

**TERAPI MUSIK KLASIK MENGURANGI NYERI PADA KALA I PERSALINAN
DI BPS ZUBAEDAHSYAH, S.ST PALAPA
BANDAR LAMPUNG 2016**

Sunarsih⁽¹⁾, Dainty Maternity⁽²⁾, Ni Putu Rini Astuti⁽³⁾

ABSTRAK

Persalinan dan kelahiran merupakan proses fisiologis yang normal. Nyeri persalinan merupakan suatu kondisi yang fisiologis. Nyeri yang terjadi dapat mempengaruhi kondisi ibu berupa kelelahan, rasa takut, khawatir dan menimbulkan stres. Stress dapat menyebabkan melemahnya kontraksi rahim dan berakibat pada persalinan yang lama. Terapi musik klasik merupakan salah satu teknik distraksi yang efektif yang dapat menurunkan nyeri fisiologi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik terhadap nyeri persalinan kala I di BPS Zubaedahsyah, S.ST Palapa Bandar Lampung tahun 2016.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *PreExperimental Designs dengan rancangan One Group Pretest Posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin di BPS Zubaedahsyah sebanyak 60 ibu bersalin. Tehnik Sampel menggunakan *accidental sampling*. Dengan sampel berjumlah 20 responden. Penelitian dilakukan pada bulan April s.d Mei 2016. Pengumpulan data menggunakan skala nyeri *visual analog scale, face pain scale* dan perlakuan pemberian terapi musik klasik. Analisa univariat menggunakan distribusi frekuensi, analisa bivariat menggunakan Uji *T dependen*. Dari hasil penelitian didapatkan frekuensi skala nyeri sebelum diberikan terapi musik klasik diperoleh nilai rata-rata 7,55 dan frekuensi skala nyeri setelah diberikan terapi musik klasik diperoleh nilai rata-rata 5,55. Ada pengaruh pemberian musik klasik terhadap nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin ($p < 0,001$). Disarankan klinik/pelayanan persalinan memanfaatkan metode ini.

Kata Kunci : Terapi Musik Klasik, Nyeri Persalinan

PENDAHULUAN

Persalinan dan kelahiran merupakan proses fisiologis yang normal. Persalinan adalah proses membuka dan menipisnya serviks dan janin turun ke dalam jalan lahir. Kelahiran adalah proses dimana janin dan ketuban didorong keluar melalui jalan lahir. Persalinan dan kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu) lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam tanpa komplikasi baik pada ibu

maupun pada janin (Saifuddin, 2009).

Nyeri persalinan merupakan suatu kondisi yang fisiologis. Nyeri yang terjadi dapat mempengaruhi kondisi ibu berupa kelelahan, rasa takut, khawatir dan menimbulkan stres. Stress dapat menyebabkan melemahnya kontraksi rahim dan berakibat pada persalinan yang lama. Apabila hal ini tidak cepat teratasi maka dapat menyebabkan kematian pada ibu dan bayi (Mender, 2004).

1, 2, 3) Dosen Prodi Kebidanan Universitas Malahayat

Nyeri persalinan merupakan suatu kondisi yang fisiologis. Secara fisiologi nyeri persalinan mulai timbul pada persalinan kala I fase aktif dan fase laten, pada fase laten terjadi pembukaan sampai 3 cm. Pada primigravida kala I persalinan bisa berlangsung \pm 20 jam, pada multigravida \pm 14 jam. Nyeri disebabkan oleh kontraksi uterus dan dilatasi serviks. Makin lama nyeri yang dirasakan akan bertambah kuat, puncak nyeri terjadi pada fase aktif, dimana pembukaan lengkap sampai 10 cm. Intensitas nyeri selama persalinan mempengaruhi kondisi psikologis ibu, proses persalinan, dan kesejahteraan janin (Potter dan Perry, 2006).

Salah satu metode untuk teknik relaksasi belum pernah atau jarang diaplikasikan di dalam praktek keperawatan adalah terapi musik. Terapi musik merupakan salah satu metode untuk teknik relaksasi yang jarang diaplikasikan di dalam praktek keperawatan maternitas, padahal terapi musik merupakan salah satu teknik distraksi yang efektif yang dapat menurunkan nyeri fisiologi, stress dan kecemasan dengan mengalihkan perhatian seseorang dari nyeri (Potter dan Perry, 2006).

Musik klasik lebih disukai ibu dalam persalinan dibandingkan dengan jenis musik lain dan menjadi pilihan bagi wanita. Saat ini sudah banyak dilakukan metode untuk menanggulangi nyeri pada persalinan. Salah satu metode tersebut adalah manajemen nyeri dengan cara nonfarmakologi yang dapat dilakukan dengan metode distraksi. Metode distraksi menggunakan musik berupa radio tape, tape recorder atau record player).

Penelitian yang dilakukan oleh Leodoro J. Labrague, Rheajane A. Rosales, Gilbey di Filipina yang berjudul pengaruh musik terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin

Tahun 2013. Hasil penelitian diperoleh Pada kelompok musik, perbandingan pre-test dan post-test skor menunjukkan perbedaan yang signifikan pada skor VAS ($T = 9,915$) dan skor BRS ($t = 7,562$).

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan di BPS Zubaedahsyah diketahui bahwa terdapat data ibu bersalin pada bulan Januari - Februari Tahun 2016 berjumlah 78 ibu bersalin, namun hingga saat ini belum pernah dilakukan tehnik distraksi musik klasik dalam pengurangan nyeri saat persalinan, sedangkan tehnik distraksi musik klasik sendiri dapat diperkirakan mampu mengurangi nyeri persalinan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah adalah penelitian kuantitatif yaitu penelitian berkaitan dengan data yang dapat diukur secara kuantitas (angka) atau disebut juga *Quantitatif Research* yang bersifat induktif, objektif dan ilmiah di mana data yang di peroleh berupa angka-angka (score, nilai) atau pernyataan-pernyataan yang di nilai, dan dianalisis dengan analisis statistik (Noor, 2011). Penelitian bertempat di BPS Zubaedahsyah Palapa Kota Bandar Lampung dan telah dilaksanakan pada tanggal 16 April - 31 Mei 2016. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan ibu bersalin pada bulan April-Mei Tahun 2016 yang berjumlah 60 ibu bersalin dengan sampel *accidental sampling* yang di dapat sebanyak 20 ibu bersalin, dengan kriteria yang di ambil adalah ibu kala I, fase aktif, primipara atau multigravida dengan pengukuran nyeri persalinan menggunakan VAS (*visual analoge scale*)

Variabel independen pada penelitian ini adalah pemberian terapi musik klasik dan variabel dependennya adalah nyeri

persalinan. Teknik analisa data terbagi manjadi dua, univariat dengan menggunakan tabel distribusi

frekuensi dan bivariate dengan uji T tes dependent.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Tabel 1
Rata-Rata Score Frekuensi Skala Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin Sebelum Pemberian Terapi Musik Klasik

Kelompok	Variabel	N	Mean	SD	SE
Ibu bersalin kala I fase aktif	Score frekuensi skala nyeri persalinan sebelum intervensi	20	7,55	0,826	0,185
	Score frekuensi skala nyeri persalinan setelah intervensi	20	5,55	0,686	0,153

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa hasil pengukuran score frekuensi skala nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin dari 20 responden sebelum diberikan terapi musik klasik dari skor 1-10, diketahui rata-rata score frekuensi

skala nyeri 7,55 (SD: 0,826) (SE: 0,185). Dan setelah diberikan terapi musik klasik diketahui rata-rata score frekuensi skala nyeri pada ibu bersalin adalah 5,55 (SD: 0,686) (SE: 0,153).

Analisa Bivariat

Tabel 2
Perbedaan Skor Nyeri Terapi Musik Klasik Pada Nyeri Kala I Persalinan Di BPS Zubaedahsyah SST, Palapa Kota Bandar Lampung 2016

Kelompok	Variabel	N	Mean	SD	SE	p-value
Ibu bersalin kala I fase aktif	Score frekuensi skala nyeri persalinan sebelum intervensi	20	7,55	0,826	0,185	0,000
	Score frekuensi skala nyeri persalinan setelah intervensi	20	5,55	0,686	0,153	

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa skala nyeri pada ibu bersalin kala1 fase aktif dari 20 responden rata-rata score frekuensi skala nyeri sebelum diberikan intervensi adalah 7,55 sedangkan rata-rata score frekuensi skala nyeri sesudah diberikan intervensi adalah 5,55 dengan p -value = 0,000 ($<0,05$)

adanya perbedaan nilai mean (Skor nyeri) pada terapi musik klasik terhadap nyeri persalinan kala 1.

PEMBAHASAN

1. Rata-rata Score Frekuensi Skala Nyeri Persalinan Kala 1 Sebelum Pemberian Terapi Musik Klasik

Pada penelitian ini didapatkan hasil dari 20 responden ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan kala 1 di BPS Zubaedahsyah Palapa Kota Bandar Lampung, didapatkan distribusi frekuensi skala nyeri sebelum pemberian terapi musik klasik rata-rata adalah 7,55 dengan standar deviasi = 0,826 dan standar eror = 0,185.

Nyeri persalinan merupakan suatu kondisi yang fisiologis. Selama kala I persalinan, nyeri diakibatkan oleh dilatasi serviks, segmen bawah rahim dan distensi korpus uteri (Mender, 2004). Intensitas selama kala ini diakibatkan oleh kekuatan kontaksi dan tekanan yang terjadi pada jalan lahir. Karena pada saat berkontraksi pembuluh darah juga akan berkontraksi/mengkerut sehingga aliran darah yang menuju sel-sel di uterus dan jalan lahir berkurang. Terjadilah kekurangan oksigen pada serabut sarafnya dan hal ini yang menyebabkan nyeri. Dalam perkembangan proses persalinan kontraksi akan bertambah panjang. Hal ini yang menyebabkan intensitas nyeri semakin meningkat (Nisman, 2011).

Penelitian yang dilakukan Leodoro J. Labrague, Rheajane A. Rosales, Gilbey L. Rosales, Gerald B. Fiel dari Collage of Nursing dan Health Science, Samar State University, Philippines. Studi internasional menunjukkan bahwa musik yang menenangkan efektif dalam mengurangi tekanan, rasa sakit dan untuk menginduksi relaksasi dan mengurangi kecemasan perempuan selama fase aktif persalinan. Hasil penelitian diperoleh pada kelompok musik, perbandingan pre-test dan post-test skor menunjukkan perbedaan yang signifikan pada skor VAS ($T = 9,915$) dan skor BRS ($t = 7,562$).

Menurut peneliti berdasarkan hasil dan uraian diatas menunjukkan perlu adanya upaya untuk

menurunkan nyeri persalinan kala 1 pada fase aktif pada ibu bersalin dengan berbagai cara salah satu diantaranya adalah cara non farmakologi yaitu dengan pemberian terapi musik klasik pada ibu bersalin guna memberikan rasa rileks, mengurangi kecemasan dan rasa nyeri.

2. Rata-rata Score Frekuensi Skala Nyeri Persalinan Kala 1 Setelah Pemberian Terapi Musik Klasik

Pada penelitian ini didapatkan hasil dari 20 responden ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan kala 1 di BPS Zubaedahsyah Palapa Kota Bandar Lampung, didapatkan distribusi frekuensi skala nyeri sebelum pemberian terapi musik klasik rata-rata adalah 5,55 dengan standar deviasi = 0,686 dan standar eror = 0,153. Hal ini terlihat mengalami penurunan score frekuensi skala nyeri sesudah diberikan terapi musik klasik.

Terapi adalah upaya yang dirancang untuk membantu atau menolong orang. Terapi musik adalah terapi yang bersifat non verbal. Dengan bantuan musik, pikiran klien dibiarkan untuk mengembara, baik untuk mengenang hal-hal yang membahagiakan. Semua terapi musik mempunyai tujuan yang sama, yaitu membantu mengekspresikan perasaan, membantu rehabilitasi fisik, memberi pengaruh positif terhadap kondisi hati dan emosi (Djohan, 2006).

Menurut peneliti penurunan nyeri pada penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian terapi musik klasik memberikan pengaruh pada penurunan nyeri pada persalinan kala 1 yang ibu alami. Penelitian ini membuktikan bahwa musik klasik dapat mengurangi tingkat ketegangan emosi atau nyeri. Musik memberikan stimulus sensori yang menyenangkan, sehingga

menyebabkan pelepasan hormon endorfin yang mengontrol rasa sakit.

Pada dasarnya hampir semua jenis musik bisa digunakan untuk terapi musik. Namun kita harus tahu pengaruh setiap jenis musik terhadap pikiran. Setiap nada, melodi, ritme, harmoni, timbre, bentuk dan gaya musik akan memberi pengaruh berbeda kepada pikiran dan tubuh kita. Musik klasik yang efektif dapat digunakan pada saat distraksi, salah satunya adalah musik Mozart paling dianjurkan (Zakiyah, 2015).

Mekanisme pengalihan nyeri dengan terapi musik adalah sebagai berikut :saat uterus berkontraksi (his dirasakan) akan mengirimkan transmisi rangsang nyeri, jika ibu diberikan terapi musik dengan cara mendengarkan musik klasik maka mekanisme pintu yang terdapat disepanjang system saraf diantaranya talamus akan mengirimkan impuls untuk menutup pintu sehingga impuls nyeri tidak sampai pada korteks cerebri dan nyeri dapat teralihkan sehingga ibu akan merasa lebih tenang saat kontraksi dirasakannya (Sulistiyorini, 2014).

3. Perbedaan Skor Nyeri Terapi Musik Klasik Pada Nyeri Kala I Persalinan

Pada penelitian ini didapatkan hasil dari 20 responden ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan kala 1 di BPS Zubaedahsyah Palapa Kota Bandar Lampung setelah dilakukan pemberian terapi musik klasik terdapat penurunan skala nyeri yang signifikan. Hal ini dapat dilihat bahwa mean sebelum pemberian terapi musik klasik pada ibu bersalin adalah 7,55 kemudian diperoleh mean sesudah pemberian terapi musik klasik adalah 5,55 dengan nilai $p = <0,001$. Hasil ini menunjukkan bahwa score frekuensi skala nyeri 20 responden rata-rata

sebelum dan sesudah pemberian terapi musik klasik memiliki perbedaan yang signifikan karena nilai p yang diperoleh $p\text{-value} < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin.

Hasil ini sesuai dengan teori Sulistiyorini (2014) yang menyebutkan bahwa jika ibu diberikan terapi musik dengan cara mendengarkan musik klasik maka akan menghasilkan hormon endorfin, mekanisme pintu yang terdapat disepanjang system saraf diantaranya hipotalamus akan mengirimkan impuls untuk menutup pintu sehingga impuls nyeri tidak sampai pada korteks cerebri dan nyeri dapat teralihkan sehingga ibu akan merasa lebih tenang saat kontraksi dirasakannya.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Somoyani, Armini, dan Erawati yang mengemukakan bahwa terdapat penurunan skala nyeri pada persalinan kala I fase aktif yang signifikan dengan nilai $p\text{-value} 0,006$ setelah diberikan terapi musik klasik Mozart.

Dari kedua penelitian terdahulu tersebut diperoleh kesamaan hasil yang menunjukkan bahwa pemberian terapi musik klasik memang terbukti dapat mengurangi nyeri pada ibu dalam proses persalinan kala I. Dari hasil penelitian ini terlihat bahwa adanya kecenderungan penurunan skala nyeri dari responden setelah diberikan terapi musik klasik dimana hal tersebut disebabkan oleh efek stimulus yang menenangkan dan berpengaruh terhadap impuls syaraf yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami.

Menurut peneliti dengan pemberian musik klasik terutama musik mozart yang memiliki kemurnian dan kesederhanaan dalam melodi dan frekuensinya dapat

meningkatkan dan menstimulasi endorfin (hormon yang berguna untuk menurunkan nyeri) serta mengatur hormon yang berkaitan dengan stress yaitu adrenalin dan kortisol. Musik memberikan stimulus sensori yang menyenangkan, sehingga menyebabkan pelepasan endorfin sehingga impuls nyeri tidak sampai pada korteks cerebri dan nyeri dapat teralihkan sehingga ibu akan merasa lebih rileks.

Berdasarkan hal tersebut, maka terapi musik klasik terutama mozart dapat diterapkan dalam rangka memberikan rasa nyaman kepada ibu bersalin pada saat kala I persalinan untuk mengurangi nyeri. Berdasarkan hasil dari penelitian ini yang menunjukkan bahwa terapi musik klasik dapat menurunkan nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin.

Nyeri setiap individu dalam persalinan berbeda-beda hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor sehingga mempengaruhi reaksi terhadap nyeri. Faktor-faktor tersebut diantaranya adalah lingkungan atau dukungan orang terdekat, umur, dan pengalaman nyeri di masa lalu. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan semakin dewasa usia, pengalaman dalam melahirkan sebelumnya dan dukungan keluarga atau orang terdekat maka mempengaruhi individu dalam mengalami penurunan sensori stimulus dan peningkatan ambang nyeri.

KESIMPULAN

Skala nyeri persalinan dari 1-10 sebelum diberikan terapi musik klasik diperoleh nilai rata-rata adalah 7,55 sedangkan setelah diberikan terapi musik klasik diperoleh nilai rata-rata adalah 5,55. Ada pengaruh terapi musik klasik terhadap nyeri persalinan kala I di BPS

Zubaedahsyah Palapa Kota Bandar Lampung. Disarankan klinik/pelayanan persalinan memanfaatkan metode ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Djohan. 2006. *Terapi Musik, Teori, dan Aplikasi*. Yogyakarta : Galangpress
- Mander, Rosmary. 2004. *Nyeri Persalinan*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC
- Nisman, Wenny Artanti. 2011. *Melahirkan Itu Mudah dan Menyenangkan*. Yogyakarta: Andi
- Noor, Juliansyah, 2011, *Metodologi Penelitian*, Jakarta : Prenada Media
- Pengaruh Terapi Musik Instrumental Terhadap Perbedaan Intensitas Nyeri Persalinan Fase Aktif Kala 1 Pada Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Dangung-Dangung Tahun 2010*. Diakses dari <http://journal.unikal.ac.id>
- Potter, P.A, Perry, 2006, A.G. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, Dan Praktik. Edisi 4. Volume 1. Alih Bahasa* : Yasmin Asih, dkk. Jakarta : EGC.
- Saifudin, Abdul Bari Dkk, 2009, *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*, Jakarta : Yayasan Bidan Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Sulistiyorini. 2014. *Efektifitas Terapi Musik Klasik (Mozart) Terhadap Waktu Keberhasilan Inisiasi Menyusu Dini dan Durasi Menyusu Bayi*. Diakses dari <http://eprints.undip.ac.id>
- Zakiah, Ana, 2015. *Nyeri: Konsep dan Penatalaksanaan dalam Praktik Keperawatan Berbasis Bukti*, Jakarta : Salemba Medika