

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses persalinan dan kelahiran merupakan peristiwa fisiologis yang alami. Meskipun demikian, ibu yang akan melahirkan umumnya mengalami perubahan emosi yang cukup intens, yang dapat memicu munculnya kecemasan (Yulizawati dkk, 2019). Persalinan adalah proses melahirkan yang dimulai dengan kontraksi rahim, diikuti keluarnya bayi, lalu plasenta beserta selaputnya. Proses ini umumnya berlangsung selama 12 hingga 14 jam (Kurniarum, 2016).

Persalinan normal biasanya berlangsung kurang dari 24 jam dan terbagi dalam empat kala: kala I (± 12 jam pada primipara, ± 8 jam pada multigravida), kala II (± 50 menit pada primipara, ± 30 menit pada multigravida), kala III (5–30 menit untuk pengeluaran plasenta), dan kala IV (2 jam pertama masa nifas) (Manuaba, n.d. 2015). Kontraksi yang tidak adekuat dan faktor janin bisa mengakibatkan kala I serta kala II memanjang. Akibatnya dari kala I dan kala II memanjang adalah terjadinya infeksi yang artinya salah satu faktor penyebab kematian ibu. Di sisi lain, (Fahrhani et al., 2020) menyampaikan “faktor jalan lahir juga menyebabkan morbiditas pada ibu berupa terjadinya luka preniun yang sangat rentan terjadi infeksi Jika tidak ditangani dengan tepat”.

Secara psikologis, peningkatan tingkat kecemasan dipengaruhi oleh mekanisme pengaturan dan respons refleksi terhadap gerakan. Individu yang mengalami kecemasan cenderung mengalami hambatan dalam mendengarkan orang lain serta dapat mengganggu hubungan interpersonal. Rasa takut yang muncul dapat mendorong seseorang untuk menarik diri dan mengurangi interaksi sosial (Suliswati, 2005). Prevalensi gangguan kecemasan akut maupun kronis mencapai sekitar 5% dari total populasi, dengan perbandingan antara perempuan dan laki-laki mencapai 2:1. Diperkirakan sekitar 2% hingga 4% individu dalam populasi akan mengalami gangguan kecemasan sepanjang hidup mereka (Hawari, 2006).

Kecemasan dapat ditangani melalui terapi, baik dengan pendekatan farmakologis maupun non-farmakologis. Penanganan secara farmakologis umumnya melibatkan pemberian obat antiansietas atau antidepresan. Sementara itu, pendekatan non-farmakologis dapat dilakukan melalui teknik distraksi, yaitu metode yang mengalihkan fokus individu dari suatu tekanan psikologis ke rangsangan lain, sehingga dapat menurunkan tingkat kecemasan dan persepsi terhadap nyeri. Salah satu bentuk teknik distraksi yang terbukti efektif adalah mendengarkan musik, karena mampu mengalihkan perhatian dari kecemasan berlebih. Menurut (Ratnawati et al., 2015 dalam Hajizah, 2018) “dalam dunia medis, terapi musik dikenal sebagai bentuk terapi pelengkap atau *complementary medicine*.”

Angka peristiwa kecemasan di Indonesia 107 juta ibu hamil (28,7%) dari 373 juta ibu hamil yang mengalami kecemasan menghadapi persalinan

(Kemenkes, 2021). Jumlah persalinan Tahun 2022 Kabupaten Grobogan dengan jumlah ibu bersalin sebanyak 19, 172 persen persalinan. Di Puskesmas Toroh 1 pada Tahun 2022 sebanyak 925 ibu bersalin, pada Tahun 2023 jumlah persalinan sebanyak 18, 721 persen persalinan, Puskesmas Toroh I sebanyak 321 ibu bersalin, jumlah persalinan pada tahun 2024 sebanyak 16.405 persen persalinan. Sementara di Puskesmas Toroh I persalinan pada tahun 2024 sebanyak 837 ibu bersalin (Dinas Kesehatan Kabupaten Grobogan, 2024). Di Puskesmas Toroh I persalinan fisiologis bulan januari sebanyak 19 ibu bersalin, bulan februari sebanyak 12 ibu bersalin, dan dibulan maret sebanyak 9 ibu bersalin secara fisiologis di Puskesmas Toroh I Tahun 2025.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Wellenborn, 2018), masa persalinan merupakan periode yang krusial bagi perempuan setelah melahirkan. Ketidaksiapan dalam aspek fisik, psikologis, mental, maupun spiritual dalam menghadapi proses ini dapat menyebabkan timbulnya berbagai permasalahan, seperti kecemasan, nyeri persalinan, atau komplikasi lainnya. Ketidakmampuan dalam menyelesaikan dilema yang muncul selama persalinan turut berkontribusi terhadap tingginya angka morbiditas, yang tercatat mencapai 74% (Wellenborn, 2018).

Banyak pendekatan terapeutik non-farmakologis, termasuk latihan pernapasan dalam, praktik mindfulness, aktivitas fisik, terapi musik, pijat, akupresur, akupunktur, aromaterapi, dan hypnobirthing, dapat digunakan oleh bidan untuk membantu meredakan kecemasan selama persalinan. Misalnya, hypnobirthing adalah teknik di mana ibu menjaga ketenangannya selama

proses persalinan dengan memberikan perhatian penuh pada bayinya. Meskipun saat ini belum umum digunakan dalam praktik kebidanan, terapi musik merupakan strategi lain yang berguna untuk meredakan nyeri persalinan (Wellenborn, 2018).

Terapi musik klasik mampu mengurangi tingkat kecemasan pada ibu yang sedang melahirkan, karena musik tersebut dapat mengalihkan fokus dari rasa cemas yang berlebihan menjadi keadaan yang lebih rileks dan tenang, sekaligus membantu meredakan rasa nyeri (Parung et al., 2020). Menurut (Syafitri et al., 2023) musik klasik terbukti sangat efektif dalam mengurangi kecemasan pada ibu hamil. Mendengarkan musik klasik menenangkan dapat membantu ibu melahirkan membangun afirmasi positif, merangsang endorfin, dan menurunkan kecemasan. (Syafitri et al., 2023) menambahkan, “musik klasik juga membantu mengatur pola pernapasan ibu, karena irama musik tersebut memberikan energi yang dapat mendukung pengurangan kecemasan selama persalinan.

Berdasarkan penelitian (Nirwana, 2022) mengenai Efektivitas Terapi Musik Klasik dalam Mengurangi Kecemasan pada Ibu Inpartu Kala I di Puskesmas Gemarang, menyebutkan bahwasannya terapi musik merupakan suatu metode yang mengintegrasikan elemen penyembuhan musik dengan kondisi fisik, emosional, mental, kognitif, spiritual, serta kebutuhan sosial individu. Terapi musik terbukti efektif dalam mengurangi nyeri selama persalinan karena mampu mengalihkan perhatian dari rasa tidak nyaman, memengaruhi pola pernapasan, denyut jantung, nadi, tekanan darah, dan suhu

tubuh. Selain itu, terapi ini juga dapat menimbulkan perasaan aman dan nyaman, serta memengaruhi persepsi terhadap rasa sakit pada seseorang (Nirwana, 2022).

Dengan menggunakan stimulus suara yang menggabungkan unsur-unsur melodi, ritme, harmoni, bentuk, dan gaya, terapi musik bertujuan untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan mental dan fisik. Menurut penelitian, mendengarkan musik klasik dapat membantu orang merasa kurang cemas. Selaras dengan penelitian (Aprlia, 2018) bahwasannya ibu yang menjalani terapi musik klasik di RSUD Kota Madiun mengalami penurunan skala kecemasan secara signifikan dibandingkan dengan kelompok tanpa terapi. Hal tersebut menunjukkan terapi musik klasik efektif sebagai pendekatan nonfarmakologis dalam mengelola kecemasan selama proses persalinan.

Berdasarkan studi pendahuluan peneliti pada tanggal 5 Maret 2025 di Puskesmas Toroh Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan Provinsi Jawa Tengah, dilakukan wawancara kepada 15 ibu bersalin didapatkan 9 ibu bersalin mengalami kecemasan dikarenakan takut menghadapi proses persalinan dan terdapat 6 orang yang cemas karena trauma terhadap persalinan sebelumnya. Dari 15 ibu bersalin terdapat 9 orang tidak paham terapi musik klasik sama sekali mengenai manfaat dari terapi musik, 4 orang sudah sering memutar musik pada saat hamil trimester III, 2 orang sudah pernah mendownload terapi musik klasik tetapi belum pernah mendengarkannya bahkan langsung menghapusnya. Ibu bersalin di Puskesmas Toroh I rata-rata belum mengetahui jika dengan mendengarkan terapi musik bisa mengurangi

kecemasan. Peneliti menggunakan musik klasik instrumental mozart piano concerto no. 23 In C Manjorr K. 448 yang diklasifikasikan sebagai gelombang alfa dan teta berulang 5000-8000 Hz. Musik ini bisa menjadi sumber kekuatan emosional yang relavan dengan kondisi psikologis bagi ibu bersalin kala I fase laten.

B. Rumusan Masalah

Peninkatan kecemasan yang di pengaruhi oleh mekanismepengaturan dan respons reflek terhadap gerakan, serta dampaknya terhadap fungsi nterpersonal individu. Kecemasan yang tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan hambatan dalam kemampuan dalam kemampuan mendengarkan orang lain dan mengganggu kualitas hubungan sosial. Tingginya prevelensi gangguan kecemasan baik akut maupun kronis yang lebi banyak dialami prempuan dibandingkan laki-laki, merupakan bahwa gangguan ini merupakan masalah psikologis yang signifikan. Oleh karna itu, perlu diteliti lebih lanjut mengenai penanganan kecemasan, baik melalui farmakologis seperti memberikan obat antiansietas, maupun pendekatan non-farmakologis seperti tehnik distraksi. Berdasarkan uraian latar belakang di atas dapat dirumuskan “Adakah Pengaruh Terapi Musik Klasik Mozart Piano Concerto No. 23 A Manjor K. 488 Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu dalam Menghadapi Persalinan di Puskesmas Toroh 1.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk menganalisa pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin kala I fase laten di Puskesmas Toroh I.

2. Tujuan Khusus

Berdasarkan tujuan umum di atas, maka dalam penelitian ini terdapat tujuan khusus untuk :

- a. Mendeskripsikan tingkat kecemasan ibu bersalin kala I fase laten sebelum diberikan terapi musik klasik.
- b. Mendeskripsikan tingkat kecemasan ibu bersalin kala I fase laten setelah diberikan terapi musik klasik.
- c. Menganalisa pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin kala I fase laten.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat memberi manfaat bagi berbagai pihak meliputi :

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini dapat berguna untuk memberikan ilmu pengetahuan mengenai pengaruh terapi musik klasik untuk mengurangi kecemasan pada ibu bersalin kala 1 fase laten di Puskesmas Toroh 1.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Tenaga Kesehatan

Dengan terapi musik, diharapkan tim medis dapat memberitahukan dan mengarahkan kepada ibu bersalin yang sedang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan kala I fase laten dan untuk menjadi

bahan masukan agar bisa meningkatkan tenaga kesehatan dalam memberikan pelayanan kepada ibu bersalin.

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu untuk menguji pemahaman peneliti tentang kecemasan persalinan serta menambah wawasan dan pengalaman peneliti dalam memberikan terapi musik secara langsung pada ibu bersalin tentang cara menurunkan kecemasan.

c. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan mampu untuk menambah pengetahuan responden tentang terapi musik, sehingga ibu bersalin dapat menurunkan kecemasannya dengan mendengarkan musik.

E. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan pada Proposal Skripsi terdiri dari 5 Bab yang dijabarkan sebagai berikut:

Tabel 1.1 Sistematika Penulisan Proposal

BAB	Konsep Pengambilan Data
BAB I	Pendahuluan berisi tentang latar belakang, perumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat, sistematika penulisan, dan penelitian terkait.
BAB II	Tujuan Pustaka berisi tentang landasan teori yang digunakan dalam penelitian serta menggambarkannya dalam kerangka teori penelitian.
BAB III	Metodelogi Penelitian berisi tentang konsep metodelogi mulai dari jenis, desain dan rancangan penelitian, populasi sampel, definisi operasional, instrumen penelitian, uji instrumen dan analisa data serta etika dalam penelitian

BAB IV	Hasil dan Pembahasan berisi tentang hasil penelitian termasuk hasil analisa data penelitan (hasil uji statisik), pembahasan hasil dan keebatasan penelitian.
BAB V	Penutup, berisi tentang simpulan dan saran yang dapat peneliti berikan dari hasil penelitian.

F. Penelitian Terkait

Penelitian tentang pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin kala 1 fase laten di Puskesmas Toroh 1:

Tabel 1.2 Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul	Metode	Hasil
1.	Viktori Trivoni Parung, Shinta Novelia, Anni Suciawati	“Pengaruh terapi musik klasik terhadap kecemasan ibu bersalin kala 1 fase laten di Puskesmas Ronggakoe Manggarai Timur Nusa Tenggara, Tahun 2020”	Metode penelitian ini menggunakan quasi eksperiment, dengan pre test dan post test control group.	Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi paa kelompok control ($p = .00$) dan terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara kelompok eksperimen dan control se telah intervensi ($P = .00$)
2.	Betanuari Sabda, Nirwana, Sri Mulyani.	“Evektifitas terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan pada ibu inpartu kala I. Tahun 2020”	Metode penelitian yang digunakan adalah “Pre-Experimental Design dengan pendekatan one group pretest-posttest.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan berat yaitu sebanyak 12 responden (60%), Setelah diberikan terapi musik Klasik sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan yaitu sebanyak 11 responden (55%). Hasil uji statistik Wilcoxon Ranks Test dari

perhitungan menggunakan SPSS didapatkan hasil 0.001cyaitu lebih kecil dari syarat atau < 0.05 sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima.

3.	Devi Kurniasari, Vera Lusi Alvionita	“Pengaruh terapi musik muzart terhadap tingkat kecemasan dan nyeri pada ibu bersalin kala I fase laten di Puskesmas Daya Murni, Tahun 2016”	Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan pre-eksperimental one group pretest post-test.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan kecemasan ibu bersalin kala I laten sebelum dan setelah diberikan terapi musik klasik Mozart ($p=0,005$), dan perbedaan nyeri pada ibu bersalin kala I laten sebelum dan setelah diberikan terapi musik klasik Mozart ($p<0,001$).
4.	Endryani Syafitri, Muthia Sari Mardh, Friska Yuni Simatupang	“Pengaruh terapi musik klasik menurunkan tingkat kecemasan ibu bersalinan di Klinik Romauli Marelan. Tahun 2023”	Metode penelitian yang digunakan adalah one group pre-test and post test.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu bersalin, dari penelitian yang di dapat tingkat kecemasan ibu sebelum dilakukan perlakuan didapatkan hasil uji normalitas $0,178 > 0,05$ yang berarti data berdistribusi tidak normal, maka dilakukan uji Wilcoxon diperoleh nilai signifikan $P=0,000$ dimana $p < 0,05$.
5.	Rossi sptiana, ttim adriani ngsih	“Efektifitas teapi musik dalam menurunkan kecemasan	Metode pengumpulan data menggunakan data primer, jenis penelitian ini	Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pemberian terapi musik dengan tingkat

pada ibu adalah penelitian kecemasan pada ibu bersalin bersalin kala I kuantitatif dengan dengan nilai p (0,003) dan fase aktif. menggunakan OR (0,056). Tahun 2024” quasy eksperimental design jenis pre test-post test.

Perbedaan dari penelitian terkait dengan penelitian sebelumnya terdapat perbedaan dalam judul penelitian yaitu “Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Bunda Bersalin Kala I Fase Laten”, desain saya menggunakan Quasi Eksperimen dengan pendekatan *One group Pra-Test-Posttest*, dengan total sample 21 responden ibu bersalin di Puskesmas Toroh I, dan analisis data secara bivariat menggunakan uji *wilccoxon*.