

**PENERAPAN TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL *WEIGHTLESS BY* MARCONI UNION
PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN DALAM
MENURUNKAN STRES MENGHADAPI TUGAS AKHIR DI UNIVERSITAS
BAKTI TUNAS HUSADA KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



**FITRI HANDAYANI
NIM : 11025123008**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2026**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

Karya Tulis Ilmiah, 11 September 2026

Fitri Handayani

Penerapan Terapi Musik Instrumental *Weightless* by Marconi Union Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program D3 Keperawatan Dalam Menurunkan Stres Menghadapi Tugas Akhir Di Universitas Bakti Tunas Husada Kota Tasikmalaya.

xii + 77 halaman + 6 tabel + 10 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Mahasiswa tingkat akhir rentan mengalami stres akademik akibat tuntutan penyusunan tugas akhir. Stres yang tidak ditangani dapat berdampak pada kondisi fisik dan psikologis. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan stres adalah terapi musik. **Tujuan:** Menggambarkan penerapan terapi musik instrumental *weightless* karya marconi union dalam menurunkan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir d3 keperawatan di Universitas Bakti Tunas Husada Kota Tasikmalaya. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada dua mahasiswa tingkat akhir yang mengalami stres sedang berdasarkan pengukuran Depression Anxiety Stress Scale-42 (*DASS-42*). Terapi musik diberikan selama 30 menit setiap hari selama tiga hari berturut-turut. Pengukuran tingkat stres dilakukan sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) intervensi, disertai observasi selama pelaksanaan terapi. **Hasil:** Terjadi penurunan tingkat stres pada kedua responden setelah diberikan terapi musik. Responden pertama mengalami penurunan skor dari 21 menjadi 16, sedangkan responden kedua dari 25 menjadi 18, sehingga keduanya berubah dari kategori stres sedang menjadi stres ringan. Selama terapi, responden juga tampak lebih rileks dan tenang. **Kesimpulan:** Terapi musik instrumental *Weightless* karya Marconi Union dapat membantu menurunkan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi tugas akhir.

Kata Kunci: Terapi Musik, Stres Akademik, Mahasiswa Tingkat Akhir, *DASS-42*, Tugas Akhir.

**D III NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BAKTI TUNAS HUSADA UNIVERSITY**

Scientific Paper, 11 September 2026

Fitri Handayani

The Application of Weightless Instrumental Music Therapy By Marconi Union at the Final Level of the D3 Study Program Nursing in Reducing Stress Facing Final Assignments at Bakti Tunas Husada University of Tasikmalaya City

xii + 77 pages + 6 tables + 10 appendices

ABSTRACT

Background: Final-year students are prone to academic stress due to the demands of completing a final project. Stress that is not managed can affect physical and psychological health. One non-pharmacological intervention that can help reduce stress is music therapy. **Objective:** To describe the application of Marconi Union's instrumental music 'Weightless' therapy in reducing stress levels among final-year D3 nursing students at Bakti Tunas Husada University, Tasikmalaya. **Method:** This study used a descriptive design with a case study approach on two final-year students who experienced moderate stress based on the Depression Anxiety Stress Scale-42 (DASS-42). Music therapy was given for 30 minutes each day for three consecutive days. Stress levels were measured before (pre-test) and after (post-test) the intervention, along with observations during the therapy sessions. **Results:** There was a decrease in stress levels for both respondents after being given music therapy. The first respondent's score dropped from 21 to 16, while the second respondent's score went from 25 to 18, so both shifted from moderate stress to mild stress. During the therapy, the respondents also seemed more relaxed and calm. **Conclusion:** Marconi Union's instrumental track Weightless can help lower stress levels in final-year students who are dealing with their thesis.

Keywords: Music Therapy, Academic Stress, Final Year Students, DASS-42, Final Assignment