

EFEKTIFITAS TERAPI MUSIK DALAM MENURUNKAN KECEMASAN PADA IBU BERSALIN KALA I FASE AKTIF

Rossi Septina¹, Titim Adrianingsih²

¹Department of Midwifery, STIKES Bhakti Pertiwi Indonesia, Indonesia

²TPMB Titim Adrianingsih, Indonesia

*Rossi Septina: rossiseptina19@gmail.com

ABSTRACT : THE EFFECTIVENESS OF MUSIC THERAPY IN REDUCING ANXIETY IN PARTICULAR WOMEN IN THE 1ST ACTIVE PHASE

Background Anxiety in the early stages of delivery is caused by fear of giving birth. Fear of increasing pain, fear of damage or disruption of body shape such as episiotomy, tears, stitches or caesarean section, also the mother is afraid of hurting her child. The mother's understanding of childbirth is a very important factor that influences mobility or not. Mothers who suffer from anxiety or stress influence the hypothalamus to stimulate the adrenal glands which control the pituitary gland. Music therapy is a process that connects the healing aspects of music with conditions and situations of physical, emotional, spiritual, spiritual, cognitive and social needs. The aim of this research is to determine the effect of music therapy in reducing anxiety in mothers giving birth during the first active phase. The data collection method uses primary data. This type of research is quantitative research using quasi experimental design, pre test-post test design, namely before and after music therapy is given. The sample for this study was 30 normal primigravida mothers giving birth at TPMB T for 2 months. This research uses a sampling technique, namely purposive sampling

The results of the level of mild anxiety were 56.7%.

Conclusion There is a significant relationship between the provision of music therapy and the level of anxiety in mothers giving birth with a p value (0.003) and OR (0.056).

Suggestions: It is hoped that midwives, in this case health workers who provide health services in practice, will carry out music therapy which will be useful for reducing anxiety levels when mothers give birth.

Keywords: Childbirth, music therapy, anxiety level

ABSTRAK

Latar Belakang Kecemasan pada tahap awal persalinan disebabkan oleh rasa takut melahirkan. Takut akan rasa sakit yang meningkat, takut akan kerusakan atau gangguan bentuk tubuh seperti episiotomi, robekan, jahitan atau operasi caesar, juga Sang ibu takut menyakiti anaknya. Faktor pemahaman ibu tentang persalinan merupakan faktor yang sangat penting yang mempengaruhi mobilitas atau tidak. Ibu yang menderita kecemasan atau stres memengaruhi hipotalamus untuk merangsang kelenjar adrenal yang mengontrol kelenjar pituitari. Terapi musik adalah proses yang menghubungkan aspek penyembuhan musik dengan kondisi dan situasi kebutuhan fisik, emosional, spiritual, spiritual, kognitif dan sosial.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh Terapi Musik Dalam Menurunkan Kecemasan pada ibu bersalin pada kala I Fase Aktif. Jenis penelitian ini yaitu survey analitik dengan pendekatan *Quasi Experimental Design* yaitu dengan melihat sebelum dan sesudah diberikan terapi music dengan sampel yaitu 30 orang. Variabel dependen adalah tingkat kecemasan. Variabel independen adalah terapi musik. Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji statistik *chi square*.

Metode pengumpulan data menggunakan data primer, Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan *quasy eksperimental* design jenis pre test-post test design yaitu sebelum dan sesudah diberikan terapi musik. Sampel penelitian ini adalah ibu bersalin normal primigravida di TPMB T sebanyak 30 responden selama 2 bulan. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*

Hasil tingkat kecemasan ringan sebanyak 56,7%.

Kesimpulan Ada hubungan yang signifikan antara pemberian terapi musik dengan tingkat kecemasan pada ibu bersalin dengan nilai p (0,003) dan OR (0,056).

Saran Diharapkan bidan dalam hal ini tenaga kesehatan yang memberikan pelayanan kesehatan di tempat praktik untuk melakukan terapi musik yang akan berguna untuk mengurangi tingkat kecemasan pada saat ibu bersalin.

Kata Kunci : Persalinan, Terapi musik, tingkat kecemasan

PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) adalah jumlah kematian ibu selama kehamilan, persalinan dan persalinan karena kehamilan, persalinan dan persalinan atau perawatan yang bukan karena sebab lain seperti kecelakaan, dan jatuh, per 100.000 kelahiran hidup. Secara global, AKI digunakan sebagai indikator untuk mengukur keberhasilan upaya kesehatan ibu di suatu negara atau wilayah (Kemenkes RI, 2015). Di Indonesia, hampir 20.000 kematian ibu setiap tahunnya akibat komplikasi kehamilan dan persalinan (Kemenkes RI, 2014). Menurut data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2015 yang dilakukan oleh Badan Pelaksana Survei (BPS), AKI di Indonesia adalah 305 kematian. lebih dari 100.000 kelahiran hidup. Angka ini cukup tinggi karena melebihi target yang ditetapkan yaitu 102 kematian per 100.000.¹Persalinan adalah proses dimana serviks terbuka dan menipis, dan janin turun melalui jalan lahir. Kelahiran adalah proses keluarnya janin dan cairan ketuban melalui jalan lahir. Persalinan normal adalah proses keluarnya janin yang terjadi cukup bulan (37-42 minggu), persalinan normal dengan posisi pertama posterior, berlangsung dalam waktu 18 jam, tanpa komplikasi bagi ibu dan bayi. Janin.⁴

Nyeri persalinan normal dapat menimbulkan stres dan dapat menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid, yang dapat menyebabkan vasokonstriksi otot polos dan pembuluh darah, sehingga terjadi penurunan kontraktilitas, serta iskemia Uterus menyebabkan impuls uterus yang meningkatkan nyeri. selama persalinan.⁵Nyeri persalinan dapat ditangani dengan terapi komplementer seperti teknik relaksasi dan pernapasan, efusi dan tekanan sakral, hidroterapi, stimulasi saraf listrik transkutan (TENS) dan teknik seperti hipnoterapi, pijat, akupresur, aromaterapi, yoga, dan terapi taktil (Wiknjosastro H. 2017).

Dalam upaya mengatasi nyeri, banyak pendekatan nonfarmakologis pereda nyeri persalinan yang dapat dilakukan perawat, antara lain relaksasi, teknik pernapasan, pemusatan perhatian, olahraga, terapi suara musik, pijat, akupresur, akupunktur.⁷ Salah satu cara yang digunakan untuk Pereda nyeri selama persalinan dan yang kurang umum digunakan dalam praktik keperawatan adalah terapi musik. Terapi musik adalah upaya peningkatan kualitas fisik dan mental dengan stimulasi suara yang meliputi melodi, ritme, harmoni, bentuk dan gaya yang diatur untuk menjaga kesehatan fisik dan mental (Purwanto, Budhi. (2013))

Penelitian yang dilakukan oleh Livana dkk (2017) menunjukkan Hasil analisis data menunjukkan rata-rata nyeri persalinan sebelum terapi musik

adalah 3,20 dengan standar deviasi 0,610. Penurunan setelah dilakukan terapi musik rata-rata 2,47 dengan standar deviasi 0,507. Kemudian untuk menentukan nilai p dengan uji Wilcoxon sehingga hasilnya sig (dua ujung = 0,000). Hasil ini lebih rendah dari taraf signifikansi pasti 0,05, artinya berpengaruh terhadap keparahan nyeri persalinan kala 1 periode laten setelah terapi musik.

Hasil penelitian pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti melalui wawancara terhadap 5 pasien menunjukkan bahwa 3 pasien mengalami nyeri berat saat persalinan dan 2 pasien mengalami nyeri sedang. Dengan latar belakang tersebut, diperlukan penelitian untuk mengetahui keefektifan terapi musik dalam menurunkan nyeri pada proses persalinan kala I fase aktif pada primigravida di TPMB T.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan *quasy eksperimental* design jenis pre test-post test design yaitu sebelum dan sesudah diberikan terapi musik. Sampel penelitian ini adalah ibu bersalin normal primigravida di TPMB T sebanyak 30 responden selama 2 bulan. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan data primer dan sekunder. Penelitian dilakukan di TPMB T. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Instrument Kecemasan dapat diukur dengan menggunakan alat ukur yang disebut HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). Skala ini adalah pengukuran kecemasan yang didasarkan pada munculnya symptom pada individu yang mengalami kecemasan.

HASIL

Tabel 1
Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Sebelum Diberikan Terapi Musik

Tingkat Kecemasan	N	%
Kecemasan Sedang	8	26,7
Kecemasan Berat	22	63,3

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa tingkat kecemasann pada proses persalinan kala I fase aktif sebelum dilakukan terapi musik mayoritas responden dalam tingkat nyeri berat.

Tabel 2
Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Sesudah Diberikan Terapi Musik

Tingkat Kecemasan	N	%
Kecemasan Sedang	24	80
Kecemasan Berat	6	20

sesudah diberikan dilakukan terapi musik mayoritas responden dalam tingkat nyeri sedang.

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada proses persalinan kala I fase aktif

Tabel 3

Rata-rata tingkat kecemasan persalinan kala I fase aktif sebelum dan setelah dilakukan terapi musik

Variabel	Mean	Std.Deviation	N	Sig (2-tailed)
Sebelum diberikan terapi music	1,73	0,450	30	0,000
Setelah diberikan terapi musik	1,20	0,407	30	0,000

Hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kecemasan sebelum diterapi dengan musik adalah 1,73 dengan standar deviasi 0,450. Penurunan yang dialami setelah dilakukan terapi musik rata-rata 1,20 dengan standar deviasi 0,407. Kemudian untuk menentukan *p value* menggunakan uji wilcoxon sehingga didapatkan hasil sig (2-tailed=0,000). Hasil ini lebih kecil dari signifikansi yang ditetapkan yaitu 0,05, yang berarti ada pengaruh tingkat kecemasan kala I fase aktif setelah pemberian terapi musik.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan responden 30 ibu bersalin primigravida, didapatkan hasil bahwa ibu bersalin fase I aktif mengalami tingkat kecemasan berat sebelum diberikan terapi music sebesar 63,7%, namun pada saat ibu diberikan terapi music maka ibu bersalin primigravida mengalami tingkat kecemasan yang ringan yaitu sebesar 80%. Dan didapatkan hasil p-value pada penelitian ini yaitu 0,000 sehingga dapat diartikan terdapat pengaruh terapi music terhadap tingkat kecemasan ibu selama proses persalinan kala I fase Aktif.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Sari Wahyuni, dkk (2020) yaitu didapatkan Hasil uji Wilcoxon menunjukkan hasil bahwa tingkat kecemasan ibu bersalin antara sebelum dan setelah diberikan terapi musik klasik didapatkan uji hipotesis bermakna p-value (0,001).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Betanuar Sabda Nirwana (2022), Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden mengalami kecemasan berat yaitu sebanyak 12 orang (60%). Setelah diberikan perlakuan musik klasik sebagian besar responden merasakan kecemasan ringan yaitu sebanyak 11 responden (55%). Hasil uji statistik Wilcoxon rank test dari perhitungan dengan SPSS memberikan hasil 0,001, lebih rendah dari yang dipersyaratkan atau < 0,05 harus menolak H₀ dan menerima H₁. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terapi musik klasik efektif

dalam menurunkan kecemasan pada ibu yang baru pertama kali melahirkan di Puskesmas Gemarang Kecamatan Kedunggalar Kabupaten Ngawi.

Kecemasan adalah keadaan ditandai dengan kecemasan yang menyertainya gejala somatik menunjukkan aktivitas ekspresi berlebihan dari sistem saraf automatic (SSA). Kecemasan adalah gejala umum sekalipun tidak spesifik tetapi biasanya fungsi emosi (Kaplan & Sadock, 1998) di (Rahmi, 2013). Khawatir adalah satu faktor utama yang mempengaruhi persalinan dan menginduksi dilatasi tidak terlalu mulus. Dampak kecemasan bisa nyeri saat persalinan dan Hal ini menyebabkan kontraksi dan pelebaran rahim serviks yang buruk. Khawatir menyebabkan kontraksi uterus yang mengarah ke pembuluh darah rahim berkurang dan ini menurunkan kontraksi uterus Akibatnya, waktu kerja juga bertambah (Mochtar,2002) dalam (Rahmi, 2013).

Terapi music dapat menurunkan tingkat kecemasan terlihat pada penurunan tegangan, pemampasan, tekanan darah, denyut nadi (respons fisiologis). Namun, setelah terapi music Setelah akhirnya, pasien dihadapkan lagi dalam realitas kelahiran yang akan datang hadapi, maka kecemasan itu datang kembali meningkatkan. Eksperimen saat memasuki tahap kedua pasien merasa cemas lagi, itu dapat diketahui bila peneliti menengok ke belakang kecemasan ibu selama persalinan parsial faktor yang dipelajari kemudian pasien mengeluh kurang tidur, sering buang air kecil dan lain-lain dan lain-lain.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada proses persalinan kala I fase aktif sebelum dilakukan terapi musik mayoritas responden dalam tingkat kecemasan berat dan sesudah diberikan dilakukan terapi musik mayoritas responden dalam tingkat kecemasan sedang. Hasil penelitian ini juga menunjukkan rata-rata kecemasan sebelum diterapi dengan musik adalah 1,73 dengan

standar deviasi 0,450. Penurunan yang dialami setelah dilakukan terapi musik rata-rata 1,20 dengan standar deviasi 0,407. Kemudian nilai *p-value* menggunakan uji wilcoxon sehingga didapatkan hasil sig (2-tailed = 0,000). Hasil ini lebih kecil dari signifikansi yang ditetapkan yaitu 0,05, yang berarti ada pengaruh tingkat kecemasan kala 1 fase aktif setelah pemberian terapi musik. Dengan hasil penelitian ini diharapkan tenaga kesehatan atau dalam hal ini memberikan terapi music pada ibu bersalin pada saat proses persalinan kala I fase aktif, sehingga ibu bersalin tidak terlalu cemas atau dalam hal in stress selama proses persalinan berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Betanuar Sabda Nirwana, Dkk (2022). Efektivitas Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Inpartu Kala I. <https://ojs.unik-kediri.ac.id/index.php/jubitar/article/view/2195/2315>
- Judha, Dkk. (2012). Teori Pengukuran Nyeri & Nyeri Persalinan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kementerian Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia 2014.
- Kementerian Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia 2015. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2016.
- Livana.Dkk. 2017. EFEKTIFITAS TERAPI MUSIK PADA NYERI PERSALINAN KALA I FASE LATEN. Jurnal Ners Widya Husada Volume 4 No 2, Hal 47 - 52, Juli 2017, P-ISSN 2356-3060 Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan (STIKES) Widya Husada Semarang.<http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1704403&val=18507&title=Efektifitas%20Terapi%20Musik%20pada%20Nyeri%20Persalinan%20Kala%20I%20Fase%20Laten>
- Purwanto, Budhi. (2013). Herbal Dan Keperawatan Komplementer. Yogyakarta: Numed
- Rahmi C, Ismail. 2013. Hubungan Tingkat Kecemasan Dan Kelancaran Proses Persalinan Pada Ibu Primigravida Di RSIA Banda Aceh Tahun 2013. Stikes Ubudiyah Banda Aceh
- Rahmita, H., Wiji, R. N., & Rahmi, R. (2018). Efektivitas Aromaterapi Untuk Menurunkan Nyeri Persalinan Di Bpm Rosita Kota Pekanbaru. Al-Insyirah Midwifery Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal Of Midwifery Sciences), [Internet]. 7(2), 53–57. Tersedia Pada: <https://jurnal.stikes-alinsyirah.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/61>.
- Sagita, Y., & Martina, M. (2019). Pemberian Aroma Terapi Lavender Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan. Wellness And Healthy Magazine, 1(2), 151-156. Doi:<https://doi.org/10.30604/well.26122019>
- Sari Wahyuni, Dkk. Efektifitas Terapi Murottal-Qur'an Dan Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Di Bidan Praktik Mandiri (Bpm) Teti Herawati Palembang. Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI) Vol. 5, No. 2, Desember 2020.
- Wiknjosastro H. 2017. Ilmu Kebidanan. Edisi Ke-4. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo