



PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL DALAM MENGHADAPI PERSALINAN DI PRAKTEK MANDIRI BIDAN PINONDANG HUTASOIT MEDAN TEMBUNG TAHUN 2023

Mediana Sembiring¹, Polma Ria Metawati Panjaitan², Surami Manurung³, Friska Afdelian⁴

¹⁻⁵STIKes Mitra Husada Medan

Email: Mediyana01@gmail.com

ABSTRAK

Melahirkan merupakan puncak peristiwa dari serangkaian proses kehamilan. Banyak ibu hamil merasa khawatir, cemas, dan gelisah menanti saat kelahiran tiba. Ibu hamil menginginkan persalinannya berjalan lancar dan dapat melahirkan bayi yang sempurna, akan tetapi terkadang pula proses persalinan tidak berjalan dengan semestinya dan tidak dapat melahirkan secara normal, bahkan berakhir dengan kematian. Survey pendahuluan penelitian di Puskesmas Tigabalata terdapat bahwa belum pernah dilakukan terapi musik terhadap tingkat persalinan pada responden intrapartum kala 1. Diketahui bahwa terapi musik dapat membantu mengurangi kecemasan pada saat persalinan, Berdasarkan latar belakang diatas rumusan masalahnya adalah “Bagaimana Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Persalinan di Praktek Mandiri Bidan Pinondang Hutasoit Tahun 2023 Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan Quasi Eksperimen dengan pendekatan Non Equivalent Control Grup penelitian ini bertujuan untuk menentukan pengaruh dari suatu tindakan pada kelompok subjek yang diberikan perlakuan selama 15 menit, kemudian dibandingkan dengan kelompok subjek yang diberikan perlakuan selama 30 menit. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan diatas maka penulis dapat menyimpulkan bahwa terdapat adanya perbedaan penurunan tingkat kecemasan dalam pemberian terapi musik selama 15 menit dan pemberin terapi musik selama 30 menit pada paseien pre persalinan Di Praktek Mandiri Bidan Pinondang Hutasoit (p=0,000)

Kata Kunci: Terapi Musik Kecemasan Ibu Bersalin



LATAR BELAKANG

World Health Organisation (WHO) memperkirakan di negara-negara miskin dan sedang berkembang, kematian maternal berkisar antara 750 sampai dengan 1.000 per 100.000 kelahiran hidup. Sedangkan di Negara-negara maju kematian maternal berkisar antara lima sampai sepuluh per kelahiran hidup (Hartono, 2010 dalam Supriadi 2020).

Persalinan adalah proses normal yang dialami oleh wanita usia subur. Peristiwa penting ini sangat dinantikan oleh pasangan suami istri sebagai buah cintakasih dalam perkawinan. Dengan penuh penantian pasangan suami istri pasti sudah mempersiapkan bagi kelahiran bayi yang mereka nanti-nantikan. Tetapi ditengah kebahagiaan menyambut kelahiran bayinya, seorang ibu akan merasakan takut menghadapi persalinan karena kemungkinan rasa kecemasan yang akan dialaminya.

Rasa kecemasan yang ditimbulkan saat menghadapi persalinan disebabkan karena kontraksi uterus yang akan mendorong bayi keluar dari dalam uterus secara bertahap sedikit demi sedikit. Akibat daya dorong dari kontraksi ini, maka cervix secara bertahap akan mulai terbuka, meregang sedikit demi sedikit, untuk memberikan jalan bagi keluarnya bayi (Nolan, 2014)

METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan *Quasi Eksperimen* dengan pendekatan *Non Equivalent Control Grup* penelitian ini bertujuan untuk menentukan pengaruh dari suatu tindakan pada kelompok subjek yang diberikan perlakuan selama 15 menit,

kemudian dibandingkan dengan kelompok subjek yang diberikan perlakuan selama 30 menit (Nursalam, 2016) Jadi jumlah sampel dalam penelitian ini sebesar 42 orang yang akan dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok dalam pemberian terapi musik selama 15 menit dan 30 menit yang tiap kelompoknya 21 orang dan akan ditambah 10 % untuk menjaga jika ada drop out, sehingga tiap kelompok menjadi 23 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien *pre* persalinan yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dalam variabel kecemasan adalah lembar kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Kuesioner ini sudah dianggap baku dengan menilai 14 item, meliputi : perasaan sikap terdapat 3 soal, ketegangan terdapat 7 soal, ketakutan terdapat 6 soal, gangguan tidur terdapat 5 soal, gangguan kecerdasan terdapat 3 soal, perasaan depresi terdapat 6 soal, gejala rematik terdapat 5 soal, gejala sensori 5 soal, gejala kardiovaskular terdapat 6 soal, gejala pernafasan terdapat 4 soal, gejala gastrointestinal terdapat 9 soal, gejala urogenetalia terdapat 4 soal, gejala vegetatif / otonom terdapat 5 soal, tingkah laku (sikap) terdapat 6 soal.

Untuk melakukan hipotesis, teknik analisa data untuk penelitian ini menggunakan analisis statistik menggunakan program SPSS 16,0. Nursalam (2016) berpendapat bahwa analisis statistik inferensial bertujuan untuk mengetahui lebih efektif mana antara pemberian terapi musik klasik selama 15 menit dan 30 menit terhadap penurunan tingkat kecemasan *pre* persalinan.



Analisa data dalam penelitian ini meliputi :

1. Analisa Univariat

Analisa ini digunakan untuk mendeskripsikan antara pemberian terapi musik selama 15 menit dan 30menit terhadap perubahan penurunan tingkat kecemasan pada pasien *pre* persalinan. Untuk mengukur tingkat kecemasan menggunakan skala HARS. Penyajian dalam bentuk distribusi dan prosentase dari setiap variabel kecemasan. Semua karakteristik responden dalam penelitian ini yaitu : usia, pekerjaan, dan tingkat pendidikan berbentuk kategori yang dianalisis menggunakan analisa proporsi dan dituangkan dalam tabel disrtribusi frekuensi.

2. Analisa Bivariat

Didalam penelitian ini analisa bivariat digunakan untuk menganalisis keefektifan waktu pemberian terapi musik klasik terhadap perubahan tingkat kecemasan pada pasien *pre* persalinan Di Praktek Mandiri Bidan Pinondang Hutasoit .. Skala data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan data interval. Data yang diperoleh adalah data *pre test* dan *post test* dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Rank Test yang termasuk non parametrictest, sebagai uji alternatif dari paired t – test (karena data tidak berdistribusi normal), uji ini untuk mengetahui perbedaan rank skor pada dua kelompok sampel yang berpasangan yaitu *pre test* dan *post test*. Untuk mengetahui perbedaan antara kelompok 1 yang diberikan terapi musik selama 15 menit dan kelompok 2 yang diberikan terapi musik selama 30 menit menggunakan uji Mann Whitney U Test yang termasuk non parametric test, sebagai uji alternatif dari independen t – test (karena data tidak berdistribusi normal). uji Mann Whitney digunakan

untuk uji beda 2 kelompok. Uji Mann Whitney memiliki asumsi atau syarat yang harus dipenuhi, yaitu :

1. Skala data variabel terikat orignal
2. Berasal dari 2 kelompok yang tidak berpasangan
3. Data tidak berdistribusi normal
4. Homogen / sejenis UjiHomogenitas menggunakan metode levene's nilai yang didapat $> 0,05$ maka data dikatakan homogen.

Hasil analisa dikumpulkan sebagai berikut:

1. Menolak H_0 (menerima H_a) bila diperoleh nilai $p < 0,05$
2. Menerima H_0 (menolak H_a) bila diperoleh nilai $p < 0,05$

HASIL

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik Usia Ibu Bersalin Di Praktek Mandiri Bidan Pinondang Hutasoit Tahun 2021.

Umur Ibu Bersalin	F	%
<20 TAHUN	3	6,5
20 – 35 TAHUN	36	78,3
>35 TAHUN	7	15,2
TOTAL	46	100,0

Hasil penelitian menyajikan berbagai karakteristik data subjek/sampel dan temuan utama penelitian, sedangkan pembahasan berisi diskusi yang menghubungkan dan membandingkan hasil penelitian dengan teori/konsep/temuan dari hasil penelitian lain menggunakan acuan primer.



Tabel 4.8. Analisa Pengaruh Pembebian Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Persalinan Di Praktek Mandiri Bidan Pinondang Hutasoit.

Pemberian sesudah terapi	Mean	Median	Modus	Min	Max	Std devisiasi	WilcoxonP - Value
15 menit	15,91	15,00	14	6	26	4,85	0,000
30 menit	9,39	9,00	6	4	16	3,36	0,000
<i>Mann – Whitney P – value = 0,000</i>							

Tabel 5.9 Analisa Pengaruh Pembebian Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Persalinan Di Praktek Mandiri Bidan Pinondang Hutasoit ..

Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Sebelum	Pemberian terapi musik selama 15 menit	23	29,50
	Pemberian terapi musik selama 30 menit	23	23,04
	Total	46	678,50
Sesudah	Pemberian terapi musik selama 15 menit	23	23,96
	Pemberian terapi musik selama 30 menit	23	17,50
	Total	46	551,00

Tabel 5.10 Analisa Pengaruh Pembebian Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Persalinan Di Praktek Mandiri Bidan Pinondang Hutasoit ..

KELOMPOK	N	Mean Rank	Sum of Ranks
SELISIH	1. 15 menit	23	14.48
	2. 30 menit	23	32.52
Total	46		748.00

PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian tabel 5.4 dan tabel 5.6 dijelaskan bahwa rata – rata tingkat kecemasan pada pasien *pre* persalinan Di Praktek Mandiri Bidan Pinondang Hutasoit sebelum diberikan

terapi musik klasik selama 15 menit yaitu 22,91 sedangkan pasien yang akan diberikan terapi musik selama 30 menit mempunyai nilai rata – rata kecemasan 21.35 (kecemasan sedang), untuk nilai terendah kecemasan pada pasien yang akan diberi terapi musik selama 15 menit



nilai kecemasannya yaitu 11 (kecemasan ringan) dan nilai kecemasan tertingginya yaitu 38 (kecemasan berat). Nilai kecemasan pada pasien *pre* persalinan yang akan di berikan terapi musik selama 30 menit mempunyai nilai kecemasan terendah 13 (kecemasan ringan) dan nilai tertinggi kecemasannya yaitu 31 (kecemasan berat).

Menurut kuesioner yang peneliti peroleh dari responden sebelum diberikan terapi musik selama 15 menit atau 30 menit tingkat kecemasan ibu bersalin *pre* persalinan Di Praktek Mandiri Bidan Pinondang Hutasoit di dapatkan dari 46 responden 35 orang (76%) mengalami kecemasan sedang, 8 orang (17%)

mengalami kecemasan berat dan 3 orang (7%) mengalami kecemasan ringan.

Ansietas pada ibu hamil yang akan menjalankan persalinan *sectio caesaria* dari hasil penelitian Wardaningsing (2010) menunjukkan bahwa dari 80 responden terdapat 46 orang (57,5%) memiliki tingkat kecemasan kategori sedang, 25 orang (31,2%) memiliki tingkat kecemasan kategori ringan, dan responden yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 2 orang (2,5%).

Kecemasan ibu akan meningkatkan seiring semakin mendekatnya waktu persalinan, apa lagi persalinan yang sudah diketahui bahwa kehamilannya membutuhkan tindakan operasi pembedahan atau *sectio caesaria*. Persiapan psikologis sangat dibutuhkan oleh ibu yang akan melahirkan. Bantuan dari orang – orang terdekat, dan tenaga kesehatan yang menanganinya (Dessirajiono, 2012). *Sectio caesaria* adalah suatu persalinan buatan, dimana janin dilahirkan melalui suatu insisi pada dinding perut dan dinding rahim dengan

sayatan rahim dalam keadaan utuh serta berat janin diatas 500 gram (Sarwono, 2013).

Menurut Robbin (2011) sebagian ibu hamil sering mengalami kecemasan, yang membedakan adalah tingkat kecemasan yang berbeda – beda. Ada faktor yang mempengaruhi kecemasan tersebut antara lain usia, pendidikan, ekonomi, dan dukungan dari suami maupun keluarga.

Karakteristik usia responden pada tabel 5.1 menunjukkan bahwa sebagian besar usia ibu bersalin yang akan melakukan *pre* persalinan 20 – 35 tahun sebanyak 36 orang. Hal ini sejalan dengan teori Drapper (2013) menyatakan bahwa usia reproduksi yang optimal bagi seseorang ibu untuk hamil adalah usia 20 – 35 tahun, karena pada masa tersebut rahim sudah siap menerima kehamilan, mental sudah matang dan mampu merawat diri. Peneliti berpendapat bahwa usia ibu untuk siap hamil adalah pada usia 20 – 35 tahun, karena organ reproduksinya sudah terbentuk secara sempurna dan di usia inilah mereka mampu mengontrol emosi dan mengontrol kecemasan.

Karakteristik pendidikan responden pada tabel 5.2 diketahui bahwa ibu bersalin yang akan melakukan *pre* persalinan adalah ibu yang berpendidikan sebagian besar berpendidikan SMA yang sebanyak 28 responden. Hal ini sama dengan pendapat Notoadmojo (2010) bahwa tingkat pendidikan yang mempengaruhi seseorang, semakin tinggi pendidikan maka semakin tinggi kualitas pengetahuan seseorang sehingga lebih mudah menerima informasi terutama dalam hal yang berhubungan dengan kesehatan dan hal ini akan berpengaruh pada perilaku seseorang tersebut.

Karakteristik pekerjaan responden pada tabel 5.3 diketahui pada ibu bersalin yang akan melakukan *pre* persalinan



sebagian besar sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sebanyak 23 responden. Menurut Notoadmojo (2010), bahwa bekerja umumnya adalah kegiatan yang menyita waktu sehingga ibu hamil yang bekerja mengalami kecemasan yang lebih ringan dibandingkan dengan Ibu Rumah Tangga (IRT), karena dengan bekerja dapat mengalihkan perasaan cemas.

Peneliti berasumsi bahwa ibu bersalin *pre* persalinan mengalami kecemasan dikarenakan beberapa faktor diantaranya yaitu kurangnya suport dari keluarga, ibu takut tentang persalinan dan masih banyak lagi penyebabnya. Kebanyakan ibu yang akan melakukan persalinan berusia 20 – 35 tahun, pendidikan akhir kebanyakan SMA dan rata – rata ibu bersalin yang mengalami kecemasan yaitu sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT). Kecemasan yang dialami juga berfariatif ada yang mengalami kecemasan ringan, kecemasan sedang, hingga ada yang menalami kecemasan berat.

Berdasarkan penelitian tabel 5.5 dan 5.7 pada kolom setelah diberi terapi dijelaskan bahwa kecemasan pada pasien *pre* persalinan Di Praktek Mandiri Bidan Pinondang Hutasoit setelah diberikan terapi musik klasik selama 15 menit yaitu rata – rata nilai kecemasannya 15.91 (kecemasan sedang). Nilai terendah pada ibu *pre* operasi *secti caesari* setelah diberikan terapi musik klasik selama 15 menit mempunyai nilai kecemasan 6 (kecemasan ringan), mempunyai nilai tertinggi 26 (kecemasan sedang). Sedangkan nilai rata – rata kecemasan ibu *pre* persalinan setelah diberikan terapi musik klasik selama 30 menit mempunyai nilai 9,39. Nilai terendah pada ibu *pre* operasi *secti caesari* setelah diberikan terapi musik klasik selama 30 menit mempunyai nilai kecemasan 4 (tidak ada

kecemasan), mempunyai nilai tertinggi 16 (kecemasan sedang).

Pada penelitian ini peneliti menggunakan musik klasik, karena musik klasik bersifatnyaman, menenangkan, dan membuat rileks. Musik klasik adalah musik yang komposisinya lahir dari budaya Eropa dan digolongkan melalui periodisasi tertentu (kamus Bahasa Indonesia 2016). Primadita (2011) terapi musik klasik dapat merangsang tubuh mengeluarkan *opoid endogen* yaitu *endorfin* dan *enkefalin* yang memiliki sifat seperti *morfin* yaitu untuk mengurangi kecemasan.

Efek terapi musik klasik pada kecemasan adalah distraksi terhadap pikiran tentang menurunkan kecemasan, nyeri, menstimulasi ritme nafas lebih teratur menurunkan ketegangan tubuh, memberikan gambaran positif pada visual imagari, relaksasi, dan meningkatkan *mood* yang positif, mendorong kemajuan pasien selama masa pengobatan dan pemulihan (Natalia, 2014).

Pemberian terapi musik klasik diharapkan dapat membantu proses menurunkan tingkat kecemasan pada pasien *pre* persalinan RSUD Kota Madiun. Karena pemberian terapi musik dapat membuat rileks ibu yang akan melakukan persalinan sehingga dapat menurunkan kecemasan yang dialami ibu.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan diatas maka penulis dapat menyimpulkan bahwa terdapat adanya perbedaan penurunan tingkat kecemasan dalam pemberian terapi musik selama 15 menit dan pemberinterapi musik selama 30 menit pada paseien *pre* persalinan Di Praktek Mandiri Bidan



- Pinondang Hutasoit ($p=0,000$)
1. Tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi musik selama 30 menit pada pasien *pre* persalinan dengan nilai tertinggi 31 dan nilai terendah 13, dan nilai rata – rata tingkat kecemasan diketahui 21,35 (kecemasan sedang).
 2. Tingkat kecemasan sesudah diberikan terapi musik selama 30 menit pada pasien *pre* persalinan dengan nilai tertinggi menjadi 16 dan nilai terendah 4, dan nilai rata – rata tingkat kecemasan diketahui 9,39 (kecemasan ringan).
 3. Tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi musik selama 15 menit pada pasien *pre* persalinan dengan nilai tertinggi 38 dan nilai terendah 11, dan nilai rata – rata tingkat kecemasan diketahui 22,91 (kecemasan sedang).
 4. Tingkat kecemasan sesudah diberikan terapi musik selama 15 menit pada pasien *pre* persalinan dengan nilai tertinggi menjadi 26 dan nilai terendah 11, dan nilai rata – rata tingkat kecemasan diketahui 15,00 (kecemasan sedang).
 5. Pemberian terapi musik klasik selama 15 menit dan 30 menit sama – sama berpengaruh dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien *pre* persalinan Di Praktek Mandiri Bidan Pinondang Hutasoit .. Keefektifan dari pemberian terapi musik klasik pemberian selama 30 menit lebih efektif dan lebih cepat menurunkan kecemasan di bandingkan dari pemberian terapi musik klasik yang diberikan 15 menit.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan, maka peneliti ingin menyampaikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Di Praktek Mandiri Bidan Pinondang Hutasoit .

Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh penulis lakukan, maka penggunaan terapi musik klasik dapat dijadikan suatu intervensi untuk tindakan keperawatan dalam mengurangi tingkat kecemasan pada pasien *pre* persalinan.

2. Bagi Institusi STIKes Mitra Husada Medan

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan dapat dijadikan tambahan pustaka bagi peneliti yang akan datang.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini belum sempurna karena keterbatasan peneliti, diharapkan peneliti lain mampu mengembangkan penelitian lain mengenai kecemasan pada ibu *pre* persalinan dari segi faktor yang berbeda agar dapat mengembangkan penelitian seperti ini dimasa yang akan datang dan menggunakan instrumen kuesioner yang lebih singkat atau lebih sedikit agar lebih memudahkan ibu yang akan bersalin.

DAFTAR PUSTAKA

- Andreana. *Melahirkan Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer. 2006.
- Bahiyatun. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. Jakarta: EGC.



2009. Brunner dan Suddart. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8*. Jakarta: EGC. 2002.

Campbell, D. *Efek mozart, memanfaatkan kekuatan musik untuk mempertajam pikiran, meningkatkan kreativitas, dan menyehatkan tubuh*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. 2001.

Chiang, L. *The Effect of Musik and Nature Sounds on Cancer Pain and Anxiety in Hospice Cancer Patients*. https://etd.ohiolink.edu/ap:10:0::NO:10:P10:_ETD_SUBID:52706. (Unpublished dissertation paper). 2012. Diakses pada tanggal 23 Januari 2014

Collins, et al. *Oxford Handbook of obstetrics and Gynaecology*. UK: Oxford University Press. 2013.

Cunningham, Gary et al. *William Obstetri Volume 1*. Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta. 2006.

Departemen Agama RI. *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. Bandung: PT. Syamil Cipta Media. 2004.

Dewi Y., dkk. *Persalinan Caesar, Pengantar dari A sampai Z*. Jakarta : EDSA Mahkota. 2007

Dofi, Bellavia A. *Psikologi Musik Terapi Kesehatan*. Jakarta: Golden Terayon Press. 2010.

Djohan. *Psikologi Musik*. Yogyakarta: Best Publisher. 2009.

Finnerty,