

**EFEKTIFITAS TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN STRES KERJA PERAWAT IGD DI RSUD DR. R. GOETHENG TAROENADIBRATA PURBALINGGA TAHUN 2013**

Dyah Kurnianingsih<sup>1</sup> Jebul Suroso<sup>2</sup> Ahmad Muhajirin<sup>3</sup>

\*) Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

\*\*\*) Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

\*\*\*\*) Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

**Abstrak**

Latar Belakang : Stres kerja merupakan bagian kehidupan perawat dalam bekerja. Stres kerja yang terjadi pada perawat dapat disebabkan oleh beberapa hal salah satunya yaitu beban kerja yang tinggi. Stres kerja pada perawat dapat berpengaruh terhadap kinerjanya, oleh karena itu stres kerja harus diatasi. Salah satu cara untuk menurunkan stres kerja pada perawat adalah dengan terapi musik. Tujuan : Untuk mengetahui efektifitas terapi musik terhadap penurunan stres kerja perawat IGD di RSUD Dr. R. Goetheng Taroenadibrata Purbalingga tahun 2013. Metode : Penelitian ini menggunakan *pre experimental design* dengan metode *one group pretest - post test*. Teknik *sampling* menggunakan teknik *total sampling* dengan jumlah sampel 23 orang. Analisis data menggunakan uji *paired simple t test*. Hasil : Terdapat perbedaan antara stres kerja perawat sebelum dan setelah dilakukan terapi musik klasik, dengan nilai rata-rata sebelum dilakukan terapi musik klasik sebesar 2,52 dan SD = 0,511 dan nilai rata-rata setelah dilakukan terapi musik klasik sebesar 2,17 dan SD = 0,388. Dengan nilai  $p = 0,002$  pada signifikan  $\alpha = 0,05$ . Kesimpulan : Terapi musik klasik efektif dalam menurnkan stres kerja pada perawat di ruang IGD RSUD Dr. R. Goetheng Taroenadibrata Purbalingga dengan effect size= 2,01.

**Kata Kunci:** terapi musik klasik, stres kerja, perawat.

## PENDAHULUAN

Perawat memegang peran penting dalam menentukan dan melaksanakan standar praktik keperawatan untuk mencapai kemampuan yang sesuai dengan standar pendidikan keperawatan, perawat juga memiliki tanggung jawab besar (Ismani, 2001). Salah satu perawat yang memiliki tugas dan tanggung jawab besar adalah perawat IGD. Karena selain bertugas melayani semua kasus pasien yang masuk ke rumah sakit, perawat IGD juga dituntut untuk memiliki kemampuan lebih di banding dengan perawat yang melayani pasien di ruang yang lain. Selain itu perawat yang bertugas di ruang IGD juga wajib membekali diri mereka dengan ilmu pengetahuan, keterampilan, bahkan dianggap perlu mengikuti pelatihan-pelatihan yang menunjang kemampuan perawat dalam menangani pasien secara cepat dan tepat sesuai dengan kasus yang masuk ke IGD. Perawat juga dituntut untuk mampu bekerjasama dengan tim kesehatan lain serta dapat berkomunikasi dengan pasien dan keluarga pasien yang berkaitan dengan kondisi kegawatan kasus di ruang tersebut. Sehingga perawat IGD beresiko terhadap terjadinya stres kerja (Rahardjo, 2007).

Berdasarkan hasil survey Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) tahun 2006 bahwa 50,9 % perawat Indonesia yang aktif, mengalami stres kerja, sering merasa pusing, lelah, kurang ramah, kurang istirahat akibat beban kerja terlalu tinggi serta penghasilan yang tidak memadai (Ratnasari, 2009).

Kejadian stres kerja di negara lain juga bukan hal yang baru, misalnya di Amerika, pada tahun 1997 stres yang berhubungan dengan pekerjaan di negara tersebut menghabiskan dana sebesar \$ 200 – 300 Milyar/tahun, angka kejadian stres kerja 60 % - 90 % terjadi pada masalah medis dan California Workers Compensation Institut melaporkan kejadian stres kerja meningkat 70 % dari tahun 1979 dan mempunyai resiko, tujuh kali terjadi cedera dibanding yang tidak mengalami stres (ICN, 2002).

Berdasarkan hasil penelitian Supriyadi (2011), dari jumlah perawat Intensive Care Unit (ICU) 10 orang, dan jumlah perawat Instalasi Gawat Darurat (IGD) 23 orang, yang bekerja di RSUD Dr. R. Goetheng Taroenadibrata Purbalingga yang mengalami

stres kerja rendah adalah 63,3% dan yang mengalami stress tinggi adalah 36,4%.

Data yang diperoleh dari ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSUD Dr. R. Goetheng Taroenadibrata Purbalingga, menunjukkan bahwa ruang IGD memiliki 3 stase pelayanan pasien yang meliputi ruang pemeriksaan, ruang bedah minor, dan kamar perawatan sementara yang dipergunakan untuk pasien yang perlu pengawasan dan pasien yang tidak bisa masuk ke ruang rawat inap karena penuh. Diketahui bahwa jumlah kunjungan pasien tiap tahunnya cenderung meningkat. Pada tahun 2011 jumlah pasien sebanyak 20.837 orang, dan selama bulan Januari – September tahun 2012 jumlah pasien mencapai 16.273 orang. Dengan jumlah perawat 24 orang. Berdasarkan data tersebut maka perawat IGD beresiko terjadinya stres kerja.

Hasil penelitian dalam jurnal Labbe et al. (2007), yang berjudul “Coping with Stress: The Effectiveness of Different Types Of Music”, menyebutkan bahwa mendengarkan musik santai klasik dan dipilih sendiri, menghasilkan penurunan yang signifikan dalam kecemasan, kemarahan, dan gairah sistem saraf simpatik, dan meningkatkan relaksasi dibandingkan dengan mereka yang duduk diam atau mendengarkan musik mental berat. Dan menurut artikel jurnal Kemper et al. (2005) yang berjudul “Music as Therapy”. Mengatakan bahwa musik secara luas digunakan untuk meningkatkan kesejahteraan, mengurangi stres, dan mengalihkan perhatian pasien dari gejala yang tidak menyenangkan. Berdasarkan fenomena dan uraian tersebut diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Efektifitas Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Stres Kerja Pada Perawat Instalasi Gawat Darurat (IGD) di RSUD Dr. R. Goetheng Tarunadibrata Purbalingga Tahun 2013”.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menurut tujuannya adalah menggunakan pra eksperimen dengan rancangan *one group pretest posttest* untuk mengungkapkan hubungan sebab akibat setelah terapi musik terhadap penurunan stres kerja pada perawat dengan melibatkan satu kelompok subjek.

Penelitian ini dilakukan di ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSUD Dr. R Goetheng Taroenadibrata Purbalingga. Pada tanggal 7-12 januari 3013. Sampel penelitian ini adalah

perawat IGD RSUD Dr. R Goetheng Taroenadibrata Purbalingga. Jumlah anggota populasi yang hanya 24 orang diambil seluruhnya menjadi sampel penelitian dengan menggunakan teknik *total sampling*. Dan dari 24 sampel tersebut yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi adalah 23 orang. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner, untuk mengukur tingkat stres kerja pada perawat IGD sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik (*pre-post test*). Terapi musik dilakukan sebanyak 1x, selama 15 menit dengan menggunakan beberapa musik klasik jenis Mozart yang dipilih sendiri.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Tabel 1** Distribusi karakteristik pendidikan perawat di Ruang IGD dan ICU RSUD Dr. R Goetheng Taroenadibrata Purbalingga

Karakteristik	N	%
Pendidikan		
a. DIII	16	69.6
b. SI	7	30.4
Jumlah	23	100.0

Berdasarkan hasil penelitian bahwa responden paling besar berpendidikan DIII yaitu 16 orang (69,6%) dan lainnya berpendidikan formal S1 yaitu 7 (30,4%). Hal ini disebabkan karena program pendidikan DIII sudah ada terlebih dahulu dibandingkan dengan S1 yang belum lama diadakan. Dan menurut hasil penelitian Fitri (2013), bahwa pendidikan tidak berpengaruh terhadap stres kerja.

**Tabel 2** Distribusi karakteristik jenis kelamin perawat di Ruang IGD dan ICU RSUD Dr. R Goetheng Taroenadibrata Purbalingga

Karakteristik	N	%
Jenis Kelamin		
a. Laki-laki	13	56.5
b. Perempuan	10	43.5
Jumlah	23	100.0

Berdasarkan hasil penelitian responden laki-laki lebih banyak dibandingkan responden perempuan yaitu 13 orang (56,5%) dan

perempuan yaitu 10 orang (43,5%). Menurut hasil penelitian Fitri (2013), bahwa jenis kelamin tidak berpengaruh atau mempengaruhi tingkat stres kerja pada seseorang.

**Tabel 3** Distribusi karakteristik umur perawat di Ruang IGD dan ICU RSUD Dr. R Goetheng Taroenadibrata Purbalingga

Karakteristik	N	%
Umur (Tahun)		
a. 20-30	5	21.7
b. >30	18	78.3
Jumlah	23	100.0

Berdasarkan hasil penelitian, responden paling banyak adalah berusia > 30 tahun yaitu sebanyak 18 orang (78,3%) dan yang lainnya berusia antara 20-30 tahun yaitu sebanyak 5 orang (21,7%). Menurut hasil penelitian Fitri (2013), umur merupakan faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya stres kerja. Pekerja dengan umur yang lebih tua akan mempunyai pengalaman yang tidak dimiliki oleh pekerja dengan umur yang relatif lebih muda. Pengalaman ini sangat berguna terutama dalam menangani stresor yang terjadi di lingkungan kerja.

**Tabel 4** Distribusi karakteristik lama kerja perawat di ruang IGD dan ICU RSUD Dr. R Goetheng Taroenadibrata Purbalingga.

Karakteristik	N	%
Lama Kerja		
a. <5	6	26.1
b. 5-10	9	39.1
c. >10	8	34.8
Jumlah	23	100.0

Berdasarkan hasil penelitian lama kerja responden paling banyak yaitu antara 5-10 tahun yaitu sebanyak 9 orang (39,1%), kemudian yang lama kerjanya > 10 tahun sebanyak 8 orang (34,8%), dan sisanya adalah yang lama kerjanya <5 tahun yaitu 6 orang (26,1%). Menurut hasil penelitian Fitri (2013) masa kerja yang lebih lama erat kaitannya dengan pengalaman dan pemahaman mengenai *job description* yang lebih baik. Pengalaman dan pemahaman ini akan membantu dalam mengatasi masalah (stresor) yang ada dalam upaya pencegahan stres.

**Tabel 5** Distribusi stres kerja perawat sebelum dilakukan terapi musik klasik di ruang IGD Dr. R. Goetheng Taroenadibrata Purbalingga tahun 2013

Kategori	N	%
a. Stres menengah	11	47.8
b. Stres tinggi	12	52.2
Jumlah	23	100.0

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa stres kerja perawat sebelum dilakukan terapi musik klasik hampir seimbang yaitu yang termasuk pada kategori stres menengah adalah 11 orang (47,8%) sedangkan yang termasuk kategori stres tinggi adalah 12 orang (52,2%), tetapi yang paling banyak adalah perawat dengan kategori stres tinggi. Kejadian stres kerja pada perawat tersebut mungkin disebabkan oleh beberapa faktor, baik faktor organisasional, faktor individual, maupun faktor lingkungan (Widyastuti, 2003). Salah satu faktor yang mungkin menyebabkan stres kerja perawat di ruang IGD RSUD Dr. R. Goetheng Taroenadibrata Purbalingga adalah beban kerja yang tinggi yang disebabkan karena banyaknya jumlah pasien yang harus ditangani oleh perawat yang semakin tahun semakin meningkat sedangkan jumlah perawat masih terbatas.

Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan Mark et al. (2011) yang menyimpulkan bahwa tuntutan pekerjaan berpengaruh terhadap kejadian stres dan depresi. Kemudian menurut hasil penelitian Shively et al. (2011) menyatakan bahwa semakin tinggi jumlah pasien yang ditangani (beban kerja) maka semakin tinggi pula tingkat stres yang dialami oleh perawat.

**Tabel 6** Distribusi stres kerja perawat sesudah dilakukan terapi musik klasik di ruang IGD Dr. R. Goetheng Taroenadibrata Purbalingga tahun 2013

Kategori	N	%
a. Stres menengah	19	82.6
b. Stres tinggi	4	17.4
Jumlah	23	100.0

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa stres kerja perawat sesudah dilakukan

terapi musik klasik sebagian besar pada kategori stres menengah yaitu 19 orang (82,6%) dan sisanya adalah termasuk kategori stres tinggi yaitu sebanyak 4 orang (17,4%). Bila dibandingkan dengan stres kerja perawat sebelum dilakukan terapi musik klasik maka terjadi penurunan. Karena sebelum dilakukan terapi musik klasik perawat dengan kategori stres menengah adalah 11 orang (47,8%) sedangkan yang termasuk kategori stres tinggi adalah 12 orang (52,2%).

Penurunan stres kerja menurut Widyastuti (2003) dapat dilakukan dengan beberapa teknik relaksasi fisik dan teknik relaksasi mental, yang salah satunya yaitu dengan mendengarkan musik. Menurut Kate & Mucci (2002) terapi musik dapat membantu menurunkan tingkat stres pada diri seseorang. Selain itu terapi musik juga dapat memberikan efek biologis yaitu energi otot dalam tubuh akan meningkat atau menurun terkait dengan stimulasi irama, tarikan napas dapat menjadi cepat atau berubah secara teratur, timbulnya berbagai efek pada nadi, tekanan darah, dan fungsi endokrin, dan berkurangnya stimulus sensorik dalam berbagai tahapan (Djohan, 2006).

Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kemper et al. (2005) yang menyatakan bahwa musik secara luas dapat digunakan untuk meningkatkan kesejahteraan, mengurangi stres, dan mengalihkan perhatian pasien dari gejala yang tidak menyenangkan. Selain itu penelitian ini juga mendukung hasil penelitian Labbe et al. (2007) yang menyebutkan bahwa mendengarkan musik santai klasik dan dipilih sendiri, secara signifikan dapat menurunkan kecemasan, stress, kemarahan, dan dapat meningkatkan relaksasi dibandingkan dengan mereka yang duduk diam atau mendengarkan musik berat.

**Tabel 7** Perbedaan stres kerja perawat sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik klasik di ruang IGD Dr. R. Goetheng Taroenadibrata Purbalingga tahun 2013

Stres kerja	Mean	SD
Sebelum dilakukan terapi musik klasik	2,52	0,511
Sesudah dilakukan terapi musik klasik	2,17	0,388

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa rata-rata stres kerja perawat sebelum diberikan terapi musik klasik ( $2,52 \pm 0,511$ ) lebih tinggi dibandingkan dengan sesudah dilakukan terapi musik klasik ( $2,17 \pm 0,388$ ). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara stres kerja perawat sebelum dan sesudah terapi musik klasik.

Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yaitu penelitian Labbe et al. (2007) yang hasil penelitiannya menyatakan bahwa mendengarkan musik yang dipilih sendiri dapat mengurangi tingkat stres, kecemasan, emosi negatif, dan menggairahkan sistem saraf simpatik serta memberikan efek relaksasi. Selain itu penelitian ini juga mendukung hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kemper et al. (2005) yang menyatakan bahwa musik secara luas dapat digunakan untuk meningkatkan kesejahteraan, mengurangi stres, dan mengalihkan perhatian pasien dari gejala yang tidak menyenangkan.

Menurut Campbell (2001), dalam bukunya yang berjudul efek Mozart, musik klasik juga dapat memperlancar pola-pola saraf kompleks tertentu yang terlibat dalam kegiatan-kegiatan otak yang tinggi seperti matematika dan catur.

Musik juga mempunyai beberapa manfaat yaitu dapat memberikan efek Mozart yaitu salah satu istilah untuk efek yang bisa dihasilkan sebuah musik yang dapat meningkatkan intelegensia seseorang, efek Refresing yaitu pada saat pikiran seseorang lagi kacau atau jenuh, dengan mendengarkan musik walaupun sejenak, terbukti dapat menenangkan dan menyegarkan pikiran kembali, efek motivasi yaitu hal yang hanya bisa dilahirkan dengan “feeling” tertentu. Apabila ada motivasi, semangatpun akan muncul dan segala kegiatan bisa dilakukan, selain itu musik juga dapat mempengaruhi pengembangan kepribadian seseorang, dan dapat bermanfaat untuk kesehatan, baik untuk kesehatan fisik maupun mental seperti mengurangi kecemasan, stres dan sebagainya (Spawnthe Antoni, 2003).

**Tabel 8** Hasil analisis efektifitas terapi musik klasik terhadap penurunan stres kerja perawat di ruang IGD Dr. R. Goetheng Taroenadibrata Purbalingga.

Stres Kerja	Me an	S D	CI(95 %)	T hitu ng	p- val ue
Sebelum dan sesudah terapi musik	0,438	0,487	0,137 - 0,558	3,425	0,020
Effect size	2,01				

Berdasarkan hasil analisis efektifitas terapi musik klasik terhadap penurunan stres kerja perawat IGD RSUD Dr. R. Goetheng Taroenadibrata Purbalingga menggunakan uji paired t-test. Diperoleh nilai  $p = 0,002$  yang lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$ , sehingga  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara stres kerja sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik klasik. Rata-rata stres kerja sesudah dilakukan terapi musik klasik lebih rendah dibandingkan sebelum terapi musik, sehingga menunjukkan bahwa terapi musik dapat atau efektif untuk menurunkan stres kerja pada perawat IGD RSUD Dr. R. Goetheng Taroenadibrata Purbalingga.

Hal tersebut juga didukung dengan perhitungan effect size yang diperoleh, yaitu sebesar 2,01. Menurut kriteria yang dibuat oleh Cohen (1988) nilai effect size sebesar 2,01 termasuk dalam kategori efek besar. Sehingga dapat dilihat bahwa terapi musik klasik memiliki efek atau pengaruh besar dalam menurunkan stres kerja perawat. Dan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terapi musik efektif dalam menurunkan stres kerja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Kemper et al. (2005) yang menyatakan bahwa musik secara luas dapat digunakan untuk meningkatkan kesejahteraan, mengurangi stres, dan mengalihkan perhatian pasien dari gejala yang tidak menyenangkan. Selain itu penelitian ini juga mendukung hasil penelitian Labbe et al. (2007) yang menyebutkan bahwa mendengarkan musik santai klasik dan dipilih sendiri, secara signifikan dapat menurunkan kecemasan, stres, kemarahan, dan dapat meningkatkan relaksasi dibandingkan dengan

mereka yang duduk diam atau mendengarkan musik berat.

Menurut Campbell (2001), dalam bukunya yang berjudul efek Mozart, musik klasik juga dapat memperlancar pola-pola saraf kompleks tertentu yang terlibat dalam kegiatan-kegiatan otak yang tinggi seperti matematika dan catur. Selain itu terapi musik juga dapat membantu menurunkan tingkat stres pada diri seseorang (Kate & Mucci 2002).

Musik juga mempunyai beberapa manfaat yaitu dapat memberikan efek Mozart yaitu salah satu istilah untuk efek yang bisa dihasilkan sebuah musik yang dapat meningkatkan intelegensia seseorang, efek Refresing yaitu pada saat pikiran seseorang lagi kacau atau jenuh, dengan mendengarkan musik walaupun sejenak, terbukti dapat menenangkan dan menyegarkan pikiran kembali, efek motivasi yaitu hal yang hanya bisa dilahirkan dengan "feeling" tertentu. Apabila ada motivasi, semangatpun akan muncul dan segala kegiatan bisa dilakukan, selain itu musik juga dapat mempengaruhi pengembangan kepribadian seseorang, dan dapat bermanfaat untuk kesehatan, baik untuk kesehatan fisik maupun mental seperti mengurangi kecemasan, stres dan sebagainya (Spawnthe Antoni, 2003).

Menurut Djohan (2006), terapi musik juga dapat memberikan efek fisiologis atau biologis pada seseorang, yaitu dengan stimulasi beberapa irama yang didengar, musik dapat meningkatkan atau menurunkan energi otot seseorang yang mendengarkannya. Kemudian energi otot yang turun atau naik tersebut menimbulkan berbagai efek pada nadi, tekanan darah, dan fungsi endokrin dalam tubuh, yang kemudian menyebabkan berkurangnya stimulus sensorik dalam berbagai tahapan sehingga mengurangi kelelahan dalam tubuh dan memberikan efek rileks pada orang yang mendengarkannya.

Dari beberapa buku dan hasil penelitian terkait tersebut, maka dapat kita lihat bahwa terapi musik memberikan beberapa efek baik secara psikologis maupun fisiologis pada seseorang. Dan berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terapi musik klasik efektif terhadap penurunan stres kerja pada perawat IGD RSUD Dr. R. Goetheng Taroenadibrata Purbalingga.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Responden sebagian besar berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 56,5%, berpendidikan DIII 69,6%, berusia > 30 tahun 78,3%, dan lama kerja antara 5-10 tahun yaitu 39,1%.
2. Stres kerja perawat sebelum dilakukan terapi musik klasik yang termasuk dalam kategori stres menengah 47,8% dan yang termasuk kategori stres tinggi 52,2%.
3. Stres kerja perawat sesudah dilakukan terapi musik klasik yang termasuk dalam kategori stres menengah 82,6% dan stres tinggi 17,4%.
4. Terdapat perbedaan yang signifikan antara stres kerja perawat sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik klasik, dengan nilai rata-rata sebelum dilakukan terapi musik klasik sebesar 2,52 dan SD= 0,511 dan nilai rata-rata sesudah dilakukan terapi musik klasik sebesar 2,17 dan SD= 0,388. Dengan nilai  $p=0,002$
5. Terapi musik klasik efektif dalam menurunkan stres kerja perawat di ruang IGD RSUD Dr. R. Goetheng Taroenadibrata Purbalingga. Dengan nilai effect size sebesar 2,01.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aditama. (2004). Management pelayanan rumahsakit. [http://etd.eprints.ums.ac.id/14777/2/3\\_Bab\\_I.pdf](http://etd.eprints.ums.ac.id/14777/2/3_Bab_I.pdf) diakses tanggal 08 oktober 2012.
- Anoraga Pandji. (2001). *Psikologi kerja*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Banoe, P. (2007). *Kamus musik*. Yogyakarta: Kanisius.
- Campbell, D. (2001). *Efek mozart*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Djohan. (2006). *Terapi musik, teori dan aplikasi*. Yogyakarta: Galangpress.
- Fitri, A. M. (2013). Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stres kerja pada karyawan bank. *Jurnal kesehatan masyarakat*, 2 (1), 1-10.
- Geer. (2003). *Keunggulan terapi musik*. <http://forbetterhealth.wordpress.com/2009/01/16/konsep-terapi-musik/> diakses tanggal 9 oktober 2012
- Hidayat, A., A. (2011). *Konsep dasar keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

- Ismani, N. (2001). *Etika keperawatan*. Jakarta: Widya Medika.
- Kate, & Mucci, R. (2002). *The healing sound of music*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Keliat, A., B. (1998). *Penatalaksanaan stres*. Jakarta: EGC.
- Keliat, A. B., & Akemat (2004). *Keperawatan jiwa terapi aktivitas kelompok*. Jakarta: EGC.
- Kemper, K. J., & Danhauer, S. C. (2005). Music as therapy. *Complementary and Alternative Medicine*, 282-287.
- Kliszcz, J., Nowicka-Sauer, K., Trzeciak, B., & Sadowska, A. (2004). The level of anxiety, depression and aggression in nurses and their life and job satisfaction. *Medycyna Pracy*, 55 (6), 461-468.
- Labbe, E., Schmidt, N., Babin, J., & Pharr, M. (2007). Coping with stress: the effectiveness of different types of music. *Appl psychophysiol biofeedback*, 32, 163-168. doi: 10.1007/s10484-007-9043-9.
- Lukluka, A. Z., & Bandiyah, S. (2008). *Psikologi kesehatan*. Yogyakarta: Mitra Cendikia.
- Mark, G., & Smith, A. P. (2011). Occupational stress, job characteristics, coping, and the mental health of nurses. *British journal of health psychology*, 17 (3), 505.
- Niven, N. (2000). *Psikologi kesehatan* (2<sup>nd</sup> ed). Jakarta: EGC.
- Pandoe. (2006). *Teknik terapi musik*. <http://forbetterhealth.wordpress.com/2009/01/16/konsep-terapi-musik/> diakses tanggal 9 oktober 2012.
- Potter. (2005). *Definisi terapi musik*. <http://forbetterhealth.wordpress.com/2009/01/16/konsep-terapi-musik/> diakses tanggal 9 oktober 2012
- Rahardjo. (2007). Peran perawat IGD. [http://etd.eprints.ums.ac.id/14777/2/3.\\_Bab\\_I.pdf](http://etd.eprints.ums.ac.id/14777/2/3._Bab_I.pdf)  
Diakses tanggal 08 oktober 2012.
- Rasmun. (2004). *Stres, coping, dan adaptasi*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Ratnasari. (2009). *Data stres kerja*. <http://shfocus.wordpress.com/2011/02/19/cari-tahu-profesi-anda-berisiko-stress-kerja-tinggi/> diakses tanggal 10 oktober 2012.
- Shively, M., Rutledge, T., Rose, B., Graham, P., Long, R., ... Dresselhaus, T. (2011). *Real-time assessment of nurse work environment and stress*. *Journal for healthcare quality*, 33 (1), 39-48.
- Siagin, Sondang P. (2005). *Teori Motivasi dan aplikasinya*. Jakarta: Rineka Cita.
- Spawnthe Anthony. (2003). *Manfaat terapi musik*. <http://forbetterhealth.wordpress.com/2009/01/16/konsep-terapi-musik/> diakses tanggal 9 oktober 2012
- Sugiyono. (2006). *Statistika untuk penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Sunaryo. (2004). *Psikologi untuk keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Supriyadi. (2011). *Hubungan stres kerja dengan kinerja perawat di ruang IGD dan ICU RSUD Dr. R. Goetheng Taroenadibrata Purbalingga*.
- Wicaksono. (2006). *Seri solusi berbasis ti: Aplikasi excel dalam menganalisis data*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Weinberg, Ashley, & Creed. (2000). Stress and psychiatric disorder in healthcare professionals and hospital staff. *Biology Journals*, 355 (12), 533-537.
- Widyastuti, P. (Ed). (2003). *Managemen stress*. Jakarta: EGC.
- Yoyok, & Siswono. (2006). *Pendidikan seni dan bbudaya*. Bogor: Yudhistira