

**PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN TINGKAT
KECEMASAN PADA IBU BERSALIN
DI KLINIK ROMAULI MARELAN
TAHUN 2023**

Endryani Syafitri⁽¹⁾, Muthia Sari Mardha⁽²⁾, Friska Yuni Simatupang⁽³⁾

⁽¹⁾⁽²⁾⁽³⁾D3 Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia,
Medan, Indonesia

*corresponding author: endryanisafitri@helvetia.ac.id

ABSTRAK

Persalinan dan kelahiran merupakan hal fisiologis yang akan dialami hampir setiap wanita. Namun, meskipun hal ini merupakan hal yang fisiologis akan membuat ibu merasa cemas karena selama proses persalinan akan mengalami nyeri yang luar biasa, nyeri saat persalinan dapat menurunkan kemampuan rahim untuk mengalami kontraksi sehingga memperpanjang waktu selama proses persalinan. Ketidaknyamanan yang dialami seseorang yang akan melahirkan akan semakin meningkat dan dapat menimbulkan kecemasan. Tujuan penelitian mengetahui karakteristik responden (berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, paritas), mengetahui tingkat kecemasan, mengetahui pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik ini. kelahiran di Klinik Romauli Marelan pada tahun 2023. Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah quasi eksperimen dengan rancangan one group type pretest and posttest design. Dari penelitian yang di dapat tingkat kecemasan ibu sebelum dilakukan perlakuan didapatkan hasil uji normalitas $0,178 > 0,05$ yang berarti data berdistribusi tidak normal, maka dilakukan uji Wilcoxon diperoleh nilai signifikan $P=0,000$ dimana $p<0,05$, “ada pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu bersalin. ada pengaruh musik klasik dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu melahirkan terapi musik dapat membantu ibu rileks dan memberikan stimulasi dini pada janin sehingga disarankan sebagai intervensi yang efektif bagi ibu dalam persalinan.

Kata Kunci: Terapi, Musik, Kecemasan, Ibu

ABSTRACT

Introduction: Labor and birth are physiological things that almost every woman will experience. However, even though this is a physiological thing, it will make the mother feel anxious because during the labor process she will experience excruciating pain, pain during labor can reduce the uterus' ability to experience contractions, thereby lengthening the time during the labor process. The discomfort experienced by someone who is about to give birth will increase and can cause anxiety. Objective to determine the characteristics of respondents (based on age, education, occupation, parity), to determine the level of anxiety, to determine the effect of providing classical music therapy on reducing maternal anxiety levels before and after being given classical music therapy. birth at the Romauli Marelan Clinic in 2023. The research design used in this study was a quasi-experimental design with a one group type pretest and posttest design. Results: From research that obtained the level of maternal anxiety before treatment, the normality test results were $0.178 > 0.05$, which means the data was not normally distributed, then the Wilcoxon test was carried out and obtained a significant value of $P=0.000$

where $p < 0.05$, "there is an effect of therapy classical music on reducing anxiety levels in mothers giving birth. there is an influence of classical music in reducing anxiety levels in mothers giving birth. Music therapy can help mothers relax and provide early stimulation to the fetus, so it is recommended as an effective intervention for mothers in labor.

KeyWords: Therapy, Music, Anxiety, Maternity

PENDAHULUAN

Persalinan dan kelahiran merupakan hal fisiologis yang akan dialami hampir setiap wanita. Namun, meskipun hal ini merupakan hal yang fisiologis akan membuat ibu merasa cemas karena selama proses persalinan akan mengalami nyeri yang luar biasa, nyeri saat persalinan dapat menurunkan kemampuan rahim untuk mengalami kontraksi sehingga memperpanjang waktu selama proses persalinan. Ketidaknyamanan yang dialami seseorang yang akan melahirkan akan semakin meningkat dan dapat menimbulkan kecemasan (1).

Persalinan terdiri dari tahap I, II, III, IV. Tahap pertama persalinan dimulai dengan kontraksi rahim dan berakhir saat serviks terbuka penuh. Kala I persalinan terbagi menjadi dua yaitu fase laten dan fase aktif, dan selama fase aktif kontraksi rahim menjadi lebih sering dan kuat. (2).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi proses persalinan yaitu kekuatan dan dorongan (power), jalan lahir (passage), janin dan ari-ari (passanger), psikologis, dan penolong (provider). Faktor-faktor tersebut berperan penting dalam menentukan lancar tidaknya suatu persalinan. Misalnya pada persalinan lama, hal ini dapat disebabkan oleh melemahnya tenaga dan mengejan ibu yang berhubungan dengan usia yang relatif tua, salah penanggung jawab persalinan atau hal-hal yang wajar terutama pada persalinan primipara. (1).

Persalinan normal menurut WHO (2019) adalah persalinan yang dimulai secara spontan dengan risiko rendah pada awal persalinan dan tetap demikian

selama proses persalinan, bayi lahir secara spontan dengan presentasi kepala bagian belakang usia kehamilan antara 37 minggu sampai 42 minggu lengkap. minggu. Setelah melahirkan, ibu dan bayi dalam kondisi baik. Menurut *World Health Organization* (WHO) sebanyak 303.000 wanita meninggal saat hamil dan melahirkan, 99% dari seluruh kematian tersebut terjadi di negara berkembang pada tahun 2017 yaitu 305/100.000 kelahiran hidup (KH), 20 kali lebih tinggi dari negara maju, yaitu 12/100.000 KH (3). Kecemasan dan depresi prenatal sangat menyusahakan wanita hamil dan dapat memiliki konsekuensi yang mengerikan bagi janin dan, pada gilirannya, bagi anak. Penelitian ini bertujuan untuk menentukan apakah mendengarkan lagu yang disusun secara khusus akan menjadi intervensi yang efektif untuk mengurangi gejala kecemasan dan depresi prenatal, (Departemen Psikologi, Universitas London oleh Nwebube, *et al*, 2018) (4). Dan dalam penelitian yang dilakukan oleh (Gokyildiz Surucu, dkk, 2018 di Turki) berjudul Pengaruh musik terhadap nyeri dan kecemasan wanita saat persalinan pada kehamilan pertama kali : Sebuah studi dari Turki, musik bertujuan untuk menganalisis pengaruh musik terhadap nyeri dan kecemasan yang dirasakan ibu saat hamil pertama, terapi musik merupakan metode yang efektif, sederhana, dan ekonomis (5).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2020, penyebab kematian ibu di Indonesia tercatat per 27 Maret 2019 dengan kasus tertinggi yaitu perdarahan sebanyak 1.280 kasus, hipertensi dalam kehamilan sebanyak 1.066 kasus, dan 207 kasus.

infeksi. Penyebab kematian ibu terbagi menjadi dua, yaitu penyebab utama dan penyebab akhir. Penyebab utamanya adalah suatu kondisi yang dapat menyebabkan kematian ibu. Misalnya, jika ibu hamil mengalami eklampsia dan meninggal, maka penyebab kematiannya adalah kejang. Begitu juga bila ibu mengalami perdarahan akibat atonia uteri dan mengakibatkan kematian, penyebab utamanya adalah perdarahan pasca persalinan. Sedangkan penyebab akhir kematian adalah kejadian akhir yang mengakibatkan kematian ibu (komplikasi akhir dari suatu penyakit) atau dapat dikatakan bagaimana pasien meninggal. Misalnya ibu yang melahirkan secara SC dan meninggal karena syok septik. Klasifikasi penyebab akhir kematian ibu adalah karena syok hipovolemik, syok septik, gagal sistem pernafasan, gagal jantung, gagal ginjal dan lain-lain. (6).

Di Indonesia tahun 2018 cakupan persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan sebesar (93,1%), sedangkan di Sumatera Utara sebesar (94,4%) komplikasi atau komplikasi pada saat persalinan yaitu posisi janin melintang atau sungsang (2,7%), perdarahan. (1,6%), kejang (0,2%), ketuban pecah dini (PROM) (5,6%), persalinan lama (3,7%), tali pusat (3,4%), plasenta previa (0,9%), retensi plasenta (0,7%), hipertensi (1,6%), lainnya (2,9%) (Risksedas, 2018) (7). Di Nusa Tenggara Timur yang dilakukan oleh peneliti (Parung, dkk tahun 2020), terapi musik klasik ini telah digunakan dan sangat bermanfaat dalam menurunkan kecemasan pada ibu pada fase laten 1 (8).

Berdasarkan laporan Profil Kesehatan Indonesia per 27 Maret 2020, jumlah kematian ibu menurut provinsi menurun dari 4.226 menjadi 4.221 kematian ibu. Angka ini merupakan perhitungan kematian ibu di setiap

provinsi di Indonesia. Di Sumut pada tahun 2019 tercatat 302.555 kelahiran hidup (KH), jumlah kematian ibu sebanyak 202 jiwa. Di Indonesia pada tahun 2008 terdapat 373.000.000 ibu hamil, dan 107.000.000 (28,7%) mengalami kecemasan dalam menghadapi proses persalinan. Penelitian lain menyebutkan bahwa ibu hamil dalam menghadapi persalinan mengalami kecemasan berat sebanyak 47,7%, kecemasan sedang sebanyak 16,9% dan kecemasan ringan sebanyak 35,4%. (9).

Berdasarkan laporan Kabupaten/Kota, AKI di Sumut sebesar 85 per 100.000 kelahiran hidup. Hasil Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2015 menunjukkan AKB sebesar 22,23 per 1.000 kelahiran hidup dan AKABA sebesar 26,29 per 1.000 kelahiran hidup (Profil Kesehatan SUMUT, 2020) (10).

Berdasarkan hal tersebut maka kecemasan harus diatasi agar tidak terjadi nyeri yang berlebihan saat persalinan sehingga komplikasi yang terjadi minimal. Penatalaksanaan kecemasan dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi adalah dengan menggunakan obat-obatan seperti anestesi atau analgesik, namun ada beberapa obat analgesik yang memiliki efek buruk pada janin. Sedangkan untuk terapi nonfarmakologi yaitu massage effluerage, teknik relaksasi dan teknik distraksi. Distraksi, yaitu memusatkan perhatian pasien pada sesuatu atau mengalihkan perhatiannya pada hal-hal di luar nyeri dan kecemasan. Distraksi dapat dilakukan dengan distraksi visual (penglihatan), distraksi intelektual (pengalihan nyeri dengan aktivitas), dan distraksi auditori (audio).

Metode pereda nyeri dan kecemasan non-farmakologis biasanya memiliki risiko yang sangat rendah dibandingkan dengan terapi

farmakologis. Salah satu distraksi yang efektif adalah musik, yang dapat mengurangi rasa sakit fisiologis, stres, dan kecemasan dengan mengalihkan seseorang dari rasa sakit (11).

Faktor yang mempengaruhi kecemasan antara lain pengalaman negatif di masa lalu, dimana ibu pernah mengalami kejadian yang tidak menyenangkan pada masa kehamilan atau persalinan sebelumnya. Pikiran irasional juga dapat memengaruhi kecemasan. Hal ini dikarenakan para ibu selalu beranggapan bahwa akan terjadi sesuatu yang tidak diinginkan pada dirinya saat melahirkan (12).

Menanggapi kecemasan atau melakukan upaya coping pada umumnya dilakukan dengan berbagai cara, namun dengan tujuan yang sama yaitu mengurangi kecemasan sehingga dapat kembali pada keadaan normal dan seimbang. Salah satu teknik coping yang terbukti efektif dalam mengatasi kecemasan adalah distraksi dan relaksasi. Teknik distraksi adalah pengalihan fokus perhatian ke rangsangan lain, seperti terapi mendengarkan musik (musik klasik). Musik adalah teknik distraksi yang efektif yang dapat mengurangi intensitas nyeri, tingkat stres dan kecemasan dengan mengalihkan perhatian seseorang dari perasaan nyeri dan kecemasan (13).

Musik memiliki kekuatan luar biasa yang berdampak pada jiwa. Musik dapat membantu seseorang menjadi lebih rileks, mengurangi stres, menciptakan rasa aman dan sejahtera, melepaskan perasaan sedih, membuat orang bahagia, serta membantu dan melepaskan rasa sakit. Musik yang didengarkan secara intensif dapat memberikan kekuatan penuh, dalam artian memantulkan emosi diri, menerangi jiwa dan berekspresi. (12).

Berdasarkan penelitian Nurul Aprilia dan Een Husanah tahun 2021

“Terapi Musik Klasik Pada Ibu Hamil Trimester III Dalam Mengurangi Kecemasan Saat Melahirkan” didapatkan bahwa terjadi penurunan kecemasan setelah dilakukan terapi musik klasik pada ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan persalinan yang diukur dengan menggunakan kuesioner HARS (*Hamilton Rating Scale for Anxiety*). Salah satu cara untuk mengatasi kecemasan ibu hamil adalah dengan terapi musik klasik. Musik klasik memiliki tempo yang lambat yang akan mengubah aktivitas gelombang otak, akan terjadi pelepasan impuls secara sinkron dari banyak neuron di korteks serebral dengan frekuensi 12 per detik yang akan menghasilkan gelombang sehingga akan terjadi kondisi rileks yang ditandai dengan perasaan tenang dan nyaman. Perasaan tenang dan nyaman ini merupakan mekanisme yang positif, sehingga ibu primigravida trimester III mengalami penurunan (14).

Dari survei awal yang dilakukan peneliti di Klinik Romauli Marelan pada tahun 2023. Ada 20 ibu yang diperiksa kandungannya dan ada 7 ibu hamil trimester ketiga dari 7 orang yang melahirkan dengan menggunakan musik tetapi bukan musik klasik melainkan musik yang dia suka, ibu mengatakan bahwa ketika mendengarkan musik dia merasa lebih tenang dari sebelumnya, ibu juga mengatakan bahwa dia merasakan sakit dan kecemasan yang luar biasa karena anak pertamanya dan setelah mendengarkan musik rasa sakitnya tidak lagi seperti sebelumnya karena ibu bisa mengikuti irama musik hingga akhirnya ibu melahirkan bayinya secara spontan dan 5 ibu mengatakan belum pernah melahirkan dengan menggunakan musik biasa atau musik klasik.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh

Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Di Klinik Romauli Marelan Tahun 2023”.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah quasi eksperimen design dengan menggunakan *one group type pretest and posttest design*. Populasi yang diteliti ibu bersalin di Klinik Romauli Marelan 20 orang dan seluruhnya di jadikan sampel dengan tehnik total

sampling. Teknik pengumpulan data primer, pada penelitian ini akan membandingkan satu kelompok eksperimen yang akan diberikan tes berupa pretest dengan maksud untuk mengetahui kondisi kelompok sebelum dan sesudah diberikan perilaku terapi musik klasik selama proses berlangsungnya pembukaan jalan lahir yang dilakukan selama 15 menit dan di lakukan selama 7 hari. Data sekunder dan dianalisis secara univariat kemudian secara bivariat dengan uji Wilcoxon.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Tingkat Kecemasan Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi

No	Tingkat Kecemasan	n	%
1.	Sebelum Intervensi	2	16,7
	Ringan	2	16,7
	Sedang	13	73,3
	Berat	5	10,0
2.	Sesudah Intervensi		
	Ringan	18	90
	Sedang	2	10
Total		20	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan data tingkat kecemasan responden sebelum dan sesudah intervensi. Tingkat kecemasan responden pada pengukuran sebelum dilakukan intervensi sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang dengan jumlah 13 orang (65,0%), yang mengalami kecemasan ringan berjumlah 5 orang (25,0%), dan sebagian kecil

mengalami kecemasan ringan. kecemasan berjumlah 2 orang (10,0%). Tingkat kecemasan responden pada pengukuran setelah dilakukan intervensi mayoritas responden mengalami kecemasan ringan dengan jumlah 18 orang (90,0%), dan minoritas yang mengalami kecemasan sedang berjumlah 2 orang (10,0%).

Tabel 2. Uji Normalitas Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Bersalin di Wilayah Kerja Klinik Romauli Marelan Tahun 2023

Kelompok	<i>Shapiro Wilk</i>		
	Statistik	Df	Sig
Pretest	.933	20	.178
Posttest	.752	20	.000

Berdasarkan tabel 2 diketahui df (derajat kebebasan) pre-test dan post-test adalah 20 ibu bersalin

diperoleh bahwa nilai sig P pretest > 0,05 data berdistribusi normal dan nilai sig P posttest < 0,05 data tidak berdistribusi normal.

Tabel 3. Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin dengan Uji Wilcoxon di Wilayah Kerja Klinik Romauli Marelan Tahun 2023

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Kecemasan Post test -	Negative Ranks	16 ^a	8.50	136.00
Kecemasan Pre Test	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	4 ^c		
	Total	20		

Skor Kecemasan Posttest - Skor Kecemasan Pretest	
Z	-3.666 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.000

Diketahui bahwa pada pre test dan post test Wilcoxon diperoleh nilai Z sebesar -3.666a, sig Asymp. Sig. (2-tailed) pre test dan post test yang diperoleh nilai signifikan P = 0,000 dimana $p < 0,05$ dimana nilai p lebih kecil dari

Berdasarkan Uji Normalitas diperoleh nilai Shapiro Wilk diperoleh nilai pre-test 0,178 > 0,05 dan post-test 0,000 artinya data pre-test berdistribusi normal sedangkan post-test tidak berdistribusi normal.

Kemudian dilakukan uji statistik Wilcoxon pretest dan posttest yang diperoleh nilai Z sebesar -3.666a, , sig Asymp. Sig. (2-tailed) pre test dan post test yang diperoleh nilai signifikan P = 0,000 dimana $p < 0,05$ dimana p value lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$ maka Ha diterima, “ada perbedaan yang signifikan pengaruh klasikal terapi musik terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu

nilai $\alpha = 0,05$ maka Ha diterima yaitu “ada perbedaan yang signifikan pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik”.
sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Hazizah Simbolon berjudul Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di PMB Afriana, AM.Keb Tahun 2018, tayangan hasil rata-rata tingkat kecemasan responden kelompok eksperimen sebelum intervensi nilai rata-rata 22,67 (SD = 28,6), kemudian menurun setelah dilakukan intervensi pada kategori kecemasan ringan dengan nilai rata-rata 16,77 (SD = 51,9).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Viktoriana Parung

berjudul Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Kecemasan Ibu Pada Fase Laten 1 Di Puskesmas Ronggakue Mangarai Timur Nusa Tenggara Timur Tahun 2020. Rata-rata tingkat kecemasan responden pada kelompok kontrol setelah dilakukan intervensi adalah 37,6 (S=62,16). Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok kontrol ($p=0,00$) dan terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara kelompok eksperimen dan kontrol setelah intervensi ($p=0,00$). Pemberian terapi musik klasik berpengaruh terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin di Puskesmas Ronggakoe Manggarai Timur Nusa Tenggara Timur Tahun 2020.

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi dari rahim melalui vagina ke dunia luar. Persalinan normal adalah proses keluarnya janin pervaginam yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan tanpa komplikasi baik bagi ibu maupun janin. Berdasarkan jumlah persalinan yang telah dilakukan, persalinan dibedakan menjadi 3 yaitu ibu yang baru pertama kali melahirkan (primipara), ibu yang telah beberapa kali melahirkan bayi yang viabel (multipara), dan ibu yang pernah melahirkan bayi yang layak (multipara). melahirkan bayi yang hidup lebih dari 5 kali (grande multipara).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi proses persalinan yaitu kekuatan dan dorongan (power), jalan lahir (passager), psikologis, dan penolong (provider). Faktor-faktor tersebut berperan penting dalam menentukan lancar tidaknya suatu persalinan. Misalnya, pada persalinan lama, hal ini dapat disebabkan oleh melemahnya kekuatan dan dorongan ibu terkait usia yang relatif tua, pemimpin persalinan yang salah, atau perasaan

takut dan cemas. Perasaan cemas, takut, atau khawatir adalah hal yang wajar, terutama pada persalinan primipara (2).

Pengertian lain dari kecemasan dikemukakan oleh Selye (1996) dalam buku *Concepts and Applications of Relaxation in Maternity Nursing* (2017) yang menyatakan, bahwa kecemasan merupakan gangguan perasaan yang ditandai dengan perasaan takut atau khawatir yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan. dalam menilai realitas, kepribadian masih utuh, dan perilaku terganggu namun masih dalam batas normal. Berdasarkan ketiga definisi tersebut, bahwa kecemasan merupakan respon emosional dimana seseorang merasa takut terhadap sumber ancaman yang tidak jelas dan tidak teridentifikasi. (13).

Terapi musik adalah suatu bentuk kegiatan yang menggunakan musik dan lagu/nyanyian secara terpadu dan terarah dalam membimbing ibu-ibu tersebut selama masa kehamilan yang dimaksudkan untuk mencapai tujuan: relaksasi ibu hamil, stimulasi dini janin, menjalin keterikatan emosional antara ibu hamil wanita dan janin. Distraksi menggunakan musik efektif karena individu berkonsentrasi pada stimulus yang menarik atau menyenangkan daripada berfokus pada gejala yang tidak menyenangkan. (15).

Musik juga merupakan seni yang mempengaruhi pusat fisik dan pusat sistem syaraf. Musik juga mempengaruhi sistem saraf parasimpatis atau sistem saraf otomatis, baik secara langsung maupun tidak langsung. Ibu impartu kala 1 mengalami nyeri kronis dan akut, suasana kejiwaan dan emosional, pengaruh musik pada ibu kala persalinan fase aktif 1 berpengaruh kuat terhadap persepsi nyeri yang dihasilkan dan kemampuan untuk mengatasinya. Musik klasik sebagai alternatif terapi

nonfarmakologi menurunkan intensitas nyeri responden sehingga timbul perasaan tenang dan rileks, serta dapat mengurangi nyeri. (21).

Menurut asumsi peneliti, kecemasan akan berkurang seiring dengan situasi lingkungan yang dialami pasien. Lingkungan yang tenang akan menimbulkan relaksasi pada ibu sehingga tercipta afirmasi positif dan dapat mengurangi kecemasan pada ibu menjelang persalinan. Suasana tenang dapat diciptakan dengan menyalakan musik dan melihat faktor ibu yang menyertai juga pada saat persalinan sehingga rasa khawatir pada ibu dapat berkurang dan tidak menghambat proses persalinan. Karena kecemasan yang tinggi akan menyebabkan leher rahim menjadi kaku dan membuat proses persalinan menjadi lebih lambat, pernapasan menjadi tidak teratur sehingga mengurangi asupan sirkulasi oksigen untuk tubuh dan janin. Pada akhirnya kecemasan akan membuat jantung memompa lebih cepat sehingga tekanan darah menjadi lebih tinggi.

Sedangkan musik klasik sangat efektif untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil. Dengan mendengarkan musik klasik yang menenangkan, ibu melahirkan dapat menciptakan afirmasi positif dalam diri dan dapat merangsang sekresi endorfin sehingga rangsangan kecemasan pada ibu berkurang. Musik klasik terbukti dapat membantu ibu dengan pola pernapasan karena musik klasik memberikan energi melalui irama sehingga dapat membantu mengurangi kecemasan pada ibu bersalin.

Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh musik klasik terhadap tingkat kecemasan, bahwa getaran musik klasik sejalan dengan getaran saraf otak, sehingga dapat merangsang otak beresilasi karena musik klasik umumnya berasal dari irama denyut nadi manusia atau sesuai dengan denyut jantung

manusia 60 denyut/menit. Sedangkan tingkat kecemasan pada ibu fase laten setelah diberikan terapi musik berada pada kategori sedang, ringan, dan pada kelompok kontrol termasuk dalam kategori kecemasan berat yaitu rata-rata tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi musik adalah 25,75 dan setelah diberikan terapi musik menjadi 19,85 hal ini menunjukkan adanya pengaruh terhadap pemberian terapi musik klasik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dan pembahasan yang telah diuraikan mengenai “Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Di Klinik Romauli Marelani Tahun 2023”, diperoleh kesimpulan bahwa terdapat perbedaan kadar kecemasan sebelum diberikan terapi musik dengan nilai rata-rata 25,75 dan setelah diberikan nilai rata-rata 19,85. Dari uji Wilcoxon diperoleh nilai signifikan $P = 0,000$ dimana $p < 0,05$.

DAFTAR PUSTAKA

1. Isamas. prevalensi lansia di dunia 2020, Available from: isamas54.blogspot.com. 2020;
2. Rusiana HP, Nur D, Purqoti S, Safitri RP, Ners P, Keperawata DM, et al. Peningkatan kualitas tidur lansia melalui latihan relaksasi progresif di lingkungan sekarbela mataram. 2021;116–24.
3. Nengsih HHHNA. Pengaruh Rendam Air Hangat Pada Kaki Terhadap Penurunan Insomnia Pada Lansia Di Desa Cisantana Tahun 2022. *Julnal Kesehat*. 2022;
4. d. Dinas Kesehatan Sumatra Utara. Profil Kesehatan Sumatra Utara 2019, Available from: www.depkes.go.id.
5. Azmi LN. Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Dan

- Massege Terhadap Kualitas Tidur Komunitas Lansia Di Keurahan Tunjungsekar. J Abdidas. 2021;2(2).
6. Mardha MS, Syafitri E. Hubungan Umur dan Paritas Ibu Hamil Dengan Anemia Di Rumah Bersalin Hj. Dermawati Nasution Tembung. Wind Heal J Kesehat. 2019;2(4).
 7. Widiania ISudiari MSukraandini N. Pengaruh Massage Kaki terhadap Penurunan Insomnia pada Lansia di Banjar Temesi Desa Temesi Kabupaten Gianyar. J Akad Baiturrahim Jambi. 2020;9(1):83.
 8. Prastiyan GMG. Pengaruh Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Lansia Yang Mengalami Insomnia Di Unit Pelaksana Teknis (UPS) Panti Sosial Lanjut Usia Provinsi Kalimantan Barat. J Abdidas. 2019;2).
 9. Hardono H, Oktaviana E, Andoko A. Rendam Kaki Dengan Air Hangat Salah Satu Terapi Yang Mampu Mengatasi Insomnia Pada Lansia. Holistik J Kesehat. 2019;13(1):62–8.
 10. Fredy A. Pemberdayaan Lanjut Usia dengan Aktivitas Rekreasi di Desa Sidorejo. Indones J Community Dedication. 2021;3:22–5.
 11. Siti Nur Kholifah, SKM, M.Kep SK. Buku Keperawatan Gerontik. 2019. 1–112 p.
 12. Daulay Liaa. Pengaruh Terapi Massage Rendam Air Hangat Terhadap Penurunan Insomnia Pada Lansia. 2019;
 13. Akhsanul yasir. Kualitas Tidur. REM kualitas tidur. 2019;16–8.
 14. Arifin AR, Burhan E. Fisiologi Tidur dan Pernapasan. 2020;0–12.
 15. Endryani syafitri, SKM, M.Kes., Muthia sari Mardhan, SST, M.Kes , Marlina, SKM M. Buku gambar reproduksi kesehatan & perencanaan keluarga. Debby Pratiwi, SST M, editor. 2022.
 16. Endryani syafitri, SKM, M.Kes, Muthia Sari Mardhan, SST MK. Buku reproduksi dan perkembangan wanita. Debby Prat. 2020.
 17. Endryani syafitri, SKM, M.Kes, Muthia sari Mardhan, SST MK. Pendidikan Budaya antikorupsi kalangan mahasiswa bidan. Ivan Marsa. 2021.
 18. Endryani syafitri, SKM, M.Kes, Muthia sari Mardhan, SST MK. Buku Saku Dokumentasi Kebidanan. Ivan Marsa. 2021.
 19. Sutanto Priyo Hastono. Analisis data pada bidang kesehatan / Dr. Drs. Sutanto Priyo Hastono, M.Kes. 2019. 250 p.
 20. Choiriyah A, Kartika C. Pengaruh Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Terhadap Penurunan Keluhan Insomnia Pada Lansia di Panti Werdha Pangesti Kecamatan Lawang Kabupaten Lawang1Anis. 2019;1–5.
 21. Pratiwi A, Murbawani EA. Pengaruh Pemberian Formula Enteral Berbahan Labu Kuning (*Curcubita moschata*) Terhadap Albumin Serum Pada Tikus Diabetes Mellitus. J Nutr Coll. 2015;4.
 22. Mestika Rija Helti, Dedi. Pengaruh Rendam Air Hangat Pada Kaki Terhadap Insomnia Pada Lansia Di Desa Tengah Kecamatan Pantai Labu Kabupaten Deli Serdang Tahun 2018. J Ilm Kebidanan Imelda. 2020;6(1):63–7.
 23. Utami T. Pengaruh Rendam Air Hangat pada Kaki Terhadap Insomnia pada Lansia di Panti

Sosial Tresna Werdha Yogyakarta
Unit Budi Luhur. e-journal
Keperawatan. 2019;6:1–8.