

PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK MOZART TERHADAP TINGKAT KECEMASAN DAN NYERI PADA IBU BERSALIN KALA I LATEN DI PUSKESMAS DAYA MURNI 2016

Devi Kurniasari¹, Vera Lusi Alvionita²

ABSTRAK

Berdasarkan hasil observasi di Puskesmas selama ini belum ada solusi yang dilakukan untuk mengurangi nyeri persalinan. Berdasarkan hasil wawancara pada 10 orang ibu menyatakan bahwa mereka belum pernah mendengar tentang metode terapi musik untuk mengurangi nyeri dalam persalinan. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik Mozart terhadap tingkat kecemasan dan nyeri pada ibu bersalin kala I laten Di Puskesmas Daya Murni 2016.

Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *pre-eksperimental one group pre-test post-test*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin di Puskesmas Daya Murni April sebanyak 22 ibu. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu ibu bersalin dengan tingkat nyeri 1-10, tingkat kecemasan ibu bersalin ≥ 14 , dapat berkomunikasi dengan baik, kesadaran komposmentis dan bersedia menjadi responden. Teknik analisis data menggunakan uji t dependen.

Ada perbedaan kecemasan ibu bersalin kala I laten sebelum dan setelah diberikan terapi musik klasik Mozart ($p=0,005$), dan perbedaan nyeri pada ibu bersalin kala I laten sebelum dan setelah diberikan terapi musik klasik Mozart ($p<0,001$). Disaran bagi tenaga kesehatan/pelayanan persalinan agar memanfaatkan terapi musik klasik Mozart.

Kata Kunci : Terapi musik klasik Mozart, nyeri persalinan, kecemasan

PENDAHULUAN

Persalinan adalah rangkaian proses yang berakhir dengan pengeluaran hasil konsepsi oleh ibu. Proses ini dimulai dengan kontraksi persalinan sejati, yang ditandai oleh perubahan progresif pada servik, dan di akhiri dengan kelahiran plasenta (Varney, 2007). Dengan semakin dekatnya persalinan, maka perhatian dan pikiran ibu hamil mulai tertuju pada sesuatu yang dianggap klimaks, rasa takut, cemas menjelang persalinan menduduki peringkat teratas yang paling sering dialami ibu selama hamil.

Kecemasan merupakan respon individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kehidupan sehari-hari termasuk salah satunya adalah kecemasan seorang ibu dalam menghadapi persalinannya. Kecemasan merupakan pengalaman subyektif dari individu dan tidak dapat diobservasi secara langsung serta merupakan

keadaan emosi tanpa obyek yang spesifik. Kecemasan pada seseorang dapat memberikan motivasi untuk mencapai sesuatu dan merupakan sumber penting dalam usaha memelihara keseimbangan hidup (Suliswati, 2005).

Rasa nyeri pada persalinan dalam hal ini adalah nyeri kontraksi uterus yang dapat mengakibatkan peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis, perubahan tekanan darah, denyut jantung, pernafasan dan apabila tidak segera diatasi maka akan meningkatkan rasa khawatir, tegang, takut dan stress. Nyeri persalinan dapat mempengaruhi kontraksi uterus melalui sekresi kadar katekolamia dan kortisol yang menaikkan dan akibatnya mempengaruhi durasi persalinan. Nyeri juga dapat menyebabkan aktivitas uterus yang tidak terkoordinasi yang akan mengakibatkan persalinan lama. Adapun nyeri persalinan yang berat dan lama dapat

1) Dosen Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

2) Staf Puskesmas Daya Murni Lampung Utara

mempengaruhi verifikasi sirkulasi maupun metabolisme yang harus segera diatasi karena dapat menyebabkan kematian gania (Mander, 2003).

Berdasarkan ilmu kedokteran, terapi musik disebut sebagai terapi pelengkap (*Complementary Medicine*). Jenis musik yang digunakan dalam terapi musik dapat disesuaikan dengan keinginan, seperti musik klasik, instrumentalia, dan slow musik. Banyak jenis musik yang dapat diperdengarkan namun musik yang menempatkan kelasnya sebagai musik bermakna medis adalah musik klasik seperti Mozart karena musik ini memiliki magnitude yang luar biasa dalam perkembangan ilmu kesehatan, diantaranya memiliki nada yang lembut, nadanya memberikan stimulasi gelombang alfa, ketenangan, dan membuat pendengarnya lebih rileks (Campbell, 2002)

Musik yang didengar melalui telinga akan distimulasi ke otak, kemudian di otak, music tersebut akan diterjemahkan menurut jenis musik dan target yang akan distimulasi. Musik berinteraksi pada suatu tingkat organik dengan berbagai macam struktur saraf. Musik menghasilkan rangsangan ritmis yang kemudian ditangkap melalui organ pendengaran dan diolah melalui sistem saraf dan kelenjar yang selanjutnya mengorganisasikan interpretasi bunyi ke dalam ritme internal pendengarannya (WHO, 2004)

Hasil penelitian terapi menggunakan musik 97% pasien melaporkan bahwa musik membantu mereka merasa rileks selama penyembuhannya.

Musik menjadi bahasa universal yang bisa dinikmati oleh semua orang dari bayi sampai orang tua. Musik bisa dipakai sebagai sarana apresiasi, hiburan, gaya hidup, bisnis, penyeimbang dan sebagai terapi karena dianggap memberikan kesembuhan secara psikologis seperti perasaan gembira, kuat, tenang dan rileks ketika mendengarkan dan menikmati alunan dan irama musik dengan perasaan senang (Salamon, et., al. 2003).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Daya Murni jumlah ibu bersalin pada bulan Januari-Februari 2016 terdapat 30 ibu bersalin yang melakukan kunjungan ke Puskesmas Daya Murni. Berdasarkan hasil wawancara pada 10 orang ibu menyatakan bahwa mereka belum pernah mendengar tentang metode terapi musik untuk mengurangi nyeri dalam persalinan. Dari pengalaman 10 orang ibu bersalin tersebut, 6 orang ibu mengatakan merasakan nyeri pada saat kontraksi dan tindakan yang dilakukan ibu untuk mengatasi nyeri dengan menarik nafas, dan 4 orang ibu mengatakan nyeri pada saat kontraksi dan tindakan yang dilakukan untuk mengatasi nyeri dengan melakukan posisi miring kanan dan miring kiri. Dalam penelitian ini peneliti akan mengukur tingkat kecemasan dan nyeri pada ibu bersalin pada kala I laten karena fase laten masa awal kontraksi hingga pembukaan 3 cm, durasi 20-30 detik, tidak terlalu mules, berlangsung 7-8 jam. Sehingga ibu dapat berkomunikasi dengan baik, untuk mendapatkan informasi tentang tingkat kecemasan ibu pada ibu bersalin(Wiknjastro, 2007).

Berdasarkan latar belakang dan fenomena tersebut di atas, peneliti sangat tertarik untuk meneliti tentang pengaruh terapi musik klasik Mozart terhadap tingkat kecemasan dan nyeri pada ibu bersalin kala I laten di Puskesmas Daya Murni 2016.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian kuantitatif, dengan rancangan *pre-eksperimental one group pre-test post-test*. Populasi ibu bersalin kala I laten di Puskesmas Daya Murni pada bulan April 36 ibu dengan sampel 22 ibu. Pengambilan sampel *purposive sampling*, yaitu yaitu pengambilan sampel secara sengaja sesuai dengan persyaratan sampel yang diperlukan (Notoatmodjo, 2010).

HASIL PENELITIAN

Rata-rata kecemasan responden pada kelompok sebelum diberikan terapi musik klasik Mozart adalah 31,50 dengan standar deviasi 11,27. Sedangkan rata-rata kecemasan

responden pada kelompok setelah diberikan terapi musik klasik Mozart adalah 23,50 dengan standar deviasi 5,44. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p=0,005$ sehingga dapat disimpulkan

ada pengaruh kecemasan ibu pada kelompok sebelum dan setelah diberikan terapi musik klasik mozart di Puskesmas Daya Murni Tahun 2016.

Tabel 1
Perbedaan Kecemasan Ibu Sebelum dan Setelah Diberikan Terapi Musik Klasik Mozart

Kelompok	N	Mean	SD	SE	<i>p</i>	<i>t</i>
• Kecemasan sebelum terapi musik	22	31,50	11,27	2,40	0,005	8,0
• Kecemasan setelah terapi musik		23,50	5,44	1,16		

Tabel 2
Perbedaan Tingkat Nyeri Ibu Sebelum dan Setelah Diberikan Terapi Musik Klasik Mozart

Kelompok	N	Mean	SD	SE	<i>p</i>	<i>t</i>
• Tingkat Nyeri sebelum terapi music	22	5,77	0,752	0,160	<0,001	3,36
• Tingkat Nyeri setelah terapi music		2,41	0,590	0,126		

Rata-rata tingkat nyeri responden pada kelompok sebelum diberikan terapi musik klasik Mozart adalah 5,77 dengan standar deviasi 0,752. Sedangkan rata-rata tingkat nyeri responden pada kelompok setelah diberikan terapi musik klasik Mozart adalah 2,41 dengan standar deviasi 0,590. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p=<0,001$ sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh tingkat nyeri ibu pada kelompok sebelum dan setelah diberikan terapi musik klasik mozart di Puskesmas Daya Murni 2016.

PEMBAHASAN

Pengaruh Terapi Musik Klasik Mozart Sebelum dan Sesudah Terhadap Kecemasan Ibu Bersalin Kala I

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa ada pengaruh kecemasan ibu pada kelompok sebelum dan setelah diberikan terapi musik klasik mozart di Puskesmas Daya Murni Tahun 2016 ($p=0,005$). Dari hasil tersebut secara persentase ibu bersalin Kala I banyak yang mengalami kecemasan saat bersalin.

Menurut Suliswati (2005) bahwa kecemasan merupakan pengalaman subyektif dari individu dan tidak dapat diobservasi secara langsung serta merupakan keadaan emosi tanpa obyek yang spesifik. Kecemasan pada seseorang dapat memberikan motivasi untuk mencapai sesuatu dan merupakan

sumber penting dalam usaha memelihara keseimbangan hidup. Kecemasan merupakan keadaan dimana individu/kelompok mengalami perasaan gelisah (penilaian/opini) dan aktivasi sistem saraf otonom dalam merespon terhadap ancaman tidak jelas, non spesifik (Copernito, 2000).

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sadiyah (2014) tentang tingkat kecemasan pada Ibu bersalin Di Wilayah Kecamatan Ciputat Timur menjelaskan bahwa Tingkat kecemasan ibu bersalin berada pada rentang cemas ringan yaitu sebesar 60,6% yang artinya adalah respon kecemasan adaptif.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Ainun (2011) di desa Tanjungan Kecamatan Hamparan Perak Kabupaten Deli Serdang yang menyebutkan bahwa sebagian besar tingkat kecemasan yang dialami oleh ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Desa Tanjungan Kecamatan Hamparan Perak Kabupaten Deli Serdang diperoleh ada pengaruh terapi musik dengan tingkat nyeri diperoleh $p= 0,003$

Berdasarkan teori dan hasil penelitian terkait diatas maka peneliti berpendapat bahwa setiap ibu hamil biasanya akan mengalami ketakutan terhadap hal-hal yang belum diketahuinya seperti tidak siap untuk melahirkan atau persalinan tidak sesuai

dengan jadwal, ibu hamil akan mengalami kelelahan, tegang selama kontraksi dan nyeri yang luar biasa sehingga ibu menjadi cemas. Kecemasan juga terjadi karena pengalaman buruk kerabat atau teman tentang persalinan dan kenyataan bahwa kehamilan yang beresiko juga menyebabkan ibu tidak siap menghadapi persalinan. Ibu hamil yang menjelang persalinan penting untuk mengetahui adanya kesehatan reproduksi. Karena pada dasarnya kehamilan sampai proses melahirkan merupakan bagian dari alat reproduksi wanita yang akan mempengaruhi satu sama lain seperti mulai terjadinya kontraksi, ketegangan sampai melahirkan. Dengan tingkat kecemasan yang berat, jika hal tersebut dibiarkan dapat berdampak negatif apabila tidak diberikan alternatif dengan baik, seperti pemberian semangat oleh suami, keluarga dan tenaga kesehatan yang menanganinya.

Hasil perolehan Puskesmas Daya murni diperoleh bahwa ibu yang akan bersalin rata-rata memiliki kecemasan, terutama pada ibu primi, hal tersebut dikarenakan ibu kurang memiliki pengetahuan tentang manajemen nyeri. Setelah diberikan terapi dengan memberikan musik ibu banyak ibu yang menyatakan ternyata musik dapat memberikan ketenangan sehingga kecemasan yang mereka alami berkurang.

Pengaruh Terapi Musik Klasik Mozart Sebelum dan sesudah Terhadap Tingkat Nyeri Ibu Bersalin Kala I

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa ada pengaruh tingkat nyeri ibu pada kelompok sebelum dan setelah diberikan terapi musik klasik Mozart di Puskesmas Daya Murni Tahun 2016 ($p < 0,001$). Dari hasil tersebut secara persentase ibu bersalin Kala I banyak yang mengalami nyeri saat bersalin.

Nyeri merupakan kondisi perasaan yang tidak menyenangkan. Sifatnya sangat subjektif karena perasaan nyeri berbeda pada setiap orang dalam hal skala atau tingkatannya. Nyeri sangat mengganggu dan menyulitkan lebih banyak orang dibanding suatu penyakit manapun. Nyeri adalah pengalaman sensori dan

emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang aktual atau potensial (Bare dan Smeltzer, 2002).

Nyeri juga didefinisikan sebagai suatu sensasi tunggal yang disebabkan oleh stimulus spesifik bersifat subyektif dan berbeda antara masing-masing individu karena dipengaruhi faktor psikososial dan kultur dan endorfin seseorang, sehingga orang tersebut lebih merasakan nyeri (Potter & Perry, 2005).

Nyeri didefinisikan sebagai suatu keadaan yang mempengaruhi seseorang dan ekstensinya diketahui bila seseorang pernah mengalaminya. Menurut *International Association for Study of Pain* (IASP), nyeri adalah sensori subyektif dan emosional yang tidak menyenangkan yang didapat terkait dengan kerusakan jaringan aktual maupun potensial, atau menggambarkan kondisi terjadinya kerusakan. (Good, Marion, 2000)

Menurut Anik M, (2007) stimulus yang menyenangkan dari luar juga dapat merangsang sekresi endorfin, sehingga stimulus nyeri yang dirasakan oleh klien menjadi berkurang. Peredaan nyeri secara umum berhubungan langsung dengan partisipasi aktif individu, banyaknya modalitas sensori yang digunakan dan minat individu dalam stimulasi, oleh karena itu, stimulasi penglihatan, pendengaran dan sentuhan mungkin akan lebih efektif dalam menurunkan nyeri dibanding stimulasi satu indera saja.

Dalam dunia medis, musik seringkali digunakan untuk terapi suportif. Terapi musik adalah terapi untuk meningkatkan kualitas fisik dan mental menggunakan suara yang terdiri dari melodi, ritme, harmoni timbre, bentuk, dan gaya yang disatukan sehingga tercipta musik yang bermanfaat untuk kesehatan fisik dan mental.

Pasien yang mendengarkan musik dua hari berturut-turut sebelum melakukan operasi abdomen terbukti mengurangi rasa sakit dan stres. Terapi musik terbukti dapat menimbulkan respon fisiologis pada nyeri pasien di Intensive Care Unit (ICU) dengan hasil 90% pasien menunjukkan penurunan tekanan sistolik 95%

pasien menunjukkan penurunan tekanan diastolik (Anik M, 2010).

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Mayangsari (2012) tentang terapi musik klasik dapat menurunkan nyeri ibu bersalin hasil uji analisis data yang diperoleh bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara terapi musik klasik dengan tingkat nyeri pada ibu bersalin di Puskesmas Godean Yogyakarta $p = <0,001$.

Schoor (1993) dalam Santoso (2007) melakukan penelitian kuasi-eksperimen pada 30 orang pasien dengan nyeri kronis dengan mendengarkan musik selama 20 menit tanpa interupsi mendapatkan hasil bahwa terdapat penurunan nyeri yang signifikan sesudah dilakukan intervensi dengan $p < 0,01$ (Siedlecky, , Wong D, 1998).

Djohan pada tahun 2006 di daerah Nias dengan menggunakan musik daerah Nias, tetapi terapi ini jarang digunakan di lahan kesehatan maupun di rumah sakit. Peran musik sebagai sarana penyembuhan belum dijajaki lebih jauh dan mendalam (Ainun, 2011).

Berdasarkan teori dan hasil penelitian terkait di atas maka peneliti berpendapat bahwa gangguan rasa nyaman nyeri yang disebabkan terjadi kontraksi yang meningkat, penurunan presentasi (kepala janin) ke rongga panggul dan dilatasi serviks, yang ditandai dengan pasien mengatakan perut bagian bawah terasa nyeri, menjalar sampai ke pinggang saat terjadi kontraksi sehingga pemberian terapi musik dan dilakukan pijatan pada daerah pinggang agar pasien lebih tenang saat menjalani persalinan. Metode terapi musik pada ibu yang menjelang persalinan akan sangat bermanfaat bagi ibu dalam mengalihkan rangsang nyeri saat kontraksi dirasakan, tetapi dengan ambang nyeri yang berbeda-beda maka seorang ibu dapat mempersepsikan nyeri tergantung dari mekanisme pertahanan diri ibu. Oleh karena itu perlunya persiapan ibu secara fisik dan mental yang baik bagi ibu dalam menanti buah cintakasih yang sehat sehingga nantinya dapat mempererat keharmonisan dalam keluarga.

Hasil perolehan Puskesmas Daya murni diperoleh bahwa ibu yang akan bersalin kurang memiliki pengetahuan dalam menangani nyeri mereka hanya menjalani persalinan sesuai dengan fase-fase yang dialami tanpa mencari solusinya, setelah diberikan terapi musik mereka mengaku banyak efeknya dari terapi musik tersebut.

KESIMPULAN

Ada perbedaan kecemasan ibu bersalin kala I laten sebelum dan setelah diberikan terapi musik klasik Mozart ($p = 0,005$), dan perbedaan nyeri pada ibu bersalin kala I laten sebelum dan setelah diberikan terapi musik klasik Mozart ($p = <0,001$). Disaran bagi tenaga kesehatan/pelayanan persalinan agar memanfaatkan terapi musik klasik Mozart.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainun, S, 2011. *Pengaruh Terapi Musik terhadap tingkat kecemasan dan nyeri pada ibu post partum di desa Tanjung Kec. Harapan Perak Deli Serdang*.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Manajemen Penelitian*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Bobak. 2005. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Edisi 4. Alih Bahasa. : Maria A. Wijayarini. Jakarta : EGC.
- Carpenito, L.J, 2000. *Buku Saku Diagnosa Keperawatan*. Edisi 8, Alih Bahasa Ester M, EGC, Jakarta.
- Campbell, Don. 2002. *Efek Mozart, Memanfaatkan Kekuatan Musik untuk Mempertajam Pikiran, Meningkatkan Kreativitas, dan Menyehatkan Tubuh*. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Good, Marion .2000 *Associate Professor of Nursing, Frances Payne Bolton School of Nursing, Case Western Reserve University, Cleveland, Ohio, USA*
- Hastono, Sutanto. 2007. *Analisa Data Kesehatan*. Universitas Indonesia. Jakarta.
- Mander, Rosmery. 2002. *Nyeri Persalinan*. Jakarta : EGC.
- Mayangsari. 2012. Tesis : Pengaruh terapi music terhadap tingkat

- nyeri ibu bersalin di Puskesmas Godean Yogyakarta.
- Marunani, Anik. 2010. *Nyeri dalam persalinan*. Jakarta. Trans Info media.
- Potter, P.A., Perry, A.G., 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan. Konsep, Proses, dan Praktik*. Edisi 4. Volume 1. Alih Bahasa: Yasmin Asih, dkk. Jakarta: EGC.
- Sadiah, 2014, *Gambaran tingkat kecemasan ibu bersalin di Kec. Ciputat Timur*.
- Smeltzer & Bare, 2002, *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Jilid 1*. Penerbit Buku Kedokteran EGC Jakarta
- Suliswati, 2005. *Konsep Dasar Keperawatan Jiwa*. Jakarta. EGC.
- Sukardi, 2009. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Sudoyo, 2007, *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Pusat Penerbitan Ilmu Penyakit Dalam. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Salamon, Salamon E, Kim M, Beaulieu J, Stefano B. 2003. Sound Therapy Induced Relaxation: Down Regulating Stress Processes and Pathologis. Neuroscience Research Institute. Med Sci Monit.;9(5):116-121.
- Varney, Hellen, 2001, *Buku Saku Bidan*. Jakarta. EGC.
- Wijknjosastro, H. 2007. *Ilmu Kandungan*. Edisi 2. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta
- WHO, 2004. World Health Organization. *Paket Ibu dan Bayi. Penerapan Program Safe Motherhood*. Jakarta. 2004:15-18
- Wong D, Baker C, 1998. *Reference Manual For The WongBaker FACES Pain Rating Scale*. Duarte, CA. City Of Hope Mayday Pain Resource Center.