

## EFEKTIFITAS INSTRUMEN MUSIK TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA IBU BERSALIN DI PMB BIDAN INTAN HARYADIE

Imas Maslahhul Islaiah<sup>1\*</sup>, Sukarni Setya Ningsih<sup>2</sup>

<sup>1-2</sup>Program Studi Ilmu Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

Email Korespondensi: imasmaslahhulislaiah01@gmail.com

Disubmit: 24 Juli 2023

Diterima: 13 Oktober 2023

Diterbitkan: 01 Desember 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i12.11173>

### ABSTRACT

*Background is relaxation therapy is an alternative that can be given to reduce anxiety responses. This can help patients relax and can improve various aspects of physical health as well as be able to control themselves so that they can take the right response when they are in a stressful situation. The purpose of this study was to determine the effectiveness of musical instruments in reducing anxiety levels in mothers giving birth at PMB Midwife Intan Haryadie. This type of research is a quantitative research with an experimental method of 35 respondents. The results of this study indicate that there is an influence between musical instrument therapy on reducing anxiety levels in mothers giving birth at PMB Intan Haryadie.*

**Keywords:** *Musical Instrument Therapy, Anxiety Level, Maternity Mother*

### ABSTRAK

Latar belakang adalah terapi relaksasi merupakan salah satu alternatif yang dapat diberikan untuk mengurangi respon kecemasan. Hal ini dapat membantu pasien menjadi rileks dan dapat memperbaiki berbagai aspek kesehatan fisik serta dapat mengontrol diri sehingga dapat mengambil respon yang tepat saat berada dalam situasi menegangkan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas instrumen musik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu bersalin di PMB Bidan Intan Haryadie. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis metode eksperimen terhadap 35 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara terapi instrumen musik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu bersalin di PMB Intan haryadie.

**Kata Kunci:** Terapi Instrumen Musik, Tingkat Kecemasan, Ibu Bersalin

## PENDAHULUAN

Kecemasan terhadap tindakan persalinan disebabkan oleh berbagai faktor. Salah satunya adalah kurangnya pengetahuan pasien persalinan dan keluarganya tentang tindakan yang dilakukan. Selain itu juga dapat disebabkan karena kurangnya sikap perawat dalam mengaplikasikan pencegahan kecemasan pada klien dan keluarga yang berhubungan dengan tindakan yang dilakukan (Hamid, 2008). Menurut Long (2001), sebagian besar individu yang akan menjalani anastesi mengalami nyeri, takut gagal atau pada kondisi yang lebih buruk. Hal ini dimanifestasikan dengan kehilangan perubahan fisik terutama sering menarik nafas dalam, gelisah, gangguan tidur, meningkatnya frekuensi nadi, gerakan-gerakan tangan yang tidak terkontrol, telapak tangan yang lembab, menanyakan pertanyaan yang sama berulang kali dan sering berkemih.

Didalam keadaan cemas kemampuan seseorang dalam mempersepsikan stimulus yang berasal dari individu akan mengalami suatu penyempitan bahkan bisa terjadi suatu penyimpangan dalam tingkat panik. Akibat dari kondisi kecemasan berat dan panik, hal-hal yang dilakukan sebelum tindakan operasi yang dipersepsikan secara tidak baik bahkan bisa menyebabkan penyimpangan, hal ini dapat mengakibatkan terhambatnya proses persalinan ataupun dalam proses pemulihan pasca persalinan (Agustina, 2018).

Terapi relaksasi merupakan salah satu alternatif yang dapat diberikan untuk mengurangi respon kecemasan. Hal ini dapat membantu pasien menjadi rileks dan dapat memperbaiki berbagai aspek kesehatan fisik serta dapat mengontrol diri sehingga dapat

mengambil respon yang tepat saat berada dalam situasi menegangkan (Prabowo, 2012). Musik telah terbukti dapat mengendalikan tingkat neurofisiologis yang dapat membuat efek relaksasi melalui respon saraf sentral dan otonom. Musik dapat memicu system limbic di otak untuk melepaskan hormone endorphen, sehingga dapat meningkatkan rasa yang nyaman. Musik adalah suatu komponen yang dinamis yang bisa mempengaruhi baik psikologis maupun fisiologis bagi pendengarnya (Novita, 2012).

Penelitian yang sama dilakukan oleh penelitian Primasari (2017), tentang pengaruh *progressive muscle relaxation* terhadap kecemasan ibu pre bersalin di Ruang Bersalin. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh *progressive muscle relaxation* terhadap kecemasan ibu sebelum persalinan di Ruang Bersalin dengan nilai  $p=0.000$ .

Penelitian yang dilakukan oleh Sukron (2018) menunjukkan bahwa ada perbedaan signifikan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah mendengarkan terapi musik klasik dengan nilai  $p=0,009$ . Pada penelitian ini terlihat perbedaan nilai mean antara sebelum dan setelah adalah 1,688 dengan standar deviasi 2,24. Sehingga dapat disimpulkan terapi musik klasik sangat efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu sebelum persalinan.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang efektifitas instrumen musik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu bersalin di PMB Bidan Intan Haryadie.

## TINJAUAN PUSTAKA

### Konsep Kecemasan

Istilah kecemasan dalam bahasa Inggris yaitu Anxiety yang berasal dari Bahasa Latin *angustus* yang memiliki arti kaku, dan *ango*, *anci* yang berarti mencekik (Annisa & Ildil, 2016). Sedangkan menurut Nietzal kecemasan berasal dari bahasa Latin (*anxius*) dan dari bahasa Jerman (*anst*) yaitu suatu kata yang digunakan untuk menggambarkan efek negatif dan rangsangan fisiologis.

Tanda Gejala Kecemasan Menurut Harini (2013) gejala-gejala yang timbul ketika cemas yaitu: (1). Gejala fisik (gugup, gemetar, nafas berat atau sulit bernafas, tangan berkeringat dan lembab, sulit bicara, detak jantung cepat, badan terasa panas dingin mendadak, mual, kerongkongan atau mulut terasa kering, pusing, leher atau punggung terasa kaku). (2). Gejala tingkah laku (behavioral) (perilaku menghindar, perilaku tergantung, dan bingung). (3). Gejala kognitif (khawatir terhadap sesuatu, percaya bahwa sesuatu yang berbahaya akan terjadi tanpa sebab yang jelas, merasa terancam oleh peristiwa yang secara normal sebenarnya tidak mengancam, takut lepas kendali, takut tidak mampu mengatasi masalah, berpikir bahwa

pikiran yang mengganggu selalu muncul berulang-ulang, berpikir harus lari dari keramaian, kesulitan konsentrasi, atau memfokuskan pikiran).

### METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis metode eksperimen pada penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh terapi instrumen musik terhadap ibu pra bersalin. Penelitian ini akan dilakukan dengan menggunakan eksperimen design yaitu penelitian yang di dalamnya ditemukan minimal satu variabel yang dimanipulasi untuk mempelajari hubungan dan sebab akibat.

Populasi penelitian ini adalah keseluruhan ibu bersalin di PMB Bidan Intan Haryadie. Berdasarkan data yang diketahui terdapat 35 orang yang melakukan persalinan pada bulan Januari hingga Februari tahun 2023.

Pada penelitian ini sampel yang digunakan adalah quasi eksperimen menggunakan *Two Group* di PMB Bidan Intan Haryadie. Adapun cara pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling sebanyak 35 orang ibu bersalin.

## HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Rata-Rata Kecemasan Pada Responden Sebelum Dan Setelah Diberi Instrumen Musik Klasik Pada Ibu Bersalin Di PMB Intan Haryadie

Kecemasan	N	Min	Max	Mean	Selisih Mean	SD
Pre-Test	35	7	18	13.11	6.45	2.610
Post-Test	35	4	15	6.66		2.743

Sumber : Data Primer 2023

Hasil tabel 1 di atas menunjukkan bahwa rata-rata kecemasan sebelum diberi terapi

instrumen musik sebesar 13,11 dan kecemasan setelah diberikan instrumen musik adalah sebesar 6,66

dengan selisih rata-rata kecemasan adalah sebesar 6,45 yang artinya

setelah diberikan instrumen musik kecemasan menurun menjadi 6,45.

**Tabel 2 Rata-Rata Kecemasan Pada Responden Sebelum Dan Setelah Diberi Instrumen Musik Modern Pada Ibu Bersalin Di PMB Intan Haryadie**

Kecemasan	N	Min	Max	Mean	Selisih Mean	SD
Pre-Test	35	4	15	6.66	6.21	2.743
Post-Test	35	6	17	12.13		2.523

Sumber : Data Primer 2023

Hasil tabel 2 di atas menunjukkan bahwa rata-rata kecemasan sebelum diberi terapi instrumen musik sebesar 6,66 dan kecemasan setelah diberikan instrumen musik adalah sebesar 12.13 dengan selisih rata-rata kecemasan adalah sebesar 6,21 yang artinya setelah diberikan instrumen musik kecemasan menurun menjadi 6,21.

Analisis digunakan untuk mengetahui pengaruh terapi instrumen musik terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu bersalin di PMB Intan haryadie dengan menggunakan uji *paired sample t-test* dan sudah dilakukan uji normalitas dengan *Shapiro Wilk* dengan hasil data berdistribusi normal ( $p=0,205>0,05$ ). Hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut. Yaitu:

**Tabel 3 Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Di PMB Intan Haryadie**

Kecemasan	N	Mean	$\Sigma$ Mean	SD	P Value
Pre-Test	35	13.11	6.45	2.610	0.000
Post-Test	35	6.66		2.743	

Sumber : Data Primer 2023

Hasil tabel 3 diperoleh nilai  $p$  value = 0,000 lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$ , berarti ada pengaruh terapi

instrumen musik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu bersalin di PMB Intan haryadie.

**Tabel 4 Pengaruh Terapi Musik Modern Terhadap Penurunan Tingkat kecemasan Pada Ibu Bersalin di PMB Intan haryadie**

Kecemasan	N	Mean	$\Sigma$ Mean	SD	P Value
Pre-Test	35	12.13	6.21	2.423	0.000
Post-Test	35	6.66		2.743	

Sumber : Data Primer 2023

Hasil tabel 4 diperoleh nilai  $p$  value = 0,000 lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$ , berarti ada pengaruh terapi

instrumen musik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu bersalin di PMB Intan haryadie.

## PEMBAHASAN

Pada penelitian ini dapat dilihat berdasarkan dari analisis univariat. Kemudian untuk penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kecemasan sebelum diberikan terapi instrumen musik sebesar 13,11 hasil tersebut menunjukkan bahwa rata-rata ibu bersalin dengan tingkat kecemasan ringan, kondisi kecemasan ringan tersebut dapat disebabkan oleh tindakan pra bersalin yang akan dilakukannya. Hasil penelitian kecemasan setelah diberi instrumen musik klasik adalah sebesar 6,66 dan mengalami penurunan yaitu 6,45 setelah diberi terapi musik instrumen klasik. Selain itu diberikan instrumen musik modern adalah 6,66 dan mengalami penurunan 6,21 hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Agustina (2018) bahwa didalam keadaan cemas kemampuan seseorang dalam mempersepsikan stimulus yang berasal dari individu akan mengalami suatu penyempitan bahkan bisa terjadi suatu penyimpangan dalam tingkat panik. Akibat dari kondisi kecemasan berat dan panik, hal-hal yang dilakukan sebelum melakukan persalinan yang dipersepsikan secara tidak baik bahkan bisa menyebabkan penyimpangan, hal ini dapat mengakibatkan terhambatnya proses persalinan ataupun dalam proses pemulihan pasca bersalin.

Hasil dari analisis bivariat adalah pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu bersalin di PMB Intan Haryadi diperoleh nilai p value 0,000 dimana ini lebih kecil dari 0,05 maka memiliki makna ada pengaruh terapi instrumen musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu bersalin di PMB Intan haryadie. Kemudian hasil pengaruh terapi musik modern terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu bersalin di PMB

Intan Haryadi diperoleh nilai p value 0,000 dimana ini lebih kecil dari 0,05 maka memiliki makna ada pengaruh terapi instrumen musik modern terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu bersalin di PMB Intan haryadie.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Primasari (2017), tentang pengaruh progressive muscle relaxation terhadap kecemasan ibu bersalin di Ruang Bersalin. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh progressive muscle relaxation terhadap kecemasan ibu bersalin di Ruang Bersalin dengan nilai  $p=0.000$ . Penelitian ini sejalan dengan penelitian Supriyanti dan Keumalahayat (2017) menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi instrumen musik yang signifikan untuk mengurangi kecemasan pada ibu bersalin pada kelompok intervensi dan kontrol dengan nilai  $p=0,041$ .

Didalam keadaan cemas kemampuan seseorang dalam mempersepsikan stimulus yang berasal dari individu akan mengalami suatu penyempitan bahkan bisa terjadi suatu penyimpangan dalam tingkat panik. Akibat dari kondisi kecemasan berat dan panik, hal-hal yang dilakukan sebelum tindakan operasi yang dipersepsikan secara tidak baik bahkan bisa menyebabkan penyimpangan hal ini dapat mengakibatkan terhambatnya proses persalinan ataupun dalam proses pemulihan pasca operasi (Agustina, 2008).

Kecemasan terhadap tindakan pra bersalin disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya adalah kurangnya pengetahuan pasien dan keluarganya tentang tindakan yang dilakukan. Selain itu juga dapat disebabkan karena kurangnya sikap perawat dalam mengaplikasikan

pencegahan kecemasan pada klien dan keluarga yang berhubungan dengan tindakan yang dilakukan. hal-hal yang dilakukan sebelum melakukan persalinan yang dipersepsikan secara tidak baik bahkan bisa menyebabkan penyimpangan, hal ini dapat mengakibatkan terhambatnya proses persalinan ataupun dalam proses pemulihan pasca bersalin.

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa efektifitas terapi instrumen musik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu bersalin di PMB Intan haryadie adalah:

1. Rata-rata kecemasan sebelum diberi terapi musik klasik dan setelah diberi terapi musik klasok adalah sebesar 6,66 dengan selisih rata-rata kecemasan adalah sebesar 6,45.
2. Rata-rata kecemasan sebelum diberi terapi musik klasik dan setelah diberi terapi musik klasok adalah sebesar 6,66 dengan selisih rata-rata kecemasan adalah sebesar 6,21.
3. Ada pengaruh terapi instrumen musik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu bersalin di PMB Intan haryadie.

### DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, A. (2008). Hubungan Antara Kematangan Vokasional dengan Kecemasan menghadapi Dunia Kerja. Skripsi (tidak diterbitkan). Surakarta: Fakultas Psikologi UMS
- Carpenito, L, J. (2013). Diagnosa Keperawatan: Aplikasi pada Praktek Klinik (Terjemahan), Edisi 6. Jakarta: EGC
- Djohan. (2013). Psikologi Musik. Yogyakarta: Best Publisher
- Fauzi D.A. (2013). Seksio Caesarea. Jakarta: EGC
- Hendra. (2010). Pengaruh Pemberian Musik Klasik terhadap Prestasi Belajar Matematika Anak. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapianata Kaplan & Sadock. 1997. Buku Ajar Psikiatri Klinis, Ed Ke-2. Jakarta: EGC
- Kasdu, D. (2013). Kapita Selekta Kedokteran. Jakarta: FKUI
- Montgomery. (2011). Faktor Psikologis pra-operasi terhadap efek samping pasca operasi. Jurnal Kesehatan Negoro, R.W. 2017. Pengaruh musik klasik dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien sectio caesarea dengan tindakan subarachnoid blok (sab) di RSU Mitra Delima Bululawang, Malang, Jawa Timur. Jurnal Kesehatan
- Novita, R.V. (2012). Keperawatan Maternitas. Bogor: Ghalia Indonesia
- Nursalam. (2009). Metodologi Penelitian: pendekatan praktis. Jakarta: Salemba Medika
- Notoatdmojo. (2014). Metodologi penelitian kesehatan edisi revisi. Jakarta: Rineka Cipta
- Prabowo, Eko. (2012). Konsep & Aplikasi Asuhan Keperawatan Jiwa. Yogyakarta: Nuha Medika
- Prawirohardjo, S. (2014). Ilmu Kebidanan, Edisi Keempat, Cetakan Ketiga. Jakarta: PT.BPSP
- Potter & Perry, A. G. (2013). Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik, edisi 4, volume 2. Jakarta: EGC
- Puri, A. A. (2015). Faktor-faktor yang berhubungan dengan persalinan sectio caesarea di

- RSUD DR. H Abdul Moeloek Provinsi Lampung. Jurnal Kesehatan
- Rahmawati, M. Primisari. (2017). Pengaruh progressive muscle relaxation terhadap kecemasan pada ibu pre operasi sectio caesarea di Ruang Bersalin. Jurnal Kesehatan
- Saifuddin, A. B. (2014). Panduan Praktik Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal. Jakarta: YBPSP
- Sumelung, V. (2014). Faktor-faktor yang berperang meningkatnya angka kejadian sectio caesarea di Rumah Sakit Umum Daerah Liun Kendage Tahuna. Ejournal Keperawatan (e-Kp) Volume 2, Nomor 1
- Supriyanti dan Keumalahayat. (2017). Pengaruh Terapi Musik Klasik Beethoven untuk Mengurangi Kecemasan Ibu Bersalin Pre Operasi Sectio Caesarea di RSUD Langsa tahun 2015. Jurnal Kesehatan Ilmiah Nasuwakes, Vol. 10, No. 1, April 2017 hal. 20-28
- Stuart, G, W & Sundeen, S.J. (2012). Keperawatan Medikal Bedah. Jakarta: EGC Wenny dkk. 2016. Terapi Musik dan Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi. Jurnal Media Ilmu Kesehatan, Vol. 5, No.1 April 2016
- Winkjosastro, H. (2013). Ilmu Kebidanan, Edisi Ketiga, Cetakan Kedelapan. Jakarta: EGC
- Yuhana, E. (2010). Pengaruh Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya. Surabaya: Universitas Airlangga