

INTISARI

Latar Belakang : Hospitalisasi pada anak bisa menyebabkan gangguan tidur pada anak. Pemenuhan kebutuhan tidur yang optimal pada anak merupakan hal yang penting bagi fungsi imun dan kesembuhan anak. Terapi musik suara alam menjadi salah satu terapi non farmakologis yang dapat meningkatkan kondisi fisik, mental dan kualitas tidur pada anak usia sekolah.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui pengaruh terapi musik suara alam terhadap kualitas tidur anak usia sekolah yang menjalani hospitalisasi.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif pra eksperimental dengan rancangan metodologi *One Group Pretest-Posttest Research Design* dengan responden penelitian berjumlah 33 responden. Penelitian ini menggunakan intervensi terapi musik suara alam dari aplikasi *white noise* dengan pengukuran kualitas tidur menggunakan kuesioner CSHQ pada pre dan post intervensi. Analisis penelitian menggunakan uji hipotesa dengan Mc Nemar.

Hasil: Hasil uji bivariat menunjukkan nilai signifikan pada post test dengan nilai $p= 0,002$ atau $p<0,005$.

Kesimpulan: Terdapat pengaruh signifikan terapi musik suara alam terhadap kualitas tidur anak usia sekolah yang menjalani hospitalisasi.

Kata Kunci: Kualitas Tidur, Anak Usia Sekolah, Hospitalisasi, *Nature sound*

ABSTRACT

Background: Hospitalization in children can cause sleep disturbances. Ensuring optimal sleep in children is essential for immune function and recovery. Nature sound music therapy has become one of the non-pharmacological therapies that can improve physical and mental conditions as well as sleep quality in school-age children.

Research Objective: To determine the effect of nature sound music therapy on the sleep quality of school-age children undergoing hospitalization

Method: This study is a quantitative pre-experimental research with a One Group Pretest-Posttest Research Design methodology. The study involved 33 respondents. The intervention used nature sound music therapy from a white noise application, with sleep quality measured using the CSHQ questionnaire before and after the intervention. Hypothesis testing was performed using the McNemar test.

Results: The bivariate analysis showed a significant result in the post-test, with a p-value of 0.002 ($p < 0.005$).

Conclusion: There is a significant effect of nature sound music therapy on the sleep quality of school-age children undergoing hospitalization.

Keywords: Sleep Quality, School-Age Children, Hospitalization, Nature Sound