



Efektifitas Terapi Musik Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif

Ika Wijayanti^{1*}, Yeni wardhani¹

¹Jurusan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Jayapura, Jayapura, Papua, Indonesia

ARTICLE INFO

Article Type:
Research

Article History:
Received: 12/14/2022
Accepted: 1/13/2023

Corresponding author
Email: ika.midwifery@gmail.com

ORIGINAL ARTICLE

ABSTRACT

Introduction: Childbirth is something experienced by every woman who is about to give birth to a fetus from within her womb. One of the things that often accompanies this is pain. Pain in childbirth can be distinguished by type, duration, and intensity. Pain in childbirth can cause fatigue or weakness which can eventually result in fetal distress, even death in the mother. In general, there are two ways to overcome pain in childbirth, namely by using pharmacological and non-pharmacological methods. The use of pharmacological methods makes labor pain will be reduced physiologically, but the psychological and emotional condition of the mother will be neglected, while for non-pharmacological methods it is effective without adverse side effects and can increase satisfaction during childbirth because the mother can control her feelings and strength. One of the non-pharmacological methods that can be used to reduce pain during childbirth is music therapy. This study aims to determine the effect of the use of music therapy on reducing labor pain during the 1st active phase at the Sentani Health Center, Jayapura Regency. This research is quasi-experimental research (Quasy Experiment) with a design of two groups of pretest-posttest design. The population in the study was all active phase maternity mothers in Sentani, Jayapura Regency and the samples used were 15 maternity mothers using the Non-Probability Sampling technique with an Accidental Sampling approach. There was a significant influence between the intensity of pain before and after music therapy was given to maternity mothers during the active phase I with p value = 0.000 (< 0.05).

Keywords: Music Therapy, Labor Pain, Active Phase I.

ABSTRAK

Pendahuluan: Persalinan merupakan hal yang dialami oleh setiap perempuan yang akan melahirkan janin dari dalam kandungannya. Salah satu hal yang sering menyertai hal tersebut adalah rasa nyeri. Rasa nyeri pada persalinan bisa dibedakan berdasarkan jenis, lama dan intensitasnya. Rasa nyeri pada persalinan bisa menyebabkan kelelahan atau lemas yang pada akhirnya bisa mengakibatkan gawat janin, bahkan kematian pada ibu. Secara umum, ada dua cara untuk mengatasi rasa nyeri pada persalinan, yaitu dengan menggunakan metode farmakologi dan non farmakologi. Penggunaan metode farmakologis membuat nyeri persalinan akan berkurang secara fisiologis, namun kondisi psikologis dan emosional ibu akan terabaikan, sedangkan untuk metode non-farmakologis bersifat efektif tanpa efek samping yang merugikan dan dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan karena ibu dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya. Salah satu metode non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri saat persalinan adalah dengan terapi musik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan terapi musik terhadap pengurangan rasa nyeri persalinan kala 1 fase aktif di Puskesmas Sentani Kabupaten Jayapura. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu (Quasy Experiment) dengan desain two group pretest-posttest design. Populasi dalam penelitian adalah semua ibu bersalin fase Aktif di Sentani Kabupaten Jayapura dan sampel yang digunakan sebanyak 30 ibu bersalin dengan menggunakan teknik Non-Probability Sampling dengan pendekatan Accidental Sampling. Ada pengaruh yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan setelah diberikan terapi musik pada ibu bersalin kala I fase aktif dengan p value = 0,000 (< 0,05). Saran bagi peneliti selanjutnya dapat ditambahkan variabel lain seperti aroma terapi yang lain, juga mengklasifikasikan paritas ibu bersalin.

Kata Kunci: Terapi Musik, Nyeri Persalinan, Kala I Fase Aktif.

PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses pengeluaran janin dari dalam rahim melalui jalan lahir. Saat proses persalinan, diawali dengan adanya kontraksi rahim yang menyebabkan terbukanya dan penipisan serviks serta iskemia rahim, sehingga menimbulkan rasa nyeri (Solehati, 2018). Nyeri persalinan merupakan kombinasi nyeri fisik akibat kontraksi miometrium disertai regangan segmen bawah rahim menyatu dengan kondisi psikologis ibu selama persalinan. Kecemasan, kelelahan dan kekhawatiran ibu seluruhnya menyatu sehingga dapat memperberah nyeri fisik yang sudah ada. Nyeri persalinan dialami terutama selama kontraksi (Mawaddah, 2020). Nyeri persalinan merupakan pengalaman subjektif tentang sensasi fisik yang terkait dengan kontraksi uterus, dilatasi dan serviks, serta penurunan janin selama persalinan (Fitriyanti, 2017). Nyeri saat persalinan bisa menyebabkan tekanan darah naik dan konsentrasi ibu selama persalinan menjadi terganggu, sehingga biasanya ibu akan merasa stress atau mempunyai rasa khawatir dan cemas. Cemas yang dirasakan ibu saat persalinan dapat menimbulkan dampak dan mempengaruhi keadaan fisik dan psikologis, baik pada ibu maupun pada bayi. Nyeri persalinan dan rasa sakit yang berlebihan akan menimbulkan rasa cemas serta rasa cemas yang berlebihan juga akan menambah nyeri yang dirasakan oleh ibu selama persalinan (Herinawati, Hindriati and Novilda, 2019). Penanganan nyeri persalinan bisa dilakukan dengan dua cara yaitu penanganan farmakologis dan non farmakologis. Untuk penanganan farmakologis dilakukan dengan pemberian obat-obatan anti nyeri. Pemberian obat-obatan ini dilakukan dengan pengawasan dokter agar tetap dapat terpantau untuk keadaan ibu dan bayi. Penanganan nyeri persalinan non farmakologis bisa dilakukan dengan pemberian relaksasi, imajeri dan visualisasi, massage, teknik pernafasan, sentuhan dan pijat, aplikasi panas dan dingin, akupresur dan akupuntur, bathing atau hidroterapi, hipnobirthing (Herinawati, Hindriati and Novilda, 2019).

Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid. Hormon ini dapat menyebabkan terjadinya ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah (Handayani et al., 2014). Hal ini dapat mengakibatkan penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus, serta timbulnya iskemia uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak. Nyeri persalinan juga dapat menyebabkan timbulnya hiperventilasi sehingga kebutuhan oksigen meningkat, kenaikan tekanan darah, dan berkurangnya motilitas usus serta vesika urinaria. Keadaan ini akan merangsang peningkatan katekolamin yang dapat menyebabkan gangguan pada kekuatan kontraksi uterus sehingga terjadi inersia uteri. Metode non-farmakologis bersifat efektif tanpa efek samping yang merugikan dan dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan karena ibu dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya (Darma et al., 2020). Salah satu metode non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri saat persalinan yaitu terapi musik. Terapi musik adalah suatu proses yang menggabungkan antara aspek penyembuhan musik itu sendiri dengan kondisi dan situasi baik fisik, emosi, mental, kognitif, spiritual, dan kebutuhan sosial. Terapi musik efektif digunakan untuk menurunkan nyeri pada saat proses persalinan karena dapat menutupi perasaan yang tidak menyenangkan, mempengaruhi pernafasan, mempengaruhi denyut jantung, nadi dan tekanan darah manusia, mempengaruhi suhu tubuh manusia, serta dapat menimbulkan rasa aman, sejahtera dan bisa mempengaruhi rasa sakit seseorang (Mauluddina and Epriyanti, 2018). Pengaruh terapi musik klasik terhadap kecemasan ibu bersalin kala I fase laten di Puskesmas Ronggakoe Manggarai Timur Nusa Tenggara Timur, menunjukkan terdapat pengaruh music klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu bersalin kala I fase laten. Musik klasik merupakan salah satu metode distraksi yang mampu mengurangi tingkat kecemasan ibu bersalin pada kala I fase laten terutama pada ibu primipara karena terbukti mampu mengurangi tingkat kecemasan ibu dengan cepat (Parung, Novelia and Suciawati, 2022).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan efektifitas aroma therapy lavender dan terapi musik terhadap pengurangan nyeri persalinan kala 1 fase aktif di Puskesmas Sentani Kabupaten Jayapura.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan April - Oktober 2022 yang bertempat di Sentani Kabupaten Jayapura. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu (Quasy Experiment) dengan desain one group pretest-posttest design. Populasi dalam penelitian adalah semua ibu bersalin kala I fase aktif di Puskesmas Sentani Kabupaten Jayapura dan sampel yang digunakan sebanyak 30 ibu bersalin, dengan 15 orang kelompok intervensi dan 15 orang kelompok kontrol. Data yang digunakan merupakan data primer dengan teknik pengumpulan data menggunakan teknik Non-Probability Sampling dan menggunakan pendekatan accidental sampling. Uji statistik dengan menggunakan Uji T dependen (berpasangan) untuk mengetahui perbedaan pre dan post pemberian intervensi, yaitu jenis uji statistika yang bertujuan untuk membandingkan nilai mean antara satu anggota grup yang saling berpasangan apakah berbeda secara signifikan atau tidak. Dikatakan terdapat perbedaan signifikan jika nilai p -value $< 0,05$, sebaliknya jika nilai p -value $> 0,05$ maka dianggap tidak terdapat perbedaan yang signifikan.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.

Karakteristik	N	%
Umur		
20-25	12	40
26-30	8	27
31-35	7	23
36-40	3	10
Total	30	100
Pendidikan		
SMP	9	30
SMU	13	43
PT	8	27
Total	30	100
Pekerjaan		
Bekerja	19	63
Tidak Bekerja	11	37
Total	30	100

Sumber : Data Primer Tahun 2022

Tabel 1 menunjukkan distribusi frekuensi karakteristik responden. Distribusi umur berdasarkan tabel 1 diketahui mayoritas umur responden antara 20-25 tahun sebanyak 12 orang atau 40%, pendidikan responden mayoritas SMU sebanyak 13 orang atau 43%, dan 19 responden merupakan ibu bekerja atau sebanyak 63%.

Tabel 2. Perbedaan Nyeri Persalinan Sebelum Dan Sesudah Pemberian Terapi Musik Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif.

Nyeri Persalinan	N	Mean	SD	SE	p -value
Pre Intervensi Terapi Musik	15	5.733	1.0998	0,2840	0,000
Post Intervensi Terapi Musik	15	5.133	1.2169	0,3142	

Sumber: Data Primer Tahun 2022

Tabel 2 diperoleh nilai p -value sebesar $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan ada perbedaan nyeri persalinan sebelum dan sesudah pemberian terapi musik pada ibu bersalin kala I fase aktif. Rata-rata nyeri persalinan pretest adalah 5,733 dan rata-rata nyeri persalinan posttest adalah 5,133. Rata-rata penurunan nyeri persalinan adalah 0,6 yaitu bernilai positif sehingga terjadi kecenderungan penurunan nyeri sesudah perlakuan dengan rata-rata

penurunan sebesar 0,6.

PEMBAHASAN

1. Rata-rata Score Frekuensi Skala Nyeri Persalinan Kala 1 Sebelum Pemberian Terapi Musik.

Pada penelitian ini didapatkan hasil dari 15 responden ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan kala I fase aktif di Puskesmas Sentani, diperoleh distribusi frekuensi skala nyeri sebelum pemberian terapi musik adalah rata-rata 5,733.

Rasa nyeri pada persalinan merupakan suatu hal yang fisiologis yang menandakan dari adanya kontraksi otot rahim. Kontraksi inilah yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar kearah paha. Kontraksi ini menyebabkan adanya pembukaan mulut rahim (serviks). Dengan adanya pembukaan servik inilah akan menjadi persalinan. Rasa nyeri yang dialami selama persalinan bersifat unik pada setiap ibu.

Penelitian yang dilakukan oleh Sunarsih, et al., (2017), tentang pemberian terapi musik klasik pada ibu bersalin kala I fase aktif menunjukkan hasil P-value <0,001. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian terapi musik klasik dapat mengurangi tingkat ketegangan emosi dan juga nyeri. Musik dapat memberikan rangsangan sensori yang menenangkan sehingga membantu pelepasan hormon endorfin dimana hormon endorfin dapat mengontrol atau mengurangi rasa nyeri (Sunarsih, Maternity & Astuti, 2017).

2. Rata-rata Score Frekuensi Skala Nyeri Persalinan Kala 1 Sebelum Pemberian Terapi Musik.

Pada penelitian ini didapatkan hasil dari 15 responden ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan kala I fase aktif di Puskesmas Sentani, diperoleh distribusi frekuensi skala nyeri setelah pemberian terapi musik adalah rata-rata 5,133. Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa terjadi penurunan intensitas nyeri persalinan setelah diberikan terapi musik.

Nyeri persalinan perlu mendapatkan penanganan yang baik dan tidak menimbulkan komplikasi yang dapat mengganggu persalinan. Terdapat beberapa teknik untuk mengurangi nyeri persalinan yaitu farmakologis dan nonfarmakologis. Berbagai jenis manajemen nyeri nonfarmakologis seperti seperti akupunktur, teknik pernapasan dan akupresur, *music therapy*, terapi pijat dan *hydrotherapy*. *Music therapy*, melalui gangguan indera dapat mengurangi konsentrasi ibu terhadap rasa nyeri persalinan sehingga dapat mengurangi kecemasan dan sensasi nyeri. Terapi musik dapat memberikan efek relaksasi pada tubuh, sehingga berpengaruh pada aliran darah, denyut jantung lebih stabil, dan timbul rasa tenang. Terapi musik tidak dapat menghilangkan nyeri seutuhnya namun terapi musik dapat menurunkan intensitas nyeri dan mengatasi ketidaknyamanan pada ibu selama proses persalinan (Solehati, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Liviana, et al., (2020) tentang pemberian terapi musik pada 30 ibu bersalin di RS Islam Kendal menunjukkan adanya Ada pengaruh yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan setelah dilakukan terapi musik ($p\ value = 0,000 < 0,05$) yang berarti ada pengaruh intensitas nyeri persalinan kala I fase laten sebelum dan setelah diberikan terapi musik. Hal ini menunjukkan bahwa terapi musik efektif dalam mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif (Liviana et al., 2017).

3. Perbedaan Nyeri Persalinan Sebelum Dan Sesudah Pemberian Terapi Musik Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif.

Pada penelitian ini didapatkan hasil dari 15 responden ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan kala I fase aktif di Puskesmas Sentani Kabupaten Jayapura setelah dilakukan pemberian terapi musik terdapat penurunan skala nyeri yang signifikan. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata sebelum pemberian terapi musik pada ibu bersalin adalah 5,733 dan nilai rata-rata setelah diberikan terapi musik pada ibu bersalin adalah 5,133 dengan nilai $p\text{-value}$ 0,000 (<0,005). Rata-rata penurunan nyeri persalinan adalah 0,6 yaitu bernilai positif sehingga terjadi kecenderungan penurunan nyeri sesudah perlakuan dengan rata-rata penurunan sebesar 0,6.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mawaddah (2020), tentang perbandingan pemberian terapi musik dan essential oil mawae terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu inpartu kala I fase aktif yang menunjukkan bahwa pemberian terapi

musik lebih efektif menurunkan intensitas nyeri pada ibu Inpartu Kala I Fase aktif dibandingkan pemberian terapi essential oil mawar (Mawaddah, 2020).

Penelitian Indrayani dan Arselina, (2016), menunjukkan hasil uji statistik *Wilcoxon Sign Rank Test* tentang pengaruh terapi musik terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif yaitu ada pengaruh terapi musik terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif di Klinik Keluarga Pisangan Baru ($p\text{-value} 0,019 < 0,05$). Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa musik dapat menjadi intervensi terhadap pengurangan nyeri persalinan (Indrayani & Arselina, 2016).

Menurut Sunarsih, et al., (2017), dengan pemberian musik dapat meningkatkan dan menstimulasi endorfin (hormon yang berguna untuk menurunkan nyeri) serta mengatur hormon yang berkaitan dengan stress yaitu adrenalin dan kortisol. Musik memberikan stimulus sensori yang menyenangkan, sehingga menyebabkan pelepasan endorfin sehingga impuls nyeri tidak sampai pada korteks cerebri dan nyeri dapat teralihkan sehingga ibu akan merasa lebih nyaman dan rileks (Sunarsih, Maternity & Astuti, 2017).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan setelah diberikan terapi musik pada ibu bersalin kala I fase aktif dengan $p\text{-value} = 0,000 (< 0,05)$. Hal ini menunjukkan bahwa terapi musik efektif dalam mengurangi nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi musik dapat digunakan sebagai salah satu metode yang dapat mengurangi rasa nyeri saat persalinan khususnya pada kala I fase aktif. Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu tidak dapat menentukan ibu bersalin, sehingga kami harus menunggu terdapat ibu hamil yang HPL nya pada bulan penelitian untuk datang. Bagi peneliti selanjutnya dapat ditambahkan variabel lain seperti aroma terapi yang lain, juga mengklasifikasikan paritas ibu bersalin.

REFERENSI

- Darma, I. Y., & Abdillah, N. (2020). The effect of the implementation active birth technique using hypnobirthing accelerated the progress of the first stage of labor among intrapartum mother. *International Journal Of Community Medicine And Public Health*, 7(12), 4745-4748.
- Fitriyanti, Q. F. Z. (2017). *Efektivitas massage effleurage yang dilakukan suami terhadap nyeri persalinan kala i fase laten di kecamatan setu*. Skripsi. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, UIN Syarif Hidayatullah.
- Handayani, R., Fajarsari, D., Asih, D. R. T., & Rohmah, D. N. (2014). Pengaruh terapi murottal Al-Qur'an untuk penurunan nyeri persalinan dan kecemasan pada ibu bersalin kala I Fase Aktif. *Jurnal ilmiah kebidanan*, 5(2), 1-15.
- Herinawati, H., Hindriati, T., & Novilda, A. (2019). Pengaruh Effleurage Massage terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Praktik Mandiri Bidan Nuriman Rafida dan Praktik Mandiri Bidan Latifah Kota Jambi Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 19(3), 590-601. <http://dx.doi.org/10.33087/jiubj.v19i3.764>
- Indrayani, T., & Arselina, N. (2018). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Klinik Keluarga Pisangan Baru Kelurahan Pisangan Baru Kecamatan Matraman Jakarta Timur Tahun 2016. *Jurnal Ilmu dan Budaya*, 41(58), 6733–6744.
- Livana, P. H., Handayani, T. N., Mubin, M. F., & Ruhimat, I. I. A. (2020). Efektifitas terapi musik pada nyeri persalinan kala i fase laten. *Jurnal Ners Widya Husada*, 4(2), 47-52.
- Mauluddina, F., & Epriyanti, E. (2019). Analisis Terapi Musik Klasik Dalam Relaksasi Persalinan Di BPM Erniwaty Di Babat Supat Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 9(18), 11-18.
- Mawaddah, S. (2020). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Inpartu Kala I Fase Aktif. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 15(1), 30-38.
- Parung, V. T., Novelia, S., & Suciawati, A. (2022). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Laten di Puskesmas Ronggakoe Manggarai Timur Nusa Tenggara Timur Tahun 2020. *Asian Research of Midwifery Basic Science Journal*, 1(1), 119-130.

- Solehati, T. (2018). Terapi nonfarmakologi nyeri padapersalinan: Systematic review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 3(1),50-73. <http://dx.doi.org/10.30651/jkm.v3i1.1568>
- Sunarsih, S., Maternity, D., & Astuti, N. P. R. (2017). Terapi Musik Klasik Mengurangi Nyeri Pada Kala I Persalinan Di BPS Zubaedahsyah, S. ST Palapa Bandar Lampung 2016. *Jurnal Dunia Kesmas*, 6(1), 49–54.