

**PENGARUH TERAPI MUSIK RINDIK TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA PUTRI  
DI SMA NEGERI 1 NUSA PENIDA**



**SKRIPSI**

**Oleh:**

**NI KOMANG SARMINI**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2025**

**PENGARUH TERAPI MUSIK RINDIK TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA PUTRI  
DI SMA NEGERI 1 NUSA PENIDA**

**Skripsi**

**Diajukan oleh:**

**NI KOMANG SARMINI**

**NIM. A1224032**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2025**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGARUH TERAPI MUSIK RINDIK TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA PUTRI  
DI SMA NEGERI 1 NUSA PENIDA**

**Diajukan oleh:**

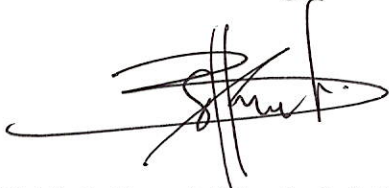
**NI KOMANG SARMINI**

**NIM. A1224032**

**Badung, 26 Juni 2025**

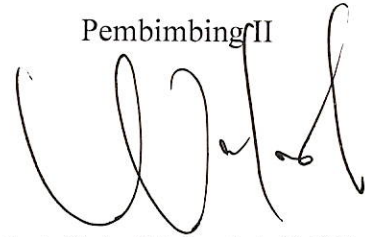
**Telah Disetujui oleh Dosen pembimbing**

Pembimbing I



Bdn. Ni Made Eggar Adhiestiani, S.ST., M.Keb  
NIDN: 0815019101

Pembimbing II



Dr. Bdn. Luh Putu Widiastini, S.SiT., M.Kes  
NIDN: 01126098501

Mengetahui  
Program Studi Sarjana Kebidanan  
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb  
NIDN: 0808068701

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN  
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI**

**Tanggal: 7 Juli 2025**


**Yang terdiri dari:**

Ketua



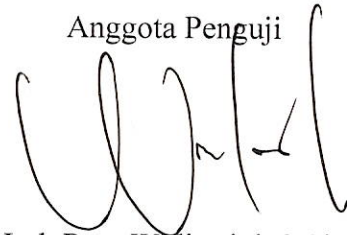
Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST., M.Kes  
NIDN: 0821098803

Sekretaris Penguji



Bdn. Ni Made Egar Adhiestiani, S.ST., M.Keb  
NIDN: 0815019101

Anggota Penguji



Dr. Bdn. Luh Putu Widiastini, S.SiT., M.Kes  
NIDN: 01126098501

Mengetahui  
Program Studi Sarjana Kebidanan  
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb  
NIDN: 0808068701

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI  
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**

**Skripsi, Juni 2025**

Ni Komang Sarmini

Pengaruh Pemberian Terapi Musik Rindik Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri di SMA Negeri 1 Nusa Penida

(xiv + 68) halaman + 6 tabel + 3 gambar + 15 lampiran

**ABSTRAK**

Masa remaja merupakan fase transisi yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan sosial yang dapat memicu berbagai masalah kesehatan, salah satunya adalah kecemasan. Terapi musik tradisional rindik, diketahui memiliki efek relaksasi yang dapat menurunkan tingkat kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi musik rindik terhadap tingkat kecemasan remaja putri di SMA Negeri 1 Nusa Penida.

Penelitian menggunakan desain *quasi experimental* dengan rancangan *non-equivalent control group design* yang dilakukan pada bulan Mei 2025. Sampel terdiri dari 70 siswi, masing-masing 35 orang pada kelompok intervensi dan kontrol, yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner karakteristik responden dan *Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS)* untuk mengukur tingkat kecemasan pada saat *pre-test* dan *post-test*. Analisis data dilakukan secara deskriptif dan komparatif.

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan yang signifikan pada kelompok intervensi setelah diberikan terapi musik rindik ( $p < 0,05$ ), sedangkan kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan signifikan ( $p > 0,05$ ). Hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh pemberian terapi musik rindik terhadap tingkat kecemasan remaja putri di SMA Negeri 1 Nusa Penida ( $p < 0,05$ ).

Dengan demikian, terapi musik rindik terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan pada remaja putri dan dapat direkomendasikan sebagai metode alternatif dalam mengatasi kecemasan pada remaja.

Kata Kunci : Kecemasan, Musik Rindik, Remaja  
Daftar Pustaka : 58 (2015-2024)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI  
BACHELOR DEGREE OF MIDWIFERY PROGRAM**

**Undergraduate thesis, June 2025**

Ni Komang Sarmini

The Effect of Rindik Music Therapy on Anxiety Levels among Female Adolescents at  
SMA Negeri 1 Nusa Penida

xiv + 68 pages + 6 tables + 3 figures + 15 appendices

**ABSTRACT**

Adolescence is a transitional phase characterized by physical, emotional, and social changes that may trigger various health problems, including anxiety. Traditional rindik music therapy is known to have a relaxing effect that can reduce anxiety levels. This study aimed to determine the effect of rindik music therapy on the anxiety levels of female adolescents at SMA Negeri 1 Nusa Penida.

This research employed a quasi-experimental design with a non-equivalent control group design, conducted in May 2025. The sample consisted of 70 students, with 35 in the intervention group and 35 in the control group, selected based on inclusion and exclusion criteria. Data were collected using a respondent characteristics questionnaire and the Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS) to measure anxiety levels during the pre-test and post-test. Data were analyzed descriptively and comparatively.

The results showed a significant decrease in anxiety levels in the intervention group after receiving rindik music therapy ( $p < 0.05$ ), while the control group showed no significant change ( $p > 0.05$ ). The findings indicate that rindik music therapy significantly affects the anxiety levels of female adolescents at SMA Negeri 1 Nusa Penida ( $p < 0.05$ ).

In conclusion, rindik music therapy is effective in reducing anxiety among female adolescents and is recommended as an alternative method for managing adolescent anxiety.

Keywords : Anxiety, Rindik Music, Adolescents

References : 58 (2015-2024)

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Komang Sarmini

NIM : A1224032

Jurusan : Sarjana Kebidanan

Judul : “Pengaruh Terapi Musik Rindik Terhadap Tingkat Kecemasan pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Nusa Penida”

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi ini saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila nanti dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini adalah jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 30 Juni 2025



(Ni Komang Sarmini)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat-Nya, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Musik Rindik Terhadap Tingkat Kecemasan pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Nusa Penida ”.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat bimbingan, pengarahan dan bantuan dari semua pihak sehingga skripsi ini bisa diselesaikan tepat pada waktunya. Untuk itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Ir. I Putu Santika, SE., M.M., selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb., selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.
3. Ibu Bdn. Ni Made Eggar Adhiestiani, S.ST., M.Keb., selaku dosen pembimbing I atas, bimbingan dan masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Bdn. Luh Putu Widiastini, S.SiT., M.Kes, selaku dosen pembimbing II atas, bimbingan dan masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

5. Segenap Dosen Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.
6. Bapak I Ketut Wirta, S.Pd., M.Pd., selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Nusa Penida, yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian di sekolah yang beliau pimpin.
7. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam menyusun skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya, bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, saran dan kritik yang bersifat membangun sangat penulis harapkan untuk perbaikan selanjutnya. Sehingga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Badung, Juni 2025

Penulis,

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iiii
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
DAFTAR SINGKATAN .....	xvi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan .....	3
1. Tujuan Umum .....	3
2. Tujuan Khusus .....	4
D. Manfaat .....	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	7
A. Kajian Teori .....	7
1. Remaja .....	7
2. Kecemasan pada Remaja .....	12
3. Musik Tradisional Rindik .....	21
B. Kajian Empiris .....	26
C. Kerangka Teori .....	29
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL .....	30

A. Kerangka Konsep .....	30
B. Hipotesis .....	31
C. Variabel Penelitian .....	31
D. Definisi Operasional .....	31
BAB IV METODE PENELITIAN .....	32
A. Desain Penelitian .....	32
B. Populasi dan Sampel Penelitian .....	33
1. Populasi .....	33
2. Sampel .....	33
C. Tempat Penelitian .....	34
D. Waktu Penelitian .....	34
E. Etika Penelitian .....	35
F. Alat Pengumpulan Data Penelitian .....	37
G. Prosedur Pengumpulan Data .....	39
1. Prosedur Administrasi .....	39
2. Prosedur Teknis .....	39
H. Pengolahan Data .....	42
I. Rencana Analisis Data .....	43
BAB V HASIL PENELITIAN.....	45
A. Waktu dan Tempat Penelitian.....	45
B. Analisis Deskriptif .....	46
C. Analisis Komparatif .....	47
BAB VI PEMBAHASAN.....	51
A. Karakteristik Sosiodemografi Remaja Putri di SMA Negeri 1 Nusa Penida.....	51
B. Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Tingkat Kecemasan Remaja Putri di SMA Negeri 1 Nusa Penida pada Kelompok Intervensi .....	52
C. Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Tingkat Kecemasan Remaja Putri di SMA Negeri 1 Nusa Penida pada Kelompok Kontrol.....	54
D. Pengaruh Pemberian Terapi Musik Rindik Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja di SMA Negeri 1 Nusa Penida.....	55

E. Kelemahan Penelitian .....	56
F. Implikasi Penelitian.....	57
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan .....	58
B. Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tingkat Kecemasan .....	16
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	31
Tabel 5.1 Karakteristik Sosiodemografi Remaja Putri di SMA Negeri 1 Nusa Penida .....	46
Tabel 5.2 Perbedaan Tingkat Kecemasan Remaja Putri di SMA Negeri 1 Nusa Penida Sebelum dan Sesudah diberikan Terapi Musik Rindik pada Kelompok Kontrol .....	48
Tabel 5.3 Perbedaan Tingkat Kecemasan Remaja Putri di SMA Negeri 1 Nusa Penida Sebelum dan Sesudah diberikan Terapi Musik Rindik pada Kelompok Intervensi.....	49
Tabel 5.4 Pengaruh Pemberian Terapi Musik Rindik Terhadap Kecemasan pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Nusa Penida.....	50

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori .....	29
Gambar 3.1 Kerangka Konsep .....	30
Gambar 4.1 Desain Penelitian Pengaruh Terapi Musik Rindik Terhadap Tingkat Kecemasan pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Nusa Penida .....	32

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Waktu Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 2 Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Izin Studi Pendahuluan dari SMA Negeri 1 Nusa Penida
- Lampiran 4 Surat Permohonan Uji Etik
- Lampiran 5 Surat Kelayakan Etik dari Komite Etik STIKES Bina Usada Bali
- Lampiran 6 Surat Permohonan Uji Penelitian
- Lampiran 7 Surat Izin Penelitian dari SMA Negeri 1 Nusa Penida
- Lampiran 8 Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 9 Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*Informed Consent*)
- Lampiran 10 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 11 Standar Operasional Prosedur (SOP) Pemberian Terapi Musik Rindik
- Lampiran 12 Tabulasi Data
- Lampiran 13 Output Analisis Data
- Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 15 Lembar Bimbingan

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Asrori, M. (2017). *Psikologi Remaja : Perkembangan Peserta Didik* (12th ed.). Bumi Aksara.
- Aprilia, N., & Husanah, E. (2021). Terapi Musik Klasik Pada Ibu Hamil Trimester III dalam Mengurangi Kecemasan Terhadap Persalinan. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(2), 132–141. <https://doi.org/http://doi.org/10.25311/jktVol1.Iss2.683>
- Apriliana, I. P. A. (2018). Tingkat Kecemasan Siswa SMK Menghadapi Ujian Nasional Berbasis Komputer Tahun 2018. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 37–44. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v8i1.2341>
- Apriyeni, E., & Patricia, H. (2020). Faktor Determinant yang Mempengaruhi Kecemasan Remaja pada Masa Pandemi. *Jurnal Keperawatan*, 14(2), 481–488.
- BKPK Kemenkes RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dalam Angka (Data Akurat Kebijakan Tepat)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- BNN. (2019). *Penggunaan Narkoba di Kalangan Remaja Meningkat*. Puslidatin Badan Narkotika Nasional. <http://bnn.go.id/penggunaan-narkotika-di-kalangan-remaja-meningkat/>
- BPS. (2022). *Konsumsi Alkohol Oleh Penduduk Umur >= 15 tahun dalam Satu Tahun Terakhir (Liter Per Kapita) 2021-2022*. Badan Pusat Statistik. <http://bps.go.id/ststistic-table/2/MTQ3NSMy/alcohol-consumption-among-population-ages-15-years-and-older-within-the-last-years.html?>
- Cahyani, N. P. (2023). Terapi Musik : Mengoptimalkan Pengobatan Tradisional dengan Pendekatan Holistik pada Remaja. *Jurnal Multidisiplin West Science*, 02(06), 452–461.
- Center of Reproductive Health, Queensland, U. of, & Johns Bloomberg Hopkins School of Public Health. (2022). *Indonesia-National Adolencent Mental Health Survey (I-NAHMS): Laporan Penelitian*. Pusat Kesehatan Reproduksi Universitas Gajah Mada.
- Daisy, Lovely, et al. (2022). *Modul Kesehatan Reproduksi Remaja Tingkat SMA dan Sederajat untuk Guru*. Kementerian Kesehatan.
- Dewi, I. A. M. C., Gunadi, I. G. A., & Indrawan, G. (2022). Gamelan Rindik Classification Based On Mood Using K - Nearest Neighbor Method. *Jurnal Mantik*, 6(2), 1693–1702.
- Fadilah, W. F., Sunaryanti, Sri, S. H., & Handayani, R. T. (2024). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa. *Journal of Language and Health*, 5(2), 445–452.

- Fauziah, N. A., Komalasari, K., Primadevi, I., & Farokah, A. (2021). Senam Yoga Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1), 171–174. <https://doi.org/https://doi.org/10.30604/jika.v6is1.780>
- Feist, J., & J., F. G. (2018). *Teori Kepribadian (Theories of Personality)* (Ketujuh). Salemba Humanika.
- First Aid of Mental Health. (2023). *Indonesia Mental Health Survey*. First Aid of Mental (FAM) Health Indonesia.
- Gayatri, P. R., Pratiwi, W. N., & Pujiastutik, Y. E. (2022). Pengaruh terapi Musik Mozart Terhadap Penurunan Stres Mahasiswa dalam Menghadapi Skripsi di Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri. *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 1036–1141.
- Geraldina, A. M. (2017). Terapi Musik: Bebas Budaya atau Terikat Budaya. *Buletin Psikologi*, 25(1), 45. <https://doi.org/http://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.27193>
- Gintari, K. W., Jayanti, D. M. D., Laksmi, I. G. A. P. S., & Sintari, S. N. N. (2023). Kesehatan Mental pada Remaja. *Nursepedia: Journal Nursong Research Publication Media*, 2(3), 167–183. <https://doi.org/10.55887/nrpm.v2i3.49>
- Hanser, S. B. (2016). *Integrative health through music therapy: Accompanying the journey from illness to wellness*. Palgrave Macmillan.
- Harsemadi, I. G., & Sudarma, I. M. (2017). Penggolongan Musik Terhadap Suasana Hati Menggunakan Metode K-Means. *Konferensi Nasional Sistem & Informatika 2017 STMIK STIKOM Bali*, 49–54.
- Hastuti, R. (2021). *Psikologi Remaja*. Andi Offset.
- Hidayati, E., & Nurwanah, N. (2019). Tingkat Kecemasan Terhadap Prestasi Akademik Pengurus Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 3(1), 13. <https://doi.org/https://doi.org/10.24269/ijhs.v3i1.1598>
- Jabir, M. A. (2024). Gambaran Gangguan Mental Emosional pada Remaja SMA Wilayah Bangkala Antang di Kota Makassar. *Magna Salus: Jurnal Keunggulan Kesehatan*, 06(2), 52–58.
- Jannah, R., & Wicaksono, H. (2024). Kajian Analisis Instrumen Gending Banyuwangi Sebagai Media Intervensi Relaksasi Bagi Remaja yang Mengalami Kecemasan. *JUANG: Jurnal Wahana Konseling*, 7(2), 279–288.
- Kementerian Kesehatan. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kemertian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Kementerian Kesehatan. (2020). *Remaja 10-18 Tahun*.
- Kennedy, J. (2024). *Psikologi Musik: Penyembuhan Mental dengan Harmoni dan Irama*. INCA University. <https://inca.ac.id/psikologi-musik/>

- Kusumadewi, M., & Ariani, N. K. P. (2019). Prevalens Social Anxiety Disorder Pada Remaja di SMA Negeri 4 Denpasar. *E-Jurnal Medika*, 8(4), 4–9.
- Lu, G., Jia, R., Liang, D., Yu, J., Wu, Z., & Chen, C. (2021). Effects of Music Therapy on Anxiety: A Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Psychiatry Research*, 304(114137). <https://doi.org/http://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.114137>
- Malinda, N. T., Damajanti, M. N., Muljosumarto, C., Studi, P., Komunikasi, D., Seni, F., & Petra, U. K. (2017). Menstruasi Pertama Untuk Anak Perempuan Usia 9-12 TAHUN. *Jurnal Desain Komunikasi Virtual Adiwarna*, 2004.
- Manurung, A. M. (2024). *Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMAN 21 Medan Tahun Ajaran 2022/2023* [Universitas Islam Sumatra Utara]. <https://repository.uisu.ac.id/handle/123456789/3159>
- Margiyati, & Cahyo, B. D. (2022). Penerapan terapi Musik dalam Menurunkan Kecemasan Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19 di Keluarga Wilayah Binaan Puskesmas Pegandan Semarang. *Jusrnal Sisthana*, 7(2), 43–51.
- Muyasaroh, H. (2020). *Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam Menghadapi Pandemi Covid-19*.
- Ningtias, D. (2020). *Efektifitas Terapi Musik untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Remaja dalam Menghadapi Ujian di SMK Kesehatan Surabaya*. Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya.
- Nuramdani, M. (2021). *Sound Healing, Terapi Musik yang Mengobati Masalah Fisik dan Mental*. Dokter Sehat: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://doktersehat.com/psikologi/kesehatan-mental/sound-healing-terapi-musik-yang-mengobati-masalah-fisik-dan-mental/>
- Nursalam. (2018). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika.
- Prasetyo, D., Bakar, A., & Nurbaity. (2018). Terapi Musik Untuk Mengurangi Tingkat Stres Akademik Pada Siswa SMA Negeri 5 Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 3(3), 19–24.
- Pratama, A. A., & Wardana, K. E. L. (2024). Menurunkan Dampak Psikologis Saat Kemoterapi pada Pasien CA Mamae dengan terapi Gayatri Mantram dan Rindik Bali. *Jurnal Keperawatan*, 16(1), 291–300.
- Pratama, R. N., & Puspitosari, W. A. (2019). Terapi Musik dalam Menurunkan Tingkat Depresi pada Lansia: A Literatur Review. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 6(2), 606–614.
- Putri, T. H., Hany, F. R., & Fujiana, F. (2024). Karakteristik Remaja yang Mengalami Kecemasan di Masa Pubertas. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKP)*, 12(2), 281–290.

- Rahayu, N. L. N., Wati, N. M. N., Dewi, N. L. P. T., & Subhaktiyasa, P. G. (2021). Pengaruh Gayatri Mantra & Emotional Freedom Technique (Geft) Terhadap Academic Burnout Syndrome Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 6(2), 100. <https://doi.org/https://doi.org/10.32419/jppni.v6i2.215>
- Sadock, B. J., Ahmad, S., & Sadock, V. A. (2019). *Kaplan & Sadock's Pocket handbook of clinical psychiatry* (6th ed.). Wolters Kluwer.
- Sanjiwani, A. A. S., & Dewi, N. L. P. T. (2022). Manfaat Musik Tradisional terhadap Stres: A Literature Review. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 13(2), 316–322. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33846/sf13210>
- Sari, N. L. P. D. Y., & Martini, N. M. D. A. (2023). The Increasing Level of Comfort and Decreasing Blood Pressure of Hypertensive Elderly with “ TERTARIK ” (Terapi Tertawa dengan Musik Rindik). *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 11(1), 43–53. <https://doi.org/10.32668/jitek.v11i1.1340>
- Setyowati, A., Chung, M. H., & Yusuf, A. (2019). Development of Self Report Assesment tool for Anxiety Among Adolescents: Indonesian version of the Zung Self-rating Anxiety Scale. *Journal of Public Health in Africa*, 10.
- Setyowati, Anggi, Chung, M., & Yusuf, A. (2019). Development of self-report assessment tool for anxiety among adolescents: Indonesian version of the Zung self-rating anxiety scale. *Journal of Public Health in Africa*, 10(s1:1172), 14–18. <https://doi.org/10.4081/jphia.2019>
- Stuart, G. W., & Sundeen. (2016). *Principle and Practice of Psychiatric Nursing* (Edition, 1). Elsevier.
- Sugiharno, R. T., Ari Susanto, W. H., & Wospakrik, F. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Tugas Akhir. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 1189–1197. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jks.v5i2.3760>
- Sugiyono, P. D. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Swarjana, I. K. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Andi Offset.
- Timiyatun, E., Darmawan, A. I., Oktavianto, E., & Setyawan, A. (2021). Korelasi Perilaku Spiritual dengan Tingkat Kecemasan Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan I Bantul Yogyakarta. *Medika Respati: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 16(3), 231–238.
- Tripriantini, S. I., Hidayati, N. O., & Emaliyawati, E. (2019). Gambaran Tingkat Kecemasan Siswa SMA Korban Cyberbullying di SMA Negeri 27 Kota Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, 7(2), 11–19.
- Vildayanti, H., Puspitasari, I. M., & Sinuraya, R. K. (2018). Review: Farmakoterapi Gangguan Anxietas. *Farmaka*, 16(1), 196–213.

- Wahyudi, Aprilia, D. P., & Riyanto. (2022). *Penerapan Terapi musik Untuk Menurunkan kecemasan Akademik pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan Bogor Poltekkes Kemenkes Bandung*. Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung.
- WHO. (2024). *Mental Health of Adolescent*. World Health Organization (WHO). [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health/?gad\\_source=1&gclid=Cj0KCQIA88a5BhDPArisAFj595hUhR2KJlz4qukrNJU73Utdp9hXf2ZvpbMfHTUmV3yHhu5pLKznA3kaAjmWEALw\\_wcB](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health/?gad_source=1&gclid=Cj0KCQIA88a5BhDPArisAFj595hUhR2KJlz4qukrNJU73Utdp9hXf2ZvpbMfHTUmV3yHhu5pLKznA3kaAjmWEALw_wcB)
- Widiartha, I. M., & Muliantara, A. (2016). Rindik Voice Synthesis Using Modified Frequency Modulation As Bali Cultural Preservation Efforts. *Kursor: Jurnal Ilmiah Menuju Solusi Teknologi Informasi*, 8(3), 151–158.
- Widyawati. (2018). *Bagi Para Remaja, Kenali Perubahan Fisik untuk Menghindari Masalah Seksual*. Kementerian Kesehatan RI.
- Yusmini, N. P. W. H. F. (2023). *Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Psot Apendektomi Dengan Intervensi Terapi Musik Rindik di Rumah Sakit TK II Udayana tahun 2023*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
- Zung, W. W. K. (1971). A rating instrument for anxiety disorders. *Psychosomatics*.