

# **PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA IBU BERSALIN KALA I**

**At BPM Siti Mudrikatin, SST., M. Kes**

**TAHUN 2019**

**Rista Dian Anggraini**

**Program Studi S1 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Buleleng, Singaraja Indonesia**

Email : [Ristadian94@Gmail.Com](mailto:Ristadian94@Gmail.Com)

abstrac

*Classical Music Therapy is effective because it is shown to show the effects of reducing anxiety and depression, and relieving pain. Objective: To determine the effect of classical music therapy on decreasing the intensity of pain in the first mother's uterus at BPM Siti Mudrikatin, SST., M.Kes in 2019. Research Methods: quasy experiment using 2 groups: the experimental group and the control group. . Both groups pretested to observe pain intensity. The experimental group was given classical music therapy while the control group was not given classical music therapy. Sampling using consecutive sampling, sample size of 36 people, 18 control groups and 18 intervention groups. Results: The results of the bivariate analysis using the 2 unpaired group test found that the intervention group on average was lower than the average of the control group. This difference was found to be statistically significant with  $p < 0.05$  with a value  $< 0.0001$ , so it can be concluded that there are differences in pain felt between maternity mothers who were given classical music and those who were not given.*

***Keywords: Classical Music Therapy, Intensity Pain, First Stage of Mother's Womb***

## A. LATAR BELAKANG

Persalinan merupakan hal yang paling ditunggu-tunggu oleh para ibu hamil, sebuah waktu yang sangat menyenangkan, namun disisi lain merupakan hal yang mendebarkan. Persalinan merupakan pengeluaran hasil konsepsi yang dapat hidup dari dalam uterus melalui kedunia luar. Persalinan adalah serangkaian kejadian yang berakhir dengan pengeluaran bayi yang cukup bulan disusul dengan pengeluaran placenta dan selaput janin dari tubuh ibu (Wijayanti, 2018).

Nyeri merupakan mekanisme protektif bagi tubuh dan menyebabkan individu bereaksi untuk menghilangkan rasa nyeri tersebut. Rasa nyeri pada kehamilan dan persalinan diartikan sebagai sebuah “sinyal” untuk memberitahukan kepada ibu bahwa dirinya telah memasuki tahapan proses persalinan. Nyeri terjadi ketika otot otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka serviks dan mendorong kepala bayi ke arah panggul (Marlina, 2018).

Apabila nyeri tidak cepat teratasi maka dapat menyebabkan kematian pada ibu dan bayi, karena nyeri menyebabkan pernafasan dan denyut jantung ibu akan meningkat yang menyebabkan aliran darah dan oksigen ke plasenta terganggu (Payne dan Martin, 2010). Berbagai upaya dilakukan untuk menurunkan nyeri pada persalinan, baik secara farmakologi ataupun non farmakologi. Manajemen nyeri secara farmakologi lebih efektif

dibanding dengan metode nonfarmakologi, namun metode farmakologi lebih mahal dan berpotensi mempunyai efek yang kurang baik, baik bagi ibu maupun janin. Sedangkan metode nonfarmakologi lebih murah, simpel, efektif dan tanpa efek yang merugikan dan dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan karena ibu dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya (Biswan, Novita & Masita, 2017). Salah satu metode non farmakologi yang dapat dilakukan adalah teknik *distraksi* (Suzannec, 2001 dalam Andarmoyo, 2013). Teknik *distraksi* adalah salah satu cara untuk mengurangi nyeri dengan mengalihkan perhatian kepada sesuatu yang lain sehingga kesadaran ibu terhadap nyerinya berkurang. Salah satu *distraksi* yang efektif adalah music karena terbukti menunjukkan efek yaitu mengurangi kecemasan dan depresi, menghilangkan nyeri, menurunkan tekanan darah dan menurunkan frekuensi denyut jantung (Potter, 2012). Musik yang dipilih pada umumnya music lembut dan teratur, seperti Instrumentalia atau musik klasik Mozart (Erfandi,2009 dalam Husna, 2010)

Menurut Komite Ilmiah Internasional Conference on Indonesia Family Planning and Reproductive Healt (ICIFPRH), hingga tahun 2019 AKI Indonesia masih tetap tinggi, yaitu 305 per 100.000 kelahiran hidup, angka kematian ibu di Indonesia. Ada beberapa hal yang menjadi penyebab kematian ibu saat persalinan. Upaya penurunan

AKI merupakan salah satu target Kementerian Kesehatan. Beberapa program yang telah dilaksanakan antara lain Program Perencanaan Komplikasi (P4K) dan Bantuan Operasional Kesehatan (BOK) ke puskesmas di kabupaten/ kota; *safe motherhood initiative*, program yang memastikan semua perempuan mendapatkan perawatan yang dibutuhkan sehingga selamat dan sehat selama kehamilan dan persalinan pada tahun 1990, dan Gerakan Sayang Ibu pada tahun 1996 (Miraj, 2017).

Nyeri dalam persalinan merupakan suatu hal yang fisiologis, rasa nyeri ini disebabkan karena adanya kontraksi dan peregangan segmen bawah rahim dan serviks. Rasa nyeri yang dialami selama persalinan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya faktor usia dan paritas, aktifitas fisik, kondisi psikologis, budaya, pengalaman dan pengetahuan tentang persalinan sebelumnya (Andarmoyo, 2013). Masase pada punggung merangsang titik tertentu di sepanjang meridian medulla spinalis yang ditransmikan melalui serabut besar ke formatio retikularis, thalamus dan sistem tubuh akan melepas endorpin. Endorpin merupakan neurotransmitter yang menghambat pengiriman rangsang nyeri dari system saraf tulang belakang sehingga dapat memblokir pesan nyeri ke pusat yang lebih tinggi dan dapat menurunkan sensasi nyeri (Cunningham, 2013)

Perkembangan terapi musik yang tergolong masih baru, tentunya tidak lepas dari berbagai

perdebatan yang masih mempertanyakan efektivitas, standar prosedur, musik yang digunakan dan berbagai hal lain yang menjadi detail dalam terapi. Meski begitu, popularitas terapi musik semakin menanjak dari waktu ke waktu. Jika dahulu terapi musik banyak dilakukan oleh masyarakat-masyarakat barat, di masa sekarang Indonesia sudah mulai mempertimbangkan untuk menggunakan terapi musik meskipun penggunaannya masih eksklusif dan terbatas (Rahardjo, 2016). Manfaat musik klasik menurut Djohan (2003, dalam Setyaningsih dan Muis, 2009) yaitu sebagai audioanalgesik atau penenang, fokus perhatian dan atau mengatur latihan, meningkatkan hubungan terapis-klien, memperkuat proses belajar, mengatur kegembiraan dan interaksi personal yang positif, sebagai penguat atau penata untuk kesehatan dalam hal keterampilan fisiologis, emosi dan gaya hidup, mereduksi stress pada pikiran kesehatan tubuh. Penelitian ini menyimpulkan mengapa ibu bersalin memilih musik klasik daripada musik yang lainnya. Terapi musik klasik mempunyai sifat terapeutik dan bersifat menyembuhkan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I di BPM Siti Mudrikatin, SST.,M.Kes tahun 2019.

## B. METODE

### 1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasy experiment* menggunakan 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kedua kelompok dilakukan pretes untuk mengobservasi intensitas nyeri. Kelompok eksperimen diberikan terapi musik klasik sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan terapi musik klasik. Post test dilakukan pada kedua kelompok, pada kelompok eksperimen posttest dilakukan setelah diberikan terapi musik klasik. Terapi musik klasik diberikan 30 menit pada saat ibu bersalin kala I. Waktu pelaksanaan penelitian di mulai bulan Februari- Mei 2019.

### 2. Populasi dan sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin yang melahirkan di BPM Siti Mudrikatin, SST.,M.Kes pada bulan Februari- Mei 2019. Pengambilan sampel dilakukan dalam penelitian ini *consecutive sampling* sebanyak 36 responden dimana 18 orang kelompok kontrol dan 18 orang kelompok intervensi. Kriteria inklusi penelitian ini adalah Ibu bersalin kala I yang bersedia menjadi responden, yang tidak mengalami gangguan pendengaran dan yang bersalin di BPM Siti Mudrikatin, SST.,M.Kes.

### 3. Variabel penelitian

Variabel independen dalam penelitian ini adalah terapi musik klasik dan variabel dependennya adalah intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I.

### 4. Definisi Operasional

Variabel bebas: Terapi musik klasik merupakan komposisi dari budaya barat yang memiliki alunan musik yang lembut, memiliki fungsi pengobatan atau penyembuhan. Variabel terikat: intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I yang diukur menggunakan kuesioner Numeric Rating Scale (NRS) yang memiliki nilai rentang 0-10. Dimana 0 = tidak ada nyeri, 1-3 = nyeri ringan, 4-6 = nyeri sedang, 7-10 = nyeri berat.

### 5. Instrumen penelitian

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar instrument dengan menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) yang digunakan sebagai alat pengukur intensitas nyeri. Alat lain yang digunakan juga adalah MP3 player dan Headset untuk mendengarkan musik klasik.

### 6. Analisa Data

Dalam penelitian ini analisa data dilakukan dengan 2 teknis. Analisa data yang pertama dilakukan analisa univariat, setelah itu dilakukan analisa bivariat. Analisis univariat dilakukan terhadap

pengukuran intensitas nyeri sebelum diberikan terapi musik klasik dan data pengukuran intensitas nyeri setelah diberikan terapi musik klasik pada responden. Kemudian data yang didapat disajikan dalam bentuk tabel. Uji analisis bivariat yang tepat menggunakan analisis U Mann Whitney pada dua kelompok tidak berpasangan karena skala variabel dependen kategorikal.

SD  
SMP  
SMA/SMK  
PT

Pekerjaan

IRT

PNS

Swasta

Wiraswasta

Buruh

Skala Nyeri Pre Test

Nyeri Sedang

Nyeri Berat

Skala Nyeri Post Test

Nyeri Sedang

Nyeri Berat

### C. HASIL

#### 1. Karakteristik Subyek Penelitian

Responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah ibu bersalin dengan melakukan pemberian musik klasik pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Hasil analisis univariat berdasarkan karakteristik responden dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 5.1** Analisis Karakteristik Demografi

Variabel	f (%)
Umur (Mean ± SD)	26 ± 5,3
Agama	34 (94,4%)
Islam	34 (94,4%)
Kristen	2 (5,6%)
Status Pernikahan	36 (100%)
Menikah	36 (100%)
Pendidikan Terakhir	36 (100%)

Hasil analisis pre test pada

kelompok perlakuan ditemukan

sebagian kecil yang hanya mengalami nyeri sedang dan hampir sebagian besar mengalami nyeri berat saat persalinan. Sedangkan setelah

## 2. Analisa Hasil Penelitian

**Tabel 5.2** Analisis bivariat  
Pengaruh Terapi Musik Klasik  
Terhadap Penurunan Intensitas  
Nyeri pada Ibu Bersalin Kala I

Tabel 5.2 diatas merupakan hasil analisis bivariat dengan sebelumnya menemukan hasil nilai pre dan post dari masing-masing kelompok. Hasil analisis bivariat menggunakan uji 2 kelompok tidak berpasangan menemukan hasil bahwa rata-rata kelompok intervensi lebih rendah dari rata-rata kelompok kontrol. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan nyeri yang dirasakan antara ibu bersalin yang diberikan musik klasik dengan yang tidak diberikan. Perbedaan ini ditemukan signifikan secara statistik dengan nilai  $p < 0,05$ .

## D. PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

Usia menjadi salah satu indikator kematangan pada setiap individu, kematangan dimulai dari kematangan berpikir, bertindak atau berperilaku. Semakin seseorang berusia matang maka akan semakin mudah untuk mendinformatikan sesuatu sebagai upaya perubahan perilaku. Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa responden dalam usia rentang reproduksi dengan rata-rata usia 26 tahun.

diberikan intervensi ditemukan 27,8% ibu bersalin mengalami intensitas nyeri sedang saat persalinan.

Skala Nyeri	Kelompok Responden	Me
	Kontrol	23,
	Intervensi	13,

Usia reproduksi menjadi usia yang sangat matang dalam proses hamil, bersalin sampai dengan pengasuhan anak. Menurut Nursalam (2016) usia adalah umur individu yang dihitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Umur adalah bahwa semakin cukup umur seseorang akan terjadi perubahan pada aspek fisik dan psikologis Nursalam (2016). Rata-rata usia ini masuk sebagai rentangan usia produktif. Makin berkembangnya usia maka makin berkembang pula kognitif serta daya tangkap dan informasi yang didapatkan (Notoatmodjo, 2012). Usia reproduktif akan mampu memilah dan memilih sebuah tindakan. Dalam pelaksanaan imunisasi sangat memerlukan peran orang tua, dengan umur orang tua yang matang akan semakin meningkatkan diri untuk berkunjung dan memperoleh informasi terkait imunisasi. Sehingga status imunisasi balita menjadi lengkap.

Kehamilan yang berisiko tinggi dapat berasal dari ibu, janin, atau faktor lain. Faktor ibu antara lain adalah kehamilan pada

usia di atas 35 tahun atau dibawah 18 tahun, kehamilan pertama setelah 3 tahun atau lebih dari 2 tahun, tinggi badan ibu kurang dari 145 cm dan ibu belum pernah melahirkan bayi cukup bulan dan berat normal, kehamilan dengan Usia ibu juga merupakan salah satu faktor risiko yang berhubungan dengan kehamilan dengan penyakit (hipertensi, diabetes, tiroid, jantung, paru, kista ovarium), kehamilan dengan anemia (Hb kurang dari 10,5 gr%), kehamilan dengan riwayat bedah sesar sebelumnya. Faktor dari janin dapat disebabkan oleh kelainan letak janin (sungsang, lintang, oblique/diagonal, presentasi muka), janin meninggal dalam rahim. Adapun faktor lain-lainnya adalah ketuban pecah dini (ketuban pecah dan tidak diikuti dengan tanda-tanda persalinan), perdarahan antepartum (sebelum bayi lahir), dan plasenta previa (plasenta menutupi jalan lahir) (Kusumaningsih, 2012).

Hasil penelitian ini juga menemukan bahwa sebagian besar responden berpendidikan terakhir SMA. Hasil ini akan membuktikan bahwa semakin tinggi sebuah pendidikan akan berkaitan erat dengan pengetahuan dan informasi yang didapatkan. Dalam hal ini pendidikan ibu sebagian besar berada pada pendidikan atas sehingga informasi yang didapatkan sangat berhubungan dengan pengetahuan dari ibu tersebut. Pendidikan erat kaitannya dengan pengetahuan dan teknik transfer informasi

(Nursalam, 2016). Semakin tinggi pengetahuan ibu maka semakin mudah dalam melakukan transfer ilmu kepada ibu tersebut. Pendidikan adalah proses perubahan sikap seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan (Kamus Besar Bahasa Indonesia 2008). Pendidikan adalah proses perubahan sikap dan perilaku seseorang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan, proses, cara serta perbuatan. Pendidikan dapat diartikan sebagai suatu proses atau masyarakat. Ini berarti bahwa pendidikan adalah suatu pembentukan watak yaitu sikap disertai kemampuan.

## **2. Perbedaan Intensitas Nyeri antara Kelompok Kontrol dan Perlakuan**

Terapi musik sendiri merupakan intervensi yang sedang berkembang belakangan ini sebagai sebuah intervensi sistematis dengan terapis yang membantu klien untuk meningkatkan kesehatan menggunakan pengalaman musik dan hubungan yang berkembang diantaranya sebagai kekuatan dinamis perubahan (Bruscia, 2014). Alunan musik lembut yang menenangkan dan stimulasi gelombang otak dengan frekuensi *deepdelta* untuk merangsang kondisi relaksasi yang dalam. Pada kondisi *deep delta*, akan terjadi pelepasan *endorfin* yang merupakan zat anestesi alami. Terapi musik klasik dapat

membantu menghilangkan atau meringankan berbagai rasa sakit misalnya meredakan nyeri akibat suatu penyakit, nyeri punggung, rematik arthritis, luka bakar, luka kecelakaan, nyeri penderita kanker, nyeri persendian, nyeri pada otot, nyeri pasca operasi dan jenis nyeri lainnya (Eka, 2009).

Hasil penelitian menemukan bahwa terdapat perbedaan intensitas nyeri antara kelompok yang diberikan perlakuan dengan kelompok kontrol. Perbedaan ini juga sangat signifikan dengan nilai  $p < 0,05$ . Terbukti bahwa ibu yang diberikan musik klasik saat persalinan mengalami penurunan intensitas nyeri sesudah dan sebelum diberikan perlakuan. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori relaksasi bahwa pada kelompok yang diberikan terapi musik mengalami relaksasi pada tubuhnya. Mengistirahatkan tubuh dan pikiran merupakan manfaat yang pasti dirasakan setelah melakukan terapi musik. Musik juga dapat menurunkan intensitas nyeri pada saat persalinan. Musik bekerja pada sistem saraf otonom yaitu bagian sistem saraf yang bertanggung jawab mengontrol tekanan darah, denyut jantung dan fungsi otak, yang mengontrol perasaan dan emosi. Menurut penelitian, kedua sistem tersebut bereaksi sensitif terhadap musik. Saat merasa sakit, kita menjadi takut, frustrasi dan marah yang Efek terapi musik klasik pada nyeri adalah distraksi terhadap

sehingga klien akan merasakan perasaan rileks, tubuh lebih bertenaga dan pikiran lebih fresh. Terapi musik memberikan kesempatan bagi tubuh dan pikiran untuk mengalami relaksasi yang sempurna. Kondisi relaksasi (istirahat) yang sempurna itu, seluruh sel dalam tubuh akan mengalami reproduksi, penyembuhan alami berlangsung, produksi hormon tubuh diseimbangkan dan pikiran mengalami penyegaran (Eka,2009).

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa hasil analisis bivariat menemukan bahwa ada perbedaan antara kelompok yang diberikan musik dengan yang tidak diberikan musik dengan perbedaan nilai mean dan hasil yang signifikan secara statistik yang dilihat dari nilai  $p < 0,05$  dengan nilai  $< 0,0001$ , Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan nyeri yang dirasakan antara ibu bersalin yang diberikan musik klasik dengan yang tidak diberikan.

membuat kita menegangkan otot-otot tubuh, hasilnya rasa sakit menjadi semakin parah. Mendengarkan musik secara teratur membantu tubuh rileks secara fisik dan mental, sehingga membantu menyembuhkan dan mencegah rasa sakit. Pada proses persalinan, terapi musik berfungsi mengatasi kecemasan dan mengurangi rasa sakit (Marmi, 2013).

pikiran tentang nyeri, menurunkan kecemasan,

menstimulasi ritme nafas lebih teratur, menurunkan ketegangan tubuh, memberikan gambaran positif pada visual imageri, relaksasi, dan meningkatkan mood yang positif. Terapi musik dapat mendorong perilaku kesehatan yang positif, mendorong kemajuan pasien selama masa pengobatan dan pemulihan (Schou 2008 dalam Mahanani 2013). Nyeri sebagai proses alamiah dari sebuah proses persalinan, dengan adanya relaksasi pada ibu saat masa persalinan dapat menurunkan intensitas nyeri yang dirasakan ibu.

## E. REFERENCE

- Djohan. 2006. Terapi Musik Teori dan Aplikasi. Yogyakarta : Galang Press.
- Erfandi. 2009. Pengetahuan Dan Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi. <http://forbetterhealth.wordpress.com/2009/04/19/pengetahuan-dan-faktor-faktor-yang-mempengaruhi>.
- Bruscia, K. E. (2014). *Defining music therapy* (3<sup>rd</sup> ed). Gilsum, NH: Barcelona Publishers.
- Hanifa Wiknjastro. 2008. Ilmu Kandungan. Edisi 2. EGC : Jakarta..
- Hermawati, Dian, 2012, Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Rasionalitas Penggunaan Obat Swamedikasi Pengunjung Di Dua Apotek Kecamatan Cimanggis Depok, Skripsi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA) Program Studi Farmasi Universitas Indonesia, Depok.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. 2019. <https://kbbi.kemendikbud.go.id>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2017*. Jakarta.
- Marlina, E. D (2018). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Kecemasan dan Nyeri Selama Kala I Fase Aktif Persalinan. *Jurnal Ilmiah Bidan, III*, 1-6. <https://doi.org/10.0809/JIB.V311.49>
- Marmi. 2013. Intranatal Care Asuhan Kebidanan pada Persalinan. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Notoatmodjo,S. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2013). Konsep Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2016). Metodologi penelitian: pendekatan praktis (edisi 3). Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam, 2014. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi. 3*. Jakarta: Rineka Cipta

- Potter dan Perry. (2010). Fundamental keperawatan buku 3. Edisi 7. Jakarta : Salemba Medika.
- Rahardjo, W. (2016). Terapi musik untuk kesehatan. *Femina*. Retrieved from <https://www.femina.co.id/health-diet/terapi-musik-untuk-kesehatan>
- Sumarah. 2009. Perawatan Ibu Bersalin : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin. Yogyakarta : Fitramaya.
- WHO. 2018. [https://www.who.int/news-](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality)
- room/fact-sheets/detail/maternal-mortality.
- Wijayanti, D. T. (2018). HUBUNGAN SECTIO CAESAREA DENGAN KEJADIAN ASFIKSIA DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH (RSUD) SYARIFAH AMBAMI RATO EBU BANGKALAN. *J-HESTECH (Journal Of Health Educational Science And Technology)*. <https://doi.org/10.25139/htc.v1i1.106>

