

ABSTRAK

Kecemasan merupakan masalah psikologis yang sering dialami mahasiswa tingkat akhir akibat tekanan akademik, terutama dalam proses penyusunan tugas akhir. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir Program Studi D-3 Keperawatan Universitas BTH Tasikmalaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi experiment one-group pretest-posttest design. Populasi penelitian berjumlah 41 mahasiswa tingkat akhir, dengan sampel sebanyak 39 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive criterion sampling. Tingkat kecemasan diukur menggunakan instrumen Mini MindHEAR Youth Scale V.1 (MMYS V.1) sebelum dan sesudah pemberian intervensi terapi musik klasik selama 7 hari. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi sebagian besar responden berada pada kategori kecemasan tinggi (59,0%), sedangkan setelah intervensi mayoritas berada pada kategori kecemasan sedang (66,7%) dan kecemasan rendah meningkat menjadi 17,9%. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dengan nilai $Z = -4,899$, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah terapi musik klasik. Kesimpulannya, terapi musik klasik berpengaruh signifikan dalam menurunkan tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir dan dapat digunakan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis untuk membantu mengelola kecemasan akademik.

Kata kunci: Terapi Musik Klasik, Kecemasan, Mahasiswa Tingkat Akhir, Keperawatan

ABSTRACT

Anxiety is a psychological problem commonly experienced by final-year students due to academic pressure, particularly during the completion of their final thesis. This study aimed to determine the effect of classical music therapy on anxiety levels among final-year students of the D-3 Nursing Program at BTH University Tasikmalaya. This research used a quantitative approach with a quasi-experimental one-group pretest–posttest design. The population consisted of 41 final-year students, with a sample of 39 respondents selected using purposive criterion sampling. Anxiety levels were measured using the Mini MindHEAR Youth Scale V.1 (MMYS V.1) before and after the intervention of classical music therapy conducted for seven days. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed that before the intervention, most respondents experienced high levels of anxiety (59.0%). After the intervention, the majority of respondents were in the moderate anxiety category (66.7%), while the low anxiety category increased to 17.9%. Statistical analysis revealed a p-value of 0.000 ($p < 0.05$) with a Z value of -4.899, indicating a significant difference in anxiety levels before and after classical music therapy. In conclusion, classical music therapy has a significant effect in reducing anxiety among final-year students and can be considered a non-pharmacological intervention to manage academic anxiety.

Keywords: *Classical Music Therapy, Anxiety, Final-Year Students, Nursing Students*