi	<i>[Signature]</i>	5/12/17	Segera lakukan expert judgement & alat ukur & kemudikan pilot	<i>[Signature]</i>	
3	4/17/10	Konsultasi Bab 1 (revisi → menambahkan acuan & musik)	<i>[Signature]</i>	6/13/18	Alat ukur online! Do: uji coba alat ukur.	<i>[Signature]</i>	
4	12/10/17	Bab 1 (revisi → keunikkan dari musik langgam) next Bab 2	<i>[Signature]</i>	22/10/18	Cek kesiapan alat ukur stres & di pilot	<i>[Signature]</i>	
5	27/17/10	Bab 2 & 3 (revisi bab 2 & 3. Segera buat alat ukur stress	<i>[Signature]</i>	19/11/18	Reliabilitas ok! Siap & turun lap. & eksperimen	<i>[Signature]</i>	
6	31/17/10	Bab 1-3 ok Siap semprom! Susun alat ukur stres	<i>[Signature]</i>	24/12/18	Konsultasi & pelaksanaan eksperimen	<i>[Signature]</i>	

NO	TGL.	KETERANGAN	PARAF	NO	TGL.	KETERANGAN	PARAF
13.	4/18 5	Konsultasi pelaksanaan eksperimen	<i>PSD</i>	22	24/18 7	Konsultasi bab V 2 pembahasan oleh siap sidang!	<i>PSD</i>
14.	15/18 5	Konsultasi hasil eksperimen lapangan	<i>PSD</i>	23	9/18 7	Konsultasi Bab III	<i>PSD</i>
15	25/18 5	Konsultasi BAB II	<i>PSD</i>	24.	18/18 7	Konsultasi Bab I-V	<i>PSD</i>
16.	28/18 5	konsultasi hasil eksperimen	<i>PSD</i>	25	25/18 7	Siap sidang!	<i>PSD</i>
17.	30/18 5	konsultasi hasil eksperimen	<i>PSD</i>				
18	31/18 5	Konsultasi Bab IV Upi SPSS u. hasil eksperimen	<i>PSD</i>				
19	26/18 6	Konsultasi pembahasan	<i>PSD</i>				
20	2/18 7	Konsultasi Bab I-III fix siap sidang	<i>PSD</i>				
21.	5/18 7	Konsultasi bab IV-V	<i>PSD</i>				

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Data yang Memiliki Hipertensi	73
Lampiran 2. Grafik Pengukuran Tekanan Darah	74
Lampiran 3. Hasil Reliabilitas	74
Lampiran 4. Hasil Distribusi Frekuensi	77
Lampiran 5. Hasil Uji One Way Anova	79
Lampiran 6. Hasil Uji One Way Anova Pretest, Posttest, dan Follow Up	80
Lampiran 7. Hasil Uji Regresi	90
Lampiran 8. Hasil Uji Hipotetik dan Uji Empirik	92
Lampiran 9. Hasil Uji Normalitas	93
Lampiran 10. Jadwal Pelaksanaan Eksperimen	95
Lampiran 11. Modul Pelaksanaan Eksperimen	96
Lampiran 12. Persetujuan Menjadi Responden	97
Lampiran 13. Skala Stres	100
Lampiran 14. Koding Responden	101
Lampiran 15. Lembar Pernyataan Expert Judgment	105
Lampiran 16. Lembar Surat Keterangan	111
Lampiran 17. Lembar Kartu Asistensi	112

**PENGARUH PEMBERIAN MUSIK LANGGAM JAWA TERHADAP
PENURUNAN TINGKAT STRES PADA LANSIA YANG MEMILIKI
HIPERTENSI DI SASANA TRESNA WERDHA RIA PEMBANGUNAN
CIBUBUR**

Pulung Nugraeni

ABSTRAK

Stres dapat menjadi pemicu terjadinya hipertensi, dimana hubungan antara stres dengan hipertensi dapat menyebabkan tekanan darah yang secara tidak menentu menjadi naik. Hipertensi adalah suatu kondisi dimana seseorang tekanan darahnya berada di atas 120/90 mmHg. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian musik langgam jawa terhadap penurunan tingkat stres pada lansia yang memiliki hipertensi. Penelitian ini menggunakan *quasi eksperimen*. Desain penelitian yang digunakan adalah *One Group Pretest – Posttest* dengan *Follow Up*. Waktu pemberian treatment musik selama 45 menit sehari selama 2 minggu. *Follow up* dilakukan setelah selang waktu 2 minggu. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 17 responden. Teknik analisa data yang digunakan adalah One Way ANOVA. Hasil penelitian ini adalah terdapat pengaruh pemberian musik langgam jawa terhadap penurunan tingkat stres pada lansia yang memiliki hipertensi dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($p \leq 0.05$).

Kata kunci: Lansia, Musik langgam jawa, Hipertensi

**THE INFLUENCE OF JAVANESE MUSIC MUSIC ON THE DECREASE
OF STRESS LEVEL IN ELDERLY WHO HAVE HYPERTENSION IN
SASANA TRESNA WERDHA RIA PEMBANGUNAN CIBUBUR**

Pulung Nugraeni

ABSTRACT

Stress can be a trigger for hypertension, where the relationship between stress and hypertension can lead to erratic blood pressure to rise. Hypertension is a condition where a person's blood pressure is above 120/90 mmHg. The purpose of this study was to determine the effect of Javanese music on the decrease of stress level in elderly who have hypertension. This study uses quasi experiment. The research design used is *One Group Pretest-Posttest* with *Follow Up*. Time of music treatment for 45 minutes a day for 2 weeks. Follow up is done after an interval of 2 weeks. The sampling technique used is purposive sampling. The number of samples in this study were 17 respondents. Data analysis technique used is One Way ANOVA. The result of this research is that there is influence of Javanese music to decrease stress level in elderly who have hypertension with significance value equal to 0.000 ($p \leq 0.05$).

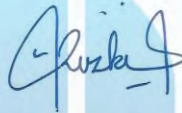
Keywords: Elderly, Javanese music style, Hypertension

Lembar Pengesahan Skripsi

PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Pengaruh Pemberian Musik Langgam Jawa Terhadap Penurunan
Tingkat Stres Pada Lansia Yang Memiliki Hipertensi di Sasana
Tresna Werdha Ria Pembangunan Cibubur
Nama : Pulung Nugraeni
NIM : 46114210002
Program : Program Studi Psikologi
Tanggal : 31 Juli 2018

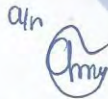
Pembimbing



Rizki Dawanti, M.Psi, Psikolog

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi



Muhammad Iqbal, Ph.D

Ketua Program Studi Psikologi



Dra. Tika Bisono, M.PsiT, Psikolog

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Lembar Pengesahan Sidang Skripsi

LEMBAR PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI

Skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberian Musik Langgam Jawa Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Lansia Yang Memiliki Hipertensi di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan Cibubur”, telah diajukan sidang skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana pada 31 Juli 2018. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi psikologi.

Bekasi, 31 Juli 2018

Sidang Skripsi

Penguji I



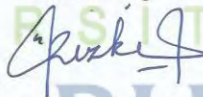
Firman Alamsyah AB, S.Psi, MA

Penguji II



Dian Din Astuti Mulia, S.Psi, MA

Pembimbing



Rizki Dawanti, M.Psi, Psi

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa semua pernyataan dalam Karya Akhir ini:

Judul : Pengaruh Pemberian Musik Langgam Jawa Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Lansia Yang Memiliki Hipertensi di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan Cibubur

Nama : Pulung Nugraeni

NIM : 46114210002

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 31 Juli 2018

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan, dan karya saya sendiri dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data, dan hasil pengolahannya digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Bekasi, 31 Juli 2018

Pulung Nugraeni

iv

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah	18
Tabel 3.1 Blueprint Skala Stres	30
Tabel 3.2 Hasil Expert Judgment	31
Tabel 3.3 Hasil Per Aspek Stres (Multidimensi)	32
Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas Skala Stres	36
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin	40
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia.....	41
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Lama Tinggal.....	41
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Lama Memiliki Hipertensi.....	42
Tabel 4.5 Hasil Screening.....	42
Tabel 4.6 Kategorisasi Stres	43
Tabel 4.7 Hasil Uji One Way Anova	44
Tabel 4.8 Hasil Uji Uji One Way Anova Pretest	44
Tabel 4.8 Variabel Stres Berdasarkan Jenis Kelamin	44
Tabel 4.9 Variabel Stres Berdasarkan Usia	45
Tabel 4.10 Variabel Stres Berdasarkan Lama Tinggal	46
Tabel 4.11 Variabel Stres Berdasarkan Lama Memiliki Hipertensi	46
Tabel 4.12 Hasil Uji Uji One Way Anova Posttest	47
Tabel 4.12 Variabel Stres Berdasarkan Jenis Kelamin	47
Tabel 4.13 Variabel Stres Berdasarkan Usia	48
Tabel 4.14 Variabel Stres Berdasarkan Lama Tinggal	48

Tabel 4.15 Variabel Stres Berdasarkan Lama Memiliki Hipertensi	49
Tabel 4.16 Hasil Uji Uji One Way Anova Follow Up.....	50
Tabel 4.16 Variabel Stres Berdasarkan Jenis Kelamin	50
Tabel 4.17 Variabel Stres Berdasarkan Usia	50
Tabel 4.18 Variabel Stres Berdasarkan Lama Tinggal	51
Tabel 4.19 Variabel Stres Berdasarkan Lama Memiliki Hipertensi	52
Tabel 4.20 Hasil Uji Regresi	53
Tabel 4.21 Hasil Uji Normalitas	53
Tabel 4.22 Hasil Pengukuran Tekanan Darah.....	54
Tabel 4.14 Variabel Stres Berdasarkan Lama Tinggal	48



U N I V E R S I T A S
M E R C U B U A N A

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK BAHASA INDONESIA	v
ABSTRAK BAHASA INGGRIS	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	10
1.3 Tujuan Penelitian	10
1.4 Manfaat Penelitian	10
1.5 Sistematika Penulisan	11
BAB II KAJIAN TEORI	12
2.1 Stres	12
2.1.1 Definisi Stres	12
2.1.3 Respon Terhadap Stres	13
2.1.3 Faktor Stres Menyebabkan Hipertensi	14

2.1.4 Stres, Emosi, dan Hipertensi	15
2.2 Hipertensi	15
2.2.1 Definisi Hipertensi	15
2.2.2 Gejala Hipertensi	16
2.2.3 Penyebab Hipertensi	17
2.2.4 Faktor Resiko Hipertensi	18
2.2.5 Klasifikasi Tekanan Darah	18
2.3 Lanjut Usia	18
2.3.1 Definisi Lanjut Usia	18
2.3.2 Masalah Kesehatan	19
2.4 Musik Langgam Jawa	19
2.4.1 Definisi Musik Langgam Jawa	19
2.4.2 Karakteristik Musik Langgam Jawa	20
2.5 Dinamika Kaitan Musik dengan Stres	21
2.6 Kerangka Pemikiran	24
2.7 Hipotesis Penelitian	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	26
3.1 Objek Penelitian	26
3.2 Metode Penelitian	26
3.2.1 Desain Penelitian	26
3.2.2 Operasional Variabel	27
3.2.3 Populasi dan Sampel	28
3.2.4 Teknik dan Alat Pengumpulan Data	29
3.2.5 Teknik Analisa Data	30
3.2.6 Instrumen Penelitian	36

3.2.7	Prosedur Penelitian	37
3.2.8	Jadwal Penelitian	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		40
4.1	Gambaran Umum Responden	40
4.1.1	Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	40
4.1.2	Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Usia	41
4.1.3	Gambaran Umum Responden Berdasarkan Lama Tinggal	41
4.1.4	Gambaran Umum Responden Berdasarkan Lama Memiliki Hipertensi	42
4.2	Analisis Data Statistik	42
4.2.1	Hasil Screening	42
4.2.2	Hasil Uji Hipotetik dan Uji Empirik	43
4.2.3	Hasil Uji One Way Anova	44
4.2.4	Hasil Uji Beda One Way Anova Pretest, Posttest, Follow Up	44
4.2.5	Hasil Uji Regresi Linier Sederhana	53
4.2.6	Hasil Uji Normalitas	53
4.3	Hasil Pengukuran Tekanan Darah	54
4.4	Pembahasan	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		62
5.1	Kesimpulan	62
5.2	Keterbatasan Peneitian	62
5.3	Saran	63
DAFTAR PUSTAKA		64
LAMPIRAN		

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Pemikiran	24
Gambar 2. Desain Penelitian	27

