

**NASKAH PUBLIKASI**

**PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK (MOZART) TERHADAP  
INTENSITAS NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI  
DI SMA NEGERI 1 PONTIANAK  
TAHUN 2015**

**DERA OKTAVIA LIANDARY**

**NIM I32111003**



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS TANJUNGPURA  
PONTIANAK  
2015**

**LEMBAR PENGESAHAN  
NASKAH PUBLIKASI**

**PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK (*MOZART*) TERHADAP  
INTENSITAS NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI  
DI SMA NEGERI 1 PONTIANAK  
TAHUN 2015**

**Tanggung Jawab Yuridis Material Pada**

**DERA OKTAVIA LIANDARY**

**I32111003**

**Disetujui,**

**Pembimbing I**

  
**Ns. Hendra, M.Kep., RN**  
NIP. 197402201994031004

**Pembimbing II**

  
**Parjo, S.Kep., M.Kes**  
NIP. 198507232012121001

**Penguji I**

  
**Ns. Ichsah Budiharto, M.Kep**  
NIP 197611051996031004

**Penguji II**

  
**Ns. Suhaimi Fauzan, M.Kep**  
NIDN. 0025038801

**Mengetahui,**

**Dekan Fakultas Kedokteran  
Universitas Tanjungpura  
Pontianak**

  
**dr. Arif Wicaksono, M. Biomed**  
NIP: 198310302008121002

## **PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK (MOZART) TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 PONTIANAK TAHUN 2015**

**Dera Oktavia Liandary<sup>1</sup>, Hendra<sup>2</sup>, Parjo<sup>2</sup>**

**(<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Keperawatan, <sup>2</sup>Staf Pengajar Program Studi Keperawatan)**

**Program Studi Keperawatan  
Universitas Tanjungpura**

**Latar Belakang :** Menstruasi merupakan tanda bahwa remaja putri telah memasuki masa pubertas. Salah satu masalah yang sering terjadi pada saat menstruasi yaitu nyeri haid(dismenore). Nyeri haid (dismenore) dapat mengganggu aktivitas sehari-hari terutama dapat menurunkan konsentrasi belajar. Salah satu intervensi yang bisa dilakukan untuk menurunkan nyeri haid (dismenore) adalah terapi nonfarmakologi yaitu terapi musik klasik (*Mozart*).

**Tujuan :** penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik (*Mozart*) terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pontianak Tahun 2015.

**Metodologi Penelitian :** penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *pre-experiment* dengan jenis tipe *one-group pretest posttest design* terhadap 19 orang remaja putri di SMA Negeri 1 Pontianak yang mengalami dismenore derajat sedang sampai berat. Analisa penelitian menggunakan uji T berpasangan.

**Hasil :** Dari analisa perubahan intensitas nyeri haid sebelum dan sesudah terapi musik klasik (*Mozart*) didapatkan hasil  $p=0,000$ , dimana nilai  $p<0,05$ .

**Kesimpulan :** Terapi musik klasik (*Mozart*) berpengaruh untuk menurunkan intensitas nyeri haid pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pontianak tahun 2015.

**Kata Kunci :** Remaja, Nyeri Haid, Musik Klasik (*Mozart*)

## ***THE INFLUENCE OF CLASSICAL MUSIC (MOZART) THERAPY TO REDUCE MENSTRUATION PAIN IN FEMALE TEENAGERS IN SENIOR HIGH SCHOOL 1 PONTIANAK IN 2015***

### ***Abstract***

**Background :** *Menstruation is a sign that female teenagers are in puberty age. One of problems that occurs during menstruation is pain (dismenore). Menstruation pain (dismenore) may disturb daily activities especially learning concentration. One of the ways that can be done to reduce the pain is using non-pharmacology; that is classical music (Mozart) therapy.*

**Purpose :** *The purpose of this research was to know the influence of classical music (Mozart) therapy to reduce menstruation pain in female teenagers in Senior High School 1 Pontianak in 2015.*

**Research Methodology :** *The research used pre-experiment with one-group pretest posttest design on 19 female students in Senior High School 1 Pontianak who have experienced dismenore from low level to high level. The research analysis used paired T test.*

**Results :** *Based on the analysis of degree of menstruation pain before and after the therapy, it showed that  $p=0,000$  as  $p<0,05$ .*

**Conclusion :** *Classical music (Mozart) therapy was influence to reduce menstruation pain in female teenagers in Senior High School 1 Pontianak in 2015.*

**Keywords :** *Teenagers, Menstruation Pain, Classical music (Mozart)*

**\*Nursing Student Tanjungpura University**

**\*\*Nursing Lecture Tanjungpura University**

## PENDAHULUAN

Masa remaja adalah perkembangan transisi antara masa anak-anak menuju masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, kognitif, sosial dan emosional. Proses biologis, kognitif, dan sosial terjalin sangat erat. Proses sosial membentuk proses kognitif, proses kognitif mengembangkan atau menghambat proses sosial, dan proses biologis mempengaruhi kognitif. Diperkirakan di Amerika Serikat dan budaya-budaya lain, masa remaja dimulai dari usia 10 tahun sampai 13 tahun, dan berakhir antara usia 18-22 tahun (Santrock, 2003).

Jika dipandang dari aspek psikologis dan sosialnya, masa remaja adalah suatu fenomena fisik yang berhubungan dengan pubertas. Pubertas adalah suatu bagian yang penting dari masa remaja dimana yang lebih ditekankan adalah proses biologis yang pada akhirnya mengarah pada kemampuan bereproduksi (Narendra, Suyitno, Renuh, Sularyo, 2008).

Menstruasi pertama remaja putri disebut *menarche*. Umur *menarche* yaitu antara 11-15 tahun (rata-rata 13 tahun), tergantung pada berbagai faktor seperti beberapa ahli mengatakan bahwa anak perempuan dengan jaringan lemak yang lebih banyak, lebih cepat mengalami menstruasi daripada anak yang kurus, latihan atletik yang berat dapat memperlambat menstruasi atau mengganggu fungsi menstruasi, penyakit kronis terutama yang mempengaruhi masukan makanan dan oksigen jaringan dapat memperlambat menstruasi (Narendra, Suyitno, Renuh, Sularyo, 2008).

Umumnya, jarak siklus menstruasi berkisar 15 sampai 45 hari, dengan rata-rata 28 hari, dengan rata-rata 4-6 hari. Darah menstruasi biasanya tidak membeku. Jumlah kehilangan darah tiap siklus berkisar dari 60-80 ml (Price & Wilson, 2006).

Angka kejadian dismenore primer di Indonesia sebesar 54,89% sedangkan sisanya adalah penderita tipe sekunder. Dismenore menyebabkan 14% dari pasien remaja sering tidak hadir disekolah dan tidak menjalani kegiatan sehari-hari (Calis, 2011) dan klasifikasi dismenore dibagi menjadi dua yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder (Smiltzer & Bare, 2002)

Musik merupakan perwujudan dari seni tertentu seperti seni suara, seni tari, seni drama, baca puisi, dan gerak yang berirama. Sedangkan musik terapi adalah suatu usaha yang berupa bantuan yang merupakan proses terencana dengan menggunakan bunyi atau irama tertentu (Suriyana, 2012).

Pada dewasa ini banyak jenis musik yang dapat diperdengarkan namun musik yang menempatkan kelasnya sebagai musik bermakna medis adalah musik klasik karena musik ini *magnitude* yang luar biasa dalam perkembangan ilmu kesehatan, diantaranya memiliki nada yang lembut, nadanya memberikan stimulasi gelombang alfa, ketenangan, dan membuat pendengarnya lebih rileks (Dofi, 2010)

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 9 januari 2015 terhadap siswi kelas X yang berjumlah 196 orang siswi melalui pengisian angket di SMAN 1 Pontianak, didapatkan jumlah siswi yang mengalami dismenore sebanyak 174 orang dengan prevalensi kejadian 78 orang (45%) mengalami nyeri ringan, 72 orang (41%) mengalami nyeri sedang, 17 orang (10%) mengalami nyeri berat terkontrol dan 7 orang (4%) mengalami nyeri berat tidak terkontrol. Jadi rata-rata dari remaja putri yang mengalami dismenore di SMAN 1 Pontianak, mengalami nyeri ringan dan nyeri sedang.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 9 januari 2015 dengan wakil kepala sekolah SMA Negeri 1 Pontianak didapatkan bahwa sering sekali siswi ketika menstruasi ijin untuk meninggalkan pelajaran dan beristirahat di UKS dengan alasan dismenore dan hasil wawancara peneliti pada tanggal 9 maret 2015 kepada 5 siswi kelas X di SMA Negeri 1 Pontianak didapatkan bahwa 3 siswi mengatakan mengalami dismenore dan dismenore ini mengganggu aktivitas sehari-hari dan membuat konsentrasi belajar mereka terganggu karena harus menahan nyeri ketika belajar.

Melalui uraian diatas membuat peneliti melakukan penelitian mengenai "Pengaruh Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Terhadap Intensitas Nyeri Haid pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pontianak Tahun 2015".

## TUJUAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik (*Mozart*) terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pontianak tahun 2015.

## METODE

Penelitian yang dilakukan yaitu penelitian yang bersifat kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *pre-eksperimental* dengan rancangan *One Group Pretest Posttest Design* tanpa adanya kelompok kontrol.

Penelitian ini telah dilakukan dua kali perlakuan, dengan mengukur skala nyeri haid pada remaja putri menggunakan lembar observasi *Numerical Rating Scale* (NRS) pada hari pertama menstruasi sebelum diberikan terapi musik klasik (*Mozart*) dan diukur kembali skala nyeri haid setelah dilakukan terapi musik klasik (*Mozart*) setelah dilakukan terapi musik klasik (*Mozart*) dengan menggunakan instrumen yang sama.

Populasi pada penelitian yaitu remaja putri kelas X yang mengalami nyeri haid di SMA Negeri 1 Pontianak. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 19 orang. Tempat penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Pontianak selama 6 hari pada tanggal 23 Maret 2015 sampai dengan 28 Maret 2015.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu remaja putri yang mengalami nyeri haid (dismenore) sedang sampai berat dengan siklus menstruasi yang teratur, remaja putri yang bersedia menjadi responden. kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu remaja putri yang menggunakan terapi farmakologi maupun herbal tradisional untuk mengurangi dismenore pada saat menstruasi. Sedangkan kriteria drop out dalam penelitian ini yaitu responden yang gelisah dan tidak bisa berkonsentrasi terhadap terapi musik klasik (*Mozart*) yang diberikan dikarenakan nyeri yang tidak dapat dikontrol. Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu intensitas nyeri haid (dismenore), sedangkan variabel bebasnya yaitu terapi musik klasik (*Mozart*).

## HASIL

Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Usia Pertama Kali Menstruasi dan Rentang Usia Responden dan Usia Pertama Kali Menstruasi.

Tabel 4.2.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Usia Pertama Kali Menstruasi dan Rentang Usia Responden dan Usia Pertama Kali Menstruasi

	(f)	(%)
Usia Responden	14	5,3%
	15	78,9%
	16	15,8%
Usia Pertama Kali Menstruasi	10	5,3%
	11	36,8%
	12	36,8%
	13	10,5%
	14	10,5%
Rentang Usia Responden dan Usia Pertama Kali Menstruasi	1	5,3%
	2	15,8%
	3	26,3%
	4	52,6%
<b>Total</b>	19	100%

Sumber : Data Primer yang telah diolah (2015)

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 4.2.1 didapatkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia dalam penelitian ini adalah antara 14 sampai 16 tahun. Mayoritas responden berusia 15 tahun dengan jumlah 15 responden dengan persentase 78,9%. Mayoritas responden pertama kali mengalami menstruasi pada usia 11 dan 12 tahun yaitu sebanyak 7 responden dengan persentase 36,8%. Rentang usia responden dan usia pertama kali menstruasi adalah antara 1-4 tahun dengan mayoritas responden mempunyai rentang usia dan usia pertama kali menstruasi adalah 4 tahun (52,6%).

Distribusi hasil *pretest* dan *posttest* skala nyeri haid (dismenore) dengan menggunakan *Numerical Rating Scale* (NRS).

Tabel 4.2.2 Hasil *pretest* dan *posttest* skala nyeri haid (dismenore) dengan menggunakan *Numerical Rating Scale* (NRS).

	Mean	Std. Deviasi
<i>Pretest</i>	6,00	1,633
<i>Posttest</i>	3,21	2,070

Sumber : Data Primer yang telah diolah (2015)

Berdasarkan hasil analisa pada tabel 4.2.2 didapatkan bahwa rata-rata skala nyeri haid pada saat *pretest* yaitu 6,00 dengan standar deviasi 1,633. Sedangkan rata-rata skala nyeri haid pada saat *posttest* yaitu 3,21 dengan standart deviasi 2,070.

Distribusi tingkat nyeri haid (dismenore) *pretest* dan *posttest* pemberian terapi musik klasik (*Mozart*)

Tabel 4.2.3 tingkat nyeri haid (dismenore) *pretest* dan *posttest* pemberian terapi musik klasik (*Mozart*).

Tingkat Nyeri Haid <i>Pretest</i>	(f)	(%)
Nyeri Sedang	13	68,4%
Nyeri Berat Terkontrol	6	31,6%
Tingkat Nyeri Haid <i>Posttest</i>	(f)	(%)
Tidak Nyeri	2	10,5%
Nyeri Ringan	9	47,4%
Nyeri Sedang	7	36,8%
Nyeri Berat Terkontrol	1	5,3%
<b>Total</b>	<b>19</b>	<b>100%</b>

Sumber : Data primer yang telah diolah (2015)

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 4.2.3 didapatkan bahwa karakteristik skala nyeri haid (dismenore) sebelum pemberian terapi musik klasik (*Mozart*) mayoritas responden mengalami nyeri haid (dismenore) dengan skala nyeri sedang yaitu sebanyak 13 responden dengan persentase 68,4%. Setelah pemberian terapi musik klasik (*Mozart*) mayoritas responden mengalami nyeri haid (dismenore) dengan skala nyeri ringan yaitu sebanyak 9 responden dengan persentase 47,4%. Hasil uji pengaruh pemberian terapi musik klasik (*Mozart*) sebelum dan setelah pemberian terapi musik klasik (*Mozart*) dengan uji T berpasangan (N=19).

Tabel 4.3 Analisa Bivariat Uji T berpasangan skala nyeri haid sebelum dan setelah pemberian terapi musik klasik (*Mozart*) (N=19)

	IK 95%	P
Skala nyeri haid <i>pretest</i>	2,377±3,202	0,000
Skala nyeri haid <i>posttest</i>		

Sumber : Data primer yang telah diolah (2015)

Berdasarkan tabel 4.3 ditampilkan jumlah responden yang mengikuti terapi musik klasik (*Mozart*) berjumlah 19 respondendengan interpretasi kepercayaan (IK 95%) dapat disimpulkan bahwa terdapat

penurunan intensitas nyeri haid pada *pretest* dan *posttest* antara 2,377 3,202 dengan nilai signifikansi  $p=0,000$ . Berdasarkan data diatas dapat disimpulkan bahwa nilai  $p (0,000) < 0,05$  yang artinya  $H_0$  ditolak dan pemberian terapi musik klasik (*Mozart*) berpengaruh terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pontianak tahun 2015.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa terapi musik klasik (*Mozart*) berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri haid pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pontianak. Rata-rata skala nyeri haid sebelum diberikan terapi yaitu 6,00 dengan standar deviasi 1,633. Pada pengukuran setelah diberikan terapi didapatkan rata-rata skala nyeri haid 3,21 dengan standar deviasi 2,070. Hasil uji statistik *paired sample t test* diperoleh nilai  $p$  value sebelum dan setelah dilakukan terapi musik klasik (*Mozart*) yaitu  $p= 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang berarti ada penurunan secara signifikan antara skala nyeri haid sebelum dan setelah diberikan terapi musik klasik (*Mozart*). Maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yaitu terapi musik klasik (*Mozart*) berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri haid pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pontianak tahun 2015. Hasil penelitian ini serupa dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Eniwarti (2014) yang menyatakan bahwa hasil analisa univariat diketahui bahwa rata-rata derajat nyeri sebelum dilakukan terapi musik *mozart* adalah 4,67 (nyeri sedang), rata-rata derajat nyeri sesudah dilakukan terapi musik *mozart* adalah 3,72 (nyeri ringan). Hasil analisa bivariat ada pengaruhterapi musik *Mozart* terhadap penurunan derajat nyeri menstruasi pada remaja putri di MAN Padang Jopang tahun 2014, nilai  $p = 0,000$  dan penelitian ini menunjukkan bahwa terapi musik klasik (*Mozart*) berpengaruh dalam menurunkan intensitas nyeri haid. Menurut Dofi (2010) hal ini disebabkan karena musik klasik memiliki nada yang lembut, nadanya memberikan stimulasi gelombang alfa dan membuat pendengar menjadi tenang dan rileks sehingga dapat mengurangi persepsi nyeri. Menurut Hendrik (2006) dismenore didapatkan adanya peningkatan kadar PGE

dan PGE2 alfa di dalam darahnya, yang akan merangsang miometrium dengan akibat terjadinya peningkatan kontraksi dan disritmi uterus. Akibatnya akan terjadi penurunan aliran darah dan oksigen ke uterus dan akan mengakibatkan iskemia. Sehingga muncul respon dari nosiseptor karena ada stimulus yang membahayakan dan memulai transmisi neural dengan melepaskan substansi yang menghasilkan nyeri dan menurut Bobak, Lowdermilk, Jonsen (2004) bahwa mendengarkan musik dapat memproduksi zat endorphin (substansi sejenis morfin yang disuplai tubuh yang dapat mengurangi rasa sakit/nyeri) yang dapat menghambat transmisi impuls nyeri di sistem saraf pusat, Sehingga sensasi nyeri menstruasi dapat berkurang, musik juga bekerja pada sistem limbik yang akan dihantarkan kepada sistem saraf yang mengatur kontraksi otot-otot tubuh, sehingga dapat mengurangi kontraksi otot.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori yang diuraikan diatas, peneliti berkesimpulan bahwa terapi musik klasik (*Mozart*) berpengaruh dalam menurunkan intensitas nyeri haid pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pontianak tahun 2015. Oleh karena itu terapi dengan menggunakan musik klasik (*Mozart*) dapat dijadikan metode untuk mengurangi intensitas nyeri haid (dismenore) pada remaja putri khususnya pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pontianak tahun 2015.

#### **IMPLIKASI KEPERAWATAN**

Setelah dilakukan penelitian mengenai Pengaruh Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Pontianak Tahun 2015, maka manfaat yang diperoleh remaja putri adalah adanya penurunan intensitas nyeri haid pada responden, tidak hanya itu responden yang diberikan terapi musik klasik (*Mozart*) terlihat lebih rileks daripada sebelumnya. Terapi menggunakan musik klasik (*Mozart*) ini dapat dijadikan salah satu terapi non-farmakologi dalam mengatasi dan mengurangi nyeri haid (dismenore) pada remaja putri, melihat besarnya manfaat yang diperoleh dalam penelitian ini.

Implikasi keperawatan yang didapatkan dari penelitian ini adalah peran peneliti sebagai

edukator dapat terealisasikan dengan cara memberikan sedikit informasi dan ilmu mengenai dismenore setelah responden mendengarkan musik klasik (*Mozart*).

Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar pengembangan terapi non-farmakologi pada kasus dismenore terutama dismenore primer. Penelitian ini juga dapat menjadi bahan pembelajaran dalam proses belajar mengajar terutama dibidang keperawatan maternitas.

#### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Pengaruh Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Pontianak Tahun 2015, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

- a. usia responden terbanyak 15 tahun (78,9%) dengan pertama kali menstruasi terbanyak pada usia 11 sampai dengan 12 tahun (36,8%) dengan rentang menstruasi 1-4 tahun.
- b. Skala nyeri yang dialami remaja putri sebelum pemberian terapi musik klasik (*Mozart*) yaitu skala nyeri sedang (68,4%).
- c. Skala nyeri yang dialami remaja putri setelah pemberian terapi musik klasik (*Mozart*) terbanyak pada nyeri ringan (47,4%).
- d. Ada pengaruh terapi musik klasik (*Mozart*) terhadap penurunan intensitas nyeri haid (dismenore) pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pontianak tahun 2015.

#### **SARAN**

1. Institusi pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sumber pembelajaran, memperkaya ilmu pengetahuan atau referensi tambahan dalam terapi non-farmakologi dalam ilmu keperawatan terhadap nyeri haid (dismenore).

2. Responden

Terapi dengan menggunakan musik klasik (*Mozart*) ini dapat digunakan sebagai salah satu pilihan terapi non-farmakologi untuk

menurunkan intensitas nyeri haid(dismenore) yang tidak menimbulkan efek samping dalam menurunkan kejadian nyeri haid (dismenore).

3. Peneliti

Peneliti diharapkan dapat lebih memahami penatalaksanaan terapi musik klasik (*Mozart*) ini sebagai terapi alternative untuk menurunkan kejadian nyeri haid (dismenore)

4. Penelitian Selanjutnya

Peneliti mengharapkan bahwa penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut khususnya masalah nyeri haid(dismenore) pada remaja putri dengan desain yang berbeda dan jumlah sampel yang lebih banyak. Perlu diteliti juga mengenai karakteristik menstruasi, gaya hidup responden dan faktor-faktor pemicu

terjadinya dismenore pada remaja putri serta disarankan untuk melakukan penelitian alternatif terapi non-farmakologi lainnya khususnya dalam bidang keperawatan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Bobak, Lowdermilk, & Jensen. (2004). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC.
- Calis, A.K. (2011). Medscape Reference. Drugs, Disease and Procedures. *Dysmenorrhea*, 1-9. Diperoleh November 14, 2014 dari <http://emedicine.medscape.com/article/253812-overview>
- Djohan. (2006). *Terapi Musik, Teori & Aplikasi*. Yogyakarta: Galang Press.
- Dofi, B.A. (2011). *Psikologi Musik Terapi kesehatan*. Jakarta: Golden Terayon Press.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2010). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Supranto.J. (2000). *Statistik, Teori dan Aplikasi, jilid 1.Ed.6*. Jakarta: Erlangga.
- Suriyana. (2012). *Terapi Musik* . Yogyakarta: Galang Press.
- Eniwarti. (2014). *Pengaruh Terapi musik Mozart Terhadap Penurunan Derajat Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA Padang Japang Tahun 2014*. Diperoleh November 13, 2014, dari <http://ejurnal.stikesprimanusantara.ac.id>.
- Hendrik. (2006). *Problem Haid: Tinjauan Syariat Islam dan Medis*. Solo: Tiga Serangkai.
- Irmawaty, L. (2013). *Manajemen Nyeri Menggunakan Terapi Musik pada Pasien Post Sectio Caesarea (Studi Kasus di RSUD Pasar Rebo Tahun 2013)*. *Jurnal Ilmiah WIDYA*, 2(3) , 17-22 Diperoleh Maret 10, 2015, dari <http://ejournal.jurwidyakop3.com/index.php/jurnal-ilmiah/article/view/193>.
- Narendra, Moersintowati,dkk. (2002). *Tumbuh Kembang Anaka dan Remaja, Buku Ajar 1,ed.1*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Price, & Wilson. (2006). *Patofisiologi Konsep Klinis Proses-proses Penyakit,vol.2,ed.6*. Jakarta: EGC.
- Santrock, J. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Smeltzer, & Bare. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Brunner & Suddarth,vol.2,ed.8*. Jakarta: EGC.

