

---

**The Effect Of Mozart's Music Therapy On Maternal Anxiety During The First Stage Of The Active Phase**Anggita Septyani Permatasari<sup>1)</sup>; Sehmawati<sup>2)</sup>

---

**ABSTRACT**

**Background:** Childbirth is a physiological event which in the process causes severe pain, even some women experience excruciating pain. Emotional tension from anxiety to fear can exacerbate the perception of pain during labor. The results of the preliminary study conducted by the author at the Kebandaran Health Center in the Pemalang Regency area in July 2018, out of 5 maternity mothers, 3 of them experienced moderate anxiety and 1 experienced mild anxiety. Mozart's music therapy is a classical music distraction technique that has a soft tone. These tones stimulate alpha waves which give the effect of calm, comfort, tranquility and provide energy to cover, distract and release tension and pain. **Objective:** To determine the effect of Mozart's music therapy on maternal anxiety during the first stage of the active phase. **Methods:** The method used in writing the case study is a library study and Holistic Midwifery Care. The instruments used were development notes using Subjective, Objective, Data Analysis, and Management (SOAP) and the HRS-A questionnaire to assess the level of anxiety. **Results:** Mozart's music therapy intervention was given to Mrs. R G2P1A0 during Phase 1 of Active Phase with moderate anxiety (score 23) after being given an intervention, the level of anxiety became mild (score 19). **Conclusion:** Mozart's music therapy intervention has been shown to have an effect on reducing anxiety levels.

**Keywords:** Mozart Music Therapy, Anxiety, Mother Giving Birth During Active Phase I

---

**Latar Belakang:** Persalinan merupakan peristiwa fisiologis yang dalam prosesnya menimbulkan rasa nyeri hebat, bahkan sebagian wanita mengalami nyeri yang luar biasa. Ketegangan emosi akibat rasa cemas sampai rasa takut dapat memperberat persepsi nyeri selama persalinan. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan penulis di Puskesmas Kebandaran wilayah Kabupaten Pemalang pada bulan Juli tahun 2018, dari 5 ibu bersalin 3 diantaranya mengalami kecemasan sedang dan 1 mengalami kecemasan ringan. Terapi musik Mozart merupakan teknik distraksi 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. **Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh terapi music mozart terhadap kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif. **Metode:** Metode yang digunakan dalam penulisan studi kasus adalah studi perpustakaan dan Asuhan Kebidan Holistik. Instrumen yang digunakan adalah catatan perkembangan menggunakan Subyektif, Obyektif, Analisa Data, dan Penatalaksanaan (SOAP) dan kuesioner HRS-A untuk menilai tingkat kecemasan. **Hasil:** Intervensi terapi musik Mozart yang diberikan kepada Ny.R G2P1A0 inpartu kala 1 Fase Aktif dengan kecemasan sedang (skor 23) setelah diberikan intervensi tingkat kecemasan menjadi ringan (skor 19) **Simpulan:**

---

---

---

Intervensi terapi musik mozart terbukti ada pengaruh menurunkan tingkat kecemasan.

**Kata Kunci:** Terapi musik mozart , Kecemasan, Ibu bersalin kala 1 fase aktif

**Authors Correspondence**

University An Nuur, Email [Anggitas866@gmail.com](mailto:Anggitas866@gmail.com) <sup>1)</sup>

University An Nuur and [Watisehma@yahoo.com](mailto:Watisehma@yahoo.com) <sup>2)</sup>

Published Online: December 20, 2021

---

## PENDAHULUAN

Persalinan merupakan peristiwa fisiologis yang dalam prosesnya menimbulkan rasa nyeri hebat, bahkan sebagian wanita mengalami nyeri yang luar biasa. Rasa nyeri muncul akibat refleksi fisik dan respons psikis ibu. Ketegangan emosi akibat rasa cemas sampai rasa takut dapat memperberat persepsi nyeri selama persalinan. Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang akan meningkatkan aktivitas sistem saraf simpatis (Oktavia, N.S., Gandamiharja, S., dan Akbar, I. B, 2013).

Kecemasan dapat diartikan sebagai respon emosi tanpa objek yang spesifik yang secara subjektif dialami dan dikomunikasikan secara interpersonal. Kecemasan yang dirasakan umumnya berkisar pada takut perdarahan, takut bayinya cacat, takut sakit saat melahirkan, takut bila dijahit, takut terjadi komplikasi bahkan takut kelak tidak bisa merawat dan membesarkan anak dengan baik. Kecemasan dibagi menjadi 4 tingkatan yaitu ringan, sedang,

berat, dan panik (Sulistiyawati, Ari, Nugraheny, Esti, 2010).

Di Indonesia Angka Kematian Ibu (AKI) pada tahun 2012 meningkat menjadi 359 per 100.000 kelahiran hidup. Angka ini masih menempati nilai yang cukup tinggi dibandingkan dengan negara-negara di kawasan ASEAN (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2013). Angka Kematian Ibu (AKI) di Jawa Tengah pada tahun 2015 sebesar 111,16 per 100.000 kelahiran hidup dan kematian terjadi pada saat postpartum 60,90%, pada saat hamil 26,33%, pada saat persalinan 12,76% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2015).

Kecemasan haruslah diatasi agar tidak terjadi nyeri yang berlebihan saat persalinan sehingga komplikasi persalinan pun minim terjadi. Penatalaksanaan kecemasan dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi farmakologi yaitu dengan menggunakan obat-obatan seperti anestesi atau analgesik, namun ada beberapa obat analgesic yang

memiliki efek tidak baik untuk janin (Wildan M, Jamhariyah, Purwaningrum Y, 2013).

Sedangkan dengan cara nonfarmakologi untuk mengatasi kecemasan tersebut adalah teknik distraksi. Teknik distraksi merupakan pengalihan fokus perhatian ke stimulus yang lain, seperti mendengarkan musik (terapi musik). Musik dapat meningkatkan dan menstimulasi  $\beta$ -Endorphin. Dalam sistem saraf perifer  $\beta$ -Endorphin menghasilkan analgesic dengan mengikat receptor opioid terutama di tipe  $\mu$ . Ikatan tersebut menyebabkan interaksi penghambatan pelepasan tachykinins khususnya substance peptide, protein kunci yang terlibat dalam transmisi nyeri.  $\beta$ -Endorphin juga mengikat receptor opioid- $\mu$  sehingga terjadi interkasi di terminal saraf presynaptic dan juga menghambat substance peptide, menghasilkan efek analgesic dengan menghambat pelepasan Gamma Butyric Acid (GABA), inhibitory neurotransmitter (Moekroni, R., Analia, 2016).

Pada dasarnya semua jenis musik sebenarnya dapat digunakan dalam usaha menurunkan tingkat kecemasan. Namun seringkali dianjurkan memilih musik dengan tempo sekitar 60 ketukan/menit, sehingga didapatkan keadaan istirahat

yang optimal. 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 denyut jantung manusia yaitu sekitar 60 detak/menit (Campbell, Don, 2010).

Hasil penelitian didapatkan terapi musik klasik dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu sebelum bersalin (Sulistyawati, Ari, Nugraheny, Esti, 2010). Getaran musik klasik senada dengan getaran saraf otak, sehingga bisa merangsang saraf otak untuk beresilasi (berayun, bergetar) (Somoyani NK, Armini NW, Erawati, 2015). Musik klasik menjadi salah satu stimulus yang tepat karena dasar-dasar musik klasik secara umum berasal dari ritme denyut nadi manusia, sehingga dapat berperan besar dalam perkembangan otak, pembentukan jiwa dan raga manusia.

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.

Sebenarnya bukan hanya musik karya Mozart saja yang berefek mengagumkan tetapi semua musik yang berirama lembut serta mampu menenangkan suasana juga diidentifikasi memiliki efek Mozart (Moekroni, R., Analia, 2016).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan penulis di Puskesmas Kebandaran wilayah Kabupaten Pemalang pada bulan Juli tahun 2018, dari 5 ibu bersalin 3 diantaranya mengalami kecemasan sedang dan 1 mengalami kecemasan ringan. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan studi kasus tentang pengaruh terapi mural terhadap tingkat kecemasan pada ibu bersalin normal kala I. Mini riset akan dilakukan di Puskesmas Kebandaran Kabupaten Pemalang, yang merupakan fasilitas kesehatan tingkat I di wilayah Kecamatan Bodeh, selain itu juga belum ada tindakan untuk menangani kecemasan baik secara farmakologi maupun non farmakologi.

Tujuan umum studi kasus adalah Untuk mengetahui pemberian terapi musik Mozart menurunkan kecemasan ibu bersalin kala 1 fase aktif. Tujuan khusus (1) Mengidentifikasi pemberian terapi musik mozart dalam menurunkan kecemasan pada bersalin kala 1 fase aktif yang termasuk kelompok perlakuan (2) Mengidentifikasi pemberian terapi musik

mozart dalam menurunkan kecemasan pada ibu bersalin kala 1 fase aktif (3) Menganalisis pemberian terapi musik mozart menurunkan kecemasan ibu bersalin kala 1 fase aktif.

Manfaat bagi lahan studi kasus diharapkan dapat memperkuat teori kebidanan bahwa terapi musik merupakan salah satu metode distraksi dalam mengurangi kecemasan khususnya pada persalinan.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam penulisan studi kasus adalah studi perpustakaan dan Asuhan Kebidanan Holistik. Pada studi perpustakaan, penulis mencari, mengumpulkan, dan mempelajari referensi yang relevan dengan kasus yang dibahas yaitu terapi musik dari jurnal-jurnal ilmiah bereputasi. Sedangkan Asuhan Kebidanan Holistik menggunakan penerapan manajemen SOAP kebidanan dengan intervensi pemberian terapi musik mozart untuk mengurangi kecemasan pada ibu bersalin kala 1 fase aktif. Tingkat kecemasan ibu dinilai menggunakan kuesioner HRS-A.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pengumpulan data (data subjektif) identitas /biodata Ny. R umur 24 tahun pendidikan SD, Pekerjaan Ibu Rumah

Tangga, alamat Desa S, Kecamatan J Kabupaten Pematang. Nama Suami Tn. J umur 31 tahun, pendidikan SD, Pekerjaan Buruh.

### **Anamnesa**

Tanggal 11 Juli 2018 pukul 11.00 WIB, alasan utama masuk kamar bersalin ibu cemas dalam menghadapi persalinan. Tingkat kecemasan ibu sedang dengan skor 23. Ibu mengatakan merasakan kenceng-kenceng dan mengeluarkan lendir bercampur darah sejak pukul 07.00. Riwayat kehamilan, persalinan dan nifas yang lalu, ibu mengatakan ini merupakan kehamilan yang kedua, anak pertama lahir spontan di rumah bidan ditolong oleh bidan tahun 2012, berat lahir 3000 gram dan panjang badan 50 cm keadaan anak sekarang baik umur 6 tahun.

Riwayat kehamilan sekarang Hari pertama haid terakhir 2 November 2017 dan Taksiran Persalinan 9 Agustus 2018, ANC 5 kali, 2 kali di puskesmas dan 3 kali di PKD. Keluhan-keluhan trimester I mual, muntah, Trimester II pusing, Trimester III sering nyeri pinggang, sering BAK, dan mulai merasakan cemas dalam menghadapi persalinan nantinya. Persiapan menjelang persalinan adalah perlengkapan ibu dan bayi.

### **Pemeriksaan Fisik**

Data Obyektif Keadaan umum Kesadaran composmentis Tanda-tanda Vital Tekanan Darah 120/70 mmHg, suhu 37°C, nadi 80x/menit, RR 20X/menit. Pengukuran Tinggi dan Berat Badan: Berat badan 155 cm, Tinggi badan 62kg, Lila 23 cm. Pemeriksaan Fisik inspeksi postur tubuh Kepala: Rambut warna hitam, panjang dan lurus, tidak rontok, kulit kepala tidak ada ketombe, bersih, tidak ada benjolan.

Muka terdapat cloasma gravidarum dan tidak oedema, Mata simetris, konjungtiva tidak anemis, sclera tidak ikterik, hidung simetris, tidak ada polip, gigi tidak ada caries, leher tidak ada pembesaran kelenjar tiroid. Payudara bentuk simetris, keadaan puting susu menjol, aerola mammae ada hiperpigmentasi. Colostrum ada dan sudah keluar.

Abdomen pembesaran perut sesuai UK, linea nigra, tidak ada bekas luka operasi, varises tidak ada. Pengeluaran pervaginam keluar lendir bercampur darah. Tangan dan kaki simetris kanan dan kiri. Abdomen Tinggi Fundus Uteri 31 cm, Leopold I bokong, Leopold II, Bagian perut kanan ibu punggung janin dan bagian perut kiri ibu ekstremitas janin, Leopold III letak kepala, leopold IV divergen. Taksiran Berat Janin 3100 gram, HIS ada 1x10 menit (lamanya 10-

15 detik), Denyu Jantung Janin (DJJ) ada 140x/menit teratur. Perkusi reflek patella kanan dan kiri (+).

Pemeriksaan dalam pukul 11.00 WIB dinding vagina normal, portio lunak, pembukaan 7 cm, ketuban utuh, presentasi janan kepala posisi letak belakang kepala, penurunan bagian terendah H1. Pemeriksaan penunjang Hemoglobin (Hb) 10,8 gr%.

### **Analisa**

G2P1A0 Ny. R 24 tahun hamil 38 minggu dengan in partu kala 1 Fase Aktif janin hidup tunggal intrauterine letak kepala, punggung kanan

### **Penatalaksanaan :**

Tanggal 11 Juli 2018 Pukul 11.00 WIB Observasi TTV, Hasil :Tekanan darah 120/70 mmHg Nadi 80x/menit, suhu 37°C RR 20x/menit, observasi Denyut Jantung Janin hasil: 140x/menit, pembukaan 7 cm, ketuban (+). Mengajarkan ibu teknik relaksasi yang benar. Memberikan informed consent kepada ibu untuk diberikan asuhan terapi musik mozart. Hasil : Ibu benar dalam teknik relaksasi, Ibu bersedia diberikan terapi musik

Pukul 12.00 WIB, 120/80 mmHg nadi 82x/menit, suhu 37°C RR 21 X/menit, observasi Denyut Jantung Janin 136x/menit. Memberikan dukungan

psikologis kepada ibu dalam menghadapi persalinan, Memberikan terapi musik mozart kepada ibu dengan tujuan mengurangi tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan. Hasil : Ibu menerima saran dari petugas kesehatan, ibu nyaman terapi musik *Mozart* yang diberikan dan mau makan nasi serta minum air mineral.

Pukul 13.00 WIB Observasi TTV Hasil tekanan darah 110/70 mmHg nadi 82x/menit suhu 36,7°C RR 20x/menit, observasi denyut jantung janin hasil 144x/menit , pembukaan 9 cm ketuban (+) HIS 2x10 menit (lamanya 25-30 kali). Pemberian terapi musik mozart lanjut. Hasil : ibu mulai tenang dan nyaman dalam menghadapi persalinan dan mau minum teh untuk menambah tenaga.

Pukul 14.30 WIB Ibu mengatakan ingin mengejan. Pemeriksaan vulva membuka, anus membuka, perineum menonjol. Observasi TTV Hasil tekanan darah 120/80 mmHg nadi 84x/menit suhu 36,7°C RR 21x/menit, observasi denyut jantung janin hasil 140x/menit, pembukaan 10 cm (lengkap), ketuban (-) jernih volume 100cc tidak berbau, HIS 2x10 menit (lamanya 35-40 kali). Mengajarkan ibu teknik mengejan yang benar. Hasil: Ibu benar dalam teknik mengejan dalam persalinan

Pukul 14.40 WIB Bantu kelahiran bayi dengan 58 langkah APN ditolong oleh bidan. Hasil: Bayi lahir spontan menangis kuat, tonus otot bergerak aktif, kulit kemerahan jenis kelamin perempuan BB 3000 gram PB 48 cm, LK 32 cm, LD 30 cm.

Pukul 14.45 WIB Melihat Melihat tanda-tanda pelepasan plasenta. Hasil: keluar darah, tali pusat semakin panjang. Bantu melahirkan plasenta Hasil : Plasenta lahir spontan, kotiledon lengkap, Panjang tali pusat 50 cm, ada 2 arteri 1 vena

Pukul 15.00 WIB Melakukan pemantauan kala IV. Hasil Observasi Tekanan darah 110/80 mmHg, nadi 80 x/menit, suhu 36,5°C, RR 20x/menit, TFU sepusat, kontraksi uterus baik, perdarahan ada 50 cc, kandung kemih kosong.

## Pembahasan

Assesment pada ibu bersalin G2P1A0 Ny. R 24 tahun dengan in partu kala 1 dengan keluhan cemas dalam menghadapi persalinannya. Ibu mengatakan kehamilan ini direncanakan dan diterima, tetapi ibu memiliki trauma, karena pada persalinan pertama ibu mengalami robekan jalan lahir sehingga membuat ibu cemas dan takut jalan lahirnya akan robek kembali.

Kecemasan dalam bersalin dijelaskan oleh Simalvi (2014), bahwa selama persalinan kala I, seorang wanita akan mengalami gangguan psikologi yaitu kecemasan. Ibu bersalin harus mendapatkan tindakan dan pelayanan yang membuat ibu merasa nyaman dan siap menghadapi persalinannya. Dari Jurnal dikatakan bahwa terapi musik Mozart berpengaruh untuk menurunkan kecemasan pada ibu bersalin kala 1, nyeri saat postpartum, meningkatkan kepuasan melahirkan pervaginam dan mengurangi tingkat depresi postpartum.

Intervensi yang dilakukan kepada Ny. R dimulai dari pembukaan 7, sebelum dilakukan intervensi tingkat kecemasan ibu dinilai menggunakan kuesioner HRS-A dengan hasil tingkat kecemasan sebelum dilakukan intervensi adalah sedang dengan skor 23. Ibu diajarkan terlebih dahulu teknik relaksasi, sehingga ibu lebih tenang dalam menghadapi persalinannya. Pada pukul 12.00 WIB pembukaan ibu 7 cm, ibu diberikan terapi musik mozart agar kecemasan ibu menurun. Sebelum Pemberian terapi musik ibu telah setuju dan menandatangani informed consent. Dimulai dari pembukaan 7 cm sampai kala 4 bersalin terapi *music mozart* selalu diperdengarkan kepada ibu. Setelah terapi music diberikan kepada ibu, tingkat kecemasan ibu dinilai kembali

menggunakan kuesioner HRS-A dengan hasil tingkat kecemasan ringan (skor 19).

## KESIMPULAN

Asuhan ibu bersalin yang dilakukan pada Ny. R 24 tahun dengan inpartu kala I yaitu memberikan terapi musik mozart untuk menurunkan tingkat kecemasan ibu. Intervensi yang diberikan membuktikan ada pengaruh yang bermakna dari kecemasan sedang menjadi ringan dengan pemberian terapi musik mozart terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif di PONEB Puskesmas Kebandaran, Kabupaten Pematang Jaya. Selama diberikan intervensi ibu merasa tenang, nyaman, dan tidak cemas dalam menghadapi persalinannya.

## SARAN

Diharapkan dapat menjadi salah satu bahan kepustakaan, meningkatkan derajat kesehatan ibu anak dan klien dapat bertindak secara kooperatif atau dapat bekerja sama dengan petugas kesehatan. Bagi penulis diharapkan selanjutnya dapat dikembangkan sebagai salah satu inovasi terbaru dalam asuhan kebidanan secara holistik dengan tidak meninggalkan kaidah asuhan kebidanan komprehensif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Campbell, Don. (2010). *Efek Mozart Bagi Anak-anak, Meningkatkan Daya Pikir, Kesehatan, dan Kreativitas Anak Melalui Musik* (Alex Tri Kantjono Widodo, penerjemah). Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2015). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah*. Semarang. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah.
- Handayani, R., Fajarsari, D., Asih, D. R., Rohman, D. N. (2016). *Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Dan Kecemasan Dalam Persalinan Primigravida Kala I Fase Aktif Di RSUD Prof. DR. Margono Soekardjo Tahun 2014*, 7 (1): 119-29.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). *Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia 2012*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Indonesia.
- Liu, Y., Petrini, M. A. (2015). *Effects of music therapy on pain, anxiety, and vital signs in patients after thoracic surgery*. Elsevier, 1-5
- Moekroni, R., Analia. (2016). *Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan*, 5 (1): 6-11
- Oktavia, N.S., Gandamiharja, S., dan Akbar, I. B. (2013). *Perbandingan Efek Musik Klasik Mozart dan Musik Tradisional Gamelan Jawa terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Nulipara*. MKB, 45 (4): 218-25

- Sari, D. K., Pantiawati, I. (2013). *Perbandingan Teknik Masase Dan Terapi Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Bersalin Primipara Di Kecamatan Brebes tahun 2013*. Jurnal Ilmiah Kebidanan, 4 (1): 2-15
- Simalvi, S., et all. (2014). *Effects Of Music Therapy During Vaginal Delivery On Postpartum Pain Relief And Mental Health. Journal Of Affective Disorders*, 194–99
- Somoyani NK, Armini NW, Erawati. (2015). *Terapi musik klasik dan musik bali menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif*. 1(11): 18-23.
- Sugiarto. (2009). *Physiological Effects Of Music During Exercise Secretion Of Hormones Cortisol And Endorphins*. Folia Medica Indonesiana, 45 (2): 121-2
- Sulistiyawati, Ari, Nugraheny, Esti. (2010). *Asuhan kebidanan ibu bersalin*. Jalarta: Salemba Medika.
- Wildan M, Jamhariyah, Purwaningrum Y. (2013). *Pengaruh teknik relaksasi terhadap adaptasi nyeri persalinan ibu bersalin kala I fase aktif di bps wilayah puskesmas patrang kabupaten jember tahun 2012*. Jurnal IKESMA, 9 (1): 65-73
- Yulinda, L. D. (2015). *Perbedaan Efektifitas Terapi Musik Klasik Dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Di Ruang HCU RSUD Prof. DR. Margono Soekardjo*.