

**SKRIPSI**

**ANALISIS PENGARUH PEMBERIAN TERAPI MUSIK  
KLASIK UNTUK MENGURANGI KECEMASAN  
PADA IBU HAMIL SAAT MENJELANG  
PERSALINAN**

*LITERATUR REVIEW*



Oleh:

**NURUL AINI PUTRI SAMBAN**

**NIM : P05140419036**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU  
PRODI SARJANA TERAPAN  
JURUSAN KEBIDANAN  
BENGKULU  
2021**

**SKRIPSI**

**ANALISIS PENGARUH PEMBERIAN TERAPI MUSIK  
KLASIK UNTUK MENGURANGI KECEMASAN  
PADA IBU HAMIL SAAT MENJELANG  
PERSALINAN**

*LITERATUR REVIEW*

**Skripsi Ini Diajukan Sebagai**

**Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Studi Diploma IV**



**OLEH :**

**NURUL AINI PUTRI SAMBAN**  
**NIM. P05140419036**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU  
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
JURUSAN KEBIDANAN  
TAHUN 2021**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

Skripsi atas

Nama : Nurul Aini Putri Samban

Tempat Tanggal Lahir : Sidomukti, 04 Februari 1997

NIM : P0 5140419 036

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik untuk Mengurangi Kecemasan pada Ibu Hamil Saat Menjelang Persalinan Tahun 2020

Kami setuju untuk diseminarkan pada tanggal :

Bengkulu, .....

Pembimbing I

Pembimbing II



**Lusi Andriani, SST, M.Kes**  
NIP. 198008192002122002



**Dwie Yunita Baska, SST, M.Keb**  
NIP. 198806232009032001

**SKRIPSI**  
**ANALISIS PENGARUH PEMBERIAN TERAPI MUSIK KLASIK**  
**UNTUK MENGURANGI KECEMASAN**  
**PADA IBU HAMIL SAAT MENJELANG**  
**PERSALINAN**

*LITERATUR REVIEW*

Disusun oleh :

**NURUL AINI PUTRI SAMBAN**  
NIM : P0 5140419036

Skripsi ini telah diuji dan dipresentasikan  
di depan Penguji Skripsi Program Studi Kebidanan  
Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Pada tanggal 15 Januari 2021

**Ketua Tim Penguji**



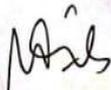
**Lela Hartini, SST, M.Kes**  
NIP. 197710112003122001

**Pembimbing I**



**Lusi Andriani, SST, M.Kes**  
NIP. 198008192002122002

**Penguji I**



**Diah Eka Nugraheni, SST, M.Keb**  
NIP. 198012102002122002

**Pembimbing II**



**Dwie Yunita Baska, SST, M.Keb**  
NIP. 198806232009032001

Mengetahui :

**Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan**  
**Poltekkes Kemenkes Bengkulu**



**Diah Eka Nugraheni, SST, M. Keb**  
NIP. 198012102002122002

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nurul Aini Putri Samban  
Tempat Tanggal Lahir : Sidomukti, 04 Februari 1997  
NIM : P0 5140419036  
Judul Proposal Skripsi : Analisis Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik  
untuk Mengurangi Kecemasan Pada Ibu Hamil saat  
Menjelang Persalinan

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Skripsi ini adalah betul-betul ide serta hasil pemikiran yang menjadi hasil karya saya sendiri dan bukan penjiplakan dari hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini dan apabila dikemudian hari terbukti dalam penyusunan skripsi ini ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, Januari 2021



Yang menyatakan,

Nurul Aini Putri Samban

NIM P0 5140419036

## **Motto dan Persembahan**

### **Motto**

- Sebuah kesuksesan sesungguhnya tidak lepas dari do'a kedua orang tua
- Jawaban dari sebuah keberhasilan adalah terus belajar dan tak kenal putus asa
- Kepercayaan pada diri sendiri akan menjadi kekuatan yang mampu mengubah takdir
- Man jadda wa jada (barangsiapa yang bersungguh-sungguh pasti akan mendapatkan hasil)
- Learn from the past, live for today, and plan for tomorrow

### **Persembahan**

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kesehatan kepada kami dalam menjalankan aktifitas 3 tahun ini, tiada hentinya kami bersyukur kepada-Mu ya Allah, Engkau telah memberikan kemudahan dan jalan kepada kami untuk menyelesaikan laporan tugas akhir ini.

Alhamdulillah, selalu kupanjatkan syukur kepada-Mu melalui sholat dan do'a ku ya Allah. Engkau telah memberikan keluarga yang sangat-sangat menyayangiku, orang tua yang selalu memotivasi dalam segala keadaanku, teman-teman dan sahabat yang selalu membantu dalam setiap kesulitanku, pembimbing serta dosen-dosen yang telah membimbingku sehingga aku bisa sampai pada tahap ini ya Allah. Aku sungguh-sungguh berterimakasih

kepada-Mu ya Allah. Tanpa mereka aku bukan segalanya, dan mungkin tanpa mereka aku bukan apa-apa.

Terima kasih yang sebesar-besarnya untuk kedua malaikat tanpa sayapku, mamak dan bapak. Selalu ingat kata-kata ini “Mbak sekolah yang tinggi mumpung mamak sama bapak masih mampu. Nanti kalau bapak sama mamak udah tua gantian mbak yang sekolahkan adek sampai sampai sarjana.” Ya Allah sehatkanlah kedua orang tua ku, panjangkanlah umurnya, serta limpahkanlah rahmat-Mu kepadanya. Aku sangat menyayanginya ya Allah. Izinkanlah aku membahagiakan mereka dan merawat mereka ya Allah. Mereka yang dengan ikhlas mendidikku, menjagaku, membimbingku dengan baik tanpa mengharapkan imbalan. Ya Allah berikan balasan syurga untuk mamak dan bapak, serta jauhkanlah mereka nanti dari siksaan-Mu yang sangat pedih ya Allah.

**Mamak (Jumini), bapak (Sutopo), dan adik (Caca) terima kasih atas semua yang telah kalian berikan kepadaku. Aku sangat mencintai kalian.**

Teruntuk keluarga besar yang jauh di Jawa Timur, terima kasih sudah mendukungku dan mendo’akan ku dari jauh. Semoga Allah senantiasa memberi kesehatan dan mengabulkan setiap do’a yang keluarga panjatkan, dan begitupun kami sekeluarga di Bengkulu selalu mendo’akan yang terbaik untuk keluarga disana.

Untuk bunda-bundaku tersayang, pembimbingku bunda Lusi dan bunda Baska, pengujiku bunda Lela dan bunda Diah,

serta semua dosen khususnya jurusan kebidanan yang selama ini telah tulus dan ikhlas meluangkan waktunya untuk menuntun dan mengaahkan saya memberikan bimbingan dan pelajaran yang tidak ternilai harganya. Aku akan selalu mengingat jasa-jasa bundaku.

Seseorang terspesialku, my support system dalam segala hal, dan insyaallah akan menjadi imam ku dan keluarga kecilku. Imam Pribadi Utomo, S.Pd, terima kasih sudah mendampingiku selama ini, selalu sabar ngadepin aku yang egois, serta selalu memberiku semangat walaupun kita jauh dan dan jarang ketemu. Terimakasih banyak telah memberiku tempat di hatimu dan mengajarkanku berbagai hal. Mas, I love u more.

Sahabatku yg kukenal dari jaman TK sampai sekarang. Selalu satu sekolah dan bahkan satu kampus. Yona Erwin, terimakasih sudah menjadi sahabat terbaikku, sahabat kecil yang selalu bikin rindu karena setelah kuliah walaupun satu kampus tapi gak pernah ketemu. Dari dulu harapan kita “wisuda bareng” dan insyaallah di tahun ini harapan itu bisa terwujud. Semoga Allah selalu mempermudah jalan kita dalam menimba ilmu, Amin amin ya rabbal alamin.

Teruntuk sahabat-sahabat terbaikku yang tidak bisa disebutkan satu per satu yang udah nemenin dari masuk kuliah sampai sekarang. Seneng susah bareng-bareng, semakan seminum, tempat curhat ternyaman, dan tempat menyampaikan uneg-uneg selama ini.

Dan yang terakhir untuk teman-teman, kakak-kakak, dan adek-adek di Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu... Untuk ribuan tujuan yang harus dicapai, untuk jutaan impian yang akan dikejar, agar hidup jauh lebih bermakna, teruslah belajar, berusaha, dan berdo'a untuk menggapainya. Jatuh berdiri lagi, kalah coba lagi, gagal banagkit lagi. Never give up! Sampai Allah berkata "waktunya untuk pulang."

## RIWAYAT PENULIS



Nama : Nurul Aini Putri Samban  
Tempat, Tanggal Lahir : Sidomukti, 04 Februari 1997  
Alamat : RT 02, RW 04, Desa Sidomukti, Kec. Padang  
Jaya, Kab. Bengkulu Utara  
Agama : Islam  
Anak ke : 1 (Satu) dari 2 (Dua) Bersaudara  
Nama Ayah : Sutopo  
Nama Ibu : Jumini  
Nama Saudara : Ananda Talia Syalsa Billah  
Riwayat Pendidikan : 1. SD Negeri 13 Padang Jaya  
2. SMP Negeri 05 Padang Jaya  
3. SMA Negeri 01 Padang Jaya  
4. Poltekkes Kemenkes Bengkulu Program Studi  
Diploma III Kebidanan Bengkulu  
5. Poltekkes Kemenkes Bengkulu Program Studi  
Sarjana Terapan Kebidanan Bengkulu

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya lah telah memberikan kesehatan kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Analisis Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik untuk Mengurangi Kecemasan pada Ibu Hamil saat Menjelang Persalinan” dengan format penulisan *literatur review*.

Tujuan penulisan Skripsi adalah sebagai salah satu syarat akademik untuk menyelesaikan Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

Dalam penyelesaian Skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan materil maupun moril dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Eliana, SKM, MPH selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu,
2. Ibu Yuniarti, SST, M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu,
3. Ibu Diah Eka Nugraheni, SST, M.Keb selaku ketua Program Studi Diploma III Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu,
4. Ibu Lela Hartini, SST, M.Kes selaku Ketua Dewan Penguji dan Bunda Diah Eka Nugraheni, SST, M.Keb sebagai Penguji I
5. Ibu Lusi Andriani, SST, M.Kes selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan,
6. Ibu Dwie Yunita Baska, SST, M.Keb selaku pembimbing II yang juga telah memberikan bimbingan serta arahan dalam menyelesaikan Skripsi,

7. Seluruh Dosen dan Staf Pendidikan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
8. Keluarga, teman-teman serta semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan Skripsi ini masih banyak kekurangan dari segi sisi maupun teknik penyusunan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk menyempurnakan Skripsi ini.

Bengkulu, Januari 2021

Penulis

## **ABSTRAK**

**Nurul Aini Putri Samban, Lusi Andriani, Dwie Yunita Baska.**  
**Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik untuk Mengurangi Kecemasan**  
**pada Ibu Hamil saat Menjelang Persalinan: *Literatur Review***  
**67 hal + 3 tabel + 2 Bagan+ 1 Gambar+ 3 lampiran**

Kecemasan adalah suatu perasaan takut yang tidak menyenangkan yang disertai dengan meningkatnya ketegangan fisiologis. Pada ibu hamil seringkali rasa cemas muncul pada saat memasuki Trimester III atau saat menjelang persalinan. Kecemasan dapat diatasi dengan terapi farmakologis dan non-farmakologis. Terapi non-farmakologi berupa terapi musik klasik dapat diterapkan untuk menurunkan tingkat kecemasan. Tujuan penelitian untuk diketahui tingkat kecemasan dan pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan dengan melakukan *review* terhadap beberapa artikel terkait.

Metode yang digunakan adalah *literatur review* dengan desain penelitian *eksperiment design*. Sumber Pencarian literatur menggunakan empat *database* yaitu : Google Scholar, Portal Garuda, Indonesia One Search, PubMed dengan tahun terbit 2016-2020. Seleksi studi sesuai kriteria inklusi dengan *prisma checklist* dari judul, abstrak, *full text* dan dinilai kelayakan studi selanjutnya ditabulasi dan analisis dari temuan studi.

Hasil pencarian terdapat 15 jurnal yang memenuhi kriteria inklusi. Setelah ditabulasi dan dianalisis 15 studi menggunakan *eksperiment design* dan secara keseluruhan menunjukkan bahwa ibu hamil pada saat menjelang persalinan mengalami kecemasan dengan tingkat kecemasan ringan, sedang, berat dan secara keseluruhan studi menunjukkan bahwa terapi musik klasik memberikan pengaruh terhadap tingkat kecemasan saat menjelang persalinan. Kesimpulan terapi musik klasik merupakan intervensi yang layak diberikan untuk penurunan tingkat kecemasan ibu saat menjelang persalinan.

---

**Kata kunci: *Pengaruh, Terapi Musik Klasik, Kecemasan, Kehamilan***  
**Pustaka: 25 pustaka (2015 s/d 2020)**

**ABSTRACT**

**Nurul Aini Putri Samban, Lusi Andriani, Dwie Yunita Baska  
The Effect of Classical Music Therapy to Reduce Anxiety in Pregnant  
Women Nearing Childbirth : Literatur Review  
67 pages + 3 tables + 2 bagan+ 1 picture+ 3 attachments**

Anxiety is an unpleasant feeling of fear accompanied by increased physiological tension. On pregnant women, anxiety often appears when entering the third trimester or just before delivery. Anxiety is overcome by pharmacological and non-pharmacological therapy. Non-pharmacological therapy in the form of classical music therapy can be applied to reduce anxiety levels. The research objective was to determine the level of anxiety and the effect of classical music therapy on reducing anxiety levels by reviewing several related articles.

The method that used literature review with experimental research design. Sources The literature search uses four databases, such as: Google Scholar, Garuda Portal, Indonesia One Search, PubMed with the publication year 2016-2020. Study selection according to inclusion criteria with a prism checklist from title, abstract, full text and assessed the feasibility of the study, then tabulated and analysis of the study findings.

The search results contained 15 journals that met the inclusion criteria. After being tabulated and analyzed, 15 studies used experimental design and overall showed that pregnant women at the time of delivery experienced anxiety with mild, moderate, severe anxiety levels and overall studies show that classical music therapy has an effect on anxiety levels just before delivery. Conclusion therapy of classical music is an appropriate intervention to reduce the level of anxiety of mothers before childbirth.

---

**Keywords: *Influence, Classical Music Therapy, Anxiety, Pregnancy***  
**Bibliography : 25 reference (2015 s/d 2020)**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>RIWAYAT PENULIS.....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR BAGAN.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xviii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
A. Kehamilan. ....	7
1. Pengertian Kehamilan.....	7
2. Perubahan Fisiologis pada Ibu Hamil Trimester III. ....	7
3. Perubahan Psikologis pada Kehamilan Trimester III. ....	8
4. Kebutuhan Ibu Hamil Trimester III.....	10
5. Ketidaknyamanan pada Kehamilan Trimester III .....	12
6. Tanda Bahaya pada Kehamilan Trimester III.....	14
B. Kecemasan .....	16
1. Definisi Kecemasan. ....	16
2. Penyebab Kecemasan. ....	16
3. Mekanisme Kecemasan. ....	20
4. Gejala Kecemasan. ....	21
5. Kecemasan dalam Kehamilan. ....	22
6. Jenis-Jenis Kecemasan Kehamilan.....	23
7. Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan. ....	26
8. Dampak Kecemasan Terhadap Kehamilan.....	31
9. Skala Pengukur Tingkat Kecemasan. ....	32
C. Terapi Musik Klasik.....	34
1. Pengertian Terapi Musik Klasik. ....	34
2. Sejarah dan Perkembangan Terapi Musik. ....	35
3. Klasifikasi Jenis-Jenis Musik Klasik.....	37
4. Manfaat Terapi Musik Klasik.....	39

5. Waktu Pelaksanaan.....	40
6. Terapi Musik bagi Ibu Hamil Trimester III.....	41
D. Kerangka Teori.....	43
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>44</b>
A. Desain dan Jenis Penelitian.....	44
B. Strategi Pencarian Literatur.....	45
1. Protokol dan Registrasi.....	45
2. Database Pencarian.....	45
3. Kata Kunci.....	46
C. Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	46
D. Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas.....	47
1. Hasil Pencarian dan Seleksi Studi.....	47
2. Penilaian Kualitas.....	49
<b>BAB IV HASIL, ANALISIS DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>51</b>
A. Karakteristik Studi.....	51
B. Karakteristik Responden Studi.....	55
C. Analisis.....	55
1. Intensitas Kecemasan.....	55
2. Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan.....	57
D. Pembahasan.....	60
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>67</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>68</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
3.1	Kata Kunci <i>Literatur Review</i>	46
3.2	Format PICOS dalam <i>Literatur Review</i>	47
4.1	Hasil Pencarian dan Seleksi Studi	52
4.2	Analisis Rata-Rata 15 Jurnal yang di <i>Revie</i>	59

## DAFTAR BAGAN

Bagan		Halaman
2.1	Kerangka Teori Penelitian	43
3.1	Diagram Flow	48

## DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
2.1	Mekanisme Terjadinya Kecemasan	21

## **DAFTAR LAMPIRAN**

1. Alur Pencarian Jurnal dan Artikel Terkait Penelitian
2. Tabel Hasil Pencarian Jurnal
3. Lembar Bimbingan

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kehamilan merupakan suatu periode krisis seorang wanita. Sebuah proses yang mematangkan dan dapat menimbulkan stres. Konsep dirinya berubah siap menjadi orang tua dan menyiapkan peran barunya. Trimester ketiga sering disebut sebagai periode penantian. Pada periode ini, ada perasaan tidak menyenangkan ketika bayinya tidak lahir tepat pada waktunya, fakta yang menempatkan wanita tersebut gelisah dan hanya bisa melihat dan menunggu tanda-tanda dan gejalanya (Yuni, 2013).

Menurut *World Health Organization* (WHO) sebanyak 303.000 wanita meninggal selama kehamilan dan persalinan, 99% dari seluruh kematian tersebut terjadi di negara berkembang. Angka Kematian Ibu (AKI) di negara berkembang pada tahun 2017 adalah 305/100.000 kelahiran hidup (KH), 20 kali lebih tinggi dibandingkan negara maju yaitu 12/100.000 KH (WHO, 2018).

Menurut *United Nations Children's Fund* (UNICEF) menyebutkan bahwa ibu yang mengalami masalah dalam persalinan sekitar 12.230.142 jiwa dari 30% diantaranya karena kecemasan sebab hamil pertama (Siregar, 2015). Di Indonesia terdapat 373.000.000 ibu hamil, yang mengalami kecemasan pada tahun 2016, yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan sebanyak 107.000.000 orang (28,7%).

Seluruh populasi di Pulau Jawa terdapat 679.765 ibu hamil, yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan 355.873 orang (52,3%) (Depkes RI, 2017).

Kecemasan merupakan respons terhadap situasi tertentu yang mengancam dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan, serta dalam menemukan identitas diri dan arti hidup. Seringkali kecemasan juga ditandai dengan perasaan mudah marah, cemas, perasaan tegang, mudah gugup, kewaspadaan berlebih, dan terkadang menyebabkan keringat pada telapak tangan. Terkadang dampak yang terjadi pada kecemasan dapat berupa dampak yang positif atau negative (Tuti Meihartati, 2018).

Berdasarkan pernyataan Sugiarto dalam Eti (2020), ketika seseorang dalam keadaan stress dan tegang secara fisiologis akan mengaktifkan *Limbic Hypotalamus Puitutary Adrenal Axis* (LHPA), kemudian merangsang hipotalamus dan menyebabkan disekresinya hormon *corticotrophin relesing hormone* (CRH). Hal tersebut akan menyebabkan peningkatan produksi *Sympathetic Adrenal Medular axis* (SAM), dengan adanya respon tersebut menyebabkan stimuli pada alur *Limbic Hipotalamus Puitutary Adrenal Axis* (LHPA), kemudian merangsang hipotalamus dan menyebabkan disekresinya hormon *Corticotrophin Relesing Hormone* (CRH). Hal tersebut menyebabkan teraktivasinya *Adeno Cortico Trophin Hormone* (ACTH) yang akan menstimuli produksi hormon kortisol dari korteks adrenal, selain itu akan menyebabkan teraktivasinya *neuron andrenergik* dari *Locus*

*Ceruleus* (LC), dimana LC merupakan tempat diproduksi NE yang kemudian akan mensekresikan *epinephrine* (Sugiharto, 2012).

Beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Lucia (2020) diantaranya adalah pengalaman negatif pada masa lalu, dimana sang ibu pernah mengalami kejadian yang tidak menyenangkan pada kehamilan / persalinan yang sebelumnya. Pikiran yang tidak rasional juga dapat mempengaruhi kecemasan. Hal itu dikarenakan ibu yang selalu berasumsi bahwa akan terjadi sesuatu yang tidak diinginkan pada dirinya saat persalinan (Lucia Suciati, 2020).

Menurut Risqi, S. Suparni (2019), tingkat kecemasan pada ibu primigravida sebesar 36,5%, sedangkan pada multigravida 19,2%. Perbedaan ini disebabkan oleh karena primigravida sedang mengalami sedang mengalami sesuatu yang belum pernah dialaminya dan pengalaman tersebut membuatnya merasa tidak nyaman. Primigravida cenderung mengalami ketidaknyamanan fisik, merasakan keletihan, merasa cemas akan kesejahteraan atau keadaan janin yang dikandungnya, juga merasa takut sakit pada saat persalinan nanti.

Menurut Ratnawati (2014), depresi dan kecemasan antenatal memiliki resiko lebih dari 50% untuk mendapatkan anak dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), ukuran kepalanya kecil (mikrosomia), perkembangan sifatnya tidak seimbang, lahir prematur, dan melemahnya sistem kekebalan tubuh. Kecemasan juga dapat berdampak pada beratnya

nyeri saat persalinan, otot-otot menjadi tegang dan ibu menjadi cepat lelah, sehingga beresiko pada persalinan memanjang (Ratnawati, 2014).

Salah satu cara untuk mengatasi kecemasan adalah terapi nonfarmakologi, yaitu dengan teknik distraksi. Teknik distraksi bekerja dengan cara mengalihkan fokus perhatian seseorang ke stimulus lainnya sehingga dapat menurunkan intensitas cemas terutama pada ibu hamil. Teknik distraksi dengan mendengarkan musik merupakan teknik yang efektif untuk mengalihkan perhatian seseorang terhadap cemas yang berlebih. Dalam kedokteran, terapi musik disebut juga sebagai terapi pelengkap (*Complementary Medicine*) (Ratnawati, dkk 2015).

Dikutip dari jurnal Moekroni (2016) bahwa musik memiliki kekuatan yang luar biasa yang berdampak bagi kejiwaan. Musik dapat membantu seseorang menjadi lebih rileks, mengurangi stress, menimbulkan rasa aman dan sejahtera, melepaskan rasa sedih, membuat jadi gembira, dan membantu serta melepaskan rasa sakit. Selain itu, menurut Solehati dan Cecep (2017) terapi musik juga dapat meningkatkan atau memperbaiki berbagai kondisi, baik fisik, emosi, kognitif, maupun sosial bagi individu atau berbagai kalangan usia.

Berdasarkan jurnal dari penelitian Maya (2017) yang berjudul “Efektifitas Terapi Musik Klasik terhadap Kecemasan Ibu Hamil Resiko Tinggi di Puskesmas Magelang Selatan Tahun 2017”, menunjukkan bahwa terapi musik klasik efektif untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil menjelang persalinan dengan *p value* 0.001 ( $p < 0.05$ ). pada penelitian

Moekroni (2016) menyatakan bahwa terapi musik klasik dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III dengan  $p < 0.05$ . demikian juga penelitian Chineze (2017), menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan intervensi musik terhadap tekanan darah sistolik dan denyut jantung, diantara dua kelompok namun tindakan terapi musik efektif untuk mengurangi kecemasan dan stres pada kehamilan terutama pada saat menjelang persalinan.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian secara sistematis review tentang “Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik untuk mengurangi Kecemasan pada Ibu Hamil Saat Menjelang Persalinan Tahun 2020”.

## **B. Rumusan Masalah**

Depresi dan kecemasan antenatal memiliki resiko lebih dari 50% untuk mendapatkan anak dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), ukuran kepalanya kecil (mikrosomia), perkembangan sifatnya tidak seimbang, lahir prematur, dan melemahnya sistem kekebalan tubuh. Kecemasan juga dapat berdampak pada beratnya nyeri saat persalinan, otot-otot menjadi tegang dan ibu menjadi cepat lelah, sehingga beresiko pada persalinan memanjang. Maka dari itu, penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut “Bagaimana pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu hamil saat menjelang persalinan berdasarkan literatur review?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Tujuan studi ini untuk melakukan *review* pada beberapa artikel yang terkait tentang pengaruh pemberian musik klasik dan faktor-faktor resiko penyebab kecemasan pada ibu hamil saat menjelang persalinan.

#### 2. Tujuan khusus

- a. Diketahui penurunan rata-rata tingkat kecemasan setelah dilakukan pemberian terapi musik klasik pada ibu hamil saat menjelang persalinan.
- b. Diketahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik dari berbagai literatur / jurnal terakreditasi.

### **D. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan kebaruan ilmu terhadap jurnal dari berbagai literatur yang disimpulkan bahwa penelitian ini dapat menambah pengetahuan mengenai kecemasan dan dapat mengetahui efektifitas terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu saat menjelang persalinan.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Kehamilan**

##### 1. Pengertian Kehamilan

Menurut Federasi Obstetri Ginekologi Internasional, kehamilan merupakan fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan menurut kalender Internasional. Kehamilan terbagi dalam 3 trimester, di mana trimester satu berlangsung dalam 12 minggu, trimester dua dari minggu ke-13 hingga minggu ke-27, dan trimester tiga dari minggu ke-28 hingga ke-42 (Sarwono, 2014).

##### 2. Perubahan Fisiologis pada Ibu Hamil Trimester III (Kusmiyati, 2013)

###### a. Sistem Reproduksi (Uterus)

Pada trimester III *isthmus* lebih nyata menjadi bagian *korpus uteri* dan berkembang menjadi segmen bawah rahim (SBR). Pada kehamilan tua karena kontraksi otot-otot bagian atas uterus, SBR menjadi lebih lebar dan tipis, tampak batas yang nyata antara bagian atas yang lebih tebal dan segmen bawah yang lebih tipis. Batas itu dikenal sebagai lingkaran *retraksi fisiologis* dinding uterus, di atas lingkaran ini jauh lebih tebal daripada dinding SBR.

b. Sistem *Traktus Uranius*

Pada akhir kehamilan kepala janin mulai turun ke pintu atas panggul keluhan sering kencing akan timbul lagi karena kandung kemih akan mulai tertekan kembali. Selain itu juga terjadi *hemodilusi* menyebabkan metabolisme air menjadi lancar.

c. Sistem Respirasi

Pada 32 minggu ke atas karena usus-usus tertekan uterus yang membesar ke arah diafragma sehingga diafragma kurang leluasa bergerak. Hal tersebut mengakibatkan kebanyakan wanita hamil mengalami derajat kesulitan bernafas.

d. Kenaikan Berat Barat

Terjadi kenaikan berat badan sekitar 5,5 kg, penambahan berat badan mulai awal kehamilan sampai akhir kehamilan adalah 11-12 kg.

e. Sirkulasi Darah

*Hemodilusi* penambahan volume darah sekitar 25% dengan puncak pada usia kehamilan 32 minggu, sedangkan *hematokrit* mencapai level terendah pada minggu 30-32 karena setelah 34 minggu massa eritrosit terus meningkat tetapi volume plasma tidak. Peningkatan eritrosit menyebabkan penyaluran oksigen pada wanita hamil lanjut mengeluh sesak nafas dan pendek nafas.

f. Sistem *Muskuloskeletal*

Sendi *pelvic* pada saat kehamilan sedikit dapat bergerak. Perubahan tubuh secara bertahap dan peningkatan berat wanita hamil menyebabkan postur dan cara berjalan wanita berubah secara menyolok.

g. Sistem Pencernaan

Pada kehamilan trimester tiga, lambung berada pada posisi vertikal dan bukan pada posisi normalnya, yaitu horizontal. Hormon progesteron menimbulkan gerakan usus semakin berkurang (relaksasi otot polos) sehingga makanan lebih lama di dalam usus maka terjadilah konstipasi bahkan menimbulkan hemoroid. Konstipasi juga dapat terjadi karena kurangnya aktivitas/senam dan penurunan asupan cairan (Hutahaean, 2013).

3. Perubahan Psikologis pada Kehamilan Trimester III

Trimester tiga adalah waktu untuk mempersiapkan kelahiran dan kedudukan sebagai orang tua, seperti terpusatnya perhatian pada kehadiran bayi. Saat ini orang-orang disekelilingnya akan membuat rencana pada bayinya. Wanita tersebut akan berusaha melindungi bayinya, dengan menghindari kerumunan atau seseorang yang dianggap membahayakan. Dia akan membayangkan bahwa bahaya terdapat di dunia luar. Memilih nama adalah aktivitas yang dilakukan dalam mempersiapkan kehadiran bayi. Dia mungkin akan mencari buku yang berisi nama-nama atau mengikuti penyuluhan-

penyuluhan kesehatan yang berkaitan dalam rangka mempersiapkan kelahiran dan kesiapan menjadi orang tua. Membuat atau membeli pakaian bayi dan mengatur ruangan. Banyak hal yang diberikan untuk merawat bayinya. (Kusmiyati, 2013)

#### 4. Kebutuhan Ibu Hamil Trimester III

##### a. Oksigen

Berbagai gangguan pernafasan biasa terjadi pada saat hamil sehingga akan mengganggu pemenuhan kebutuhan oksigen pada ibu, untuk mencegah hal tersebut dan untuk memenuhi kebutuhan oksigen maka ibu hamil perlu latihan nafas melalui senam hamil, tidur dengan bantal yang lebih tinggi, makan tidak terlalu banyak, kurangi atau hentikan merokok, konsul ke dokter bila ada kelainan atau gangguan pernapasan seperti asma dan lain-lain.

##### b. Nutrisi

Gizi pada waktu hamil harus ditingkatkan, ibu hamil seharusnya mengonsumsi makanan yang mengandung protein, zat besi, dan cukup cairan (menu seimbang).

##### c. *Personal Hygiene*

Personal hygiene yang buruk dapat berdampak terhadap kesehatan ibu dan janin. Sebaiknya ibu hamil mandi, gosok gigi dan anti pakaian minimal dua kali sehari, menjaga kebersihan alat genital dan pakaian dalam, menjaga kebersihan payudara.

##### d. Pakaian

Pakaian yang baik bagi wanita hamil adalah longgar, nyaman, dan mudah dikenakan. Gunakan bra dengan ukuran sesuai payudara dan mampu menyangga seluruh payudara, untuk kasus kehamilan menggantung, perlu disangga dengan stagen atau kain bebat dibawah perut, tidak memakai sepatu tumit tinggi.

e. Mobilitas dan Body Mekanik

Ibu hamil boleh melakukan kegiatan/aktifitas fisik biasa selama tidak melelahkan. Semua pekerjaan tersebut harus sesuai dengan kemampuan wanita hamil tersebut dan mempunyai cukup waktu untuk istirahat (Hutahaean, 2013).

f. Eliminasi

Ibu hamil sering buang air kecil terutama trimester I dan III kehamilan. Sementara frekuensi buang air menurun akibat adanya konstipasi. Ibu hamil akan sering ke kamar mandi terutama saat malam sehingga mengganggu tidur, sebaiknya kurangi cairan sebelum tidur.

g. Seksualitas

Selama kehamilan berjalan normal, koitus diperbolehkan sampai akhir kehamilan, meskipun beberapa ahli berpendapat sebaiknya tidak lagi berhubungan seks selama 14 hari menjelang kelahiran. Koitus tidak dibenarkan bila terdapat perdarahan pervaginam, terdapat riwayat abortus berulang, abortus imminens, ketuban pecah dan serviks telah membuka.

#### h. Senam Hamil

Senam hamil dimulai pada umur kehamilan 22 minggu. Senam hamil bertujuan untuk mempersiapkan dan melatih otot-otot sehingga dapat berfungsi secara optimal dalam persalinan normal, serta mengimbangi perubahan titik berat tubuh. Senam hamil ditujukan bagi ibu hamil tanpa kelainan atau penyakit yang menyertai kehamilan yaitu penyakit jantung, ginjal dan penyulit dalam kehamilan (hamil dengan perdarahan, kelainan letak, dan kehamilan yang disertai anemia).

#### i. Kunjungan Ulang

Pada kunjungan pertama, wanita hamil akan senang bila diberitahu jadwal kunjungan berikutnya. Pada umumnya kunjungan ulang dijadwalkan tiap 4 minggu sampai umur kehamilan 28 minggu. Selanjutnya tiap 2 minggu sampai umur kehamilan 36 minggu dan seterusnya tiap minggu sampai bersalin (Kusmiyati,2013).

### 5. Ketidaknyamanan pada Kehamilan Trimester III

#### a. Haemoroid

Haemoroid merupakan pelebaran vena dari anus. Haemoroid dapat bertambah besar ketika kehamilan karena adanya kongesti darah dalam rongga panggul. Penanganan yang dapat dilakukan yaitu dengan cara menghindari konstipasi dan kompres air hangat/dingin pada anus.

b. Sering Buang Air Kecil (BAK)

Janin yang sudah sedemikian membesar menekan kandung kemih ibu. Akibatnya kapasitas kandung kemih jadi terbatas sehingga ibu sering ingin BAK. Penanganannya adalah ibu disarankan untuk tidak minum saat 2-3 jam sebelum tidur dan menganjurkan ibu untuk mengosongkan kandung kemih sesaat sebelum tidur.

c. Pegal-pegal

Biasanya penyebab karena ibu hamil kekurangan kalsium atau karena ketegangan otot. Pada kehamilan trimester III ini dapat dikatakan ibu membawa beban yang berlebih seiring peningkatan berat badan janin dalam rahim. Otot-otot tubuh mengalami pengenduran sehingga mudah merasa lelah. Penanganan untuk mengurangi keluhan tersebut adalah dengan mengonsumsi susu dan makanan yang kaya kalsium dan menyempatkan ibu untuk melakukan peregangan pada tubuh.

d. Perubahan libido

Perubahan libido pada ibu hamil terjadi karena beberapa penyebab seperti kelelahan dan perubahan yang mungkin terjadi pada trimester III, seperti kurang tidur dan ketegangan. Penanganannya yaitu memberikan informasi tentang perubahan atau masalah seksual selama kehamilan.

e. Sesak nafas

Pada posisi terlentang, berat uterus akan menekan vena cava inferior sehingga curah jantung menurun. Akibatnya tekanan darah ibu dan frekuensi jantung akan turun, hal ini menyebabkan terhambatnya darah yang membawa oksigen ke otak dan ke janin yang menyebabkan ibu sesak nafas (Hutahaean,S, 2013).

#### 6. Tanda Bahaya pada Kehamilan Trimester III

Tanda bahaya kehamilan pada trimester III menurut Kusmiyati (2013) yaitu:

##### a. Perdarahan Pervaginam

Perdarahan yang tidak normal adalah merah, banyak dan kadang-kadang tapi tidak selalu, disertai dengan rasa nyeri. Penyebabnya antara lain: Plasenta Previa yaitu plasenta yang berimplantasi rendah sehingga menutupi sebagian/seluruh ostium uteri internum, dan Solusio Plasenta yaitu lepasnya plasenta sebelum waktunya. Secara normal plasenta terlepas setelah bayi lahir.

##### b. Bengkak di Wajah dan Jari-jari Tangan

Bengkak bisa menunjukkan adanya masalah serius jika muncul pada muka dan tangan, tidak hilang setelah beristirahat dan disertai dengan keluhan fisik yang lain. Hal ini merupakan pertanda anemia, gagal jantung atau preeklamsia.

##### c. Keluar Cairan Pervaginam

Keluarnya cairan berupa air- air dari vagina pada trimester 3, ketuban dinyatakan pecah dini jika terjadi sebelum proses persalinan berlangsung, pecahnya selaput ketuban dapat terjadi pada kehamilan preterm (sebelum kehamilan 37 minggu) maupun pada kehamilan aterm, Normalnya selaput ketuban pecah pada akhir kala I atau awal kala II.

d. Gerakan Janin Tidak Terasa

Ibu tidak merasakan gerakan janin sesudah kehamilan trimester 3, normalnya ibu mulai merasakan gerakan janinnya selama bulan ke-5 atau ke-6, beberapa ibu dapat merasakan gerakan bayinya lebih awal, gerakan bayi akan lebih mudah terasa jika ibu berbaring atau beristirahat dan jika ibu makan dan minum dengan baik.

e. Nyeri Perut yang Hebat

Nyeri perut yang mungkin menunjukkan masalah yang mengancam keselamatan jiwa adalah yang hebat, menetap dan tidak hilang setelah beristirahat.

## **B. Kecemasan**

### **1. Definisi Kecemasan**

Kecemasan adalah suatu perasaan takut yang tidak menyenangkan yang disertai dengan meningkatnya ketegangan fisiologis. Dalam teori pembelajaran dianggap sebagai suatu dorongan

yang menjadi perantara antara suatu situasi yang mengancam dan perilaku menghindar (Ruri, 2019). Kecemasan termasuk hal yang normal dan wajar terjadi pada manusia. Hal tersebut dapat mempengaruhi perasaan seseorang, pikiran, dan perilaku (Lucia, 2020). Kecemasan lebih sering dialami oleh wanita dalam kehidupannya sekitar 30%, dibandingkan dengan laki-laki hanya sekitar 19% (Bethari, 2016).

Menurut Muflihah (2010) pada penelitian yang dilakukan oleh Maya (2017), kecemasan merupakan respon terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru atau yang belum pernah dilakukan, serta dalam menemukan identitas diri dan arti hidup. Kecemasan adalah reaksi yang dapat dialami siapapun, namun cemas yang berlebihan, apalagi yang sudah menjadi gangguan akan menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya.

## 2. Penyebab Kecemasan

Penyebab dari kecemasan antara lain faktor psikologis, genetik, faktor biologis. Tiga kelompok teori psikologis utama yang berhubungan dengan penyebab kecemasan yaitu, teori psikoanalitik, teori perilaku, teori eksistensial (Surya Dayyana, 2017).

### a. Teori psikologis

#### 1) Teori Psikoanalitik

Kecemasan adalah suatu sinyal kepada ego yang memberitahukan adanya suatu dorongan yang tidak dapat diterima dan menyadarkan ego untuk mengambil tindakan defensif terhadap tekanan dari dalam tersebut. Idealnya penggunaan represi sudah cukup untuk memulihkan keseimbangan psikologis tanpa menyebabkan gejala karena represi yang efektif dapat menahan dorongan yang dibawah sadar. Namun jika represi tidak berhasil sebagai pertahanan, mekanisme pertahanan lain (seperti konversi, pengalihan dan regresi) mungkin menyebabkan pembentukan gejala dan menghasilkan gambaran gangguan neurotic yang klasik (seperti histeria, fobia, neurosis obsesif-kompulsif) (Hall, 2009 dalam Tuti & Aries 2018).

## 2) Teori Perilaku

Teori perilaku menyatakan bahwa kecemasan disebabkan oleh stimuli lingkungan spesifik. Pola berpikir yang salah, terdistorsi atau tidak produktif dapat mendahului atau menyertai perilaku maladaptif dan gangguan emosional. Penderita gangguan cemas cenderung menilai lebih terhadap derajat bahaya dalam situasi tertentu dan menilai rendah kemampuan dirinya untuk mengatasi ancaman (Solehati dan Cecep, 2017).

## 3) Teori Eksistensial

Teori eksistensial kecemasan memberikan model untuk kecemasan menyeluruh, dimana tidak terdapat stimulus yang dapat diidentifikasi secara spesifik untuk perasaan cemas (Solehati dan Cecep, 2017).

b. Teori Biologis

Teori biologis juga telah berkembang untuk mencerminkan timbulnya kecemasan (Rahayu & Nurlailis, 2019). Faktor biologis mencakup masalah biochemical yang ada di otak, salah satunya gangguan neurotransmitter. Tiga neurotransmitter utama yang terkait dengan munculnya kecemasan yaitu, NE (*Norepinephrine*), *Serotonin*, *Gamma-Aminobutyric Acid (GABA)*.

1) Norepinephrine

Norepinephrine merupakan respon dari “*fight or flight*” dan regulasi dari tidur, suasana hati, dan tekanan darah. Ketika seseorang mengalami stress akut mungkin memiliki sistem noradrenergik yang teregulasi secara buruk dan akan terjadi peningkatan dari pelepasan NE. Pusat dari *norepinephrine* terletak pada *locus ceruleus* di pons pars rostralis dan badan selnya menjulurkan aksonnya ke korteks serebri, sistem limbik, batang otak serta medula spinalis (Rahayu dan Nurlailis, 2019). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pelepasan NE memegang peranan penting dalam ketakutan, kecemasan. Beberapa jenis pembelajaran tentang emosional, memori

tergantung pada stimulasi noradrenergik  $\beta$  dan  $\alpha_1$  adrenoreseptor di inti basolateral dari amigdala. Aktivitas sistem norepinefrin dalam tubuh dan otak menghasilkan gejala fisik kecemasan, seperti berkeringat dan palpitasi, yang dapat menyebabkan orang menjadi khawatir (Sugiharto, 2012).

## 2) Serotonin

Badan sel pada sebagian besar neuron serotonergik berlokasi di nukleus raphe di batang otak rostral dan berjalan ke korteks serebral, sistem limbik dan hipotalamus. Pemberian obat serotonergik pada binatang menyebabkan perilaku yang mengarah pada kecemasan. Beberapa laporan menyatakan obat-obatan yang menyebabkan pelepasan serotonin, menyebabkan peningkatan kecemasan pada pasien dengan gangguan kecemasan (Tuti dan Aries, 2018).

## 3) GABA

Peranan GABA dalam gangguan kecemasan telah dibuktikan oleh manfaat *benzodiazepine* sebagai salah satu obat beberapa jenis gangguan kecemasan. *Benzodiazepin* yang bekerja meningkatkan aktivitas GABA pada reseptor GABA terbukti dapat mengatasi gejala gangguan kecemasan umum bahkan gangguan panik. Beberapa pasien dengan gangguan kecemasan diduga memiliki reseptor GABA yang abnormal. Stimulasi sistem saraf otonom juga dapat menimbulkan gejala tertentu

yang disebabkan oleh pelepasan epinefrin dari adrenal. Hiperaktivitas sistem saraf otonom akan mempengaruhi berbagai sistem organ dan menyebabkan gejala tertentu, misalnya : kardiovaskuler (contohnya : takikardi), gastrointestinal (contohnya : diare) dan pernapasan (contohnya : takipnea) (Rahayu dan Nurlailis, 2019).

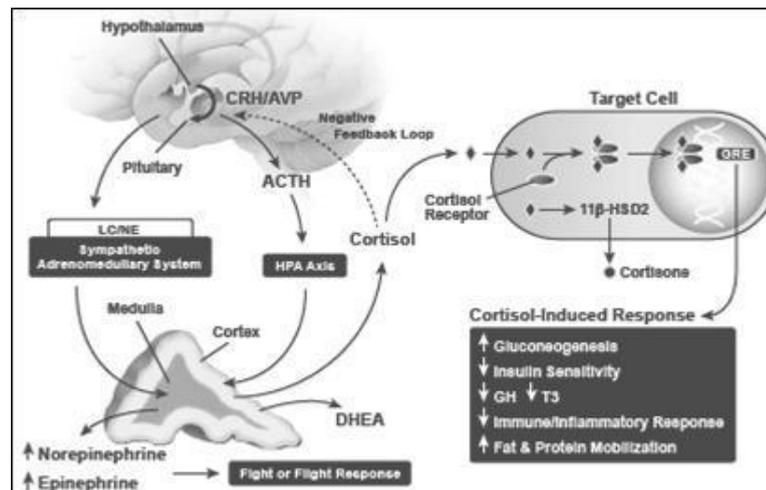
#### c. Faktor Genetik

Penelitian menegaskan bahwa faktor genetik berperan dalam pengembangan dari gangguan kecemasan. Orang lebih cenderung memiliki gangguan kecemasan jika mereka memiliki kerabat yang juga memiliki gangguan kecemasan. Kejadian paling banyak di mana beberapa orang setidaknya memiliki satu kerabat yang juga mengalami gangguan tersebut (Chineze, Vivette, Lauren, 2017).

### 3. Mekanisme Kecemasan

Ketika seseorang dalam keadaan stress dan tegang secara fisiologis akan mengaktifkan *Limbic Hypotalamus Puitutary Adrenal Axis* (LHPA), kemudian merangsang hipotalamus dan menyebabkan disekresinya hormon *corticotrophin relesing hormone* (CRH). Hal tersebut akan menyebabkan peningkatan produksi *Sympathetic Adrenal Medular axis* (SAM), dengan adanya respon tersebut menyebabkan stimuli pada alur *Limbic Hypotalamus Puitutary Adrenal Axis* (LHPA), kemudian merangsang hipotalamus dan menyebabkan disekresinya hormon *Corticotrophin Relesing Hormone* (CRH). Hal tersebut

menyebabkan teraktivasinya *Adeno Cortico Trophin Hormone* (ACTH) yang akan menstimuli produksi hormon kortisol dari korteks adrenal, selain itu akan menyebabkan teraktivasinya neuron andrenergik dari *Locus Ceruleus* (LC), dimana LC merupakan tempat diproduksi NE yang kemudian akan mensekresikan *epinephrine* (Sugiharto, 2012). Sistem LC bertanggungjawab untuk merespon langsung terhadap stresor dengan “melawan atau lari/*fight or flight*” (Sugiharto, 2012).



Gambar 2.1. Mekanisme Terjadinya Kecemasan

#### 4. Gejala Kecemasan

Setiap orang mempunyai reaksi yang berbeda terhadap stress tergantung pada kondisi masing-masing individu, beberapa gejala yang muncul tidaklah sama. Nevid,et al. (2005), mengklasifikasikan gejala-gejala kecemasan dalam tiga jenis gejala, diantaranya yaitu :

- a. Gejala fisik dari kecemasan yaitu : kegelisahan, berkeringat, sulit bernapas, jantung berdetak kencang, lemas
- b. Gejala behavioral dari kecemasan yaitu : berperilaku menghindar, terganggu, agresif dan dependen, perubahan pola tidur, perubahan pola makan
- c. Gejala kognitif dari kecemasan yaitu : khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi, mudah marah atau tersinggung.

#### 5. Kecemasan dalam Kehamilan

Kecemasan kehamilan adalah perubahan emosi terkait dengan kekhawatiran tentang kesehatan bayi, persalinan yang semakin dekat, perawatan kesehatan diri ibu hamil, atau pasca melahirkan (Risqi & Suparni, 2019). Menurut Risqi & Suparni (2019), kecemasan kehamilan adalah keadaan emosi yang mirip dengan kecemasan umum, namun pada kecemasan kehamilan secara khusus lebih memfokuskan terhadap kehamilan mereka. Bagi beberapa wanita, ini adalah pertama kalinya mereka pernah mengalami kecemasan, sedangkan pada wanita yang memiliki masalah dengan suasana hati atau kecemasan di masa lalu mungkin dapat menyebabkan gejala mereka kembali atau memburuk

selama kehamilan atau setelah kelahiran (Haring, Michelle, et al, 2013 dalam Eti & Puji, 2020).

#### 6. Jenis Kecemasan Kehamilan

Kecemasan yang terjadi pada wanita selama hamil dapat berupa serangan panik, kekhawatiran yang berlebihan tentang kehamilannya, dan OCD (*Obsessive Compulsive Disorder*) (Kartono, 2006).

##### a. Serangan Panik

Wanita yang mengalami serangan panik selama masa kehamilan rata-rata tidak mengalami serangan panik sebelumnya. Pada beberapa wanita lain yang mengalami serangan panik sebelum kehamilan gejala serangan panik dapat muncul kembali saat kehamilan. Gejala fisik dari kecemasan datang secara tiba-tiba. Apabila hal itu terjadi, sering dikatakan jika seseorang sedang mengalami serangan panik. Gejala serangan panik :

- 1) Berkeringat
- 2) Nyeri dada atau rasa tidak nyaman
- 3) Nadi meningkat
- 4) Napas cepat, pendek
- 5) Mual atau rasa tidak nyaman di perut
- 6) Kesemutan
- 7) Pingsan
- 8) Gemetar

Selama masa kehamilan, terjadi perubahan pada fisik seorang wanita yang dapat membuat rasa tidak nyaman pada tubuh sehingga beberapa wanita merasa ketakutan. Pemicu tersering untuk panik pada kehamilan meliputi sensasi fisik yang tidak nyaman, kekhawatiran tentang kesehatannya sendiri atau kesehatan bayi yang belum lahir, dan kekhawatiran tentang bagaimana akan menjadi seorang ibu. Beberapa wanita akan mengalami perburukan gejala panik pada trimester ketiga atau setelah bayi lahir (Eti, Puji, et al, 2020) .

b. Kekhawatiran Berlebihan

Dari waktu ke waktu, semua orang dapat mengalami kekhawatiran tentang dirinya sendiri, seseorang yang disayangi, pengalaman atau peristiwa dalam hidupnya. Kekhawatiran biasanya melibatkan rasa takut bahwa sesuatu yang buruk mungkin terjadi. Orang-orang yang khawatir berlebihan cenderung khawatir tentang berbagai topik yang berbeda, termasuk hubungan, kesejahteraan keluarga dan teman-teman, masalah kesehatan, pekerjaan, keuangan. Dalam banyak kasus, khawatir yang berlebihan juga dapat dikaitkan dengan gejala fisik tidak nyaman, seperti:

- 1) Kegelisahan, perasaan "tegang"
- 2) Kelelahan
- 3) Kesulitan berkonsentrasi
- 4) Mudah marah

5) Ketegangan otot

6) Masalah tidur

Selama kehamilan sering terjadi khawatir tentang masalah, seperti kehamilan itu sendiri, kesehatan bayi, kesehatan dan kesejahteraan anggota keluarga lainnya, contohnya :

- 1) Bagaimana jika saya keguguran?
- 2) Apakah saya akan menjadi ibu yang baik?
- 3) Bagaimana jika bayi tidak bisa berkembang secara normal?
- 4) Bagaimana jika proses persalinan berjalan buruk dan bayi atau saya dalam keadaan bahaya ?
- 5) Bagaimana jika saya tidak bisa mengatasi rasa sakit saat melahirkan?

Hal ini juga cukup umum terjadi bagi wanita tentang apakah kekhawatiran dan kecemasan yang mereka alami akan mempengaruhi bayi yang belum lahir.

c. OCD

Penelitian Chineze (2017) menunjukkan bahwa wanita yang terutama mengalami obsesi dan kecemasan berlebih dapat terjadi selama kehamilan dan saat setelah kelahiran. Obsesi merupakan kondisi yang mengganggu dan pikiran berulang di mana seseorang sulit untuk mengontrol. Pikiran obsesif yang paling mungkin terjadi yaitu, ketika seseorang mengalami emosi yang berlebihan (seperti kecemasan atau depresi). Kompulsi merupakan tindakan berulang-

ulang yang bertujuan untuk mengurangi kecemasan yang disebabkan oleh pikiran obsesi, atau untuk mencegah beberapa peristiwa buruk dari terjadi. Mengingat banyak tekanan dan peningkatan tanggung jawab terkait dengan menjadi orangtua, hal tersebut tidak mengherankan apabila sering dikaitkan dalam kehidupan seorang wanita. Ketika pikiran obsesi terjadi selama kehamilan atau setelah kelahiran itu merupakan hal yang umum terjadi bagi mereka mengenai kemungkinan bahaya pada janin yang sedang dikandung atau bayi baru lahir. Misalnya, seorang wanita hamil mungkin khawatir bayinya menjadi terkontaminasi oleh racun. Pikiran tersebut dianggap begitu mengganggu, sehingga dilakukan hal-hal yang mereka percaya akan membantu untuk meminimalkan risiko tersebut seperti, menghindari racun atau mencuci / membersihkan sesuatu secara berlebihan.

#### 7. Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Kehamilan

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan saat kehamilan, diantaranya :

##### a. Usia

Data penelitian menunjukkan bahwa kecemasan terjadi pada wanita dengan karakteristik hamil pada usia muda dalam kelompok usia 18-25 (45,2%) (Rahayu, 2019). Wanita di bawah usia 25 yang sudah hamil lebih menunjukkan terjadinya kecemasan karena pada kelompok usia tersebut belum siap terhadap perubahan selama

kehamilan, seperti perubahan pada tubuh, kematangan tingkat reproduksi dan kurangnya kemampuan dalam menghadapi persoalan. Beberapa studi penelitian juga mengatakan bahwa usia muda pada kehamilan berhubungan dengan tingkat kecemasan yang cukup tinggi (Arch, 2013).

Menurut Analia & Moekroni (2016), kehamilan di umur kurang dari 20 tahun bisa menimbulkan masalah, karena kondisi fisik belum 100 % siap. Untuk umur yang dianggap paling aman menjalani kehamilan dan persalinan adalah 20-35 tahun. Di rentang usia ini kondisi fisik wanita dianggap sudah siap, sedangkan setelah umur 35 tahun, sebagian wanita digolongkan pada kehamilan beresiko tinggi terhadap kelainan bawaan dan adanya penyulit pada waktu persalinan (Analia & Moekroni, 2016).

b. Tingkat pendidikan

Hasil penelitian Zamrianti (2013), ada hubungan tingkat pendidikan dengan kecemasan ibu hamil berdasarkan hasil uji Chi-Square pada tingkat kepercayaan 95%. Menurut Notoatmodjo (2003) dalam Zamrianti (2013), Pendidikan merupakan kebutuhan dasar manusia yang sangat dibutuhkan untuk pengembangan diri dan peningkatan kematangan intelektual seseorang. Kematangan intelektual ini berpengaruh pada wawasan dan berpikir seseorang, baik dalam tindakan yang dapat dilihat maupun dalam cara pengambilan keputusan. Semakin tinggi pendidikan seseorang,

maka akan semakin berkualitas pengetahuannya dan semakin matang intelektualnya. Sebaliknya rendahnya pendidikan akan menyebabkan seseorang mengalami stres, dimana stres dan kecemasan yang terjadi disebabkan kurangnya informasi yang didapatkan orang tersebut.

c. Paritas

Berdasarkan hasil penelitian Chineze, Vivette, et al. (2017), pada wanita yang belum pernah melahirkan ditemukan tingkat *Pregnancy Specific Anxiety* (PSA) lebih tinggi daripada wanita yang sudah melahirkan. Beberapa studi menyelidiki pada wanita multigravida dan primigravida selama kehamilan dan menemukan bahwa stres dan pikiran negative menjelang persalinan tentang anak yang belum lahir lebih tinggi pada wanita primigravida. Menurut Risqi, S. Suparni (2019), tingkat kecemasan pada primigravida sebesar 36,5%, sedangkan pada multigravida 19,2%. Perbedaan ini disebabkan oleh karena primigravida sedang mengalami sesuatu yang belum pernah dialaminya dan pengalaman tersebut membuatnya merasa tidak nyaman. Primigravida cenderung merasakan ketidaknyamanan fisik, merasakan kelelahan, merasa cemas akan kesejahteraan atau keadaan janin yang dikandungnya, juga merasa takut sakit pada persalinan nanti. Sedangkan pada multigravida, sudah mempunyai pengalaman hamil dan menghadapi persalinan. Pada wanita yang sudah pernah hamil,

kecemasan bisa disebabkan oleh pengalaman melahirkan dahulu (pernah mengalami lama persalinan yang diakibatkan oleh kondisi fisik atau pinggul sempit, *sectio caesaria*), dukungan sosial yang kurang, pengalaman abortus, ataupun masalah ekonomi (Risqi, S. Suparni, 2019).

d. Status ekonomi

Surya, Suryono (2017), menyebutkan bahwa wanita dengan tingkat pendapatan yang rendah dan tingkat pendidikan yang rendah memiliki lebih tinggi insiden gejala depresi dibandingkan wanita berpenghasilan tinggi atau tingkat pendidikan tinggi. Pendapatan keluarga yang cukup memadai membuat ibu hamil siap menghadapi kehamilan karena kehamilan membutuhkan anggaran khusus seperti biaya Antenatal Care (ANC), makanan bergizi untuk ibu dan janin, biaya persalinan dan kebutuhan bayi setelah lahir.

e. Dukungan keluarga

Wanita yang telah menikah dan wanita yang melaporkan tingkat dukungan sosial yang lebih tinggi selama kehamilan cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah. Dukungan dan kualitas hubungan wanita dengan pasangannya juga merupakan hal yang penting terhadap hubungan kecemasan pada primigravida (Philip, Carsten, et al 2018). Friedman (1998) dikutip dari Handayani, Reska (2015), dukungan keluarga berhubungan dengan kesehatan emosi seseorang, dimana dukungan yang

diberikan dapat berupa dukungan informasi, penilaian atau bimbingan, pertolongan dan dukungan emosional. Dukungan keluarga merupakan semangat yang diberikan oleh keluarga terhadap anggotanya, dimana individu percaya bahwa dukungan keluarga dapat membantu menghadapi suatu masalah. Dengan memiliki dukungan keluarga yang baik, ibu hamil dapat mempertahankan kondisi kesehatan psikologisnya dan lebih mudah menerima perubahan fisik serta mengontrol gejala emosi yang timbul.

f. Pekerjaan

Berdasarkan Chien, Yu-Chen, et al (2019) menyebutkan bahwa dengan bekerja dapat mengalihkan perasaan cemas bagi ibu hamil, karena bekerja adalah aktivitas menyita waktu dan ibu hamil akan fokus ke pekerjaannya. Ibu hamil yang bekerja dapat berinteraksi dengan masyarakat sehingga dapat menambah pengetahuan, selain itu bekerja dapat menambah penghasilan keluarga untuk mencukupi kebutuhan selama kehamilan.

g. Riwayat penyakit

Kondisi atau perkembangan janin sangat dipengaruhi oleh kesehatan ibunya. Menurut Krysten, Fiona, et.al (2017) menunjukkan bahwa riwayat penyakit, riwayat komplikasi dalam kehamilan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi. Hal tersebut dikarenakan wanita hamil khawatir mengenai kondisi

kesehatan yang akan berpengaruh terhadap kondisi janin yang dikandung dan khawatir apabila bayinya akan menderita penyakit sama. Penyakit yang menyertai ibu dalam kehamilan adalah salah satu faktor yang menyebabkan kecemasan. Seseorang yang menderita suatu penyakit akan lebih mudah mengalami kecemasan dibandingkan dengan orang yang tidak sedang menderita sakit.

#### h. Kesiapan Kehamilan

Menurut Krysten, Fiona, et.al. (2017) bahwa kecemasan kehamilan juga lebih tinggi pada wanita yang tidak mempunyai kesiapan dalam kehamilan. Dalam kesiapan kehamilan terdapat pemikiran-pemikiran dari ibu yang dapat menyebabkan kecemasan seperti, perasaan takut terhadap kehamilan dan proses persalinan, merasa kurang percaya diri, mempunyai optimisme yang rendah.

### 8. Dampak Kecemasan Terhadap Kehamilan

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kecemasan yang terjadi ketika kehamilan berhubungan dengan outcome kehamilan. Penelitian Analia & Moekroni (2016) menunjukkan bahwa stress yang menyebabkan peningkatan dari tingkat *Corticotropin-Releasing Hormone* (CRH) plasma berhubungan dengan kelahiran preterm pada manusia. Wanita hamil dengan tingkat stres yang tinggi berisiko terhadap peningkatan outcome kehamilan. Kecemasan selama kehamilan dikaitkan dengan prematuritas, berat badan lahir rendah dan gangguan pertumbuhan janin yang merupakan faktor risiko outcome

kehamilan terhadap gangguan perkembangan kognitif dan sosial (Krysten, Fiona, et al., 2017). Penelitian lain juga telah menunjukkan bahwa depresi pada wanita hamil memiliki efek negatif pada outcome kehamilan (misalnya, rendah berat lahir, kelahiran prematur dan perkembangan janin terganggu) (Surya, Suryono, 2017).

Kecemasan kehamilan yang tinggi mempunyai pengaruh terhadap kognitif dan motorik buruk pada masa bayi (Davis, Sandman, 2010). Selain itu, efek dari kecemasan kehamilan ibu untuk anak tidak hanya sebatas ketika masih bayi. Salah satu studi kohort menunjukkan bahwa kecemasan selama kehamilan diperkirakan membuat anak menjadi lebih temperamen atau cenderung emosional saat usia 2 tahun (Chien, Yu-Chen, 2019).

#### 9. Skala Pengukur Tingkat Kecemasan

Salah satu instrumen untuk mengukur tingkat kecemasan adalah dengan State Trait Anxiety Inventory (STAI) form-Y. STAI disusun oleh Spielberger, Gorsuch, and Luschene pada tahun 1964, yang terdiri dari dua dimensi, yakni kecemasan sesaat (state) dan kecemasan dasar/yang menetap (trait) (Bethari, Fattah 2016).

Untuk mengungkap atau mengukur gejala kecemasan ada beberapa metode, yaitu Self report atau questionnaire, merupakan sejumlah pernyataan-pernyataan yang harus dilaporkan oleh individu berupa test skala kecemasan STAI (StateTraite Anxiety Inventory). Dalam tes kecemasan ini diperlihatkan 'self report' yang bertujuan

untuk mengukur dua konsep kecemasan yang berbeda yaitu kecemasan sesaat (state anxiety) dan Kecemasan dasar (Trait Anxiety). Skala ini untuk mendapatkan self report (melapor sendiri) pada format jenis Likert yang relatif singkat dan cukup untuk mengukur baik State Anxiety (A-State) maupun Trait Anxiety (A-Trait). Kelebihan dari test STAI adalah memungkinkan perbedaan keadaan dan sifat kecemasan diteliti dengan baik, sedangkan kelemahannya adalah nomor STAI dibuat transparan (Kaplan, dkk., 1997). Dengan demikian test ini disusun berdasarkan atas dua komponen yaitu:

- a. State anxiety (A-State), merupakan kecemasan sesaat
- b. Trait anxiety (A-Trait), merupakan kecemasan sifat yang relatif menetap.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Bethari, Fattah (2016) alat ukur kecemasan yang digunakan yaitu *State Anxiety Inventory* (S-AI) form-Y karena kecemasan yang diteliti adalah kecemasan pada situasi tertentu, yakni saat sebelum menghadapi persalinan. Selain itu, kuisisioner ini menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh ibu hamil dan tidak membutuhkan waktu yang lama dalam pengisian. Pengukuran tingkat kecemasan dengan S-AI form Y dilakukan dua kali, yakni sebelum dan setelah intervensi. Skala S-AI form Y Spielberger terdiri dari 20 pernyataan dengan 4 respon skala likert. Sebagian dari aitem tersebut merupakan pernyataan positif (favorable), yakni merasa aman, nyaman, tidak gelisah, dan sebagainya,

yang terdapat pada 10 nomor dengan skor: 4= tidak sama sekali; 3= kurang; 2= cukup; 1= sangat merasakan. Sepuluh lainnya merupakan pernyataan negatif (unfavorable), seperti ketakutan pada sesuatu yang akan terjadi, gelisah, cemas, dan ketegangan. Pemberian skor pada pernyataan negatif merupakan kebalikan dari skor pernyataan positif, yakni: 1= tidak sama sekali; 2= kurang; 3= cukup; 4= sangat merasakan (Primusanto, 2000 dalam Bethari & Fattah, 2016).

### **C. Terapi Musik Klasik**

#### **1. Pengertian Terapi Musik Klasik**

Terapi musik adalah terapi menggunakan musik yang tujuannya untuk meningkatkan atau memperbaiki berbagai kondisi, baik fisik, emosi, kognitif, maupun sosial bagi individu dari berbagai kalangan usia. Musik merupakan teknik distraksi efektif yang dapat menurunkan intensitas nyeri, keadaan stress dan tingkat kecemasan dengan cara mengalihkan perhatian seseorang dari perasaan nyeri dan cemas yang dirasakan. Schneider dan Workman (2000) menyebutkan, bahwa distraksi dengan menggunakan musik menjadi efektif karena individu berkonsentrasi ada stimulus yang menarik atau menyenangkan dari pada berfokus pada gejala yang tidak menyenangkan (Solehati dan Cecep 2017).

Terapi musik merupakan suatu bentuk kegiatan yang mempergunakan musik dan lagu/nyanyi secara terpadu dan terarah

didalam membimbing ibu-ibu tersebut selama masa kehamilan yang dimaksudkan untuk mencapai tujuan: relaksasi bagi ibu-ibu hamil, stimulasi dini pada janin, menjalin keterikatan emosional antara ibu hamil dan janinnya (Maryunani dan Yetty S, 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Keumalahayati (2018), menunjukkan bahwa pelatihan dengan musik memberi lebih dari sekedar hubungan sebab akibat terhadap perkembangan bagian-bagian tertentu dari otak secara jangka panjang. Namun, dengan mendengarkan musik akan membantu perkembangan positif dari otak manusia (Wijaya, 2008). Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Maya, Heni (2017) menyebutkan bahwa terapi musik klasik efektif untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil resiko tinggi. Hasil penelitiannya juga didukung oleh penelitian Analia dan Moekroni (2016) yang menyatakan bahwa terapi musik klasik efektif untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil menjelang persalinan dengan *p value* 0.001 ( $p < 0.05$ ).

## 2. Sejarah dan Perkembangan Terapi Musik

Musik yang merupakan kombinasi dari ritme, harmonik dan melodi sejak dahulu diyakini mempunyai pengaruh terhadap pengobatan. Terapi musik adalah keahlian menggunakan musik dan elemen musik oleh seorang terapis untuk meningkatkan, mempertahankan dan mengembalikan kesehatan fisik, mental, emosional dan spiritual. Terapi musik merupakan suatu proses multidisipliner yang harus dikuasai oleh seorang terapis, namun elemen

dasarnya adalah musik itu sendiri. Seorang terapis harus menguasai teori, melakukan observasi, mengetahui teknik evaluasi dan pengukuran, mengetahui metode riset dan materi musik. Disamping itu seorang terapis diwajibkan menguasai setidaknya satu alat musik pokok dan satu pilihan lainnya.

Sejak dahulu kala penggunaan musik untuk menyembuhkan penyakit telah banyak dilakukan. Musik tradisi Shamanistik yang menggunakan alat pukul dan bunyi-bunyian perkusi, lagu dan himne untuk menghantar diri seseorang pada kondisi diluar kesadaran (*trance*), sehingga dimungkinkan untuk mengakses kekuatan dan spirit atau roh penyembuhan menjadi inspirasi bagi terapis musik dalam menciptakan dan mengembangkan teknik terapi dan interaksi.

Seiring dengan berubahnya zaman, ketertarikan akan penggunaan dan pengaruhnya terhadap kesehatan mengalami perkembangan yang cukup pesat. Terapi musik telah digunakan untuk menolong para veteran dan korban Perang Dunia I dan II. Dengan penggunaan terapi musik ini, para veteran dan korban dilaporkan lebih cepat dipulihkan dan sembuh (Djohan, 2006 dalam Rodiyah, 2012). Musik terbukti menunjukkan efek yaitu menurunkan frekuensi denyut jantung, mengurangi kecemasan dan depresi, menghilangkan nyeri, dan menurunkan tekanan darah (Safitri & Purwanti, 2014 dalam Heryani 2017).

### 3. Klasifikasi Jenis-Jenis Musik Klasik

#### a. *Mozart*

Salah satu musik klasik yang bermakna medis yaitu musik karya *Mozart*. Musik karya *Mozart* merupakan musik klasik yang memiliki nada lembut. Nada-nada tersebut menstimulasi gelombang alfa yang memberikan efek ketenangan, kenyamanan, ketentraman dan memberi energi untuk menutupi, mengalihkan perhatian dan melepaskan ketegangan maupun rasa sakit (Campbel, 2002).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Analia & Moekroni (2016), musik klasik terutama *Mozart* mempunyai pengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil saat menjelang persalinan. Dengan berkurangnya tingkat kecemasan maka akan menurunkan intensitas nyeri yang akan dialami ibu hamil saat persalinan. Hal ini juga akan menurunkan kejadian persalinan memanjang dan berbagai komplikasi lainnya serta angka kematian ibu pun diharapkan dapat ditekan (Analia & Moekroni, 2016).

#### b. *Lullaby*

Musik *lullaby* sering digunakan dalam stimulasi multimodal. Musik *lullaby* termasuk dalam musik klasik brahm, musik daerah atau nyanyian yang dapat mengatur perilaku ibu untuk dapat fokus pada dirinya dan juga menenangkan yang dikomunikasikan secara emosional (Stendley, 2010).

Penelitian yang dilakukan oleh Lucia, dkk (2020) didapatkan hasil dari 30 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau nilai rata-rata hasil tingkat kecemasan ibu hamil trimester III setelah mendengarkan musik klasik *lullaby* di RS Mardi Wluyo Kota Metro Tahun 2019 sebesar 10,83 masuk dalam kriteria tidak ada kecemasan, dengan nilai median 11,00, standar deviasi sebesar 82,306, hasil kecemasan terendah atau hasil kecemasan minimal yaitu sebesar 8 (tidak ada kecemasan) dan hasil kecemasan maksimal sebesar 16 (kecemasan ringan. Keadaan menurunnya kecemasan setelah ibu hamil mendengarkan musik klasik *lullaby* selama 3 hari (Lucia, Dainty dkk, 2020).

c. *Beethoven*

Dengan metode terapi musik klasik *beethoven*, seorang ibu yang sedang menunggu persalinan bisa mendapatkan relaksasi yang mendalam. Baik secara fisik, jiwa, dan pikiran, dalam keadaan relaksasi yang dalam ini seorang ibu bisa mengaktifkan pikiran bawah sadarnya. Dampak melalui pikiran bawah sadar yang aktif, ibu dapat dengan mudah mendapatkan suasana rileks, emosi stabil, nyaman dan bahagia, dikarenakan endorphen yang muncul 200 kali lebih besar dari pada morfin ataupun terapi farmakologi lainnya (Keumalahayati, 2018).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Keumalahayati (2018) diketahui bahwa terapi musik klasik efektif untuk

mengurangi kecemasan, sehingga perawat atau tenaga kesehatan dapat menerapkan terapi musik klasik dalam memberikan asuhan kepada ibu hamil saat akan menjelang persalinan dengan *sectio caesarea*. Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Eti (2020) bahwa teknik relaksasi dapat menurunkan kecemasan nyeri fisiologis, stress dan depresi. Kemudian diperkuat dengan penelitian Philip (2018) dan Krysten (2017) yang membuktikan penurunan kecemasan dengan teknik relaksasi menggunakan terapi musik klasik.

#### 4. Manfaat Terapi Musik Klasik

Menurut Maryunani (2017) beberapa manfaat terapi musik bagi ibu dan janin, yaitu :

- a. Bagi ibu hamil dan janin, terapi musik dapat menimbulkan reaksi psikologis, karena musik dapat menenangkan (relaksasi) dan juga memberikan rangsangan (stimulasi).
- b. Melalui kegiatan terapi musik dapat menyongsong masa depan bayi yang lebih cemerlang, karena untuk menghadapi era globalisasi dibutuhkan individu-individu yang memiliki keterampilan otak akan lebih dihargai tinggi, dan sangat dibutuhkan bila dibandingkan dengan individu yang hanya mengandalkan kekuatan otot.

- c. Kegiatan terapi musik dapat membantu ibu-ibu hamil agar tetap dapat mempertahankan keseimbangan antara kesehatan jasmani, pikiran, dan emosi.
- d. Melalui rangsangan-rangsangan musik yang diperdengarkan kepada janin/bayi secara teratur, maka dapat memberikan pengaruh yang sangat besar bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi tersebut kelak di kemudian hari.
- e. Dalam diri anak kelak akan tumbuh kepribadian yang kuat dan ia mampu menyerap banyak hal, ia dapat meresapi musik, berarti ia juga mampu memahami perasaan orang lain.

#### 5. Waktu Pelaksanaan Terapi Musik

Menurut Qittun (2008) waktu yang ideal untuk mendengarkan musik selama kurang lebih 30 menit hingga satu jam tiap hari, namun jika tidak memiliki waktu yang cukup, 10 menit juga bisa menjadi efektif, karena selama waktu 10 menit musik telah membantu pikiran seseorang beristirahat (Rahmawati, 2010).

Hal ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Keumalahayati & Supriyanti (2018) yang melibatkan 11 ibu hamil sebelum menghadapi persalinan secara *Sectio Caesarea* didapat hasil bahwa ibu yang telah didengarkan musik klasik selama 10 menit mengalami stimulasi (rangsangan) lebih tenang menghadapi persalinan.

## 6. Terapi Musik bagi Ibu Hamil Trimester III

Kehamilan merupakan sesuatu yang wajar terjadi pada wanita yang produktif, tetapi ketidaktahuan mereka akan perilaku-perilaku, informasi-informasi yang berkaitan dengan reproduksi akan menimbulkan kecemasan tersendiri. Kecemasan selama kehamilan terkait dengan depresi postpartum dan juga lemahnya ikatan (*bonding*) dengan bayi. Ibu hamil yang mengalami kecemasan selama kehamilan akan meningkatkan resiko ketidakseimbangan emosional ibu setelah melahirkan. Cemas selama kehamilan juga meningkatkan resiko keterlambatan perkembangan motorik dan mental janin, serta dapat menyebabkan colic pada bayi baru lahir (Handayani, 2015).

Dalam hal penurunan tekanan darah dan stres konsentrasi katekolamin plasma mempengaruhi aktivasi *simpatoadrenergik*, dan juga menyebabkan terjadinya pelepasan *stressreleased hormones*. Pemberian musik dengan irama lambat akan mengurangi pelepasan katekolamin ke dalam pembuluh darah, sehingga konsentrasi katekolamin dalam plasma menjadi rendah (Yamamoto et al., dalam Maya, Heni, 2017). Hal ini mengakibatkan tubuh mengalami relaksasi, denyut jantung berkurang dan tekanan darah menjadi turun.

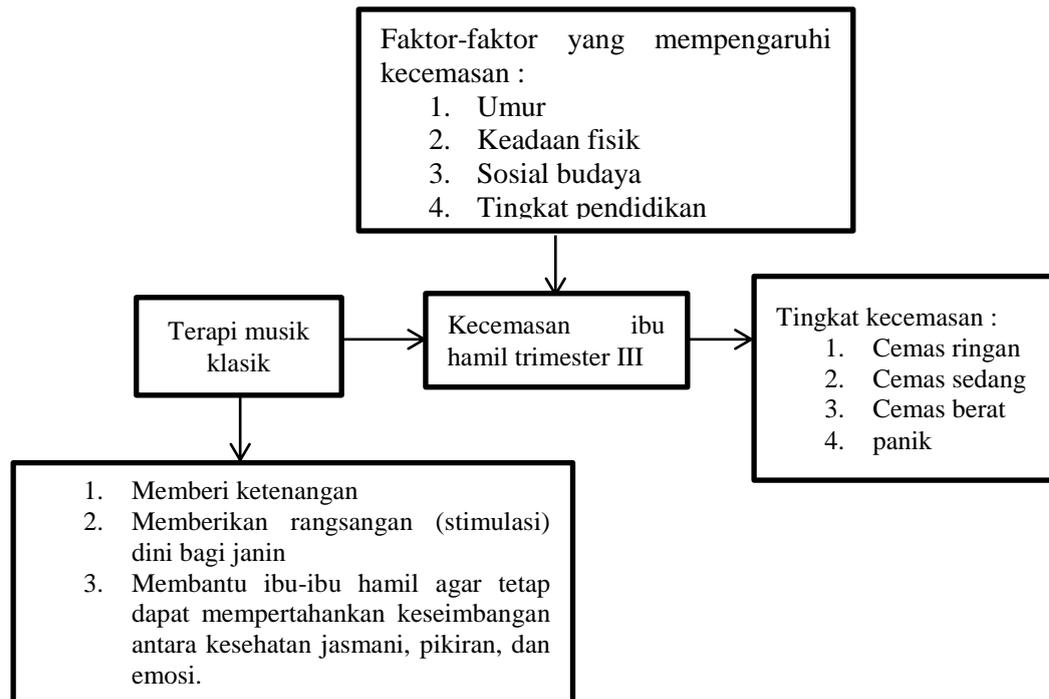
Manfaat yang dapat dirasakan setelah melakukan terapi musik adalah perasaan rileks, tubuh lebih bertenaga dan pikiran lebih fresh. Seperti dijelaskan dalam penelitian oleh Tuti, Aries (2018) bahwa terapi musik memberikan kesempatan bagi tubuh dan pikiran untuk

mengalami relaksasi yang sempurna. Dalam kondisi relaksasi (istirahat) yang sempurna itu, seluruh sel dalam tubuh akan mengalami re-produksi, penyembuhan alami berlangsung, produksi hormon tubuh diseimbangkan dan pikiran mengalami penyegaran. 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 (Tuti & Aries, 2018).

Menurut penelitian Analia & Moekroni (2016) kedua sistem tersebut bereaksi sensitif terhadap musik. Ketika kita merasa sakit, kita menjadi takut, frustrasi dan marah yang membuat kita menegangkan otot-otot tubuh, hasilnya rasa sakit menjadi semakin parah. Mendengarkan musik secara teratur membantu tubuh relaks secara fisik dan mental, sehingga membantu menyembuhkan dan mencegah rasa sakit. Dalam proses persalinan, terapi musik berfungsi mengatasi kecemasan dan mengurangi rasa sakit.

#### D. Kerangka Teori

Berdasarkan teori yang telah dijelaskan di atas, maka dapat dibuat suatu kerangka teori sebagai berikut :



**Bagan 2.1. Kerangka Teori Penelitian**  
(Solehati dan Cecep, 2015)

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain dan Jenis Penelitian**

Desain penelitian ini menggunakan metode pencarian **PICOS**. **PICOS** adalah suatu metode penelitian yang memudahkan seseorang untuk mencari informasi klinis dalam praktik ilmu kesehatan berbasis bukti ilmiah. Metode **PICOS** dapat dengan mudah digunakan untuk menemukan referensi yang tepat untuk karya ilmiah yang sedang dibuat sangat menghemat waktu yang dibutuhkan untuk mencari referensi. Kata ini mewakili target apa yang ingin dicapai dari suatu penelitian misalnya pengaruh atau perbaikan dari suatu kondisi atau penyakit tertentu. Adapun sifat dari penelitian ini adalah analisis deskriptif, yakni penguraian secara teratur data yang telah diperoleh, kemudian diberikan pemahaman dan penjelasan agar dapat dipahami dengan baik oleh pembaca (Mardian, 2017).

Jenis penelitian yang dilakukan Literatur Review jenis penelitian menggunakan *quasi experiment* dengan rancangan *posttes with control group*, yaitu dalam rancangan ini dilakukan pengelompokan anggota-anggota kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil dan saat menjelang persalinan.

## B. Strategi Pencarian Literatur

### 1. Protokol dan Registrasi

Rangkuman menyeluruh dalam bentuk *literature review* mengenai analisis pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap kecemasan pada ibu hamil. Protokol dan evaluasi dari *literature review* akan menggunakan PRISMA *checklist* untuk menentukan penyelesaian studi yang telah ditemukan dan disesuaikan dengan tujuan dari *literature review*.

### 2. Database Pencarian

*Literature review* yang merupakan rangkuman menyeluruh beberapa studi penelitian yang ditentukan berdasarkan tema tertentu. Pencarian literatur dilakukan pada bulan Agustus-November 2020. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh bukan dari pengamatan langsung, akan tetapi diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Sumber data sekunder yang didapat berupa artikel jurnal bereputasi baik nasional maupun internasional dengan tema yang ditentukan. Pencarian literatur dalam *literature review* ini menggunakan lima *database* dengan kriteria kualitas tinggi dan sedang, yaitu *Pubmed*, *Scient Direct*, *Sinta*, *Garuda*, *Google Scholar*, dan *Repository Poltekkes Kemenkes Bengkulu*.

### 3. Kata Kunci

Pencarian artikel atau jurnal menggunakan *keyword* dan *boolean operator (AND OR NOT or AND NOT)* yang digunakan untuk memperluas atau menspesifikkan pencarian, sehingga mempermudah dalam penentuan artikel atau jurnal yang digunakan. Kata kunci dalam *literature review* ini disesuaikan dengan *Medical Subject Heading (MeSH)* dan terdiri dari sebagai berikut:

Tabel 3.1 Kata kunci *literature review*

<i>Influence</i>	<i>Music classic therapy</i>	<i>Anxiety</i>	<i>Pregnant woman</i>
<i>Effect</i>	<i>Theraupetic classical of music</i>	<i>Worried</i>	<i>Gestation</i>
<i>OR</i>		<i>OR</i>	<i>OR</i>
<i>Impact</i>		<i>stressing</i>	<i>Gravidity</i>
<i>OR</i>			<i>OR</i>
<i>Side effect</i>			<i>Parturiency</i>

### C. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Strategi yang digunakan untuk mencari artikel menggunakan *PICOS framework*, yang terdiri dari :

1. *Population/problem* yaitu populasi atau masalah yang akan dianalisis sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *literature review*.
2. *Intervention* yaitu suatu tindakan pelaksanaan terhadap kasus perorangan atau masyarakat serta pemaparan tentang pelaksanaan studi sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *literature review*.

3. *Comparison* yaitu intervensi atau pelaksanaan lain yang digunakan sebagai pembanding, jika tidak ada bias menggunakan kelompok control dalam studi yang terpilih.
4. *Outcome* yaitu hasil atau luaran yang diperoleh pada studi terdahulu yang sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *literature review*.
5. *Study design* yaitu desain penelitian yang digunakan dalam artikel yang akan di review.

Tabel 3.2 Format PICOS dalam *literature review*

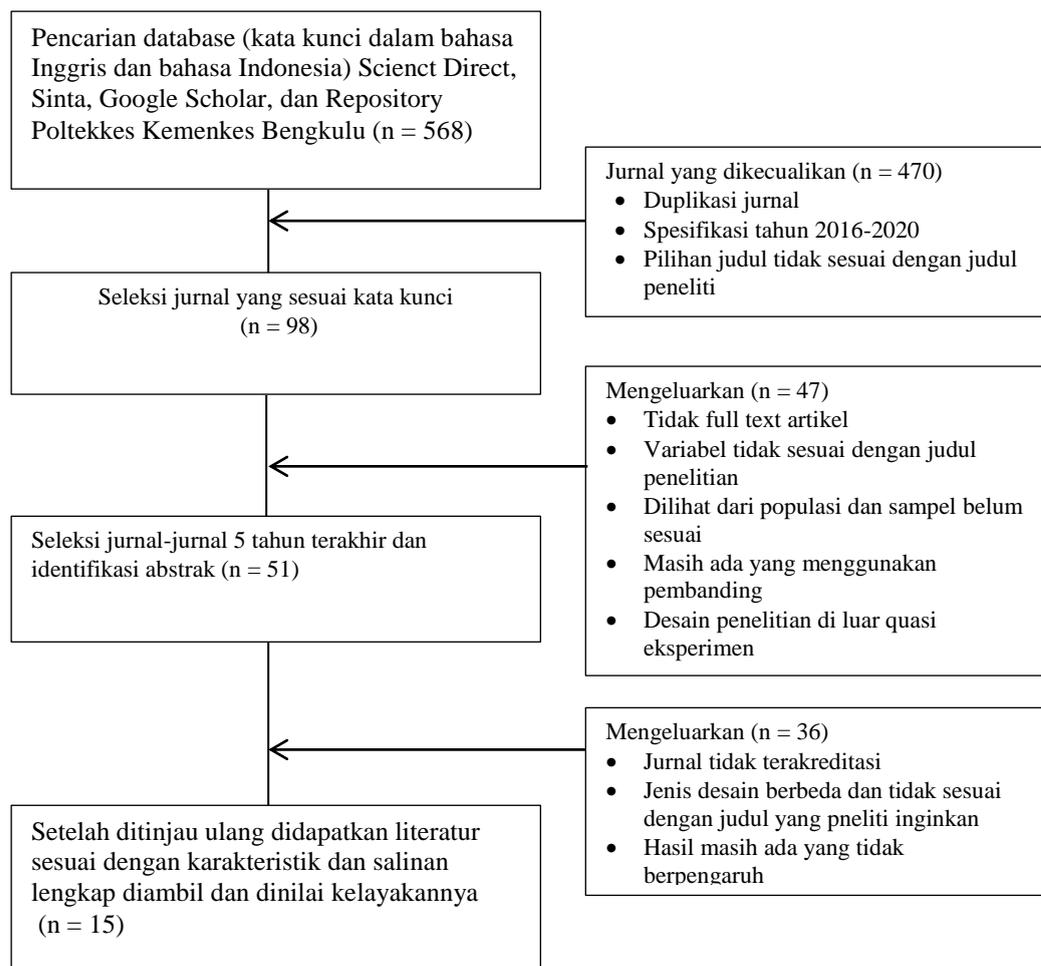
<b>Kriteria</b>	<b>Inklusi</b>	<b>Eksklusi</b>
Populasi	Ibu hamil s.d bersalin	Bukan ibu hamil
Intervensi	Musik klasik	Selain musik klasik
Pembanding	Tidak ada pembanding	
Outcomes	Ada pengaruh pemberian terapi musik klasik untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil saat menjelang persalinan	Tidak ada pengaruh pemberian terapi musik klasik untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil saat menjelang persalinan
Desain penelitian	Quasi-experiment	Tidak ada pengecualian
Tahun publikasi	Sesudah 2015	sebelum 2015
Bahasa	Bahasa Inggris, Indonesian	Selain bahasa Indonesia dan bahasa Inggris

#### **D. Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas**

##### 1. Hasil Pencarian dan Seleksi Studi

Berdasarkan hasil pencarian literatur melalui publikasi di lima *database* dan menggunakan kata kunci yang sudah disesuaikan dengan MeSH, peneliti mendapat 568 artikel yang sesuai dengan kata kunci tersebut. Hasil pencarian yang sudah didapatkan kemudian diperiksa duplikasi, ditemukan terdapat 98 artikel yang sama sehingga dikeluarkan dan tersisa 470 artikel. Peneliti kemudian melakukan

skrining berdasarkan judul ( $n=98$ ), abstrak ( $n=51$ ), dan *full text* ( $n=15$ ) yang disesuaikan dengan tema *literature review*. *Assesment* yang dilakukan berdasarkan kelayakan terhadap kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan sebanyak 15 artikel yang bisa dipergunakan dalam *literature review*.



Bagan 3.1. Diagram Flow Literature review Berdasarkan PRISMA 2009 (Polit and Beck, 2013).

## 2. Penilaian Kualitas

Analisis kualitas metodologi dalam studi (n=15) dengan *checklist* daftar penilaian dengan beberapa pertanyaan untuk menilai kualitas dari studi. Penilaian kriteria diberi nilai 'ya', 'tidak', 'tidak jelas' atau 'tidak berlaku' dan setiap kriteria dengan skor 'ya' diberi 1 poin dan nilai lainnya adalah nol, setiap skor studi kemudian dihitung dan dijumlahkan. *Critical appraisal* untuk menilai studi yang memenuhi syarat dilakukan oleh peneliti. Jika skor penelitian setidaknya 50% memenuhi kriteria *critical appraisal* dengan nilai titik *cut-off* yang telah disepakati oleh peneliti, studi dimasukkan ke dalam kriteria inklusi. Peneliti mengecualikan studi yang berkualitas rendah dan rekomendasi ulasan. Dalam skrining terakhir, delapan belas studi mencapai skor lebih tinggi dari 50% dan siap melakukan sintesis data, akan tetapi karena penilaian terhadap risiko bias, tiga studi dikeluarkan dan artikel yang digunakan dalam *literature review* terdapat 15 buah.

Risiko bias dalam *literature review* ini menggunakan assesment pada metode penelitian masing-masing studi, yang terdiri dari (Nursalam, 2020)

- a. Teori : Teori yang tidak sesuai, sudah kadaluwarsa, dan kreadibilitas yang kurang
- b. Desain : Desain kurang sesuai dengan tujuan penelitian

- c. Sampel : Ada 4 hal yang harus diperhatikan yaitu populasi, sampel, sampling, dan besar sampel yang tidak sesuai dengan kaidah pengambilan sampel
- d. Variabel : Variabel yang ditetapkan kurang sesuai dari segi jumlah, pengontrolan variabel pengacu dan variabel lainnya
- e. Instrumen : Instrumen yang digunakan tidak memiliki sensitivitas, spesivikasi, dan validitas-reabilitas
- f. Analisis data : Analisis data tidak sesuai dengan kaidah analisis yang sesuai dengan standar.

## **BAB IV**

### **HASIL, ANALISIS DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Karakteristik Studi**

Responden dalam penelitian adalah ibu hamil trimester III dan saat menjelang persalinan di Negara Indonesia, Amerika Serikat, dan China yang terdiri dari 15 studi. Hasil jurnal penelitian yang direview dilakukan di Indonesia (11 studi), Amerika Serikat (1 studi), dan China (2 studi). Dalam studi menyebutkan adanya pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan pada saat menjelang persalinan dengan jumlah seluruh responden yang terdiri dari 506 responden baik dari Indonesia, Amerika Serikat, dan China. Karakteristik usia pada responden hampir sama yaitu sebagian besar usia 20-40 tahun.

Secara keseluruhan setiap penelitian membahas tentang pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada saat menjelang persalinan. Studi yang sesuai dengan tinjauan seistematis ini sebagian besar dilakukan di Indonesia sebanyak 15 jurnal terindeks yang memenuhi kriteria inklusi yaitu; Lucia Suciati (2020) terindeks Garuda; Rodiani Moekroni (2016) Google Scholar; Maya Shella (2017) URECOL; Keumalahayati (2018) Garuda; Eti Salafas (2020) Google Scholar; Tuti Meihartati (2019) Sinta; Bethari Pradnya Paramita (2016) Sinta; Risqi Dewi (2019) Google Scholar; Ruri Maiseptyasari (2019) Google Scholar; Surya Dayyana (2019) Google Scholar; Rahayu (2019) Google Scholar; Chineze

(2017) *PubMed*; Philip (2018) *PubMed*; Krysten (2017) *PubMed*; Chien-Ju (2019) DOAJ.

**Tabel 4.1 Hasil Pencarian dan Seleksi Studi**

No	Peneliti dan Tahun	Metode Penelitian, Sampel, Instrumen	Pengaruh Terapi Musik Terhadap Kecemasan	Ringkasan Hasil
1	Lucia <i>et al.</i> , 2020)	Metode : quasi eksperimen Sampel : 30 ibu hamil Instrumen : skala HARS	Hasil penelitian menunjukkan rata-rata kecemasan sebelum intervensi sebesar 29,13, rata-rata kecemasan setelah intervensi sebesar 10,83.	Hasil uji <i>t</i> didapat <i>p value</i> $0,000 < 0,05$ , yang berarti ada Efektifitas Terapi Musik Klasik Lullaby Terhadap Kecemasan pada Ibu hamil Trimester III.
2	Rodiani <i>et al.</i> , 2016)	Metode : quasi eksperimen Sampel : 30 ibu hamil Instrumen : Skala HARS	Musik terbukti dapat memberikan kenyamanan, mengurangi kecemasan dan mengalihkan rasa nyeri yang dialami ibu hamil.	Hasil penelitian didapatkan terapi musik klasik dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu sebelum bersalin. Getaran musik klasik senada dengan getaran saraf otak, sehingga bisa merangsang saraf otak untuk beresilasi (berayun bergetar).
3	Maya <i>et al.</i> , 2017)	Metode : quasi eksperimen Sampel : 40 ibu hamil Instrumen : Skala PSRS	Pada hari kedelapan setelah diberikan terapi musik klasik menunjukkan bahwa sebanyak 20 responden yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 85% dan kecemasan sedang sebanyak 15%.	Hasil uji statistik perbedaan kecemasan sebelum dan setelah diberikan hipnoterapi dan terapi musik klasik dalam mengatasi kecemasan pada ibu hamil resiko tinggi pada hari kedelapan didapatkan hasil $p=0,013$ ( $p < 0,05$ ) yang artinya bahwa $H_0$ ditolak dan $H_a$ diterima.
4	Keumalaha yati <i>et al.</i> , 2018)	Metode : quasi eksperimen Sampel : 20 orang Instrumen : Skala HARS	Tingkat kecemasan berat sekali dijumpai dijumpai pada ibu di kelompok kontrol (70%), sementara pada kelompok intervensi yang paling banyak adalah tingkat kecemasan berat (60%).	Uji <i>Paired T-Test</i> didapatkan nilai signifikan yaitu 0,041 yang nilainya lebih kecil dari alpha 0,05 atau signifikan 95% dan didapatkan nilai mean kelompok intervensi adalah 3,80 dengan standar deviasi 0,632. sedangkan nilai mean kelompok kontrol yaitu 4,60 dengan standar deviasi 0,699, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan

				antara tingkat kecemasan kelompok kontrol dan kelompok intervensi.
5	Etis Salafas <i>et al.</i> , 2020)	Metode : quasi eksperimen Sampel : 30 orang Instrumen : skala HARS	Sebagian besar ibu hamil trimester III setelah diberikan terapi musik mengalami kecemasan ringan, 20 responden (66,6%), sedangkan paling sedikit mengalami kecemasan sedang.	Rata-rata skor kecemasan setelah diberikan terapi musik turun menjadi 4,47 dari 9,53, meskipun masih dalam kategori kecemasan ringan.
6	Tuti <i>et al.</i> , 2019)	Metode : quasi eksperimen Sampel : 27 orang Instrumen : skala HARS	Setelah dilakukan penelitian, sebagian besar responden mengalami penurunan tingkat kecemasan. Sebagian kecil responden tidak mengalami kecemasan (15%), hampir setengahnya mengalami cemas ringan (48%), dan hampir setengahnya mengalami cemas sedang (37%).	Hasil uji statistik dengan menggunakan <i>wilcoxon</i> didapatkan <i>P Value</i> $0,002 < 0,05$ maka dapat disimpulkan ada pengaruh teknik relaksasi musik instrumental terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III.
7	Bethari <i>et al.</i> , 2016)	Metode : quasi eksperimen Sampel : 40 orang Instrumen : skala STAI	Hipotesis terbukti signifikan. Ada perbedaan tingkat kecemasan pasien sebelum dan sesudah diberi terapi musik. Jadi, terapi musik berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pra pembedahan <i>sectio caesar</i> di RSIA Pusura Tegalsari Surabaya.	Uji hipotesis yang digunakan adalah uji anakova. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan diperoleh hasil signifikansi 0,000 dimana $0,000 < 0,05$ dan itu berarti hipotesis terbukti signifikan. Ada perbedaan tingkat kecemasan pasien sebelum dan sesudah diberi terapi musik.
8	Risqi <i>et al.</i> , (2019)	Metode : quasi eksperimen Sampel : 50 orang Instrumen : skala HARS	Setelah dilakukan penelitian terdapat 49,3% tidak ada kecemasan, 14,7% mengalami cemas ringan, dan sisanya cemas sedang.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan yang sangat signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan kombinasi terapi aroma lavender dan musik klasik terhadap kecemasan ibu hamil trimester III ( $p = 0,001 < 0,05$ ).
9	Ruri <i>et al.</i> , 2019)	Metode : quasi eksperimen Sampel : 30 orang Instrumen : skala HARS	Dari 15 sampel kelompok perlakuan terdapat 80% tidak cemas sama sekali, 20% kecemasan ringan (3) terdapat pengaruh pemberian terapi musik terhadap tingkat	Dari hasil analisis didapat nilai $t=6,622$ dengan nilai signifikan. ( $p = 0,000 < a=0,05$ , maka $H_0$ ditolak dan $H_a$ diterima.

			kecemasan pada pasien pre operasi sesar di RSUD Curup.	
10	Suryadayana <i>et al.</i> , 2019)	Metode : quasi eksperimen Sampel : 39 orang Variabel : kecemasan, Instrumen : skala HARS	Penurunan rerata tingkat kecemasan pada kelompok eksperimen 1 dari 31,92 (pretest) menjadi 24,69 (posttest), dan kelompok eksperimen 2 dari 34,54 (pretest) menjadi 25 (posttest).	Dari hasil analisisn didapatkan p-value <0,05 dengan nilai signifikan. Hal tersebut berarti bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan.
11	Rahayu <i>et al.</i> , 2019)	<i>Methods: Quasy Experiment</i> <i>Samples : 40 pregnant women</i> <i>Instrumen : HARS</i>	Penurunan rata-rata tingkat kecemasan sesudah diberikan intervensi yaitu pada Grade II sebesar 90% dan Grade III 10%.	<i>Analysis of the combination music group p value 0,03 (p &lt; 0,05) and the difference between before and after intervention, smaller delta is 10,9</i>
12	Chineze <i>et al.</i> , 2017)	<i>Methods : quasy experiment</i> <i>Samples : 30</i> <i>Instrument : HARS</i>	Penurunan tingkat kecemasan setelah dilakukan intervensi yaitu sebesar 38,8% ibu hamil tidak lagi mengalami kecemasan, 44,3% cemas ringan, dan sisanya mengalami cemas sedang.	<i>The music group demonstrated lower trait anxiety (p=0,001) (effect size 0,80), stage anxiety (p=0,02) (effect size 0,64), and EPDS (p=0,02) (effect size 0,92) scores at week 12 compared to baseline, by paired T-test</i>
13	Philip <i>et al.</i> , 2018)	<i>Methods : quasy experiment</i> <i>Samples : 30</i> <i>Instrument : HARS</i>	Hasil penelitian menunjukkan rata-rata kecemasan sebelum intervensi sebesar 29,13, rata-rata kecemasan setelah intervensi sebesar 10,83.	<i>At skin suture significantly lower anxiety levels were reported in the intervention group regarding state anxiety (31,56 vs 34,41; p = 0,04) and visual analogue scale for anxiety (1,27 vs 1,76; p = 0,018).</i>
14	Krysten <i>et al.</i> , 2017)	<i>Methods : quasy experiment</i> <i>Samples : 30</i> <i>Instrument : HARS</i>	Musik terbukti dapat memberikan kenyamanan, mengurangi kecemasan dan mengalihkan rasa nyeri yang dialami ibu hamil.	<i>There is evidence that musi-based interventions may reduce anxiety in pregnancy; however, the methodological quality of the studies was moderate to weak</i>
15	Chien-Ju <i>et al.</i> , 2019)	<i>Methods : quasy experiment</i> <i>Samples : 40</i> <i>Instrument : HARS</i>	<i>In conclusion, music interventions maybe benefical in reducing anxiety and maybe applied in pregnant women.</i>	<i>Analysis of the combination music group p value 0,03 (p &lt; 0,05) and the difference between before and after intervention, smaller delta is 10,9</i>

## **B. Karakteristik Responden Studi**

Responden dalam penelitian adalah ibu hamil trimester III atau pada saat menjelang persalinan. Dalam setiap studi menyebutkan jumlah responden 15-40 ibu bersalin. Usia 30-40 tahun, pendidikan terakhir (SD, SMP, SMA, Perguruan Tinggi) dan sebagian besar ibu rumah tangga, dengan intensitas kecemasan kategori berat, sedang, ringan.

## **C. Analisis**

### **1. Intensitas Kecemasan**

Salah satu instrumen untuk mengukur tingkat kecemasan adalah dengan *State Trait Anxiety Inventory* (STAI) *form-Y*. Stai disusun oleh Spielberger, Gorsuch, dan Luschene pada tahun 1964, yang terdiri dari dua dimensi, yakni kecemasan sesaat (state) dan kecemasan dasar / yang menetap (trait) (Bethari, Fattah 2016).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Tuti Meihartati (2018), terdapat sebanyak 48% ibu mengalami cemas ringan, 45% mengalami cemas sedang, dan 7% mengalami cemas berat. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Lucia (2020) mengatakan bahwa dari 30 responden yang diteliti, terdapat 25 orang ibu mengalami kecemasan sedang dan 5 orang dengan cemas ringan.

Penelitian yang dilakukan Keumalahayati, et al (2016), berdasarkan hasil wawancara pada 10 ibu yang mempunyai pengalaman bersalin dengan *sectio caesarea* mengatakan mengalami kecemasan atau ketakutan akan keberhasilan tindakan tersebut. Sedangkan dari

hasil penelitian yang dilakukan oleh Maya, et al (2017) hampir semua ibu yang baru pertama kali mengalami hamil merasakan kecemasan pada saat menghadapi persalinan, baik persalinan normal ataupun SC.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Eti Salafas, dkk (2020), dari 30 responden 24 diantaranya mengalami kecemasan ringan (80%), 4 orang cemas sedang (13,33%), dan 2 orang mengalami cemas berat (6,66%). Sedangkan pada penelitian oleh Ruri (2019), dari 30 responden terdapat 4 orang mengalami cemas ringan, 8 cemas sedang, 8 orang cemas berat, dan 10 lainnya cemas berat sekali.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Chien-Ju (2019) di salah satu rumah sakit yang ada di Taiwan, dari sebanyak 40 orang responden terdapat 30% mengalami kecemasan ringan, 40% cemas sedang, dan 30% cemas berat. Sedangkan dari penelitian yang dilakukan oleh Krysten (2017) dari 30 orang sampel hampir semuanya mengalami cemas sedang, yaitu 85% mengalami cemas sedang dan 15% cemas ringan.

Penelitian Risqi (2019) mengatakan bahwa dari 50 responden yang akan diteliti, sebanyak 20 orang (26,7%) mengalami cemas sedang, 27 orang (36,0%) cemas berat, dan 3 orang (4,0%) dengan tingkat kecemasan berat sekali. Sedangkan dari penelitian Surya Dayyana (2019) diketahui bahwa dari 40 responden yang seluruhnya merupakan ibu dengan primigravida (kehamilan pertama) mengalami kecemasan sedang dan berat.

## **2. Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Tuti, et al (2019) diketahui bahwa sebelum diberi terapi musik sebanyak 27 responden 13 orang (48%) mengalami cemas ringan, 12 orang (45%) cemas sedang, dan 2 orang (7%) cemas berat. Setelah diberi intervensi sebanyak 4 orang (15%) tidak lagi cemas, 13 orang (48%) cemas ringan, dan sisanya cemas sedang.

Penelitian Bethari (2016) menyebutkan bahwa dari sebanyak 40 orang responden mengalami perubahan yang signifikan setelah diberikan intervensi berupa terapi musik. Dari hampir sebanyak 50% responden mengalami kecemasan sedang sebelum diberi intervensi, setelah diberi intervensi 25% tidak lagi merasakan cemas, dan sebagian lagi cemas ringan.

Berdasarkan penelitian Lucia (2020) sebanyak 30 responden mengalami penurunan tingkat kecemasan setelah diberi intervensi, yaitu sebanyak 8 orang tidak lagi mengalami kecemasan, 16 orang cemas ringan, dan 6 orang lainnya dari cemas berat menjadi sedang. Keadaan menurunnya tingkat kecemasan tersebut setelah diberikan terapi musik selama 3 hari.

Penelitian yang dilakukan Ruri (2019) mengatakan bahwa dari 15 responden pada kelompok intervensi terdapat 80% tidak cemas sama sekali dan 20% dengan kecemasan ringan. Sedangkan pada penelitian

yang dilakukan oleh Eti, et al (2020) mengatakan bahwa dari 30 responden yang diberi intervensi terapi musik klasik, sebanyak 8 orang (26,7%) tidak merasakan cemas, 66,6% masih dengan cemas ringan, dan 6,7% dengan cemas sedang.

Penelitian Maya, et al (2017) mengatakan bahwa pada hari pertama sebelum diberikan musik klasik ibu hamil diukur kecemasannya menghasilkan 9 responden mengalami cemas ringan (45,0%), 11 responden mengalami cemas sedang (55%). Pada hari kedelapan ibu hamil diukur kecemasannya kembali dengan menghasilkan data sebanyak 17 responden mengalami kecemasan ringan (85%) dan 3 responden mengalami kecemasan sedang (15%). Selisih penurunan kecemasan antara sebelum dan sesudah dilakukan musik klasik adalah 40%.

**Tabel 4.2. Analisis Rata-Rata 15 Jurnal Yang di review**

No	Nama peneliti	Mean		Standar Deviasi		P Value	Kesimpulan
		pre	Post	Pre	post		
1	Lucia <i>et al.</i> , 2020)	29,13	10,83	2,583	2,306	0,000	Ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan
2	Rodiani <i>et al.</i> , 2016)	5,59	1,50	2,108	1,144	0,000	Ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan
3	Maya <i>et al.</i> , 2017)	7,85	6,00	2,587	2,373	0,013	Ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan
4	Keumalahayati <i>et al.</i> , 2018)	4,60	3,80	0,699	0,632	0,041	Ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan

5	Eti Salafas <i>et al.</i> , 2020)	15,59	10,50	-	-	0,001	Ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan
6	Tuti <i>et al.</i> , 2019)	5,53	2,93	2,030	1,639	0,001	Ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan
7	Bethari <i>et al.</i> , 2016)	6,27	2,85	-	-	0,000	Ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan
8	Risqi <i>et al.</i> , (2019)	5,88889	3,4167	1,23700	0,60356	0,000	Ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan
9	Ruri <i>et al.</i> , 2019)	24,67	7,60	9,759	2,098	0,000	Ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan
10	Suryadayana <i>et al.</i> , 2019)	3,2188	1,462	1,3906	0,66524	0,000	Ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan
11	Rahayu <i>et al.</i> , 2019)	5,00	1,63	0,632	0,957	0,000	Ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan
12	Chineze <i>et al.</i> , 2017)	2,46	1,68	0,641	0,687	0,000	Ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan
13	Philip <i>et al.</i> , 2018)	4,38	1,88	-	-	0,000	Ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan
14	Krysten <i>et al.</i> , 2017)	6,27	2,85	-	-	0,000	Ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan
15	Chien-Ju <i>et al.</i> , 2019)	5,53	2,93	2,030	1,639	0,001	Ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan

Berdasarkan penelitian Rodiani (2016) menyebutkan bahwa dari 30 responden sebanyak 47,7% mengalami kecemasan berat, 16,9% cemas sedang, 35,4% cemas ringan. Setelah diberi terapi musik klasik menjadi sebanyak 35,4% tidak cemas sama sekali, 16,9% cemas ringan, dan 47,7% cemas sedang. Sedangkan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Keumalahayati (2018) mengatakan bahwa tingkat kecemasan berat sekali dijumpai pada ibu di kelompok kontrol (70%), sementara pada kelompok intervensi yang paling banyak adalah tingkat kecemasan berat (60%). Ada perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan kelompok kontrol dan kelompok intervensi pada ibu pre operasi SC.

Penelitian Risqi (2019) mengatakan bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan yang signifikan setelah diberikan terapi musik klasik. Setelah diberi intervensi sebagian besar ibu tidak lagi mengalami cemas yaitu sebanyak 37 orang (49,3%). Sedangkan menurut penelitian Krysten (2017) dari sebanyak 30 orang responden, 15 orang (50%) tidak lagi merasakan kecemasan, 25% cemas ringan, dan 25% lagi cemas sedang.

#### **D. Pembahasan**

Keadaan kecemasan disebabkan berbagai faktor seperti cemas akan keadaannya saat ini, khawatir, sensitive atau mudah tersinggung, merasa tegang dan tidak tenang yang bersamaan dengan kondisi yang sedang ibu hamil alami (Lucia, et al 2020). Penyebab timbulnya

kecemasan terjadi pada ibu hamil dipengaruhi oleh beberapa faktor pengambilan keputusan, usia ibu hamil, kemampuan ibu, kesiapan keluarga, kesehatan ibu dan pengalaman (Maya, et al 2017).

Setelah dilakukan review dari 15 studi, suasana psikologis ibu yang tidak mendukung akan mempersulit proses persalinan. Cemas yang berlebihan, khawatir dan takut tanpa sebab pada ibu hamil, dapat memicu pada kondisi yang berujung pada stress. Kondisi stress inilah yang mengakibatkan otot tubuh menegang, terutama otot-otot yang berada di jalan lahir ikut menjadi kaku dan keras sehingga sulit mengembang. Emosi yang tidak stabil juga akan membuat ibu merasakan sakit yang semakin hebat (Tuti, et al 2018).

**Tabel 4.3. Analisis Rata-Rata Intervensi Musik Klasik pada Jurnal yang Direview**

No	Nama Pengarang & Tahun Terbit	Jenis Musik	Durasi & Frekuensi	Hasil
1	Lucia <i>et al.</i> , 2020)	<i>Lullaby</i>	Durasi : 30 menit Frekuensi : 3x sehari Selama 3 hari	Dari sebanyak 25 orang yang mengalami cemas sedang, setelah diberi terapi menjadi 8 org tidak cemas dan sisanya cemas ringan.
2	Rodiani <i>et al.</i> , 2016)	<i>Lullaby</i>	Durasi : 30 menit Frekuensi : 1x sehari Selama 6 hari	Dari 30 responden seabnyak 47,7% mengalami kecemasan berat, 16,9% cemas sedang, 35,4% cemas ringan. Setelah diberi terapi musik klasik menjadi sebanyak 35,4% tidak cemas sama sekali, 16,9% cemas ringan, dan 47,7% cemas sedang.
3	Maya <i>et al.</i> , 2017)	<i>Lullaby</i>	Durasi : 45 menit Frekuensi : 1x sehari Selama 8 hari	Pada hari ke-8 ibu hamil diukur kecemasannya kembali dengan selisih penurunan antara sebelum dan sesudah diberi terapi musik yaitu sebesar 40%.

4	Keumalahayati <i>et al.</i> , 2018)	<i>Beethoven</i>	Durasi : 10 menit Frekuensi : 2x sehari Selama 7 hari	Dari sebanyak 70% dengan kecemasan berat sekali, setelah diberi intervensi menjadi sebanyak 30% cemas sedang dan sisanya cemas ringan.
5	Eti Salafas <i>et al.</i> , 2020)	<i>Mozart</i>	Durasi : 60 menit Frekuensi : 1x sehari Selama 7 hari	Dapat menurunkan tingkat kecemasan pada ibu primigravida. Pada grup 1, dari 31,92 (pretest) berkurang menjadi 24,69 (posttest), dan pada grup 2 dari 34,54 (pretest) berkurang menjadi 25 (posttest).
6	Tuti <i>et al.</i> , 2019)	Musik instrumental	Durasi : 20 menit Frekuensi : 3x sehari Selama 5 hari	Pretest : seluruh responden mengalami kecemasan dengan cemas ringan (48%), cemas sedang (45%), dan cemas berat (7%). Posttest : sebagian besar responden mengalami penurunan tingkat kecemasan. Sebagian kecil responden tidak mengalami kecemasan (15%), hampir setengahnya mengalami cemas ringan (48%), dan hampir setengahnya cemas sedang (37%)>
7	Bethari <i>et al.</i> , 2016)	Musik instrumental	Durasi : 30 menit Frekuensi : 1x sehari Selama 5 hari	Berdasarkan uji hipotesis yang telah dilakukan diperoleh signifikansi 0,000 dimana $0,000 < 0,05$ dan itu berarti hipotesis terbukti signifikan.
8	Risqi <i>et al.</i> , (2019)			Terjadi penurunan tingkat kecemasan yang signifikan setelah diberikan terapi musik klasik. Setelah diberi intervensi sebagian besar ibu tidak lagi mengalami cemas yaitu sebanyak 37 orang (49,3%).
9	Ruri <i>et al.</i> , 2019)	<i>Beethoven</i>	Durasi : - Frekuensi : - Selama 7 hari	Analisis data dengan uji t didapatkan hasil yaitu (1) dari 15 sampel kelompok kontrol terdapat 13,3% kecemasan ringan, 26,7% kecemasan sedang, 26,7% kecemasan berat, 33,3% kecemasan berat sekali; (2) dari 15 sampel kelompok perlakuan terdapat 80% tidak cemas sama sekali,

				20% cemas ringan.
10	Suryadayana <i>et al.</i> , 2019)	Musik instrumental	Durasi : 30 menit Frekuensi : 3x sehari Selama 4 hari	Berdasarkan uji hipotesis yang telah dilakukan diperoleh signifikansi 0,000 dimana $0,000 < 0,05$ dan itu berarti hipotesis terbukti signifikan.
11	Rahayu <i>et al.</i> , 2019)	<i>Mozart</i>	Durasi : 10 menit Frekuensi : 2x sehari Selama 7 hari	Berdasarkan uji hipotesis yang telah dilakukan diperoleh signifikansi 0,001 dimana $0,000 < 0,05$ dan itu berarti hipotesis terbukti signifikan.
12	Chineze <i>et al.</i> , 2017)	<i>Beethoven</i>	Durasi : 10 menit Frekuensi : - Selama 8 hari	Berdasarkan uji hipotesis yang telah dilakukan diperoleh signifikansi 0,000 dimana $0,000 < 0,05$ dan itu berarti hipotesis terbukti signifikan.
13	Philip <i>et al.</i> , 2018)	<i>Lullaby</i>	Durasi : 45 menit Frekuensi : 2x sehari	Berdasarkan uji hipotesis yang telah dilakukan diperoleh signifikansi 0,000 dimana $0,000 < 0,05$ dan itu berarti hipotesis terbukti signifikan.
14	Krysten <i>et al.</i> , 2017)	Musik instrumental	Durasi : 30 menit Frekuensi : 3x sehari Selama 3 hari	Dari sebanyak 30 orang responden, 15 orang (50%) tidak lagi merasakan kecemasan, 25% cemas ringan, dan 25% lagi cemas sedang.
15	Chien-Ju <i>et al.</i> , 2019)	<i>Beethoven</i>	Durasi : 30 menit Frekuensi : 1x sehari Selama 5 hari	Berdasarkan uji hipotesis yang telah dilakukan diperoleh signifikansi 0,001 dimana $0,000 < 0,05$ dan itu berarti hipotesis terbukti signifikan.

Tujuan dari menurunkan tingkat kecemasan adalah untuk menimbulkan suasana rileks sehingga dampak dari kecemasan dapat berkurang. Terdapat beberapa macam cara yang digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan. Secara umum dapat dibagi menjadi dua yaitu terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Terapi non

farmakologis merupakan terapi tanpa menggunakan obat-obatan yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan adalah terapi menggunakan musik klasik (Tuti, et al 2018).

Pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan saat menjelang persalinan, dikarenakan musik dapat berpengaruh untuk merangsang otak dan mampu mengaktifkan fungsi otak yang telah mengalami penurunan akibat adanya gangguan fisik. Dengan metode terapi musik ini juga ibu dapat mendapatkan relaksasi yang mendalam. Baik secara fisik, jiwa dan pikiran, dalam keadaan relaksasi yang dalam ini seorang ibu bisa mengaktifkan pikiran bawah sadarnya. Dampak melalui pikiran bawah sadar yang aktif, ibu hamil dengan mudah mendapatkan suasana rileks, emosi stabil, nyaman dan bahagia, dikarenakan endorphen yang muncul 200 kali lebih besar dari pada morfin ataupun terapi farmakologi lainnya (Keumalahayati, 2018).

Asumsi peneliti bahwa musik sebagai gelombang suara dapat meningkatkan suatu respon seperti peningkatan endorphen yang dapat mempengaruhi suasana hati dan dapat menurunkan kecemasan pasien. Musik klasik sering menjadi acuan karena berirama tenang dan mengalun lembut. Pemilihan musik klasik lebih didasarkan pada keyakinan banyak ahli bahwa irama dan tempo kebanyakan musik

klasik mengikuti kecepatan detak jantung manusia yaitu sekitar 60 detak/menit (Rodiani, 2016).

Hasil penelitian Maya, et al (2017) menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi musik klasik pada hari kedelapan kecemasan ibu hamil berada pada kecemasan ringan, hal tersebut disebabkan karena semakin sering mendengarkan musik *Lullaby* maka tingkat kecemasan akan semakin cepat terjadi penurunan.

Setelah menelusuri dari beberapa penelitian yang telah dilakukan, sebagian besar ibu hamil yang akan menghadapi proses persalinan baik normal ataupun SC menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan setelah dilakukan pemberian terapi musik klasik dengan durasi kurang lebih 30 menit perhari. Hal ini mengakibatkan ibu menjadi lebih tenang dan rileks dalam menghadapi persalinannya.

Hasil penelitian Keumalahayati (2018) menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) sebagai alat ukur kecemasan menunjukkan rata-rata ibu hamil sebelum mendengarkan terapi musik klasik memiliki kecemasan berat. Rata-rata ibu hamil setelah mendengarkan terapi musik klasik memiliki kecemasan ringan dan bahkan tidak ada kecemasan sama sekali, sehingga ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap kecemasan ibu saat menjelang persalinan dengan *p-value* <0,001.

Hal ini sesuai dengan teori (Djohan, 2005) yang mengatakan bahwa musik memiliki kekuatan yang luar biasa yang berdampak bagi

kejiwaan. Musik dapat membantu seseorang menjadi lebih rileks, mengurangi stress, menimbulkan rasa aman dan sejahtera, melepaskan rasa sedih, membuat jadi gembira, dan membantu serta melepaskan rasa sakit. Musik dapat memperlambat dan mempercepat gelombang listrik yang terdapat di otak sehingga dapat merubah kerja sistem tubuh.

Hasil penelitian Eti et al (2020) hasil pengukuran kecemasan menggunakan *State Trait Anxiety Inventory* (STAI) menunjukkan terapi musik klasik berpengaruh signifikan dengan nilai sig (-2 tailed) = 0,000. Bahwa  $0,000 < 0,05$  yang menunjukkan ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap kecemasan ibu hamil saat menjelang persalinan terutama pada ibu primigravida. Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Aizid (2011) bahwa teknik relaksasi dapat menurunkan kecemasan, nyeri fisiologis, stress dan depresi. Diperkuat dengan penelitian Lucia (2020) dan Krysten (2017) yang juga membuktikan penurunan tingkat kecemasan dengan terapi musik klasik pada ibu primigravida saat menjelang persalinan.

Setelah dilakukan analisis dari beberapa jurnal yg didapatkan, baik nasional maupun internasional didapatkan kesimpulan bahwa terapi musik berpengaruh terhadap tingkat kecemasan ibu hamil yang sedang mendekati proses persalinan. Sebagian besar jurnal menyatakan hasil yang signifikan setelah beberapa hari dilakukan intervensi. Beberapa ibu mengalami penurunan tingkat kecemasan, bahkan ada yang tidak lagi merasakan cemas sama sekali.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Berdasarkan 15 jurnal yang telah di *review* didapatkan hasil bahwa terdapat penurunan rata-rata tingkat kecemasan setelah dilakukan pemberian terapi musik klasik pada ibu hamil saat menjelang persalinan.
2. Berdasarkan 15 jurnal yang telah di *review* didapatkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik.

#### **B. Saran**

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan mengenai kecemasan dan dapat mengetahui efektifitas terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu saat menjelang persalinan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asmara, M. S., Rahayu, H. S. E., & Wijayanti, K. (2017). Efektifitas Hipnoterapi dan Terapi Musik Klasik Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Resiko Tinggi di Puskesmas Magelang Selatan Tahun 2017. *URECOL*, 329-334. <http://journal.ummgl.ac.id/index.php/urecol/article/view/1389>
- Damayanti, dkk. 2014. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ibu Hamil, Bersalin dan Bayi Baru Lahir*. Yogyakarta: DEEPUBLISH.
- Dayyana, S., Suryono, S., Widayawati, M. N., & Hidayat, S. T. (2017). *Effectiveness Of Music Therapy On Anxiety And B-Endorphin Levels In Primigravida During The Third Stage Of Pregnancy*. *Belitung Nursing Journal*, 3(6), 735-742. <https://belitungraya.org/BRP/index.php/bnj/article/view/298>
- Hepp, P., Hagenbeck, C., Gilles, J., Wolf, O. T., Goertz, W., Janni, W., ... & Schaal, N. K. (2018). *Effects Of Music Intervention During Caesarean Delivery On Anxiety And Stress Of The Mother*. *BMC Pregnancy And Childbirth*, 18(1), 1-8. <https://bmcpregnancychildbirth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12884-018-2069-6>
- Ilmiah, W.S. 2016. *Buku Ajar Asuhan Kehamilan Normal*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Jannah, Nurul. 2017. *Askeb II: Persalinan Berbasis Kompetensi*. Jakarta: EGC
- Keumalahayati, K., & Supriyanti, S. (2018). Pengaruh Terapi Musik Klasik Beethoven untuk Mengurangi Kecemasan pada Ibu Bersalin Pre Operasi Sectio Caesar. *JKEP*, 3(2), 96-107. <http://www.ejurnal.poltekkesjakarta3.ac.id/index.php/JKep/article/view/205>
- Lestari, T. 2014. *Kumpulan Teori untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Lin, C. J., Chang, Y. C., Chang, Y. H., Hsiao, Y. H., Lin, H. H., Liu, S. J., ... & Yeh, T. L. (2019). *Music Interventions For Anxiety In Pregnant Women*. *Journal Of Clinical Medicine*, 8(11), 1884. <https://www.mdpi.com/2077-0383/8/11/1884>
- M. Nur Ghufon & Rini Risnawita, S. (2014). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar- Ruzz Media.

- Maiseptyasari, R. (2019). Pengaruh Terapi Musik terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesaria di RSUD Curup. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 3(2).  
<http://e-journal.ar-rum.ac.id/index.php/JIKA/article/view/36>
- Maslim, Rusdi. (2013). Diagnosis Gangguan Jiwa, Rujukan Ringkas dari PPDGJIII dan DSM 5. Cetakan 2 Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa FK-Unika Atmajaya. Jakarta: PT Nuh Jaya.
- Maryunani, A dan Yetty S. 2017. *Senam Hamil, Senam Nifas, dan Terapi Musik*. Jakarta: Trans Info Media.
- Meihartati, T. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Musik Instrumental Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kesehatan STIKES Darul Azhar Batulicin*, 6(1).  
<http://jurnal-kesehatan.id/index.php/JDAB/article/view/92>
- Nwebube, C., Glover, V., & Stewart, L. (2017). Prenatal Listening To Songs Composed For Pregnancy And Symptoms Of Anxiety And Depression. *BMC Complementary And Alternative Medicine*, 17(1), 256.  
<https://link.springer.com/article/10.1186/s12906-017-1759-3>
- Paramita, B. P., Haurawan, F., & Astuti, I. D. (2018). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pra Pembedahan Sectio Caesar Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Pusurategalsari, Surabaya. *Jurnal Sains Psikologi*, 5(2), 6-9.  
<http://journal2.um.ac.id/index.php/JSPsi/article/view/5978>
- Rodiani, R., & Analia, A. (2016). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan. *Jurnal Majority*, 5(1), 6-11.  
<http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/971>
- Rukiah, dkk. 2014. *Asuhan Kebidanan II (Persalinan)*. Jakarta: Trans Info Media.
- Salafas, E., Lestari, P., & Listiyaningsih, M. D. (2020). *The Effectiveness Of Music Therapy In Reducing Anxiety In Third Trimester Of Pregnancy*. *Anxiety*, 2(6.66), 9-53.  
[http://d3kebidanan.unw.ac.id/assets/images/penelitian/Efektifitas\\_Terapi\\_music\\_jurnal\\_siklus.pdf](http://d3kebidanan.unw.ac.id/assets/images/penelitian/Efektifitas_Terapi_music_jurnal_siklus.pdf)
- Solehati, T dan Cecep E. Kosasih. 2017. *Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas*. Bandung: Refika Aditama.
- Sondakh, Jenny J.S. 2013. *Asuhan Kebidanan Persalinan & Bayi Baru Lahir*. Jakarta: Erlangga.

- Suciati, L., Maternity, D., & Susilawati, D. Y. (2020). Efektifitas Terapi Musik Klasik Lullaby Terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kebidanan*, 6(2), 155-160.  
<http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/1667>
- Sumaningsih, R., Saadah, N., & Santosa, B. J. (2019). *The Effects of Murottal and Classical Music Combination toward Pregnant Women's Anxiety in the 3rd Trimester*. *Health Notions*, 3(2), 101-106.  
<http://www.heanoti.com/index.php/hn/article/view/339>
- Van Willenswaard, K. C., Lynn, F., McNeill, J., McQueen, K., Dennis, C. L., Lobel, M., & Alderdice, F. (2017). *Music Interventions To Reduce Stress And Anxiety In Pregnancy*. *BMC Psychiatry*, 17(1), 271.  
<https://link.springer.com/article/10.1186/s12888-017-1432-x>
- WHO. 2016. *Maternal Mortality*. <http://who.int/mediacentre/factsheets/fs348/en/>. (diakses Agustus 2020).

**L**

**A**

**M**

**P**

**I**

**R**

**A**

**N**

**Tabel Hasil Pencarian Jurnal Nasional**

No	Nama penulis utama, tahun terbit, judul penelitian	Metode penelitian, sampel, instrumen	Hasil penelitian dan kesimpulan	Indexing
1	Lucia Suciati (2020) Efektifitas Terapi Musik Klasik Lullaby Terhadap Kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III	Metode : quasi eksperimen Sampel : 30 ibu hamil Instrumen : skala HARS	Hasil uji <i>t</i> didapat <i>p value</i> $0,000 < 0,05$ , yang berarti ada Efektifitas Terapi Musik Klasik Lullaby Terhadap Kecemasan pada Ibu hamil Trimester III.	Google Scholar Garuda
2	Rodiani Moekroni (2016) Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan	Metode : quasi eksperimen Sampel : 30 ibu hamil aterm Instrumen : Skala HARS	Hasil penelitian didapatkan terapi musik klasik dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu sebelum bersalin. Getaran musik klasik senada dengan getaran saraf otak, sehingga bisa merangsang saraf otak untuk beresilasi (berayun bergetar).	Google Scholar OJS
3	Maya Shella (2017) Efektifitas Hipnoterapi dan Terapi Musik Klasik terhadap Kecemasan Ibu Hamil Resiko Tinggi di Puskesmas Magelang Selatan Tahun 2017	Metode : quasi eksperimen Sampel : 40 ibu hamil Instrumen : Skala PSRS	Hasil uji statistik perbedaan kecemasan sebelum dan setelah diberikan hipnoterapi dan terapi musik klasik dalam mengatasi kecemasan pada ibu hamil resiko tinggi pada hari kedelapan didapatkan hasil $p=0,013$ ( $p < 0,05$ ) yang artinya bahwa $H_0$ ditolak dan $H_a$ diterima.	OJS Google Scholar URECOL
4	Keumalahayati (2018) Pengaruh Terapi Musik Klasik Beethoven untuk Mengurangi Kecemasan pada Ibu Bersalin Pre Operasi <i>Sectio Caesarea</i>	Metode : quasi eksperimen Sampel : 20 orang Instrumen : Skala HARS	Uji <i>Paired T-Test</i> didapatkan nilai signifikan yaitu 0,041 yang nilainya lebih kecil dari alpha 0,05 atau signifikan 95% dan didapatkan nilai mean kelompok intervensi adalah 3,80 dengan standar deviasi 0,632. sedangkan nilai mean kelompok kontrol yaitu 4,60 dengan standar deviasi 0,699, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan kelompok kontrol dan kelompok intervensi.	Google Scholar Dimensions Garuda ISJD
5	Eti Salafas (2020) <i>The Effectiveness of Music Therapy in Reducing Anxiety in Third Trimester of Pregnancy</i>	Metode : quasi eksperimen Sampel : 30 orang Instrumen : skala HARS	Sebagian besar ibu hamil trimester III setelah diberikan terapi musik mengalami kecemasan ringan, 20 responden (66,6%), sedangkan paling sedikit mengalami	Google Scholar

			kecemasan sedang. Rata-rata skor kecemasan setelah diberikan terapi musik turun menjadi 4,47 dari 9,53, meskipun masih dalam kategori kecemasan ringan.	
6	Tuti Meihartati (2019) Pengaruh Teknik Relaksasi Musik Instrumental Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III	Metode : quasi eksperimen Sampel : 27 orang Instrumen : skala HARS	Hasil uji statistik dengan menggunakan <i>wilcoxon</i> didapatkan <i>P Value</i> $0,002 < 0,05$ maka dapat disimpulkan ada pengaruh teknik relaksasi musik instrumental terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III.	Google Scholar Sinta
7	Bethari Pradnya Paramita (2016) Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pra Pembedahan <i>Sectio Caesar</i> di Rumah Sakit Ibu dan Anak Pusurategalsari Surabaya	Metode : quasi eksperimen Sampel : 40 orang Instrumen : skala STAI	Uji hipotesis yang digunakan adalah uji anakova. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan diperoleh hasil signifikansi 0,000 dimana $0,000 < 0,05$ dan itu berarti hipotesis terbukti signifikan. Ada perbedaan tingkat kecemasan pasien sebelum dan sesudah diberi terapi musik. Jadi, terapi musik berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pra pembedahan <i>sectio caesar</i> di RSIA Pusura Tegalsari Surabaya.	DOAJ Google Scholar Sinta 3
8	Risqi Dewi (2019) Effect of Combination of Aroma Therapy Lavender and Classical Music Towards a Decrease in Anxiety Levels Moderate and Severe on Third Trimester Pregnant Women	Metode : quasi eksperimen Sampel : 50 orang Instrumen : skala HARS	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan yang sangat signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan kombinasi terapi aroma lavender dan musik klasik terhadap kecemasan ibu hamil trimester III ( $p = 0.001 < 0.05$ ).	Google Scholar OJS
9	Ruri Maiseptyasari (2019) Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi <i>Sectio Caesarea</i> di RSUD Curup	Metode : quasi eksperimen Sampel : 30 orang Instrumen : skala HARS	Hasil penelitian didapatkan : (1) dari 15 sampel kelompok kontrol terdapat 13,3% kecemasan ringan, 26,7% kecemasan sedang, 26,7% kecemasan berat, 33,3% kecemasan berat sekali (2) dari 15 sampel kelompok perlakuan terdapat 80% tidak cemas sama sekali,	Google Scholar

			20% kecemasan ringan (3) terdapat pengaruh pemberian terapi musik terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi sesar di RSUD Curup.	
10	Surya dayyana (2019) <i>Effectiveness of Music Therapy on Anxiety and <math>\beta</math>-Endorphin Levels in Primigravida during the Third Stage of Pregnancy</i>	Metode : quasi eksperimen Sampel : 39 orang Variabel : kecemasan, Instrumen : skala HARS	Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan rerata tingkat kecemasan pada kelompok eksperimen 1 dari 31,92 (pretest) menjadi 24,69 (posttest), dan kelompok eksperimen 2 dari 34,54 (pretest) menjadi 25 (posttest).	OJS Google Scholar
11	Rahayu (2019) <i>The Effect of Murottal and Classically Music Combination Toward Pregnant Women's Anxiety in The Third Trimester</i>	<i>Methods: Quasy Experiment Samples : 40 pregnant women Instrumen : HARS</i>	<i>Analysis of the combination music group p value 0,03 (<math>p &lt; 0,05</math>) and the difference between before and after intervention, smaller delta is 10,9</i>	OJS Google Scholar
12	Chineze (2017) <i>Prenatal Listening to Songs Composed for Pregnancy and Symptoms of Anxiety and Depression</i>	<i>Methods : quasy experiment Samples : 30 Instrument : HARS</i>	<i>The music group demonstrated lower trait anxiety (<math>p=0,001</math>) (effect size 0,80), state anxiety (<math>p=0,02</math>) (effect size 0,64), and EPDS (<math>p=0,02</math>) (effect size 0,92) scores at week 12 compared to baseline, by paired T-test</i>	PubMed Google Scholar
13	Philip (2018) <i>Effect of Music Intervention during Caesarean Delivery on Anxiety and Stress of The Mother</i>	<i>Methods : quasy experiment Samples : 30 Instrument : HARS</i>	<i>At skin suture significantly lower anxiety levels were reported in the intervention group regarding state anxiety (31,56 vs 34,41; <math>p = 0,04</math>) and visual analogue scale for anxiety (1,27 vs 1,76; <math>p = 0,018</math>). two hours after surgery, the measured visual analogue scale for anxiety score in the intervention group was still significantly lower (0,69 vs 1,04; <math>p = 0,018</math>).</i>	PubMed Google Scholar
14	Krysten (2017) <i>Music Intervention to Reduce Stress and Anxiety in Pregnancy</i>	<i>Methods : quasy experiment Samples : 30 Instrument : HARS</i>	<i>There is evidence that music-based interventions may reduce anxiety in pregnancy; however, the methodological quality of the studies was moderate to</i>	PubMed Google Scholar

			<i>weak</i>	
15	Chien-Ju (2019) <i>Music Intervention for Anxiety in Pregnant Women</i>	<i>Methods : quasy experiment Samples : 40 Instrument : HARS</i>	<i>In conclusion, music interventions maybe benefical in reducing anxiety and maybe applied in pregnant women.</i>	Google Scholar DOAJ ORCID

## Pengaruh terapi musik klasik terhadap kecemasan saat menjelang persalinan

The screenshot shows a Google Scholar search results page. The search query is "pengaruh terapi musik klasik untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil menjelang persalinan". The page displays several search results, including:

- Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan** by R. Rodiani, A. Analia. Published in *Jurnal Majority*, 2016. [PDF] unila.ac.id
- Efektifitas Hipnoterapi dan Terapi Musik Klasik Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Resiko Tinggi di Puskesmas Magelang Selatan Tahun 2017** by MS Asmara, HSE Rahayu, K Wijayanti. Published in *URECOL*, 2017. [PDF] ummgl.ac.id
- pengaruh terapi musik terhadap kecemasan melahirkan pada ibu hamil primigravida triwulan III di klinik utama fatimah kudus** by A Noor. Published in *repository.unika.ac.id*. [PDF] unika.ac.id
- EFEKTIFITAS TERAPI MUSIK KLASIK LULLABY TERHADAP KECEMASAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI RS. MARDI WALUYO KOTA METRO** by L Suciati. Published in *Jurnal Kebidanan*, 2020. [PDF] unika.ac.id

The page also includes a sidebar with filters for "Any time", "Since 2020", "Since 2019", "Since 2016", and options to "Sort by relevance", "Sort by date", "include patents", "include citations", and "Create alert".

## Kata kunci yang sesuai topik

The screenshot shows a Google Scholar search results page for the keyword "Kata kunci yang sesuai topik". The search query is "Kata kunci yang sesuai topik". The page displays several search results, including:

- Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan** by R. Rodiani, A. Analia. Published in *Jurnal Majority*, 2016. [PDF] unila.ac.id
- Efektifitas Hipnoterapi dan Terapi Musik Klasik Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Resiko Tinggi di Puskesmas Magelang Selatan Tahun 2017** by MS Asmara, HSE Rahayu, K Wijayanti. Published in *URECOL*, 2017. [PDF] ummgl.ac.id

The page also includes a sidebar with filters for "Since 2019", "Since 2016", and options to "Sort by relevance", "Sort by date", "include patents", "include citations", and "Create alert".

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI MUSIK INSTRUMENTAL TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III**

[PDF] jurnal-kesehatan.id

T. Meihartati - Jurnal Kesehatan STIKES Darul Azhar Batulicin, 2018 - jurnal-kesehatan.id  
... penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai manfaat musik instrumental terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III sehingga mengurangi terapi farmakologi yang ... Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik dalam Menurunkan ...

☆ 99 Cited by 2 Related articles All 2 versions »

**EFEKTIFITAS TERAPI MUSIK KLASIK LULLABY TERHADAP KECEMASAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI RS. MARDI WALUYO KOTA METRO**

L. Suciati, D. Maternity... - Jurnal Kebidanan ..., 2020 - ejournalmalahayati.ac.id  
... 2011. Efektifitas Terapi Musik Klasik Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Ibu Bersalin Seksio Sesarea Di RSUD ... Rodiani, R., & Analisa, A. (2016). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan ...

☆ 99 Cited by 1 Related articles All 2 versions »

Any time  
Since 2020  
Since 2019  
Since 2016  
Custom range...

2016 — 2020

Search

Sort by relevance

**Pengaruh Terapi Musik Klasik Beethoven untuk Mengurangi Kecemasan pada Ibu Bersalin Pre Operasi Sectio Caesar**

[PDF] poltekkesjakarta3.ac.id

K. Keumalahayati, S. Supriyanti... - JKEP, 2018 - ejournal.poltekkesjakarta3.ac.id  
Kecemasan pasien pre operasi Sectio Caesarea umumnya spesifik seperti kekhawatiran terhadap prosedur operasi, prosedur anastesi, defisit informasi, dan kekhawatiran tentang masalah finansial keluarga, kekhawatiran terhadap diri dan bayi yang akan dilahirkannya. Musik diterapkan menjadi terapi, karena dapat memulihkan, dan memelihara kesehatan fisik, mental, emosional, sosial dan spiritual. Pemberian intervensi terapi musik dapat mengurangi nyen dan menurunkan tingkat stress, sehingga

☆ 99 Related articles All 9 versions »

Showing the best result for this search. See all results

Any time  
Since 2020  
Since 2019  
Since 2016  
Custom range...

2016 — 2020

Search

Sort by relevance

Sort by date

**PDF THE EFFECTIVENESS OF MUSIC THERAPY IN REDUCING ANXIETY IN THIRD TRIMESTER OF PREGNANCY**

[PDF] unw.ac.id

E. Salafas, P. Lestari, MD Listyaningsih - Anxiety, 2020 - d3-kebidanan.unw.ac.id  
The average anxiety experienced by third-trimester pregnant women is higher than the first and second trimester. Anxiety increases as the gestational age get older. If this condition had not to handle, it could impact on pregnancy and during labour. Efforts to overcome anxiety can be made with music therapy. This therapy is therapy without drugs by playing music to pregnant women. Song rhythm, harmony, and beat 60 beats per minute can make the mother calm. The purpose of this study was to determine the level of anxiety of pregnant ...

☆ 99 Related articles All 2 versions »

Showing the best result for this search. See all results

[Register](#) [Login](#)



**Jurnal Darul Azhar**  
Open Journal System (OJS)

P-ISSN: 2502-0536  
E-ISSN: 2581-0596

[Search](#)

[Current](#) [Archives](#) [Publication Ethics](#) [About](#)[Make a Submission](#)

[Home](#) / [Archives](#) / Vol 6 No 1 (2018): Jurnal Darul Azhar / [Articles](#)

## PENGARUH TEKNIK RELAKSASI MUSIK INSTRUMENTAL TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III

**Tuti Meihartati**  
STIKES Darul Azhar Batulicin

**Abstract**

*The anxiety in pregnant women is a psychological condition experienced by the mother during pregnancy which may affect physiological activity. Based on the data obtained at Puskesmas Perawatan Simpang Empat, there are 27*




sinta2.ristekdikti.go.id/journals/detail?id=3792\_rimester\_III\_who\_have\_experienced\_anxiety\_Factors\_that

**PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PASIEN PRA PEMBEDAHAN SECTIO CAESAR DI RUMAH SAKIT IBU DAN ANAK PUSURATEGALSARI, SURABAYA**

Bethari Pradnya Paramita, Fattah Hourawan, Ike Dwi Astuti

**ABSTRACT**

Penelitian ini dilakukan untuk melihat efek terapi musik terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pra pembedahan sectio caesar di RSIA Pusura Tegalsari Surabaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis rancangan penelitian eksperimen Randomized Controlled Trial. Populasi penelitian ini adalah seluruh wanita dewasa yang akan menjalani pembedahan sectio caesar di RSIA Pusura Tegalsari Surabaya. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 40 subjek yang terbagi dalam 2 kelompok melalui teknik Simple Random Sampling. Instrumen untuk mengukur kecemasan 1 & 2 dalam penelitian ini menggunakan State Trait Anxiety Inventory form Y (STAI) berbahasa Indonesia sebanyak 20 item state anxiety dan 20 item trait anxiety dengan tingkat reliabilitas 0,895 untuk state anxiety dan 0,901 untuk trait anxiety. Hasil analisis data dengan anakova menunjukkan bahwa terapi musik berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien. Dinamika pengaruhnya dibahas dalam bagian diskusi.

**Kata Kunci:** terapi musik, kecemasan pasien, pra pembedahan, sectio caesar

Tomb, David A. 2003. Buku Saku Psikiatri. Edisi 6, Jakarta: EGC.

Wetsch W. A., et al., 2009. Preoperative stress and anxiety in day-care patients and inpatients undergoing fast-track surgery. British Journal of Anaesthesia: 1-7.

Widhiarso, Wahyu. 2011. Aplikasi Analisis Kovarian dalam Penelitian Eksperimen. Jurnal. Yogyakarta : Universitas Gadjah Mada.

**REFBACKS**

- There are currently no refbacks.

Copyright (c) 2018 Jurnal Sains Psikologi

**ABOUT THE AUTHORS**

Bethari Pradnya Paramita  
Universitas Negeri Malang

Fattah Hourawan  
Universitas Negeri Malang

Ike Dwi Astuti  
Universitas Negeri Malang

**ABOUT THE JOURNAL**

**FOCUS AND SCOPE**

**EDITORIAL BOARD**

**REVIEWER**

**PUBLICATION ETHICS**

**AUTHOR GUIDELINES**

**ONLINE SUBMISSIONS**

**VISITOR STATISTICS**

**CONTACT**

**Indexing**



[Register](#) [Login](#)

**STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan**

[Search](#)

**Effect of Combination of Aroma Therapy Lavender and Classical Music Towards a Decrease in Anxiety Levels Moderate and Severe on Third Trimester Pregnant Women**

Risqi Dewi Alsyah  
STIKES Muhammadiyah Pekajangan, Pekalongan

S. Suparni

F. Fitriyani

DOI: <https://doi.org/10.30998/lik.v8i2.218>

**Keywords:** Aromatherapy, anxiety, lavender, music



**Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga**  
 E-ISSN 2598-3857 | P-ISSN 2528-3685

**Pengaruh Terapi Musik terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesaria di RSUD Curup**

Ruri Maisetyasari

**Abstract**

Terapi musik adalah usaha meningkatkan kualitas fisik dan mental dengan rangsangan suara yang terdiri dari melodi, ritme, harmoni, timbre, bentuk dan gaya yang diorganisir sedemikian rupa hingga tercipta musik yang bermanfaat untuk kesehatan fisik dan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari pengaruh terapi musik terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi sectio caesaria di RSUD Curup Tahun 2018. Penelitian ini menggunakan desain penelitian The Static Group Comparison. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien pre operasi sectio caesaria di ruang RR "Recovery Room" kamar operasi. sampel sebanyak 30 orang pasien pre operasi sc yang akan dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 15 orang untuk kelompok kontrol dan 15 orang untuk kelompok perlakuan. Pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan data primer yaitu data yang diperoleh secara langsung oleh peneliti terhadap sasarannya menggunakan lembar checklist yang dilakukan melalui wawancara. Analisis data dilakukan dengan uji t, hasil penelitian didapatkan: (1) dari 15 sampel kelompok kontrol terdapat 13,3% kecemasan ringan, 26,7% kecemasan sedang, 26,7% kecemasan berat, 33,3% kecemasan berat sekali; (2) dari 15 sampel kelompok perlakuan terdapat 80% tidak cemas sama sekali, 20% kecemasan ringan; (3) terdapat pengaruh pemberian terapi musik terhadap tingkat kecemasan

- Focus and Scope
- Publication Ethics
- Peer Review Process
- Open Access Policy
- Author Guidelines
- Online Submissions
- Copyright Notice
- Author Fees
- Editorial Team
- Peer-Reviewers
- Abstracting & Indexing
- Contact
- Visitors**

Customize and control Google Chrome



# BELITUNG NURSING JOURNAL

Published by Department of Publication, Belitung Raya Foundation, Indonesia

---

HOME ABOUT LOGIN REGISTER SEARCH CURRENT ARCHIVES ANNOUNCEMENTS STATISTICS

Home > Vol 3, No 6 (2017) > Dayyana

## EFFECTIVENESS OF MUSIC THERAPY ON ANXIETY AND B-ENDORPHIN LEVELS IN PRIMIGRAVIDA DURING THE THIRD STAGE OF PREGNANCY

Surya Dayyana, Suryono Suryono, Melyana Nurul Widyawati, Syarif Thaoufik Hidayat

DOI: <https://doi.org/10.33546/bnj.298>

**ABSTRACT**

**Objective:** To examine the effectiveness of music therapy on anxiety and  $\beta$ -endorphin levels in primigravida during the third stage of pregnancy.

**Methods:** This was a quasi-experimental study with pretest-posttest control group design. The research was conducted in December 2016 - January 2017. There were 39 respondents selected using purposive sampling technique, which 19 assigned in the experiment group 1 (music therapy with a sound pressure of 40 dB), experiment group 2 (music therapy with a sound pressure of 60 dB) and control group (health counseling). Anxiety levels were measured using the HAM-A (Hamilton Anxiety Rating Scale), and  $\beta$ -endorphin hormone levels were measured using ELISA (Enzyme-Linked Immunosorbent Assay) method. Data were analyzed using paired t-test, One-Way ANOVA test with post-hoc Bonferroni, and Kruskal Wallis test with post-hoc Mann Whitney.

**ABOUT THE AUTHORS**

**Surya Dayyana**  
Postgraduate Midwifery Program, Semarang Health Polytechnic, Semarang, Indonesia

**Suryono Suryono**  
Instrumentation and Electronic Laboratory, Physics Department, Faculty of Science and Mathematics, Diponegoro University of Semarang, Indonesia

**Melyana Nurul**  
Postgraduate Midwifery Program, Semarang Health Polytechnic, Semarang, Indonesia

**Syarif Thaoufik Hidayat**  
Medical Staff Group of Obstetric Gynecology Department, Dr. Karstedt Hospital, Semarang



Published by **Humanistic Network for Science and Technology**

---

**FONT SIZE**

**USER**

Username:

Password:

Remember me

[Login](#)

**ABOUT THE AUTHORS**

**Rahayu Sunaningsih**  
Health Polytechnic of Surabaya, Indonesia

**Nurfitri Saedah**  
Budi Joto Sanosa, Indonesia

Username:

Password:

Remember me

[Login](#)

HOME ABOUT LOGIN REGISTER SEARCH CURRENT ARCHIVES ANNOUNCEMENTS

ARTICLE TEMPLATE INDEXING

Home > Vol 3, No 2 (2018) > Sunaningsih

## THE EFFECTS OF MUROTTAL AND CLASSICAL MUSIC COMBINATION TOWARD PREGNANT WOMEN'S ANXIETY IN THE 3RD TRIMESTER

Rahayu Sunaningsih, Nurfitri Saedah, Budi Joto Sanosa

**ABSTRACT**

**Background:** Pregnancy, give birth and breastfeeding process is a source of anxiety for pregnant women. Music therapy is considered as complementary therapy. The type of music that has medical purpose is Mozart's classical music because it has a soft tone and stimulates alpha waves, calmness, and relaxation and nowadays Kitaro music to create relaxation. **Methods:** Research to distinguish anxiety response and which type of music is more effective in reducing anxiety between murottal, Kitaro and combination music toward pregnant women's 3rd trimester anxiety. This study quasi-experimental using pre-test post-test design. The sample size was 40 people divided into 4 groups. The independent variables include murottal, classical, combination and without music. The dependent variable is anxiety. It is carried out by looking for the mean before and after the intervention then analyzing by t-test and continued with the MANOVA. Results: Analysis of the combination music group p value 0.01 (p<0.05) and the difference between before and after intervention, smaller data is 10.9.

**Conclusion:** Kitaro and murottal music influences to reduce anxiety of third trimester pregnant women. Music combination between murottal

**INDEX**

 **DIRECTORY OF OPEN ACCESS JOURNALS** 

**OPEN JOURNAL SYSTEMS**

[Journal Map](#)

**NOTIFICATIONS**

[View](#)

[Subscribe](#)

**JOURNAL CONTENT**

Search:

Search Scope:

[Search](#)

Browse

By Issue

By Author

By Title

Other Journals

**INFORMATION:**

For Readers

For Authors

For Librarians

[View](#)

[Subscribe](#)

**JOURNAL CONTENT**

Search:

Search Scope:

[Search](#)

Browse

Any time

Since 2020

Since 2019

Since 2016

Custom range...

**Sort by relevance**

Sort by date

include patents

include citations

[HTML] Prenatal listening to songs composed for pregnancy and symptoms of anxiety and depression: a pilot study

C Nwebube, V Glover, L Stewart - BMC complementary and alternative ... 2017 - Springer

Background Prenatal anxiety and depression are distressing for the expectant mother and can have adverse effects on her fetus and subsequently, her child. This study aimed to determine whether listening to specially composed songs would be an effective intervention for reducing symptoms of prenatal anxiety and depression. Methods Pregnant women were recruited online and randomly assigned to one of two groups: the music group (daily listening to specially composed songs) or control group (daily relaxation) for 12 weeks each ...

☆ 99 Cited by 35 Related articles All 19 versions

Showing the best result for this search. See all results

[HTML] springer.com

**BMC** Part of Springer Nature Search  Explore journals Get published About BMC Login

**BMC Pregnancy and Childbirth**

Home About Articles Submission Guidelines

Research article | [Open Access](#) | Published: 03 November 2018

## Effects of music intervention during caesarean delivery on anxiety and stress of the mother a controlled, randomised study

Philip Hepp , Carsten Hagenbeck, Julius Gilles, Oliver T. Wolf, Wolfram Goertz, Wolfgang Janni, Percy Balan, Markus Fleisch, Tanja Fehm & Nora K. Schaal

*BMC Pregnancy and Childbirth* **18**, Article number: 435 (2018) | [Cite this article](#)

4367 Accesses | 9 Citations | 27 Altmetric | [Metrics](#)

**Abstract**

**Background**

Stress and anxiety during pregnancy and childbirth have negative consequences for both

Download PDF

**Sections**

Figures

References

Abstract

Background

Methods

Results

Discussion

Conclusions

Abbreviations

References

Advertisement

Research article | Open Access | Published: 27 July 2017

# Music interventions to reduce stress and anxiety in pregnancy: a systematic review and meta-analysis

Kyrtsten Corbijn van Willenswaard, Fiona Lynn, Jenny McNeill, Karen McQueen, Cindy-Lee Dennis, Marci Lobel & Fiona Alderdice

*BMC Psychiatry* 17, Article number: 271 (2017) | [Cite this article](#)

9748 Accesses | 22 Citations | 11 Altmetric | [Metrics](#)

## Abstract

## Background

Stress and anxiety are common in pregnancy and shown to have adverse effects on maternal and infant health outcomes. The aim of this review and meta-analysis was to assess the effectiveness of music-based interventions in reducing levels of stress or anxiety among pregnant women.

Download PDF

Sections Figures References

- Abstract
- Background
- Methods
- Results
- Discussion

Advertisement

Journal of Quantitative Criminology  
Springer Criminology  
Explore & Submit now

MDPI  Information Author Services Initiatives About

Search for Articles:

Journals / JCM / Volume 8 / Issue 11 / 10.3390/jcm81111884

**Journal of Clinical Medicine**

**Article Menu**

Article Overview

- Abstract
- Supplementary Material
- Open Access and Permissions
- Share and Cite

Open Access Article

## Music Interventions for Anxiety in Pregnant Women: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials

by Chien-Ju Lin <sup>1</sup>, Yu-Chen Chang <sup>2</sup>, Yu-Han Chang <sup>2</sup>, Yu-Hsuan Hsiao <sup>2</sup>, Hsin-Hui Lin <sup>2</sup>, Shu-Jung Liu <sup>3</sup>, Chi-An Chao <sup>4</sup>, Hsuan Wang <sup>5</sup> and Tzu-Lin Yeh <sup>1,5,\*</sup>

<sup>1</sup> Department of Family Medicine, Hsinchu MacKay Memorial Hospital, No. 690, Section 2, Guangfu Road, East District, Hsinchu City 30071, Taiwan

<sup>2</sup> Department of Family Medicine, MacKay Memorial Hospital, No. 92, Section 2, Zhongshan North Road, Taipei City 10449, Taiwan

<sup>3</sup> Department of Medical Library, MacKay Memorial Hospital, Tamsui Branch, No. 45, Minsheng Road, Tamsui District, New Taipei City 25160, Taiwan

<sup>4</sup> Department of Family Medicine, Taitung MacKay Memorial Hospital, No. 1, Lane 303, Changsha Street, Taitung city, Taitung



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU  
JURUSAN KEBIDANAN

Jalan Indra Giri No.03 Padang Harapan Kota Bengkulu  
Telp. (0736) 341212 Fax. (0736) 21514



**LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI *LITERATUR REVIEW***

Nama Pembimbing I : Lusi Andriani, SST, M.Kes  
NIP : 198008192002122002  
Nama Mahasiswa : Nurul Aini Putri Samban  
NIM : P05140419036  
Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik untuk  
Mengurangi Kecemasan pada Ibu Hamil Saat  
Menjelang Persalinan Tahun 2020

NO	Hari/Tanggal	Topik	Saran	Paraf Pembimbing
1	Rabu, 26 Agustus 2020	Konsul judul skripsi	Mencari sumber literatur nasional dan internasional min 5 tahun terakhir	
2	Rabu, 09 September 2020	Penyerahan hasil pencarian jurnal terkait judul	Buat bab I-III	
3	Selasa, 29 September 2020	Konsul bab I- III	Perbaiki Bab I-III, sesuaikan dengan panduan <i>literatur review</i>	
4	Kamis, 08 Oktober 2020	Konsul bab I- III	Mencari sumber literatur nasional dan internasional min 5 tahun terakhir	
5	Jumat, 09 Oktober 2020	Konsul bab I- III	Perbaiki latar belakang dan daftar pustaka, sesuaikan dengan jurnal pencarian	
6	Senin 12 Oktober 2020	Konsul bab I- III	Acc Proposal untuk diseminarkan dengan dewan penguji	

7	Kamis 03 Desember 2020	Konsul revisi proposal	Lanjutkan untuk menyusun hasil skripsi	
8	Jumat 08 Januari 2021	Konsul bab IV- V	Perbaiki dan sesuaikan dengan panduan penulisan <i>literatur review</i>	
9	Senin 11 Januari 2021	Konsul bab IV- V	Acc hasil skripsi untuk diseminarkan bersama dewan penguji	



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU  
JURUSAN KEBIDANAN  
Jalan Indra Giri No.03 Padang Harapan Kota Bengkulu  
Telp. (0736) 341212 Fax. (0736) 21514



**LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI *LITERATUR REVIEW***

Nama Pembimbing II : Dwie Yunita Baska, SST, M.Keb  
NIP : 198806232009032001  
Nama Mahasiswa : Nurul Aini Putri Samban  
NIM : P05140419036  
Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik untuk  
Mengurangi Kecemasan pada Ibu Hamil Saat  
Menjelang Persalinan Tahun 2020

NO	Hari/Tanggal	Topik	Saran	Paraf pembimbing
1	Jumat, 28 Agustus 2020	Konsul judul skripsi	Mencari sumber literatur nasional dan internasional min 5 tahun terakhir	
2	Senin, 31 Agustus 2020	Konsul judul skripsi dan penyerahan jurnal literatur	Acc judul skripsi	
3	Senin, 14 September 2020	Konsul Bab I-III	Perbaiki Bab I-III sesuai dengan panduan literatur	
4	Senin, 12 Oktober 2020	Konsul Bab I-III	Tajamkan lagi latar belakang masalah, hapus kerangka konsep dan hipotesa, sesuaikan dengan buku panduan	
5	Senin, 26 Oktober 2020	Konsul Bab I-III	Revisi bab I, bab 2 masukkan hasil penelitian dari jurnal yang diperoleh, perbaiki PICOS	

6	Selasa, 03 November 2020	Konsul Bab I-III	Revisi Bab I, latar belakang dan rumusan masalah, tambahkan jurnal internasional dengan <i>original research</i>	
7	Kamis, 19 November 2020	Konsul Bab I-III	Perbaiki latar belakang dan daftar pustaka, sesuaikan dengan jurnal pencarian	
8	Jumat, 20 November 2020	Konsul Bab I-III	Acc Proposal Skripsi untuk diseminarkan	
9	Senin 07 Desember 2020	Konsul revisi proposal	Perbaiki diagram Flow sesuaikan dengan proses pencarian literatur, dan lanjutkan menyusun hasil skripsi	
10	Jumat 08 Januari 2021	Konsul bab IV-V	Tambahkan paragraf tentang asumsi peneliti terkait hasil analisis yang telah peneliti lakukan secara <i>literatur review</i> dan sesuaikan dengan buku panduan	
11	Senin 11 Januari 2021	Konsul bab IV-V	Acc hasil skripsi untuk diseminarkan dengan dewan penguji	