

DOI : <https://doi.org/10.37776/zkeb.v15i1.1659>

PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI TERHADAP PENGETAHUAN IBU TENTANG TERAPI MUSIK UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR BAYI USIA 0-12 BULAN

¹Vina Syafira, ²Devy Lestari Nurul Aulia, ³Dyka Aidina¹vinasyafira16@gmail.com, ²dv.aulia87@univbatam.ac.id, ³dyka@univbatam.ac.id

Program Studi Kebidanan, Universitas Batam

uploaded:27/11/2024 revised:12/12/2024 accepted:18/12/2024 published: 31/12/2024

ABSTRACT

This research investigates the effects of educational interventions on maternal understanding of music therapy's role in enhancing sleep quality for infants aged 0-12 months. The investigation was carried out at Posyandu Mawar No. 39 Telaga Indah, employing a quasi-experimental methodology with control and experimental cohorts. Information was gathered via questionnaires administered prior to and following the educational session. The primary objective was to evaluate the shift in mothers' knowledge before and after exposure to the educational program and to assess its efficacy. The findings revealed a notable enhancement in comprehension among mothers in the experimental group relative to the control group. This outcome suggests that targeted instructional interventions can effectively bolster mothers' grasp of music therapy and its potential benefits for improving infant sleep patterns. In light of these results, it is advised that healthcare professionals integrate comparable educational initiatives into standard maternal and infant care practices.

Keywords : *music therapy, infant sleep, maternal education, knowledge*

PENDAHULUAN

Kelahiran bayi menandai transisi dramatis dari lingkungan intrauterin ke ekstrauterin, disertai perkembangan pesat sistem organ. Bayi di bawah satu tahun sangat rentan terhadap masalah kesehatan. Pada fase ini, berbagai kondisi medis dapat muncul dan berpotensi fatal jika tidak ditangani dengan tepat. Proses adaptasi neonatus melibatkan pematangan organ vital untuk bertahan hidup di lingkungan baru. Tahun pertama kehidupan bayi memiliki risiko gangguan kesehatan tertinggi, dengan potensi komplikasi serius yang membutuhkan penanganan cepat dan akurat. (Kemenkes RI, 2020).

Optimalisasi tumbuh kembang bayi sangat bergantung pada kecukupan dan kualitas tidurnya (Fitriani dkk., 2022). Meski demikian, kesadaran orang tua akan signifikansi pola istirahat anak masih terbatas, seringkali disebabkan minimnya informasi mengenai kriteria tidur yang ideal bagi bayi. Ketika durasi atau kualitas tidur menyimpang dari standar yang direkomendasikan, hal ini dapat memicu berbagai dampak negatif. Gangguan tersebut berpotensi mempengaruhi aspek psikologis, regulasi emosi, kondisi fisik, serta sistem pertahanan tubuh bayi secara keseluruhan. (Sawitri et al., 2021).

Laporan dari Badan Kesehatan Dunia (WHO) mengungkapkan bahwa

sepertiga orang tua mengindikasikan adanya permasalahan tidur pada bayi mereka (Ahmad & Budiana, 2023). Sementara itu, di Indonesia, riset menunjukkan bahwa 44,2% bayi mengalami gangguan pola istirahat, terutama berupa ketidaknyamanan tidur di malam hari (Susanti & Hety, 2020). Kualitas tidur yang terganggu pada bayi dapat menghambat perkembangan fisik dan mental, mengingat fase tidur merupakan momen krusial bagi otak untuk membentuk koneksi saraf yang esensial. Koneksi ini berperan penting dalam proses pembelajaran, perkembangan motorik, dan akuisisi berbagai kemampuan baru. (Kemenkes RI, 2023).

Intervensi non-farmakologis yang efektif untuk mengatasi masalah tidur pada bayi adalah penggunaan terapi berbasis melodi. Pendekatan ini telah terbukti mampu menurunkan kadar kortisol dalam plasma dan menginduksi keadaan relaksasi (Mustika dkk., 2023). Alunan yang menenangkan berpotensi meningkatkan kualitas istirahat dengan memperpanjang periode tidur. Hal ini menjadikan terapi berbasis melodi sebagai solusi alternatif yang tidak invasif, praktis, aman, dan ekonomis dalam mengurangi gejala gangguan tidur (Kavurmaci dkk., 2020).

Untuk meningkatkan efektivitas penerapan terapi musik, diperlukan edukasi kepada orang tua, khususnya ibu. Pemberian edukasi merupakan sarana untuk menyampaikan informasi penting mengenai tidur yang baik serta dampak dari gangguan tidur, yang dapat meningkatkan pengetahuan dan mempengaruhi sikap seseorang (Rahmy*et al.*, 2020). Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan

adanya hubungan yang positif dari pemberian edukasi terhadap tingkat pengetahuan seorang ibu dalam berbagai aspek perawatan anak (Rosyidah & Fatmawati, 2019; Khofiyah, 2020; Kurniatin, 2022). Berdasarkan konteks yang telah diuraikan, studi ini dirancang untuk mengevaluasi dampak penyuluhan terhadap pemahaman para ibu mengenai penggunaan stimulasi auditori dalam meningkatkan pola istirahat bayi berusia 0-12 bulan. Diharapkan temuan dari penelitian ini dapat berkontribusi pada upaya optimalisasi kualitas tidur bayi, yang pada gilirannya mendukung perkembangan optimal di masa awal kehidupan.

TUJUAN PENELITIAN

penelitian ini bertujuan mengetahui efektivitas program edukasi dalam meningkatkan wawasan ibu tentang terapi musik untuk meningkatkan kualitas tidur bayi usia 0-12 bulan

METODE PENELITIAN

Studi ini menerapkan desain kuasiekperimental dengan skema pra-uji pascauji beserta kelompok kontrol. Partisipan penelitian mencakup 30 orangtua yang terbagi secara acak menjadi dua kelompok: eksperimental (15 orang) dan kontrol (15 orang), dengan metode pengambilan sampel acak sederhana. Instrumen pengumpulan data berupa angket untuk mengevaluasi pemahaman mengenai terapi musikal dalam Upaya peningkatan kualitas istirahat bayi berusia 0-12 bulan. Kelompok eksperimental menerima penyuluhan melalui presentasi visual disertai penjelasan lisan, sementara kelompok kontrol mendapatkan informasi melalui selebaran.

Uji validitas instrumen dilakukan menggunakan teknik korelasi item-total terkoreksi, sedangkan reliabilitas diukur dengan koefisien Alfa Cronbach (nilai 0,883). Proses analisis data melibatkan beberapa tahapan, termasuk:

1. Analisis uji Univariat: Penyajian sebaran frekuensi dan ukuran pemusatan data.
2. Analisis Uji Bivariat: Penerapan Uji-T Sampel Berhubungan, dengan formulasi matematis:

Jika diperoleh hasil data tidak berdistribusi normal maka digunakan Uji Wilcoxon. Penelitian dilaksanakan di Posyandu Bengkong Indah, Juni – Juli 2024

HASIL PENELITIAN

Studi ini bertujuan mengkaji efektivitas intervensi edukatif terhadap pemahaman para ibu mengenai manfaat terapi musik dalam meningkatkan kualitas istirahat bayi berusia 0-12 bulan. Penelitian dilaksanakan di Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) Mawar 39, wilayah Bengkong, dengan melibatkan 30 partisipan sebagai subjek penelitian. Fokus utamanya adalah mengevaluasi perubahan tingkat pengetahuan ibu setelah menerima penyuluhan tentang penggunaan musik sebagai metode terapeutik untuk memperbaiki pola tidur bayi.

Berdasarkan data yang disajikan, terlihat bahwa jumlah partisipan dalam studi ini terbagi rata antara kelompok yang menerima perlakuan khusus dan kelompok pembandingan, dengan masing-masing kelompok terdiri dari 15 individu. Rentang usia 31-35 tahun mendominasi kedua kelompok, dengan proporsi 33,3% pada kelompok perlakuan dan lebih dari

setengah (53,3%) pada kelompok pembandingan. Terkait latar belakang pendidikan, mayoritas peserta di kedua kelompok memiliki ijazah sekolah menengah atas, dengan persentase yang identik yakni 60% untuk masing-masing kelompok. Perbedaan signifikan terlihat pada profesi peserta, di mana kelompok perlakuan didominasi oleh ibu rumah tangga (53,3%), sementara kelompok pembandingan sebagian besar terdiri dari wirausahawan (66,7%).

Informasi ini memberikan gambaran demografis peserta penelitian yang fokus pada pemahaman mengenai manfaat terapi musik, dengan membandingkan tingkat pengetahuan antara kelompok yang menerima intervensi dan kelompok kontrol.

Data yang tersaji mengindikasikan adanya perubahan positif dalam tingkat pemahaman pada kelompok yang menerima perlakuan khusus. Sebelum dilakukannya intervensi, nilai rata-rata pengetahuan tercatat sebesar 16,60 dengan variasi sebaran data 1,595. Rentang nilai yang diperoleh peserta berkisar antara 13 hingga 19. Pasca pemberian intervensi, terjadi lonjakan signifikan pada rerata skor pengetahuan, mencapai 21,60 dengan penyimpangan standar yang lebih kecil, yakni 0,737. Hal ini menunjukkan konsistensi peningkatan di seluruh kelompok. Nilai terendah yang dicapai peserta meningkat menjadi 21, sementara pencapaian tertinggi menyentuh angka 23.

Analisis menunjukkan peningkatan pengetahuan kelompok yang menerima perlakuan. Sebelum intervensi, nilai rata-rata mencapai 15,53 dengan deviasi standar 2,326. Peserta memperoleh skor terendah 12 dan tertinggi 20. Setelah intervensi,

terjadi kenaikan rerata menjadi 18,07, disertai penurunan deviasi standar ke 1,831. Skor minimum pasca intervensi naik ke 14, sementara skor maksimum meningkat menjadi 21. Perubahan ini mengindikasikan efektivitas intervensi dalam meningkatkan pemahaman peserta, terlihat dari kenaikan nilai rata-rata dan pergeseran rentang skor ke arah yang lebih tinggi.

Analisis Uji Bivariat

Tahap selanjutnya dari evaluasi data melibatkan analisis hubungan antar variabel. Metode ini diaplikasikan untuk mengkaji dampak program edukasi musik, yang disampaikan melalui presentasi visual dan materi cetak, terhadap pemahaman peserta mengenai manfaat terapi musik untuk peningkatan kualitas istirahat di fasilitas kesehatan setempat. Proses analisis ini terdiri dari dua tahapan: uji prasyarat dan pengujian hipotesis.

Sebelum menentukan metode uji yang sesuai, peneliti melakukan pemeriksaan distribusi data menggunakan Uji Wilcoxon Rank Test. Kriteria penilaian didasarkan pada nilai signifikansi yang melebihi 0,05, yang mengindikasikan distribusi normal. Hasil ini menentukan apakah analisis selanjutnya menggunakan metode parametrik atau non-parametrik. Berikut disajikan hasil uji normalitas untuk data pengetahuan pada kedua kelompok partisipan.

Hasil analisis distribusi data untuk variabel pemahaman responden mengenai terapi musikal pada kelompok yang menerima perlakuan khusus menunjukkan nilai signifikansi di bawah ambang 0,05. Interpretasi dari temuan ini mengindikasikan bahwa sebaran data tidak mengikuti pola distribusi normal. Konsekuensinya, untuk

mengevaluasi efektivitas program edukasi terapi musik, metode analisis yang dipilih adalah uji non-parametrik, spesifik nya Uji Wilcoxon Rank Test. Pemilihan metode ini disesuaikan dengan karakteristik data yang tidak memenuhi asumsi normalitas, guna memastikan validitas hasil analisis bivariat yang akan dilakukan..

Pengujian Hipotesis

Dalam rangka menguji hipotesis penelitian, studi ini menerapkan pendekatan statistik non-parametrik, khususnya Uji Wilcoxon Rank Test. Metode ini dipilih untuk menganalisis dampak program edukasi mengenai terapi musikal terhadap tingkat pemahaman peserta. Fokus analisis mencakup perbandingan antara kelompok yang menerima intervensi dan kelompok pembanding di fasilitas kesehatan masyarakat setempat. Lokasi spesifik penelitian adalah Posyandu Mawar No 39, yang berada di wilayah perkotaan Batam. Tujuan utamanya adalah mengukur sejauh mana program edukasi tersebut mempengaruhi pengetahuan partisipan tentang manfaat terapi musik.

Analisa data mengungkapkan bahwa kelompok perlakuan mencatat rerata 8,00 dengan simpangan baku 120,00 dan signifikansi 0,001. Sementara itu, kelompok pembanding menunjukkan rerata 6,40, simpangan baku 64,00, dan signifikansi 0,006. Hasil uji Wilcoxon Rank Test menghasilkan p-value 0,001 ($p < 0,05$) untuk kelompok perlakuan dan 0,006 ($p < 0,05$) untuk kelompok pembanding. Temuan ini mengarah pada penolakan H_0 , mengindikasikan adanya dampak signifikan dari program edukasi terapi musik terhadap peningkatan pemahaman peserta di

kedua kelompok mengenai manfaat intervensi musikal. Hal ini menegaskan efektivitas metode edukasi yang diterapkan dalam meningkatkan pengetahuan partisipan

PEMBAHASAN

Edukasi merupakan suatu proses kompleks yang melibatkan transfer pengetahuan, keterampilan, dan nilai-nilai kepada individu dengan tujuan mengembangkan potensi mereka secara holistik. Proses ini tidak hanya mencakup aspek akademis, tetapi juga bertujuan untuk membentuk anggota masyarakat yang berdaya guna. Konsep edukasi ini meliputi berbagai aktivitas belajar dan mengajar, di mana informasi, gagasan, dan keterampilan ditransmisikan dari satu generasi ke generasi berikutnya. Penyampaian informasi edukatif menjadi langkah penting dalam mengembangkan wawasan yang kemudian akan berdampak pada cara pandang, perilaku, dan respons seseorang dalam aktivitas sehari-hari.

Untuk keperluan studi ini, sumber informasi utama didapatkan melalui alat pengumpulan data berupa angket serta formulir evaluasi awal dan akhir yang diaplikasikan kepada dua kelompok peserta, yakni kelompok yang menerima perlakuan dan kelompok pembanding. Metode penilaian yang digunakan mengadopsi sistem poin sederhana, di mana setiap jawaban benar diberikan poin 1, sementara jawaban yang salah tidak mendapatkan poin. Seluruh hasil jawaban kemudian ditabulasi secara sistematis dan digunakan sebagai dasar analisis untuk variabel bagaimana pemahaman ibu dan pemahaman dalam membaca.

Studi yang dilakukan ini melibatkan total 30 partisipan dimana dipisah menjadi dua tim/kelompok secara merata. Kelompok eksperimen, yang terdiri dari 15 responden, menerima edukasi melalui kombinasi media leaflet dan presentasi PowerPoint, sementara kelompok kontrol yang juga terdiri dari 15 responden hanya menerima edukasi melalui media leaflet. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengkaji pengaruh pemberian edukasi terhadap tingkat pengetahuan ibu mengenai manfaat terapi musik dalam meningkatkan kualitas tidur bayi yang berusia antara 0 hingga 12 bulan, dengan lokasi penelitian di Posyandu Mawar No. 39, Kota Batam.

Dalam upaya meminimalisir potensi bias dalam penelitian, intervensi edukasi yang diberikan kepada kedua kelompok mengandung materi dengan substansi yang identik. Namun, perbedaan terletak pada metode penyampaian, di mana kelompok eksperimen menerima edukasi melalui presentasi PowerPoint yang disertai dengan penjelasan langsung dari peneliti, serta leaflet informatif. Leaflet yang digunakan dirancang dengan mempertimbangkan aspek estetika dan readability, menggunakan kombinasi tulisan dan warna yang disesuaikan dengan tema penelitian. Leaflet ini berbentuk 2 dimensi, dicetak pada selebar paper berkualitas tinggi dimana dimensinya adalah A4 depan belakang, lalu dilipat menjadi beberapa bagian untuk kemudahan penggunaan.

Informasi edukasi yang hendak dipaparkan mencakup berbagai aspek penting terkait kualitas tidur bayi dan manfaat terapi

musik. Informasi yang disampaikan meliputi durasi tidur normal bagi bayi, fungsi dan manfaat terapi musik, serta potensi dampak negatif yang dapat timbul akibat gangguan kualitas tidur pada bayi. Pendekatan dalam studi ini difokuskan pada perbandingan perubahan skor rata-rata yang terjadi pada setiap kelompok, baik sebelum maupun sesudah dilakukannya intervensi edukasi.

Untuk menganalisis variabel pengetahuan dan kemampuan membaca, peneliti menggunakan dua jenis uji statistik, yaitu Uji Wilcoxon Rank Test dan Mann Whitney U Test. Kedua uji ini dipilih untuk mengevaluasi tingkat signifikansi dari kelompok eksperimen dan kontrol dalam menerima perlakuan. Dalam proses pengambilan kesimpulan, peneliti menetapkan kriteria signifikansi pada nilai $p < 0,05$, di mana jika hasil analisis memenuhi kriteria ini, maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, mengindikasikan adanya pengaruh yang signifikan dari intervensi edukasi yang diberikan..

Perbedaan Rata-Rata Peningkatan Pengetahuan Sebelum dan setelah Dikasih Intervensi Baik Untuk Kelompok Eksperimen maupun Kontrol

Pengujian statistik non-parametrik *Mann-Whitney U* dijalankan guna membandingkan rerata pemahaman terkait efek positif alunan melodi terhadap pola istirahat infant se usai pemberian wawasan tentang terapi suara antara grup uji coba dan grup pembanding. Interpretasi dari kalkulasi *Mann-Whitney U* untuk aspek pengetahuan

menunjukkan nilai signifikansi 0,000, menandakan terdapat disparitas mean yang substansial di antara kedua kelompok pasca implementasi program edukasi.

Pratiwi et al. (2021) menyatakan bahwa keberhasilan edukasi tentang terapi musik untuk bayi dipengaruhi oleh berbagai aspek, termasuk cara penyampaian dan alat bantu yang digunakan. Dalam studi ini, kelompok eksperimen menerima edukasi langsung dari peneliti menggunakan media audiovisual dan demonstrasi, sedangkan kelompok kontrol hanya diberikan *leaflet*. Meski demikian, kelompok kontrol tetap diberi kesempatan untuk mengajukan pertanyaan kepada peneliti terkait *leaflet* yang diterima.

Perbedaan signifikan antara kedua kelompok kemungkinan disebabkan oleh metode penyampaian yang berbeda. Dimana ini selaras pada penemuan/studi Mahadewi et al. (2023) dimana ditemukan bahwa gabungan media audiovisual dan demonstrasi langsung lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu dalam menerapkan terapi musik untuk meningkatkan kualitas tidur bayi dibandingkan dengan penggunaan *leaflet* saja.

Untuk menilai efektivitas intervensi, Susanti et al. (2022) menyarankan jangka waktu kurang lebih 14 hari untuk menilai wawasan dan pola pikir, sedangkan modifikasi tindakan membutuhkan setidaknya 30 hari. Ini berkaitan dengan teori efek tertunda yang diajukan Bringham, dikutip dalam karya Prasetya dkk (2019), di mana individu masih mampu merekam konten informasi yang dipaparkan dalam rentang 10-14 hari setelah penyampaian pesan tersebut.

Meskipun demikian, dalam kajian ini, variasi rerata yang bermakna di antara grup eksperimen dan kontrol mengindikasikan bahwa metode edukasi yang lebih interaktif dan melibatkan berbagai indera (audiovisual dan demonstrasi) pada kelompok eksperimen memberikan dampak lebih besar terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang terapi musik untuk meningkatkan kualitas tidur bayi, dibandingkan dengan metode *leaflet* pada kelompok kontrol.

Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Mengenai Terapi Musik Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Bayi Usia 0-12 Bulan

Kualitas tidur bayi adalah sebuah aspek penting didalam tumbuh kembang anak, terutama pada usia 0-12 bulan. Namun, masalah tidur pada bayi masih menjadi keluhan umum yang dihadapi oleh para ibu di Indonesia. Studi serupa dilakukan oleh Fatmawati dan Maryam (2021) pada Puskesmas Sukmajaya, Depok, memperlihatkan bahwa 62,5% bayi usia 0-12 bulan mengalami gangguan tidur. Hal ini menunjukkan perlunya *intervensi* untuk meningkatkan kualitas tidur bayi.

Merupakan suatu cara/metode non-farmakologis yang bisa digunakan untuk menambah kualitas tidur bayi adalah terapi musik. Studi yang dikerjakan oleh Pratiwi et al. (2020) berlokasi pada RSUD Dr. Moewardi Surakarta Hasil penelitian menunjukkan efektivitas musik klasik sebagai terapi untuk meningkatkan mutu istirahat bayi yang lahir sebelum waktunya. Meskipun demikian, pemahaman para

ibu terkait kegunaan dan metode implementasi terapi musik guna mempertinggi kualitas tidur bayi mereka masih belum memadai..

Edukasi kepada ibu mengenai terapi musik dan penerapannya untuk meningkatkan kualitas tidur bayi sangat penting. Penelitian yang dilakukan oleh Susanti et al. (2022) di Puskesmas Banguntapan II Bantul menunjukkan bahwa pemberian edukasi tentang pola tidur bayi secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu dan berdampak positif pada kualitas tidur bayi. Oleh karena itu, pemberian edukasi kepada ibu diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mereka tentang terapi musik dan penerapannya untuk meningkatkan tidur bayi yang lebih bagus pada usia 0-12 bulan.

Pada studi yang dilakukan ini, data pengetahuan ibu akan dikumpulkan menggunakan kuesioner yang berisi pertanyaan seputar terapi musik dan kualitas tidur bayi. Responden akan diminta untuk mengisi kuesioner dengan memilih jawaban yang dianggap benar. Hasil dari kuesioner ini akan dianalisis untuk mengevaluasi efektivitas program edukasi dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang terapi musik untuk meningkatkan kualitas tidur bayi.

Analisis statistik menggunakan Uji Wilcoxon Rank pada kelompok eksperimen yang menerima edukasi melalui kombinasi leaflet dan presentasi PowerPoint (PPT) menghasilkan p-value yang sangat signifikan, yaitu 0,001. Hasil ini secara kuat menunjukkan adanya dampak positif dan bermakna dari pemberian edukasi terapi musik terhadap peningkatan tingkat pemahaman responden mengenai kualitas tidur bayi. Temuan ini

semakin diperkuat oleh adanya peningkatan substansial dalam jumlah jawaban benar pada setiap item pertanyaan dalam kuesioner pengetahuan, serta kenaikan skor rata-rata yang cukup signifikan dari 16,6 poin sebelum dilakukannya intervensi menjadi 21,6 poin setelah intervensi dilaksanakan.

Hasil penelitian yang diperoleh ini sejalan dan konsisten dengan studi terdahulu yang dilakukan oleh Wijayanti et al. pada tahun 2019. Penelitian tersebut mengkaji pengaruh edukasi terapi musik terhadap tingkat pengetahuan ibu dalam menangani masalah kolik pada bayi, yang dilakukan di Puskesmas Baki Sukoharjo. Studi tersebut juga menunjukkan adanya peningkatan yang sangat signifikan dalam pengetahuan ibu, dengan p-value yang sangat rendah yaitu 0,000, mengindikasikan efektivitas intervensi yang sangat tinggi.

Lebih lanjut, temuan ini didukung oleh studi (Azizah dkk.2015) yang dikutip pada karya (Yulinda & Nurul 2018). Mereka menegaskan bahwa metode penyuluhan yang melibatkan stimulasi indera penglihatan dan pendengaran secara bersamaan terbukti sangat efektif dalam proses penyampaian informasi kesehatan.

Penelitian mereka mengungkapkan bahwa kisaran 75% informasi masuk ke dalam otak dengan lewat indera penglihatan, sementara kombinasi indera penglihatan dan pendengaran mampu menyerap hingga 87% informasi yang disampaikan. Fakta ini memberikan penjelasan ilmiah mengapa penggunaan media audio dan video pada kelompok eksperimen dalam penelitian ini menunjukkan efektivitas yang tinggi dalam meningkatkan

pengetahuan responden.

Dukungan lebih lanjut diberikan oleh studi Pratiwi et al. (2020) yang secara khusus meneliti penggunaan media audio-visual dalam edukasi terapi musik untuk meningkatkan kualitas tidur bayi prematur. Hasil analisis statistik menggunakan Uji Wilcoxon Rank dalam penelitian tersebut menghasilkan p-value sebesar 0,023, yang secara jelas menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dari penggunaan media audio-visual terhadap peningkatan pengetahuan ibu mengenai manfaat dan aplikasi terapi musik untuk meningkatkan kualitas tidur bayi prematur.

Sementara itu, pada kelompok kontrol yang hanya menerima edukasi melalui media leaflet, analisis menggunakan Uji Wilcoxon Rank juga menghasilkan p-value yang cukup signifikan, yaitu 0,006. Meskipun tidak serendah p-value kelompok eksperimen, hasil ini tetap menandakan adanya pengaruh positif dari edukasi terhadap peningkatan tingkat pengetahuan responden. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan skor rata-rata dari 15,53 poin sebelum intervensi menjadi 18,07 poin setelah intervensi dilakukan, menunjukkan efektivitas penggunaan leaflet sebagai media edukasi.

Hasil ini konsisten dan selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Susanti et al. pada tahun 2022. Studi tersebut mengkaji pengaruh edukasi mengenai pola tidur bayi terhadap tingkat pengetahuan ibu dan kualitas tidur bayi, yang dilaksanakan di Puskesmas Banguntapan II Bantul. Penelitian tersebut juga menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan ibu, dengan p-value 0,001, mengonfirmasi

efektivitas intervensi edukasi.

Efektivitas penggunaan leaflet sebagai media edukasi juga didukung oleh studi yang dilakukan Pratiwi et al. pada tahun 2021. Penelitian mereka yang berfokus pada korelasi antara edukasi dengan metode media leaflet terhadap pemahaman ibu tentang terapi musik untuk bayi prematur memperoleh p-value yang sangat signifikan, yaitu 0,000. Hasil ini semakin memperkuat bukti adanya pengaruh positif yang substansial dari penggunaan leaflet dalam meningkatkan pemahaman dan pengetahuan ibu.

Mengacu pada kategorisasi pengetahuan yang dikemukakan oleh Arikunto, terjadi peningkatan kategori pengetahuan yang cukup berarti pada responden setelah diberikan edukasi menggunakan leaflet. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun sederhana, leaflet tetap dapat menjadi alat edukasi yang efektif jika dirancang dan digunakan dengan tepat.

Meskipun kedua metode edukasi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden, studi terbaru yang dilakukan oleh Mahadewi et al. pada tahun 2023 memberikan perspektif tambahan yang menarik.

Penelitian mereka mengungkapkan bahwa metode edukasi yang menggabungkan penggunaan media audio-visual dengan demonstrasi langsung ternyata menunjukkan efektivitas yang lebih tinggi dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu dalam menerapkan terapi musik untuk meningkatkan kualitas tidur bayi. Temuan ini memberikan wawasan berharga untuk pengembangan strategi edukasi kesehatan yang lebih efektif di masa mendatang, terutama

dalam konteks peningkatan kualitas tidur bayi melalui terapi musik.

KESIMPULAN

Data pre-test dan post-test yang dikumpulkan secara langsung dari tiga puluh peserta yang terbagi menjadi satu kelompok eksperimental dan satu kelompok kontrol digunakan dalam penelitian ini. Dalam posyandu Mawar No. 39, Kota Batam, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi bagaimana pengajaran terapi musik memengaruhi pemahaman ibu tentang manfaat terapi musik dalam meningkatkan kualitas tidur bayi berusia antara 0 dan 12 bulan. Beberapa kesimpulan dapat ditarik berdasarkan analisis hasil penelitian.:

Jumlah partisipan dalam kelompok eksperimental dan kontrol masing-masing adalah 15 orang, dengan rata-rata usia 31-35 tahun. Kelompok eksperimental memiliki 33,3% partisipasi dan kelompok kontrol 53,3% partisipasi. Tingkat pendidikan terakhir yang dominan pada kedua kelompok adalah SMA, masing-masing sebesar 60%. Pada kelompok eksperimental, mayoritas berprofesi sebagai IRT (53,3%), sementara pada kelompok kontrol, mayoritas adalah wiraswasta (66,7%).

1. Data pengetahuan kelompok eksperimental tidak menunjukkan distribusi normal, sehingga analisis dengan menggunakan uji Wilcoxon Rank dan Mann-Whitney U non-parametrik dengan nilai p-value (0,05).
2. Nilai p (0,001) dan (0,006) ditemukan setelah analisis statistik Wilcoxon Rank Test terhadap variabel pengetahuan

pada kelompok eksperimen dan kontrol, menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari edukasi terapi musik terhadap tingkat pengetahuan partisipan sebelum dan setelah dilaksanakan intervensi.

3. Hasil uji Mann-Whitney U pada variabel pengetahuan menghasilkan p-value (0,000), yang menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan dalam pengetahuan rata-rata antara kelompok eksperimental dan control

SARAN

Berdasarkan hasil studi yang telah dilaksanakan, peneliti memberikan beberapa rekomendasi sebagai berikut

1. Untuk Para Ibu

Diharapkan para ibu dapat menerapkan wawasan yang telah diperoleh mengenai penggunaan terapi musik dalam upaya meningkatkan kualitas istirahat bayi berusia 0-12 bulan dalam rutinitas harian mereka. Selain itu, para ibu juga didorong untuk secara aktif mencari dan mengikuti perkembangan informasi terkini seputar metode perawatan bayi yang optimal.

2. Bagi Posyandu

Posyandu dapat mengintegrasikan edukasi tentang terapi musik dan kualitas tidur bayi ke dalam program rutin mereka, serta menyediakan materi edukasi yang mudah diakses oleh ibu-ibu.

3. Bagi Instansi Kesehatan

Dinas Kesehatan dan Puskesmas dapat mengembangkan program edukasi yang lebih komprehensif tentang perawatan bayi, termasuk terapi musik untuk meningkatkan kualitas tidur bayi, serta melakukan

sosialisasi secara luas kepada masyarakat.

4. Bagi Studi Selanjutnya studi setelahnya dapat menrapkan metode intervensi dengan lebih interaktif, seperti demonstrasi langsung atau *workshop* praktek terapi musik.
 - a. Dapat melakukan penelitian lanjutan untuk mengevaluasi efektivitas penerapan terapi musik terhadap kualitas tidur bayi dalam jangka panjang.
 - b. Dapat memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan lebih banyak responden dan lokasi yang berbeda untuk meningkatkan generalisasi hasil penelitian.
 - c. Dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi pengetahuan ibu tentang terapi musik dan kualitas tidur bayi

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah et al (2022). Pemanfaatan Ekstra Daun Kelor(Moringaceae Olievera) Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Desa Cinta Rakyat Percut Sei Tuan. *MODELING: Jurnal Program Studi PGMI*, 9(4), 39–47.
- Amalu, C., Maftuchah, M., & Ulya, F. H. (2022). Pengaruh Terapi Murrotal Al- Qur'an terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan. *Window of Midwifery Journal*, 01(01), 24–30.

- Anggraini, S. A., Siregar, S., & Dewi, R. (2020). Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Pada Ibu Hamil Tentang Pencegahan Stunting Di Desa Cinta Rakyat. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 6(1), 26–31.
- Budiman, & A., R. (2013). *Kapita Selekta Kuisisioner Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Salemba Medika.
- Carolyn, B. T., Syamsiah, S. S., & Khasri, M. M. (2020). Pijat Bayi Dapat Meningkatkan Berat Badan Bayi. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(3), 383–387.
- Dinas Kesehatan Batam. (2023). *PROFIL KESEHATAN KOTA BATAM*. Dinas Kesehatan Kota Batam dari https://dinkes.batam.go.id/wp-content/uploads/sites/35/2022/06/RE_NJA_DINKES_TAHUN-2022_PRINT.pdf
- Fatmawati, T. Y., & Maryam, S. (2021). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Gangguan Tidur pada Bayi Usia 0-12 Bulan. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(2), 248-255.
- Facchini, M., & Ruini, C. (2021). The role of music therapy in the treatment of children with cancer: A systematic review of literature. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 42(8).
- Fitriani, Barangkayu, Masrah Hasan, Ruslang, Eka Hardianti, Khaeria, Resti Oktavia, & Selpiana. (2022). Cegah Stunting Itu Penting! *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JurDikMas) Sosiosaintifik*, 4(2), 63–67.
- Franco, J. H. M., Evangelista, C. B., Rodrigues, M. de S. D., Cruz, R. A., de O., Franco, I. da S. M. F., & F., & L., M. (2021). Musik therapy in oncology: perceptions of children and adolescents in palliative care.
- Isu, N. A., Kedang, S., & Bina, M. Y. (2019). Perbedaan Tekanan Darah Orang Dewasa Hipertensi Sebelum Dan Sesudah Pemberian Rebusan Daun Murbei Di Wilayah Kerja Puskesmas Boking Kabupaten Tts. *Chmk Health Journal*, 3(1), 10–27.
- Kamila, F., & Dainy, N. C. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Kedokteran dan Kesehatan UMJ. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*, 2(3), 168–174.
- Karbandi, S., Lotfi, M., Boskabadi, H., & Esmaily, H. (2016). The effects of field massage technique on Bilirubin level and the number of defecations in preterm infants. *Evidence Based Care*.
- Kavurmaci, M., Dayapoğlu, N., & Tan, M. (2020). Effect of music therapy on sleep quality. *Alternative Therapies in Health and Medicine*, 26(4), 22–26.
- Kemendes RI. (2020). *Pedoman Bagi Ibu Hamil, Ibu Nifas, Dan Bayi Baru Lahir Selama Social Distancing*. Kemendes RI.
- Kemendes RI. (2023). *Buku Saku Pelayanan Kesehatan Ibu di Fasilitas Kesehatan*

- Dasar Rujukan Pedoman bagi Tenaga Kesehatan Edisi Pertama.*
- Khofiyah, N. (2020). Edukasi Berpengaruh terhadap Pemberian Stimulasi Perkembangan Anak Usia 12-24 Bulan oleh Ibu di Posyandu Desa Tambakrejo Kabupaten Puworejo. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 7(2), 231–238.
- Kobus, S., Bologna, F., Maucher, I., Gruenen, D., Brandt, R., Dercks, M., Debus, O., & Jouini, E. (2022). Musik Therapy Supports Children with Neurological Diseases during Physical Therapy Interventions. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3)
- Kurniatin, L. F. (2013). Pendidikan Kesehatan dengan Media Video dan Booklet Pendampingan 1000 Hari Pertama Kehidupan terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil dalam Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes RI Pangkalpinang*, 10(1), 28–37.
- Loi, E. E., Mardhiah, E., Sari, E. N., Paninsari, D., & Hasnita, E. (2024). Peningkatan pengetahuan ibu tentang pijat bayi melalui pemberian edukasi menggunakan audio visual. *Haga Journal of Public Health (HJPH)*, 02(01), 33–37.
- Mahadewi, N. M. D., Sukmayanti, M., & Dewi, N. N. A. (2023). Efektivitas Edukasi Audio-Visua dan Demonstrasiterhadap Pengetahuan dan Keterampilan Ibu dalam Penerapan Terapi Musik untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Bayi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(2), 1052-1061.
- Merida, Y., & Hanifa, F. N. (2021). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Tumbuh Kembang Bayi. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 27–32.
- Mustika, D., Yurika Irsanti, A., Setiyawati, E., Yunita, F., Fitri, N., Zulkarnaini, P., Studi, P., Guru, P., & Dasar, S. (2023). Pendidikan Inklusi: Mengubah Masa Depan Bagi Semua Anak. *Student Scientific Creativity Journal (SSCJ)*, 1(4), 41–50.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta.
- Nuniek, T. (2020). Hubungan Pemberian Imunisasi Dasar Dengan Tumbuh Kembang Bayi. *Jurnal Kesehatan*, 10(2).
- Nur, H., & Thomas, W. A. (2021). Pengaruh Slow Stroke Back Massage Terhadap Kualitas Tidur. *Pengaruh Slow Stroke Back Massage Terhadap Kualitas Tidur Ibu Post Sectio Caesarea Di RS. Bhayangkara Bengkulu*, 2(1), 41–50.
- Octaviana, D. R., & Ramadhani, R. A. (2021). HAKIKAT MANUSIA: Pengetahuan (Knowledge), Ilmu Pengetahuan (Sains), Filsafat Dan Agama Dila. *Filsafat Dan Agama Dila*,

- 5(2), 143–159.
- Pratiwi, I. G. A. P., Khasanah, N. N., & Pratiwi, I. D. (2021). Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Leaflet terhadap Pengetahuan Ibu tentang Terapi Musik untuk Bayi Prematur. *Jurnal Keperawatan Anak*, 4(1), 9-16.
- Ratnaningsih, T., & Arista, D. (2020). The Effect of Classical Music Therapy on Sleep Disorders of Children Hospitalized at Sakinah Islamic Hospital Mojokerto Regency. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 7(3), 338–345.
- Rosmaria. (2021). Pengaruh Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Obsgin*, 13(3), 79–85.
- Rosyidah, N., & Fatmawati, Y. (2019). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan ibu post partum primipara tentang asi eksklusif di rumah sakit 'aisyiyah kudas. *Prosiding HEFA*, 018, 108–113.
- Safitri, M. N., Argarini, D., & Widiastuti, S. (2022). Analisis Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Terhadap Pengelolaan Demam Pada Anak Balita Di Perum Puri Bukit Depok. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 2(3), 401–409.
- Sawitri, A. J., Purwanto, B., & -, I. (2021). Birth Weight and Birth Length Affecting Stunting Incident in Toddler. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 5(3), 325–332.
- Senggo' Palayukan, S. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perubahan Kualitas Tidur Mahasiswa Universitas Megarezky Makassar. *Nursing Inside Community*, 2(2), 59–63.
- Senjaya et al. (2022). DUKUNGAN KELUARGA PADA ODHA YANG SUDAH OPEN STATUS DI KABUPATEN GARUT. *Jurnal Cakrawala ilmiah*