JURNAL MASKER MEDIKA
e-ISSN : 2654-8658 p-ISSN : 2301-8631
Volume 9, Nomor 1, Juni 2021
https://jmm.ikestmp.ac.id
10.52523/maskermedika.v9i1.438

PENGARUH HIPNOSIS MUSIK KLASIK MOZART TERHADAP KUALITAS TIDUR PASIEN DI RUANG ICU

Imardiani[1*], Mirna Septiani[2], Joko Tri Wahyudi[3]
[1,2,3]Program Studi Ilmu Keperawatan IKesT Muhammadiyah Palembang
Korespondensi Email : imaru.diani11@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan : Perawatan kompleks yang diberikan di ICU cenderung lebih berfokus pada peningkatan kebutuhan fisik pasien, sedangkan untuk kebutuhan psikologis dan kebutuhan lainnya kurang diperhatikan termasuk kebutuhan tidur. Kualitas tidur yang buruk akan mempengaruhi fungsi vegetatif tubuh pasien. Intervensi diperlukan untuk meningkatkan kualitas tidur pasien yaitu dengan terapi hipnosis musik klasik Mozart. **Tujuan :** penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh hipnosis dengan musik klasik mozart terhadap kualitas tidur pada pasien kritis di Ruang ICU. **Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode *quasi experimental one group pre test–post test design without control group*. Sampel berjumlah 16 orang dipilih menggunakan metode *Consecutive Sampling*. Intervensi yang diberikan pada sampel yaitu pemberian terapi hipnosis dengan musik klasik Mozart. Penilaian kualitas tidur menggunakan instrumen PSQI selanjutnya hasilnya dianalisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon*. **Hasil :** Diketahui kualitas tidur pasien kritis mengalami peningkatan sebelum diberikan inetrvensi nilai median sebesar 55 dengan standar deviasi 1,301 dan setelah dilakukan terapi meningkat nilai median menjadi 70 dengan standar deviasi 1,101. Hasil uji statistik PSQI untuk mengetahui pengaruh kualitas tidur didapatkan hasil signifikan nilai pvalue=0,001 (p<0,05). **Kesimpulan :** Intervensi hipnosis dengan musik klasik Mozart mampu meningkatkan kualias tidur pasien, sehingga dapat menjadi rekomendasi intervensi di ruang perawatan intensif bagi pasien kritis.
Kata kunci: Kualitas tidur, Musik Klasik Mozart, Pasien ICU, dan Terapi Hipnosis

THE INFLUENCE OF MOZART'S CLASSICAL MUSIC HYPNOSIS ON SLEEP QUALITY OF PATIENTS IN THE ICU ROOM

ABSTRACT

***Introduction** : The complex care provided in the ICU tends to focus more on improving the patient's physical needs, while for psychological and other needs less attention is paid to the need for sleep. Poor sleep quality will affect the patient's vegetative function. Interventions are needed to improve the patient's sleep quality, namely with Mozart's classical music hypnosis therapy. **Objectives :** This study aims to determine the effect of hypnosis with Mozart classical music on sleep quality in critically ill patients in the ICU. **Method :** This research is a quantitative research with method quasi-experimental one group pre-test-post-test design without control group. A sample of 16 people was selected using themethod Consecutive Sampling. The intervention given to the sample is the provision of hypnosis therapy with Mozart classical music. Assessment of sleep quality using the PSQI instrument then the results were analyzed the Wilcoxon test. **Results :** It is known that the sleep quality of critical patients has increased before being given intervention, the median value is 55 with a standard deviation of 1.301 and after therapy the median value increases to 70 with a standard deviation of 1.101. The results of the PSQI statistical test to determine the effect of sleep quality showed a significant value of p-value = 0.001 (p <0.05). **Conclusion :** Hypnosis intervention with Mozart classical music is able to improve the quality of sleep of patients, so that it can be a recommendation for intervention in the intensive care room for critical patients.*
***Keywords:** Sleep quality, Mozart Classical Music, ICU Patients, and Hypnosis Therapy*

PENDAHULUAN

Pasien kritis merupakan pasien yang dalam kondisi mengalami kegagalan satu atau multipel organ dan mengancam kehidupan. Selain kondisi fisik terkait masalah sistem tubuh pasien kritis juga dihadapkan pada masalah psikologis dan lingkungan tempat perawatan (Morton, Fortaine, Hudak & Gallo, 2011). Sebagai upaya untuk pemenuhan kebutuhan pasien kritis ICU merupakan tempat yang paling aman bagi pasien karena staf, perlengkapan khusus, dan pemberian pelayanan secara kompleks meliputi observasi, perawatan dan terapi pasien-pasien yang menderita penyakit akut, cedera atau penyulit -penyulit yang mengancam nyawa (Pusparinil et al., 2014).

Kompleksitas pemberian perawatan di ICU yang terus menerus dan pemantauan pasien yang lebih berfokus pada kondisi fisik dan aspek teknis perawatan, sedangkan masalah psikologis dan kebutuhan pasien sebagian besar dihilangkan termasuk kebutuhan akan tidur (Beltrami et al., 2015; Imardiani et al., 2019). Tidur sangat diperlukan untuk regenerasi dan fisiologis beristirahat. Kurang tidur dapat menyebabkan peningkatan risiko infeksi, gangguan endokrin, penurunan toleransi glukosa, dan peningkatan aktivitas simpatis (Ritmala-castren et al., 2015).

Kualitas tidur yang buruk juga berdampak buruk pada fungsi vegetatif dan tonus pembuluh darah perifer, yang keduanya terkait erat dengan proses pemulihan pada pasien kritis (Los, 2018). Kualitas tidur yang buruk dapat mengubah respon imun, yang dapat meningkatkan kerentanan pasien terhadap infeksi. Studi melaporkan bahwa gangguan tidur juga dapat menyebabkan keseimbangan antara sistem saraf simpatis dan parasimpatis, yang dapat mengubah tekanan darah arteri, menyebabkan takikardia, meningkatkan konsumsi oksigen, menginduksi hipoksemia, dan menurunkan eritropoiesis (Delaney et al., 2015), termasuk lama hari rawat dan kematian (Kaplow, 2016).

Hasil dari beberapa penelitian menunjukkan hasil bahwa hampir semua pasien yang dirawat di ICU mengalami gangguan tidur ditinjau dari tahap tidur, efisiensi tidur, dan indeks bangun tidur (Wilcox, 2018). Prevalensi kualitas tidur yang buruk pada pasien di ruang ICU sekitar 50% (Tembo et al., 2013), 73,1%, (Rahmawan, 2013), 87,5% (Afianti & Mardhiyah, 2017), 47% dan kondisi ini meningkat pada pasien ventilasi mekanik 66,7%, dan lansia (Gupta et al., 2018).

Studi terdahulu diketahui banyak faktor yang menyebabkan buruknya kualitas tidur pasien yaitu penilaian tanda vital, cahaya, *blood collection*, nyeri, *dignostic test*, kebisingan, alarm ventilator, alarm kardiomonitor, perawatan, finger pulseoximeter, pemberian obat-obatan, obrolan orang sekitar, nebulizer, televisi, dan telepon (Lewandowska et al., 2019).

Mengingat betapa pentingnya menjaga kualitas tidur bagi pasien terutama di ruang ICU maka diperlukan terapi salah satu intervensi dalam terapi non farmakologi untuk pasien kritis adalah hipnosis. Terapi hipnosis merupakan salah satu jenis terapi relaksasi. Terapi relaksasi memiliki teknik menciptakan kondisi santai pada sistem saraf otonom untuk tetap menyuplai darah di otot dan mengurangi konsumsi oksigen, detak jantung, keringat, dan aktivitas otot (Dewi et al., 2018). Hipnosis aman untuk digunakan, meminimalkan biaya pasien untuk membeli obat, efektif digunakan pada nyeri kronik apabila terapi konvensional sudah tidak berkerja dengan baik (Hammond & Boyle, 2011).

Terapi lain yang dapat dipertimbangkan untuk menjaga kualitas tidur yaitu terapi musik yaitu penggunaan bunyi untuk meningkatkan relaksasi dan mengurangi stres (Low, 2020). Terapi musik telah digunakan di lingkungan perawatan kritis sebagai strategi untuk mengurangi kecemasan, mengalihkan, dan meningkatkan relaksasi, istirahat, dan tidur (Morton, Fortaine, Hudak & Gallo,

JURNAL MASKER MEDIKA
e-ISSN : 2654-8658 p-ISSN : 2301-8631
Volume 9, Nomor 1, Juni 2021
https://jmm.ikestmp.ac.id
10.52523/maskermedika.v9i1.438

2011). Suara dalam musik dapat memiliki efek terapeutik pada pikiran dan tubuh, serta mempengaruhi fisiologi tubuh pada aktivasi korteks sensori dengan aktivasi sekunder pada neokorteks, dan beruntun ke dalam sistem limbik, hipotalamus, dan sistem saraf otonom (Low, 2020). Musik yang menciptakan keadaan relaksasi karena mempunyai karakteristik seperti tempo yang stabil, volume, irama, warna dan pitch yang harmoni (Karin, 2008).

Musik yang paling banyak dipilih untuk terapi musik adalah musik klasik. Salah satu jenis musik klasik yang terkenal adalah Mozart. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di ICU hasil wawancara pasien cenderung mengalami masalah tidur dan untuk intervensi di ruangan untuk mengatasi gangguan tidur biasanya dengan diberikan terapi farmakologi berkolaborasi dengan dokter dan belum melakukan terapi rehabilitasi, misalnya terapi musik klasik Mozart. Berdasarkan penjelasan diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intervensi hipnosis musik klasik Mozart terhadap kualitas tidur pasien yang di rawat di ruang ICU.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian jenis kuantitatif dengan metode *pre experimental pretest-posttest design without control group design*. Melibatkan satu kelompok sebagai subyek penelitian yang diberikan intervensi hipnosis musik klasik Mozart.

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 16 orang menggunakan tekhnik pemilihan sampel non *probability sampling* dengan metode *consecutive sampling*. Sampel yang termasuk dalam penelitian ini sesuai dengan kriteria inklusi yaitu pasien kritis di ruang ICU dengan kondisi hemodinamik stabil dan belum pernah mendapat terapi sugesti hipnosis dengan musik klasik mozart. Sedangkan untuk kriteria ekslusinya yaitu pasien pasien kritis dengan kondisi koma atau yang mengalami penurunan kesadaran.

Penelitian dilakukan dari tanggal 17–30 Mei Tahun 2019. Intervensi diberikan pada subjek penelitian berupa hipnosis musik klasik Mozart saat sebelum waktu tidur pasien di malam hari. Peneliti memberikan sugesti hipnosis disertai dengan pemberian musik klasik Mozart selama 10-15 menit. Penilaian kualitas tidur dilakukan sebanyak dua kali pretest sebelum intervensi diberikan dan posttest setelah intervensi diberikan saat hari berikutnya setelah pasien terbangun. Adapun instrumen yang digunakan untuk menilai kualitas tidur dengan instrumen *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI).

Hasil data yang telah diperoleh dilakukan uji normalitas terlebih dahulu menggunakan *Shaviro Wilk*. Kemudian karena distribusi data tidak normal maka dilakukan transform data. Hasl data tetap tidak normal maka selanjutnya analisa hasil penelitian menggunakan *Uji Wilcoxon.*

HASIL

Berdasarkan pengolahan dan analisa data yang dilakukan didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan usia dan jenis kelamin

Variabel	N	Min	Max	Mean
Usia	16	38	65	55
Variabel	**Frekuensi**		**Persentasi (%)**	
Jenis Kelamin				
- Laki-laki	10		62,5	
- Perempuan	6		37,5	

Tabel 2. Distribusi frekuensi kualitas tidur pre dan post intervensi

Variabel	N	Median (Min-Max)	95%C1
Kualitas tidur pre intervensi	16	55 (65-45)	50,45-57,05
Kualitas tidur post intervensi	16	70 (70-55)	62,83-69,05

Tabel 3. Perbedaan kualitas tidur pre dan post intervensi

Variabel	N	Median	SD	Nilai *p*

Kualitas tidur *pre* intervensi	16	55	6,191	
Kualitas tidur *post* intervensi	16	70	5,836	0,001

Berdasarkan tabel 1. diketahui bahwa pasien di ICU rata-rata berusia 55 tahun dengan dsebagian besar berjenis kelamin laki-laki berjumlah 10 orang (62,5%)

Berdasarkan hasil analisis tabel 2. Nilai median kualitas tidur sebelum dilakukan intervensi hipnosis dengan musik klasik Mozart adalah 55 dengan nilai maximum sebesar 65 dan nilai minimum sebesar 45, serta nilai *confidence Interval* sebesar 50,45-57,05. Sedangkan setelah intervensi nilai median naik menjadi 70 dengan nilai maximum sebesar 70 dan nilai minimum sebesar 55, serta nilai *confidence Interval* sebesar 62,83-69,05.

Berdasarkan data dari analisis tabel 3. Didapatkan hasil nilai *p* value = 0,001 (*p* <0,5). Hal ini berarti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap kualitas tidur sebelum dan sesudah intervensi hipnosis dengan musik klasik Mozart.

PEMBAHASAN

Karakteristik Subjek Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa pasien kritis umur 35-45 tahun sebanyak 2 orang, umur 46-55 tahun sebanyak 6 orang, umur 56-65 sebanyak 8 orang. Usia dapat meningkatkan dan menurunkan kerentanan terhadap penyakit tertentu, usia merupakan salah satu faktor resiko terjadinya penyakit kronik tertentu seiring dengan berjalannya waktu, fungsi organ akan menurun sehingga tidak mampu melakukan tugas masing-masing. Perubahan dan stress pada usia lanjut dapat disebabkan karena kecemasan,depresi atau penyakit fisik yang dapat mempengaruhi kualitas tidur pasien. Jumlah tidur berubah seiring bertambahnya usia, terdapat penurunan terhadap tahapan tidur pada usia lanjut, namun sebagian seseorang dengan usia lanjut dapat beradaptasi terhadap perubahan fisiologis dan psikologis dalam mempertahankan kualitas tidur (Tarwoto, 2015).

Selain usia faktor lainnya yang dapat mempengaruhi kualitas tidur yaitu jenis kelamin dan diagnosis pasien. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa sebagian besar pasien kritis di salah satu Rumah Sakit swasta di Palembang ini berjenis kelamin laki-laki sebanyak 10 orang (62,5%) dan perempuan sebanyak 6 orang (37,5%). Jenis kelamin merupakan faktor biologis yang membedakan antara laki-laki dan perempuan, jenis kelamin juga membedakan kualitas tidur antar keduanya. Dalam beberapa penelitian juga disebutkan bahwa gangguan pola tidur pada laki-laki lebih cepat dibandingkan dengan perempuan. Penyakit pada dasarnya dapat menyerang manusia baik laki-laki maupun perempuan. Akan tetapi, ada beberapa penyakit terdapat perbedaan frekuensi antara laki-laki dan perempuan. Tidak ada penelitian yang menyatakan bahwa jenis kelamin menjadi patokan penyebab seseorang mengalami penyakit kronik (Ningrum et al., 2017).

Pengaruh Terapi Hipnosis Musik Klasik Mozart terhadap Kualitas Tidur Pasien di Ruang ICU

Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh hipnosis musik klasik Mozart terhadp kualitas tidur. Berdasarkan hasil analisa bivariat dengan menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan hasil bahwa kualitas tidur pasien kritis sebelum diberikan intervensi hipnosis dengan musik klasik mozart nilai median sebesar 55 dengan standar deviasi 6,191 setelah dilakukan intervensi meningkat nilai median enjadi 70 dengan standar deviasi 5,836. Hasil uji statistik *wilcoxon* didapatkan nilai p value = 0,001 (p value< 0,05) artinya ada pengaruh signifikan antara kualitas tidur pasien kritis sebelum dan sesudah diberikan terapi hipnosis dengan musik klasik mozart di Ruang ICU Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang.

Penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa terapi hipnosis memberikan relaksasi dan menciptakan kesempatan untuk mengarahkan kembali

pikiran dan emosi, hipnosis dapat menjadi alat yang berguna dalam meningkatkan kualitas tidur bagi orang-orang dengan gangguan tidur seperti insomnia (Becker, 2014). Studi kecil telah mengidentifikasi manfaat tidur sederhana dari hipnoterapi. Dalam sebuah penelitian, saran untuk "tidur lebih dalam" selama hipnosis mendorong peningkatan tidur gelombang lambat, yang penting untuk pemulihan fisik dan mental. Terapi Hipnosis dapat mengurangi gejala kecemasan dan depresi, yang keduanya sangat berkorelasi dengan masalah tidur. Begitu juga efek pada penurunan rasa sakit yang juga dapat menyebabkan gangguan tidur (Cordi et al., 2014). Berdasatkan penelitian sebelumnya dari 42 pasien insomnia diberikan terapi hipnosis selama 1 bulan dan tindak lanjut selama 2 bulan setelah menyelesaikan program. Hasil pengukuran dengan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) mengungkapkan bahwa intervensi hipnosis yang melibatkan relaksasi dan saran diri yang positif memberikan hasil positif bagi pasien dengan nilai p<0,05 (Cheng et al., 2017).

Peningkatan efek relaksasi hipnosis dalam penelitian ini dibantu dengan penggunaan musik klasik Mozart karena musik kalsik Mozart memiliki tempo lambat yang dapat menenangkan sistem saraf otonom. Sistem saraf otonom adalah bagian dari sistem alami tubuh Anda untuk mengendalikan proses otomatis atau tidak sadar, termasuk di dalam jantung, paru-paru, dan sistem pencernaan. Musik meningkatkan kualitas tidur melalui bagian menenangkan dari sistem saraf otonom, yang menyebabkan pernapasan lebih lambat, detak jantung lebih rendah, dan tekanan darah berkurang (Low, 2020).

Kemampuan mendengar musik tergantung pada serangkaian langkah yang mengubah gelombang suara yang masuk ke telinga menjadi sinyal listrik di otak. Saat otak menafsirkan suara-suara ini, serangkaian efek fisik dipicu di dalam tubuh. Banyak dari efek ini yang secara langsung meningkatkan kualitas tidur atau mengurangi masalah yang mengganggu tidur (National Institute on Deafness and Other Communication Disorders, 2019).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa musik meningkatkan kualitas tidur karena efeknya pada pengaturan hormon, termasuk hormon stres kortisol. Menjadi stres dan memiliki kadar kortisol yang tinggi dapat meningkatkan kewaspadaan dan menyebabkan kurang tidur. Mendengarkan musik menurunkan kadar kortisol, yang mungkin menjelaskan mengapa musik membantu membuat orang merasa nyaman dan melepaskan stres (Koelsch, 2011). Musik juga mengurangi nyeri yang merupakan penyebab umum lain dari tidur dengan cara melepaskan hormon dopamin, sehingga meningkatkan perasaan baik pada waktu tidur dan mengatasi rasa sakit (Chai et al., 2017).

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya terlihat bahwa pemberian musik klasik Mozart berpengaruh terhadap peningkatan kualitas tidur dengan pvalue=0,002. dengan mendengarkan musik mampu menenangkan pikiran, melancarkan tekanan darah dan menstabilkan tekanan jantung sehingga pasien rawat inap dapat memulai tidur dan tidak terbangun di tengah malam. Pasien yang mendengarkan musik klasik mozart memberikan kondisi pisikis rileks dan perasaan nyaman (Hendri, 2015). Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan pada pasien di rumah sakit Baptis Batu menunjukkan hasil ada pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap kualitas tidur pada pasien post operasi dengan nilai p value = 0,000 (p<0,005) (Ndode et al., 2018).

Hasil pembahasan penelitian dapat diasumsikan bahwa hipnosis musik klasik dapat membantu meningkatkan kualitas tidur dengan cara pemfokusan pikiran dan emosi agar lebih tenang, serta memberikan relaksasi pada seseorang.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa adanya Perbedaan signifikan kualitas tidur pasien yang dirawat di ruang intensif sebelum dan setelah intevensi hypnosis musik klasik Mozart. Jadi dapat disimpulkan bahwa

intervensi hipnosis musik klasik Mozart mampu meningkatkan kualitas tidur pasien di ICU.

Saran

Intervensi hipnosis musik klasik Mozart dapat dijadikan rekomendasi sebagai intervensi nonfarmakologi bagi pasien di Rumah Sakit terutama pasien di ICU dan dapat dimasukan dalam pengembangan standar prosedur bagi mahasiswa pelaksanaan peningkatan kualitas tidur pasien.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada potensi terjadinya konflik kepentingan pada publikasi artikel ini.

KEPUSTAKAAN

Afianti, N., & Mardhiyah, A. (2017). Pengaruh Foot Massage terhadap Kualitas Tidur Pasien di Ruang ICU The effect of Foot Massage on Sleep Quality of in ICU Rooms ' Patients. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, *5*(1), 86–97. https://doi.org/10.24198/jkp.v5i1.353

Becker, P. M. (2014). Hypnosis in the Management of Sleep D i s o rde r s Hypnosis Sleep disorders Relaxation. *Clinics in Sleep Medicine*. https://doi.org/10.1016/j.jsmc.2014.11.003

Beltrami, F. G., Nguyen, X., Pichereau, C., Maury, E., Fleury, B., & Fagondes, S. (2015). *Sleep in the intensive care unit*. *41*(6), 539–546.

Chai, P. R., Carreiro, S., Ranney, M. L., Karanam, K., Ahtisaari, M., Edwards, R., Schreiber, K. L., Ben-ghaly, L., Erickson, T. B., & Boyer, E. W. (2017). *Music as an Adjunct to Opioid-Based Analgesia*. https://doi.org/10.1007/s13181-017-0621-9

Cheng, M., Yue, J., Wang, H., Li, L., Zeng, Y., Fang, X., & Li, X. (2017). *Clinical Hypnosis in Reducing Chronic Insomnia Accompanied by Rumination*. 296–303. https://doi.org/10.4236/jss.2017.59020

Cordi, M. J., Psych, D., Schlarb, A. A., & Rasch, B. (2014). Deepening Sleep by Hypnotic Suggestion. *Sleep*, *37*(6), 1143–1152. https://doi.org/https://doi.org/10.5665/sleep.3778

Delaney, L. J., Haren, F. Van, & Lopez, V. (2015). *Sleeping on a problem : the impact of sleep disturbance on intensive care patients - a clinical review*. 8–10. https://doi.org/10.1186/s13613-015-0043-2

Dewi, R., Rahayuwati, L., & Kurniawan, T. (2018). *The Effect of Five-Finger Relaxation Technique to The Sleep Quality of Breast Cancer Patients*. *6*, 183–192.

Gupta, K., Hospital, H. F., Soneja, M., & Elavarasi, A. (2018). *Sleep Quality and Quantity in Intensive Care Unit Patients : A Cross - sectional Study*. *June*, 18–25. https://doi.org/10.4103/ijccm.IJCCM

Hammond, N. E., & Boyle, M. (2011). Pharmacological versus non-pharmacological antipyretic treatments in febrile critically ill adult patients : A systematic review and. *Australian Critical Care*, *24*(1), 4–17. https://doi.org/10.1016/j.aucc.2010.11.002

Imardiani, Sari, A. N., & Ningrum, W. A. C. (2019). Pengaruh terapi Dzikir Asmaul-Husna terhadap Kualitas Tidur pada Pasien Intensif di Rumah Sakit Siti Khadijah Palembang. *Masker Medika*, *7*(2), 535–542.

Kaplow, R. (2016). Sleep Disturbances and Critical Illness. *Critical Care Nursing Clinics of NA*. https://doi.org/10.1016/j.cnc.2016.02.005

Karin, S. (2008). *Music Therapy For Post Operative Cardiac Patients, A Randomized Controlled Trial Evaluating Guided Relaxation With Music And Music Listening On Anxiety, Pain, And Mood* [Aalborg University]. http://www.mt-phd.aau.dk/digitalAssets/6/6848_kari n_schou_thesis.pdf

Koelsch, S. (2011). *Effects of music listening on cortisol levels and*

propofol consumption during spinal anesthesia. *2*(April), 1–9. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2011.00058

Lewandowska, K., Mędrzycka, W., Katarzyna, D., & Jaguś, K. (2019). Factors determining sleep in patients hospitalised in ICUs in a hospital in Northern Poland. *Sleep and Biological Rhythms*, *17*(2), 243–250. https://doi.org/10.1007/s41105-019-00207-2

Los, D. (2018). *Percepción del sue ˜ de Cuidados Intensivos*. *xx*, 1–11. https://doi.org/10.1016/j.enfi.2018.01.002

Low, P. (2020). *Merck Manual Consumer Version: Overview of the Autonomic Nervous System.*

Morton, P.G., Fortaine, D. K., Hudak, C. M., & Gallo, B. M. (2011). *Keperawatan Kritis: Pendekatan Asuhan Holistik* (Nike. E.W (ed.); 8 vol 1). EGC.

National Institute on Deafness and Other Communication DIsorders. (2019). *How do we hear?* (Issue 42230, p. 42230). https://www.nidcd.nih.gov/health/how-do-we-hear

Ndode, Y. N., Vita, M. A., & Yasin, D. D. F. (2018). Pengaruh Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Kualitas Tidur pada Pasien Post Operasi di Rumah Sakit Baptis Batu. *Nursing News*, *3*(1), 54–62.

Ningrum, W. A. C., Imardiani, & Rahma, S. (2017). *faktor yang Berhubungan dengan Kualtas Tidur Pasien Gagal Ginjal Kronik dengan Terapi Hemodialisa*. *Masker Med*, 279–285.

Pusparinil, Y., Ibrahim, K., & Prawesti, A. (2014). Jurnal Kesehatan Komunitas lndonesia Fakultas llmu Kesehatan Universitas Siliwangi Tasikmalaya periode. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pasien Di Ruang Intensf*, *10*(Stb M), 1054–1065.

Rahmawan, E. (2013). Hubungan Stres Psikologi Dan Obat-Obatan Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Kritis di Ruang Rawat Intensif di RSUD Tugurejo Semarang. *Journal of Chemical Information and Modeling*. https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004

Ritmala-castren, M., Virtanen, I., D, P., Leivo, S., Kaukonen, K., D, P., Leino-kilpi, H., & D, P. (2015). *Sleep and nursing care activities in an intensive care unit*. 354–361. https://doi.org/10.1111/nhs.12195

Tarwoto. (2015). *Kebutuhan dasar manusia dan proses keperawatan*. Salemba Medika.

Tembo, A. C., Parker, V., & Higgins, I. (2013). The experience of sleep deprivation in intensive care patients : Findings from a larger hermeneutic phenomenological study. *Intensive & Critical Care Nursing*, *29*(6), 310–316. https://doi.org/10.1016/j.iccn.2013.05.003

Wilcox, M. E. (2018). Sleep on The Ward in Intensive Care Unit Survivors: a Case Series of Polysomnography. *Internal Medicine Journal*. https://doi.org/10.1111/imj.1379