

PENGARUH PEMBERIAN TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER III

Putri Dharmayani^{1✉}, Putu Ayu Dina Saraswati², Ni Made Egar Adhiestiani³, Ni Putu Mirah Yunita Udayani⁴

Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kebidanan Bina Usaha Bali

E-mail: putri.dharmayani31@gmail.com

Info Artikel	Abstrak
Kata Kunci: Ibu Hamil Trimester III; Terapi Musik Klasik; Tingkat Kecemasan	Latar Belakang : Ibu hamil trimester III banyak yang belum pernah menerapkan manajemen terapi musik klasik selama hamil sehingga tidak mengetahui pentingnya mengatasi kecemasan melalui terapi musik klasik oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mencari penerapan pemecahan masalah kecemasan ibu hamil Trimester III menggunakan terapi musik klasik. Metode: Penelitian ini menggunakan metode <i>pre-experimental design tipe one group pretest-posttest</i> . Penelitian dilakukan di Klinik Tiara Husada. Pemilihan sampel dilakukan menggunakan Teknik <i>purposive sampling</i> , dengan jumlah responden sebanyak 45 orang responden. Responden merupakan Ibu hamil trimester III dengan usia kehamilan 32-36 minggu. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yakni SOP Terapi music dan <i>Hamilton Rating Scale For Anxiety (HARS)</i> untuk mengukur Tingkat nyeri. Uji analisis dilakukan dengan uji <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> . Hasil : Diperoleh nilai <i>Z Hitung</i> sebesar -5,144 dan nilai <i>p-value</i> adalah sebesar 0,000 (<i>p-value</i> < 0,05) Simpulan : Terdapat pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Klinik Tiara Husada. Pemberian terapi music klasik dapat memberikan ketenangan pada ibu hamil, sehingga sangat baik diterapkan dalam praktik sehari – hari.

THE EFFECT OF CLASSICAL MUSIC THERAPY ON ANXIETY LEVELS OF PREGNANT WOMEN IN THE THIRD TRIMESTER

Article Info	Abstract
Keywords: Anxiety Level; Classical Music Therapy; Third Trimester Pregnant Women	Background : Many third trimester pregnant women have never applied classical music therapy management during pregnancy so they do not know the importance of overcoming anxiety through classical music therapy, therefore this study aims to find the application of anxiety problem solving for third trimester pregnant women using classical music therapy. Method : This study uses a pre-experimental design method of one group pretest-posttest. The research was conducted at the Tiara Husada Clinic. The sample selection was carried out using the purposive sampling technique, with a total of 45 respondents. The respondents were third trimester pregnant women with a gestational age of 32-36 weeks. The instruments used in this study are the instruments used in this study, namely the SOP Music Therapy and the Hamilton Rating Scale For Anxiety (HARS) to measure the level of pain. The analysis test was carried out with the Wilcoxon Signed Rank Test. Results: Obtained a Z-value of -5.144 and a p-value of 0.000 (<i>p-value</i> < 0.05). Conclusion: There was an effect of classical music therapy on the anxiety level of pregnant women in the third trimester at the Tiara Husada Clinic. The administration of classical music therapy can provide calm to pregnant women, so it is very good to be applied in daily practice.

Pendahuluan

Kehamilan merupakan suatu proses yang alamiah dan fisiologis. Setiap perempuan yang memiliki organ reproduksi yang sehat, telah mengalami menstruasi, dan melakukan hubungan seksual dengan seorang pria yang sehat maka besar kemungkinan akan terjadi kehamilan (Dartiwen, *et al.*, 2019). Data *World Health Organization* (2019), menunjukkan sekitar 12.230.142 ibu hamil di dunia terungkap mengalami masalah pada trimester dalam persalinan diantaranya 30% masalah kecemasan dalam menghadapi persalinan. Sebanyak 81% wanita. Menurut Wulansari (2021) angka kejadian kecemasan pada ibu hamil di Indonesia mencapai 373.000.000. Penelitian yang dilakukan pada ibu primigravida 22,5% mengalami cemas ringan, 30% mengalami cemas sedang, 27,5% cemas berat, dan 20% mengalami cemas sangat berat. Tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Provinsi Bali terdapat 40,35% cemas berat, 31,58% cemas sedang, dan 28,07% cemas ringan di awal pandemic Covid-19 (Dinkes Prov, 2020).

Kehamilan pada trimester III merupakan kondisi dimana fisik dan psikologis ibu hamil akan mengalami perubahan. Perubahan psikologis yang terjadi di trimester III pada ibu hamil terkesan lebih kompleks dibandingkan trimester sebelumnya karena disebabkan oleh kondisi kehamilan yang semakin membesar dan membuat ibu hamil lebih sensitif dalam segala hal sehingga menimbulkan kecemasan dan rasa takut terhadap kondisi kandungannya. Kecemasan pada masa kehamilan dapat meningkatkan risiko keguguran, pertumbuhan janin terhambat, kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, menurunkan skor APGAR saat lahir. Jika kondisi ini dibiarkan maka angka mortalitas dan morbiditas pada ibu bersalin akan semakin meningkat (Zamriati, *et al.*, 2019).

Kementrian Kesehatan RI (2018) mengungkapkan bahwa gangguan kecemasan merupakan keadaan psikologis seseorang pada saat mengalami cemas yang berlebihan dan sulit dikendalikan yang mengakibatkan dampak buruk pada kehidupan setiap harinya. Kecemasan akan meningkat saat ibu hamil merasa ketakutan dengan perubahan tubuhnya, kondisi kandungan dan kesiapan mental dalam menghadapi persalinan (Siallagan, *et al.*, 2018). Berdasarkan penelitian Isnaini, Hayati and Bashori (2020) menyatakan bahwa faktor resiko yang menimbulkan kecemasan ibu hamil yaitu umur, pendidikan sosisal, riwayat keguguran, status pernikahan, kehamilan tidak direncanakan, paritas, komorbiditas depresi, hubungan dengan pasangan dan interaksi dengan sistem kesehatan. Dalam hal ini peran tenaga kesehatan sangat penting dalam memberikan edukasi kepada bagi ibu hamil trimester III untuk mengatasi kecemasan yang

dihadapi sebelum persalinan sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian.

Penatalaksanaan kecemasan dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi farmakologi yaitu dengan menggunakan obat-obatan sedangkan terapi nonfarmakologi meliputi relaksasi, hipnoterapi, imajinasi, umpan balik biologis, psikoprofilaksis, sentuhan terapeutik, *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS) hidroterapi dan teknik distraksi (Suharnah, *et al.*, 2021).

Teknik distraksi merupakan pengalihan dari fokus perhatian seseorang ke stimulus lain sehingga dapat menurunkan kewaspadaan terhadap nyeri. Teknik distraksi dengan mendengarkan musik merupakan teknik yang efektif untuk mengalihkan perhatian seseorang terhadap cemas yang berlebih. Terapi musik klasik dapat mengurangi kecemasan pada ibu hamil karena terapi musik klasik merupakan teknik yang efektif untuk mengalihkan perhatian seseorang terhadap cemas berlebih. Terapi musik pada ibu hamil telah banyak diterapkan untuk menurunkan ansietas, denyut jantung dan tekanan darah. (Suharnah, *et al.*, 2021).

Adapun manfaat terapi musik dalam kehamilan sebagai upaya mengoptimalkan kecerdasan si kecil, antara lain dapat membantu ibu melahirkan agar terapi dapat mempertahankan kesehatan jasmani, pikiran dan emosi. Melalui rangsangan-rangsangan musik yang diperdengarkan kepada janin/bayi secara teratur, maka dapat memberikan pengaruh yang sangat besar bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi kelak di kemudian hari. Dengan terapi musik menjadi janin/anak dapat meresapi musik, yang berarti ia juga mampu memahami perasaan orang lain (Sulistiyani, 2016).

Berdasarkan penelitian Suharnah, *c* (2021) mengenai Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III yang dilakukan di Puskesmas Turikale pada tahun 2020, dengan dilakukan penelitian selama 2 minggu pada 23 ibu hamil trimester III, menggunakan alat ukur kecemasan menunjukkan hasil bahwa responden mengalami penurunan menjadi tidak cemas, cemas ringan, dan cemas sedang, dari hasil tersebut terbukti bahwa pemberian terapi musik klasik berpengaruh pada tingkat kecemasan ibu hamil Primigravida Trimester III.

Kebijakan pemerintah untuk mengatasi masalah kecemasan ibu selama kehamilan hingga menjelang persalinan dapat dilakukan dengan prinsip *care keperawatan melalui three levels of prevention*. Mengutamakan promosi kesehatan tentang pemeliharaan kesehatan ibu hamil yang bertujuan untuk memberikan informasi pada ibu dan keluarga dalam membentuk keluarga sehat siaga. Keluarga sehat siaga dapat memberikan

jaminan atau kepastian dalam memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan fisologis dan psikologis ibu selama kehamilan hingga menjelang persalinan (Retnomawati and Utami, 2023).

Klinik Tiara Husada merupakan salah satu fasilitas kesehatan yang berada di Kabupaten Badung. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah diperoleh dari ibu hamil trimester III yang melakukan kunjungan antenatal dari Bulan Januari hingga Juni tahun 2024 berjumlah 350 orang dengan rata-rata perbulan yaitu sebanyak 45 kunjungan ibu hamil trimester III. Berdasarkan hasil wawancara singkat pada ibu hamil trimester III yang berkunjung pada tanggal 13 – 15 Agustus 2024 didapatkan hasil yaitu dari 10 orang responden yang diajukan pertanyaan, 2 orang (20%) ibu hamil trimester III mengatakan mengetahui tentang terapi musik klasik dari bidan setiap melakukan kunjungan antenatal sehingga ibu tidak cemas dalam menghadapi persalinan nanti dan 8 orang (80%) ibu hamil trimester III mengatakan bahwa belum pernah menerapkan manajemen terapi musik klasik selama hamil sehingga tidak mengetahui pentingnya mengatasi kecemasan melalui terapi musik klasik dan ibu mengatakan cemas ketika akan menghadapi persalinan berupa gelisah, pusing, dan jantung berdebar.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Klinik Tiara Husada”. Alasan peneliti mengambil judul penelitian ini karena masih jarang penerapan pemecahan masalah kecemasan ibu hamil Trimester III menggunakan terapi musik klasik.

Metode

Pada penelitian ini, penulis melakukan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *pre-experimental design tipe one group pretest-posttest* (tes awal dan tes akhir kelompok tunggal). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III yang berkunjung ke Klinik Tiara Husada yaitu sebanyak 45 orang. Pada penelitian ini, teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Penelitian ini memiliki kriteria inklusi dan eksklusi dalam menentukan responden penelitian. Adapun kriteria inklusi meliputi Ibu hamil trimester III dengan usia kehamilan 32-36 minggu yang bersedia menjadi responden, Ibu hamil trimester III dapat yang menulis dan membaca, Ibu hamil trimester III yang mengalami gangguan fisiologis kehamilan, Sedangkan kriteria eksklusinya meliputi Ibu hamil trimester III yang memiliki pendengaran yg kurang baik. Penelitian ini telah

menjalani uji etik yang dilaksanakan oleh Komite Etik Stikes Bina Usaha Bali dengan Nomor Etik 038/BUB-SKEB/ETK/I/2025.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yakni SOP Terapi music dan *Hamilton Rating Scale For Anxiety (HARS)* untuk mengukur Tingkat nyeri. Uji analisis dilakukan dengan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil dan Pembahasan
Hasil

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil Trimester III berdasarkan Umur, Pendidikan, Paritas dan Pekerjaan di Klinik Tiara Husada

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Umur		
< 20 Tahun	0	0,0
20 – 35 Tahun	40	88,9
> 35 Tahun	5	11,1
Total	45	100
Pendidikan		
Pendidikan Dasar	0	0.0
Pendidikan Menengah	16	35,6
Pendidikan Tinggi	29	64,4
Total	45	100
Paritas		
Primipara	26	57,8
Multipara	19	42,2
Total	45	100
Pekerjaan		
Bekerja	20	44,4
Tidak Bekerja	25	55,6
Total	45	100

Berdasarkan tabel 1 di atas, diketahui bahwa karakteristik ibu hamil trimester III di Klinik Tiara Husada sebagian besar berumur 20-35 Tahun yaitu sebanyak 40 (88,9%) responden. Ibu hamil trimester III sebagian besar memiliki latar belakang pendidikan tinggi yaitu sebanyak 29 (64,4%) responden. Berdasarkan paritas sebagian besar merupakan primipara yaitu sebanyak 26 (57,8%) responden, dan berdasarkan pekerjaan sebagian besar ibu tidak bekerja yaitu dengan jumlah 25 (55,6%) responden.

2. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Klinik Tiara Husada sebelum Pemberian Terapi Musik Klasik

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Klinik Tiara Husada sebelum Pemberian Terapi Musik Klasik

Tingkat Kecemasan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak Ada Kecemasan	9	20,0
Kecemasan Ringan	10	22,2
Kecemasan Sedang	14	31,1
Kecemasan Berat	12	26,7
Total	45	100

Berdasarkan tabel 2 di atas, diketahui bahwa tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Klinik Tiara Husada sebelum pemberian terapi musik klasik sebagian besar memiliki kecemasan sedang yaitu dengan jumlah 14 (31,1%) responden.

3. Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Klinik Tiara Husada setelah Pemberian Terapi Musik Klasik

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Klinik Tiara Husada setelah Pemberian Terapi Musik Klasik

Tingkat Kecemasan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak Ada Kecemasan	17	37,8
Kecemasan Ringan	19	42,2
Kecemasan Sedang	9	20,0
Total	45	100

Berdasarkan tabel 3 di atas, diketahui bahwa tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Klinik Tiara Husada setelah pemberian terapi musik klasik sebagian besar memiliki kecemasan ringan yaitu dengan jumlah 19 (42,2%) responden.

4. Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Klinik Tiara Husada

Tabel 4. Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Klinik Tiara Husada

Tingkat kecemasan	N	Mean	Selisih Mean	Z Score	p-value
Sebelum pemberian terapi musik klasik	45	1,64 ±1,090	-0,82	-5,144	0,000
Setelah pemberian terapi musik klasik	45	0,82 ±0,747			

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji korelasi *Wilcoxon Signed Rank Test* mengenai Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Klinik Tiara Husada diperoleh nilai *Z Hitung* sebesar -5,144 dan nilai signifikasi atau *p-value* adalah sebesar 0,000 (*p-value* < 0,05). Hasil diatas juga menunjukkan perbedaan rerata nilai sebelum diberikan intervensi sebesar 1,64 dan setelah diberikan intervensi sebesar -0,82 yang mendapatkan selisih peningkatan nilai rerata sebelum dan setelah diberikan terapi musik klasik sebesar -0,82.

Sebanyak 45 responden menunjukkan nilai *negative ranks* antara skor sebelum dan setelah diberikan intervensi, hal ini menunjukkan sebagian besar responden mengalami penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan terapi musik klasik. Kemudian, ada 1 responden memiliki nilai *positive ranks* yang berarti tidak ada responden yang mengalami peningkatan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan intervensi dan 12 responden yang memiliki nilai seri yang berarti tidak ada perubahan terhadap tingkat kecemasan sebelum dan setelah diberikan intervensi.

Peneliti menarik kesimpulan bahwa *H0* ditolak dan *H1* diterima yang berarti data sampel mendukung adanya hubungan yang bermakna (signifikan). Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Klinik Tiara Husada.

Pembahasan

Kecemasan yang dialami oleh responden sebelum diberikan terapi musik klasik yakni sebagian besar mengalami kecemasan sedang sebanyak 14 (31,1%) responden, yang memiliki kecemasan berat sebanyak 12 (26,7%) responden, yang memiliki kecemasan ringan sebanyak 10 (22,2%) responden, yang tidak memiliki kecemasan sebanyak 8 (20%) responden. Skor Kecemasan sebelum intervensi tertinggi yaitu 40 dan terendah 8. Kecemasan yang dialami oleh ibu hamil menurut Safitri (2021) pada ibu hamil khususnya TM III perubahan psikologi ibu terkesan lebih kompleks dan meningkat kembali dibanding trimester sebelumnya, dan ini tidak lain dikarenakan kondisi kehamilan yang semakin membesar. Jika Ibu hamil yang tidak mempunyai persiapan untuk melahirkan akan lebih cemas dan memperlihatkan ketakutan dalam suatu perilaku diam hingga menangis. Sekalipun peristiwa kelahiran sebagai fenomenal fisiologis yang normal, kenyataannya proses persalinan berdampak terhadap perdarahan, kesakitan luar biasa serta bisa menimbulkan ketakutan bahkan kematian baik ibu ataupun bayinya.

Kecemasan sedang yang sebagian besar responden alami sebanyak 14 (31,1%) responden ini dapat dilihat dari hasil kuesioner HARS yang dimana hampir mengalami semua gejala mulai dari gejala ansietas sampai dengan perubahan tingkah laku namun dari masing-masing point tersebut pasien hanya mengalami maksimal 2 keluhan kecemasan. Kecemasan sedang yang dialami oleh ibu rata-rata berumur 20-35 tahun. Menurut Notoatmodjo (2018) umur seseorang akan berpengaruh pada penambahan pengetahuan yang dimilikinya, tetapi pada tingkatan umur tertentu atau semakin bertambahnya umur perkembangan tidak akan secepat seperti saat berusia belasan tahun, didukung oleh hasil penelitian Prawirohardjo (2018) umur sangat berpengaruh terhadap proses reproduksi, umur dianggap optimal untuk kehamilan dan persalinan adalah 20-35 tahun, sedangkan yang dianggap berbahaya adalah umur 35 tahun ke atas dan dibawah 20 tahun. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Aini and Samban (2021) yang menyatakan bahwa umur yang dianggap paling aman menjalani kehamilan dan persalinan adalah 20-35 tahun. 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. Selain usia, tingkat Pendidikan memiliki peranan dalam terjadinya kecemasan pada pasien. Pendidikan adalah proses pembelajaran yang bertujuan untuk mengubah sikap dan perilaku seseorang atau kelompok orang. Muliani (2019) menyatakan bahwa pendidikan seseorang turut menentukan mudah tidaknya menyerap dan memahami pengetahuan tentang kehamilan dan proses persalinan yang mereka peroleh, dengan demikian semakin bertambahnya usia kehamilan mendekati proses persalinan ibu dapat mempersiapkan psikologi yang matang sehingga dapat mengurangi beban pikiran ibu. Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka akan semakin berkualitas pengetahuannya dan semakin matang intelektualnya. Mereka cenderung lebih memperhatikan kesehatan dirinya dan keluarganya.

Responden yang sebagian besar memiliki Pendidikan Tinggi dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widhiyantari, *et al.*, (2023) yang menyatakan bahwa sebagian besar responden kelompok kontrol berpendidikan tinggi sebanyak 11 responden (36,7%) sedangkan responden. Sedangkan pendidikan menengah dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Susanti dan Yuliasari (2019) yang menyatakan bahwa sebagian besar ibu yang memiliki pendidikan SMA sebanyak 53,3%. Penelitian ini sejalan dengan teori Aini and Samban (2021) yang

menyatakan bahwa 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.

Kecemasan berat sebanyak 12 (26,7%) responden dapat dilihat dari hasil kuesioner pasien yang mengalami minimal 3 keluhan kecemasan dari masing-masing gejala. Kecemasan berat ini sebagian besar dialami oleh ibu primigravida dimana ia sebelumnya belum memiliki pengalaman dalam kehamilan. Selain itu sebagian besar ibu juga merupakan ibu rumah tangga sehingga mereka hanya menerima informasi dari media social dan tidak berinteraksi dengan teman sehingga tidak bisa *sharing* pengalaman selama kehamilan. Ibu juga tidak mengetahui pentingnya mendengarkan musik klasik sebagai salah satu terapi dalam menurunkan tingkat kecemasan yang dialami. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Risqi (2019) yang mengatakan bahwa dari 50 responden yang diteliti, sebanyak 27 orang (36,0%) responden mengalami cemas berat. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dikemukakan oleh Stuart (2017) yang menyatakan bahwa kecemasan berat sangat mempengaruhi persepsi individu, individu cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang terinci dan spesifik, serta tidak dapat berfikir tentang hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Tanda dan gejala dari kecemasan berat yaitu: persepinya sangat kurang, berfokus pada hal yang detail, rentang perhatian sangat terbatas, tidak dapat berkonsentrasi atau menyelesaikan masalah, serta tidak dapat belajar secara efektif. Pada tingkatan ini individu mengalami sakit.

Kecemasan juga dipengaruhi oleh pengalaman seorang ibu pernah melahirkan. Berdasarkan paritas sebagian besar merupakan primipara yaitu sebanyak 26 (57,8%) responden, yang dalam kategori multipara sebanyak 19 (42,2%) responden dan tidak ada dalam kategori grandemultipara. Ibu primipara memiliki pengalaman yang berbeda dengan ibu yang sebelumnya sudah pernah hamil maupun melahirkan. Sebagian besar ibu primipara hanya mengetahui lewat pengalaman seseorang, konseling dari petugas kesehatan maupun dari media internet. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ratna Sari, *et al.*, (2023) yang menyatakan bahwa sebagian besar responden dengan paritas primipara sebanyak 46 responden (63%). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dikemukakan oleh Nurmaningsih (2021) yang menyatakan bahwa sebagian besar responden merupakan kehamilan

pertama yang berjumlah 62 orang (62%). Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Risqi (2019) dalam Aini and Samban (2021), 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 keletihan, 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.

Setelah pemberian terapi musik klasik sebagian besar memiliki tingkat kecemasan ringan sebanyak 19 (42,2%) responden, sedangkan yang tidak ada kecemasan sebanyak 17 (37,8%) responden, kecemasan sedang sebanyak 9 (20%) responden dan tidak ada yang memiliki tingkat kecemasan berat maupun berat sekali. Skor Kecemasan setelah intervensi tertinggi yaitu 24 dan terendah 4. Hasil tingkat kecemasan sebelum pemberian terapi musik klasik didapatkan nilai $Whitung\ 0,032 \leq 0,05$ dan tingkat kecemasan setelah pemberian terapi musik klasik didapatkan nilai $Whitung\ 0,007 \leq 0,05$. Karena nilai $Whitung\ 0,007 \leq 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan menunjukkan bahwa data berdistribusi tidak normal

Tahap selanjutnya peneliti melakukan analisis uji korelasi *Wilcoxon Signed Rank Test* mengenai pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Klinik Tiara Husada menunjukkan perbedaan rerata nilai sebelum diberikan intervensi sebesar 1,64 dan setelah diberikan intervensi sebesar 0,82 yang mendapatkan selisih peningkatan nilai rerata sebelum dan setelah diberikan terapi musik klasik sebesar -0,82. Sebanyak 45 responden menunjukkan nilai *negative ranks* antara skor sebelum dan setelah diberikan intervensi, hal ini menunjukkan sebagian besar responden mengalami penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan terapi musik klasik. Kemudian, ada 1 responden memiliki nilai *positive ranks* yang berarti tidak ada responden yang mengalami peningkatan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan intervensi dan 12 responden yang memiliki nilai seri yang berarti tidak ada perubahan terhadap tingkat kecemasan sebelum dan setelah diberikan intervensi.

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji korelasi *Wilcoxon Signed Rank Test* mengenai Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Klinik Tiara Husada diperoleh nilai $Z\ Hitung$ sebesar -5,144 dan nilai signifikansi atau $p-value$ adalah sebesar 0,000 ($p-value < 0,05$) sehingga berdasarkan kriteria pengambilan keputusan uji *Wilcoxon*, dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti data sampel mendukung adanya hubungan yang bermakna (signifikan). Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Klinik Tiara Husada.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dikemukakan oleh Suharnah, *et al.*, (2021) yang menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil Primigravida Trimester III dengan hasil $p = 0.000 < 0,05$. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siti, *et al.*, (2024) yang menyatakan bahwa hasil nilai P pada kecemasan sebesar 0.004 pada ibu hamil trimester III sehingga terdapat pengaruh terapi musik klasik terhadap kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Manis Jaya.

Musik klasik mozart merupakan sebuah teknik distraksi efektif yang berfungsi menurunkan intensitas nyeri, keadaan stress dan tingkat kecemasan dengan cara mengalihkan perhatian seseorang dari perasaan nyeri dan cemas yang dirasakan. Hal ini juga sependapat dengan Moekroni and Analia (2020) bahwa musik klasik mozart pada ibu hamil dan janin, terapi musik ini dapat menimbulkan reaksi psikologis, karena musik dapat menenangkan (relaksasi) dan juga memberikan rangsangan (stimulasi).

Cara kerja teknik distraksi terapi musik klasik mozart yaitu berfokus pada suara dan nada musik yang didengarkan selama 10 menit disertai dengan memejamkan mata dan membayangkan fikiran-fikiran positif sehingga dapat menenangkan (relaksasi) dan juga dapat memberi rangsangan (stimulasi) (Novianti and Yudiarto, 2021). Hal ini didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Suharnah (2021) bahwa ada pengaruh yang signifikan dari penerapan terapi musik klasik mozart terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III UPTD Puskesmas Turikale.

Menurut Keumalahayati (2018) terdapat pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan saat trimester III terutama menjelang persalinan, dikarenakan musik dapat 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 endorphin yang muncul 200 kali lebih besar dari pada morfin ataupun terapi farmakologi lainnya.

Penutup

Terdapat pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Klinik Tiara Husada. Pemberian terapi music klasik dapat memberikan ketenangan pada ibu hamil, sehingga sangat baik diterapkan dalam praktik sehari – hari oleh ibu hamil maupun keluarga pendamping ibu hamil.

Daftar Pustaka

- Aini, N. and Samban, P. (2021) ‘Analisis Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik untuk Mengurangi Kecemasan pada Ibu Hamil saat Menjelang Persalinan’, *Skripsi*, pp. 1–103.
- Alifah F N (2016) ‘Hubungan Faktor Psikososial Terhadap Kejadian Post partum Blues Di Ruang Nifas dr. Abdoer Rahem Sitoondo’, *Program Studi Pendidikan Bidan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya* [Preprint].
- Amalia, A.E. *et al.* (2021) ‘Pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu terhadap ASI eksklusif di kabupaten bogor’, *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat (Pengmaskemas)*, 1(1), pp. 1–8.
- Aprilia, N. and Husanah, E. (2021) ‘Terapi Musik Klasik Pada Ibu Hamil Trimester III dalam Mengurangi Kecemasan Terhadap Persalianan’, *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(2), pp. 132–141. Available at:
- Asmara, M.S., Rahayu, H.E. and Wijayanti, K. (2019) ‘Efektifitas Hipnoterapi dan Terapi Musik Klasik Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Resiko Tinggi di Puskesmas Magelang Selatan Tahun 2017’, *Urecol*, pp. 329–334. Available at:
- Dini, Y.A. (2021) ‘Cogency Metode Abdominal Stretching Exercise Dan William’S Flexion Exercise Terhadap Penanganan Dismenore Pada Remaja’.
- Elsera, C. (2021) ‘Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pijat Oksitosin’, *Prosiding Seminar ...*, pp. 1453–1464.
- Herman, A. *et al.* (2021) ‘Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif’, *Professional Health Journal*, 2(2), pp. 84–89. Available at:
- Isnaini, I., Hayati, E.N. and Bashori, K. (2020) ‘Identifikasi Faktor Risiko, Dampak dan Intervensi Kecemasan Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil Trimester Ketiga’, *Analitika*, 12(2), pp. 112–122. Available at:
- Keumalahayati, S. (2018) ‘Pengaruh Terapi Musik Klasik Beethoven untuk Mengurangi Kecemasan pada Ibu Bersalin Pre Operasi Sectio Caesar Artikel’.
- Maki, F. P., Pali, C., & Opod, H. (2018). Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Klinik Bersalin Sutra Minahasa Selatan. *eBiomedik*, 6(2). Diperoleh tanggal 1 Desember 2020, dari
- Moekroni, R. and Analia (2016) ‘Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan.’, *Majority*, 5(1):6–11. [Preprint].
- Novianti, A. C., & Yudianto, A. (2021). Terapi Musik Sangat Efektif Untuk Menurunkan Perilaku Atau Gangguan
- Nurmaningsih, N.M.H. (2021) ‘Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Pada Masa New Normal Covid-19 di Wilayah Kerja Puskesmas 2 Denpasar Barat’, 4(1), p. 6.
- Prameswari, Y., & Ulfah, Z. (2019). *Faktor Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Menghadapi Persalinan di Puskesmas Batu Aji Kota Batam Tahun 2018*. *Psyche*, 12(1), 30–39
- Prawirohardjo. (2018). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono
- Rahayu, D.D. (2020) ‘Pengetahuan ibu nifas tentang pijat oksitosin dalam kelancaran asi di klinik pratama gemilang medika bantul tahun 2020 artikel’, *Universitas Ngudi Waluyo* [Preprint].
- Ratna Sari, N.L.P.M., Parwati, N.W.M. and Indriana, N.P.R.K. (2023) ‘The Correlation Between Mother’s Knowledge Level And Husband Support Toward Anxiety Level Of Pregnant Mother In The Third Trimester During Labor’, *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 7(1), pp. 35–44.
- Retnomawati, E. and Utami, F.S. (2023) ‘Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Ketiga Menghadapi Persalinan di Masa Pandemi’, *Buletin Ilmu Kebidanan dan Keperawatan*, 2(01), pp. 15–25.
- Rosdewati, L. (2022) ‘Tingkat Pengetahuan Bidan Tentang Terapi Musik Klasik Pada Ibu Hamil’.
- Rustikayanti, N.R., *et al.* (2016) ‘Perubahan psikologis pada Ibu Hamil Trimester III.’, *The Southeast Asian Journal of Midwifery*.

- 2(1): 45-46 [Preprint].
- Safitri, Y.V. and Soleman, S.R. (2023) 'Penerapan Terapi Musik Klasik terhadap Kecemasan pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Puskesmas Mojopurno Kabupaten Madiun', *Jurnal Anestesi: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kedokteran*, 1(4), pp. 110–124.
- Sari, Y. (2021) 'Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Dalam Menghadapi Persalinan Di Wilayah Kerja Puskesmas Aek Godang Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021', pp. 1–85.
- Setiyaningsih, F. (2022) 'Efektivitas Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Inpartu Kala I Di Puskesmas Gemarang', *Jurnal Bidan Pintar*, 3(1).
- Siallagan, D. and Lestari, D. (2018) 'Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan Berdasarkan Status Kesehatan, Graviditas Dan Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Jombang', *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 1(2), pp. 104–110.
- Siti, H., Mei Winarni, L. and Agustin, C.B. (2024) 'Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Manis Jaya', *JMM (Journal of Midwifery Madani)*, 1.
- Suhada, P. (2019) 'Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester dalam Menghadapi Persalinan Di Puskesmas Cakranegara', pp. 1–19.
- Suharnah, H., Jama, F. and Suhermi, S. (2021) 'Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III', *Window of Nursing Journal*, 2(1), pp. 191–200. Available at:
- Sukma F Hidayati dan Jamil S N (2017) *Asuhan kebidanan pada masa nifas*. I. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Sulistiyani, D. (2016) 'Pengaruh Musik Klasik Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III di BPM Istianatul', pp. 1–23.
- Susanti, D.R. and Yuliasari, T.R. (2019) 'Tingkat pengetahuan ibu menyusui tentang pijat oksitosin untuk memperlancar produksi asi', *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 6, pp. 31–37.
- Widhiyantari, Ekajayanti dan Purnamayanthi. (2023). 'Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Midwinerslion' *Jurnal Kesehatan STIKes Buleleng*, 8, pp. 45–50.
- Wulansari, D.P. (2021) 'Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester II Dan III Di Wilayah Kerja Puskesmas Kahuripan Tahun 2020', *JoMI (Journal of Midwifery Information)*, 1(2), pp. 96–105.