

**IMPLEMENTASI TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP ANSIETAS DAN
GANGGUAN POLA TIDUR PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI WILAYAH KELURAHAN SUKAJAYA
KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



**INTAN RAHMAWATI
NIM : 11025123003**

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

**IMPLEMENTASI TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP ANSIETAS DAN
GANGGUAN POLA TIDUR PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI WILAYAH KELURAHAN SUKAJAYA
KOTA TASIKMALAYA**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan**

KARYA TULIS ILMIAH



**INTAN RAHMAWATI
NIM : 11025123003**

**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

Intan Rahmawati

**IMPLEMENTASI TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP ANSIETAS DAN
GANGGUAN POLA TIDUR PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH
KELURAHAN SUKAJAYA KOTA TASIKMALAYA**

82 Halaman + 5 table + 18 lampiran

ABSTRAK

Ansietas dan gangguan pola tidur merupakan masalah yang sering dialami ibu hamil trimester III akibat perubahan fisiologis dan psikologis menjelang persalinan. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kesehatan ibu maupun janin apabila tidak ditangani dengan baik. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diberikan adalah terapi musik klasik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui implementasi terapi musik klasik terhadap ansietas dan pola tidur pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kelurahan Sukajaya Kota Tasikmalaya. Penelitian menggunakan metode studi kasus, subyek sebanyak dua orang ibu hamil trimester III yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Intervensi yang dilakukan adalah teraapi musik klasik dalam 15 menit selama tiga hari. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah pemberian terapi musik klasik kedua subyek mengalami penurunan ansietas yang ditandai dengan menurunnya rasa khawatir, gelisah, tegang, dan kebingungan menjelang persalinan. Selain itu, kualitas pola tidur subjek mengalami perbaikan yang ditunjukkan dengan waktu untuk memulai tidur menjadi lebih singkat, frekuensi terbangun pada malam hari berkurang, tidur menjadi lebih nyenyak, serta tubuh terasa lebih segar setelah bangun tidur. Kesimpulan: implementasi terapi musik klasik dapat menurunkan ansietas dan gangguan pola tidur. Saran : ibu hamil trimester III hendaknya melakukan terapi musik klasik secara mandiri untuk menurunkan ansietas dan gangguan pola tidur sehingga status kesehatan nya meningkat.

Kata kunci: terapi musik klasik, ansietas, gangguan pola tidur, kehamilan trimester III.

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

Scientific Papers, 11 September 2026

Intan Rahmawati

THE IMPLEMENTATION OF CLASSICAL MUSIC THERAPY ON ANXIETY AND SLEEP PATTERN DISTURBANCES IN THIRD-TRIMESTER PREGNANT WOMEN IN THE SUKAJAYA VILLAGE AREA, TASIKMALAYA CITY

82 pages +5 tables + 18 appendices

ABSTRACT

Anxiety and sleep pattern disturbances are common issues experienced by third-trimester pregnant women due to physiological and psychological changes approaching childbirth. If not properly managed, these conditions can affect the health of both the mother and the fetus. One of the non-pharmacological interventions that can be provided is classical music therapy. This study aims to determine the implementation of classical music therapy on anxiety and sleep patterns in third-trimester pregnant women in the Sukajaya Village Area, Tasikmalaya City. The study utilized a case study method, with two third-trimester pregnant women selected as subjects based on inclusion and exclusion criteria. The intervention carried out was classical music therapy for 15 minutes over three days. Data collection was conducted through interviews and observations. The results showed that after the administration of classical music therapy, both subjects experienced a decrease in anxiety, characterized by reduced worry, restlessness, tension, and confusion approaching childbirth. In addition, the quality of the subjects' sleep patterns improved, as indicated by a shorter onset of sleep, reduced frequency of waking up at night, sounder sleep, and feeling more refreshed upon waking. Conclusion: The implementation of classical music therapy can reduce anxiety and sleep pattern disturbances. Suggestion: Third-trimester pregnant women should perform classical music therapy independently to reduce anxiety and sleep pattern disturbances, thereby improving their health status.

Keywords: *classical music therapy, anxiety, sleep pattern disturbances, third-trimester pregnancy.*