

ABSTRAK

Nyeri haid merupakan kondisi yang sangat mengganggu dan membuat seseorang menjadi tidak nyaman. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi musik terapi dzikir terhadap tingkat nyeri haid pada santri kelas VII dan VIII di Pondok Darussalam Tambak Madu Surabaya.

Desain penelitian ini adalah *Pra-Experimental* dengan rancangan *One-group Pra-post test design*. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah seluruh penderita nyeri haid di Pondok Darussalam Tambak Madu Surabaya sebesar 15 responden diambil dengan tehnik *total sampling*. Variabel independen pemberian terapi musik dzikir. Variabel dependen tingkat nyeri. Instrumen penelitian menggunakan mp3 dan lembar observasi. Data dianalisis menggunakan uji *Paired t-test* dengan tingkat kemaknaan $= 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum (*pre-test*) diberikan tindakan terapi musik dzikir rata-rata nyeri 5.27 (nyeri sedang), dan sesudah diberikan tindakan (*post-test*) terapi musik dzikir memiliki rata-rata nyeri haid dengan skala 3.33 (nyeri ringan). Setelah dilakukan uji *Paired t-test* didapatkan value 0,000 dan $= 0,05$. Berarti $<$, maka H_0 ditolak.

Terapi musik dzikir efektif mengalami tingkat nyeri haid sedang pada santri kelas VII dan VIII di Pondok Darussalam Tambak Madu Surabaya. Pondok pesantren dapat memfasilitasi santri untuk dapat mendengarkan musik dzikir saat nyeri haid.

Kata kunci : Terapi Musik Dzikir, Tingkat nyeri haid