ABSTRAK

Insomnia dapat dikenal sebagai gangguan tidur yang paling sering dialami oleh banyak orang di dunia karena pada saat itu seseorang akan mengalami kesulitan untuk tidur ataupun mengalami kesulitan untuk mempertahankan tidur dan kualitas tidur akan memburuk. Mengetahui pengaruh terapi murottal terhadap kualitas tidur pada lansia insomnia di UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto.

Desain dalam penelitian ini adalah *Pre Experimen* dengan pendekatan *control group design* untuk *Randomized Control Group Design.pre experimen* dengan rancangan *pre-test* dan *post-test pre Experimen*. Uji statistik dalam penelitian ini menggunakan uji t tets. Sedangkan populasi terjangkau dalam penelitian ini adalah lansia yang menderita insomnia berjumlah 32 lansia yang telah disesuaikan dengan kriteria yang dibuat oleh peneliti.

Berdasarkan hasil uji independent sample T test didapatkan nilai *p value* 0,000 < 0,05 yang artinya terdapat pengaruh terapi murotal terhadap kualitas tidur di UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto.

Diketahui bahwa kualitas tidur lansia sebelum diberikan terapi murottal sebagian besar responden mengalami insomnia berat sebesar 17 orang (53,1%). Sedangkan bahwa kualitas tidur lansia sesudah diberikan terapi murottal Di UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto paling banyak mengalami insomnia ringan sebanyak 13 responden (40,6%).

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu dalam keperawatan jiwa dan gerontik sebagai bahan masukan bagi perawat di UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto terhadap lansia insomnia dengan adanya terapi murottal.

**Kata Kunci : Murottal,kualitas,tidur,lansia,insomnia**