



PENGARUH TERAPI MUSIK RELIGI TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN IBU HAMIL SELAMA KEHAMILAN DI DESA PURBATUA

Iin Angriani Sormin¹, Wiwi Wardani Tanjung²

¹Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga
STIKes Darmais Padangsidimpuan

²Dosen STIKes Darmais Padangsidimpuan
iinangriani02@gmail.com

ABSTRACT

Pregnancy is an exciting time and is awaited by mothers and their families. All mothers want their pregnancy and childbirth to run safely, smoothly, and normally. However, pregnancy can also be a time of anxiety and worry. According to the 2017 World Health Organization (WHO), the prevalence of women who die during pregnancy and childbirth is around 529,000. This is due to the emotional state of the mother during pregnancy and when facing childbirth. Pregnancy is a period of crisis in which the mother is often worried or afraid of the pain and physical danger that comes with giving birth. This causes bleeding in pregnant women during labor. The purpose of this study was to determine the effect of religious music therapy on reducing the anxiety of pregnant women in Purbatua Village, Padangsidimpuan Southeast Health District. The research used was quasi-experimental. Using the Pretest posttest only research design. The research location was in Purbatua Village, Padangsidimpuan Tenggara District. The study population was 6 pregnant women, the study sample was 6 people. Data analysis using Univariate Analysis and Bivariate Analysis. The results showed that there was a decrease in the anxiety of pregnant women and the average anxiety score of pregnant women before religious music therapy was 35.33 and after religious music therapy there was a decrease in anxiety with an average of 25.83. The *p*-value is 0.001, meaning that there is an effect of music therapy on reducing anxiety. This study implies that giving religious music therapy can reduce anxiety in pregnant women when facing their delivery. It is hoped that the results of this study will become a reference for D3 Midwifery students in serving the community.

Keywords: *Anxiety Reduction, Music Therapy Religious*

ABSTRAK

Kehamilan merupakan saat yang menyenangkan dan dinanti oleh ibu dan keluarga. Semua ibu menginginkan kehamilan dan persalinannya berjalan dengan aman, lancar, dan normal. Namun, kehamilan juga menjadi saat yang menggelisahkan dan mengkhawatirkan (Saminem, 2009). Menurut *World Health Organization* (WHO) 2017 prevalensi wanita yang meninggal selama kehamilan dan persalinan sekitar 529.000. Hal ini dikarenakan kondisi emosional ibu selama kehamilan dan saat menghadapi persalinan. Kehamilan merupakan suatu periode krisis dimana ibu sering merasa khawatir atau takut akan rasa sakit dan bahaya fisik yang timbul saat melahirkan. Hal ini menyebabkan perdarahan pada ibu hamil saat persalinan. Tujuan penelitian ini adalah untuk Mengetahui pengaruh terapi musik religi terhadap penurunan kecemasan ibu hamil di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara kesehatan. Penelitian yang digunakan adalah penelitian quasi eksperimen (eksperimen semu) menggunakan desain penelitian *Pretest posttest only desain*. Tempat penelitian di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara. populasi penelitian sejumlah 6 ibu hamil, Sampel penelitian Sebanyak 6 orang. Analisa Data menggunakan Analisa Univariat dan Analisa Bivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan kecemasan ibu hamil dan rata-rata skor kecemasan ibu hamil sebelum dilakukan terapi musik religi adalah 35.33 dan sesudah dilakukan terapi musik religi terjadi penurunan kecemasan yaitu dengan rata-rata 25,83. Nilai *p*-value adalah 0,001 artinya adanya pengaruh terapi musik terhadap penurunan kecemasan. Implikasi dari penelitian ini adalah pemberian terapi musik religi dapat mengurangi kecemasan pada ibu hamil saat menghadapi persalinannya. Diharapkan hasil penelitian ini menjadi acuan mahasiswa D3 Kebidanan dalam mengabdikan diri kepada masyarakat.

Kata Kunci: *Penurunan Kecemasan, Terapi Musik Religi*

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan saat yang menyenangkan dan dinanti oleh ibu dan keluarga. Semua ibu menginginkan kehamilan dan persalinannya berjalan dengan aman, lancar, dan normal. Namun, kehamilan juga menjadi saat yang menggelisahkan dan mengkhawatirkan (Saminem, 2009). Terkadang kebahagiaan dapat terganggu oleh beberapa perasaan khawatir, akibatnya, kondisi emosi juga dapat terpengaruh (Sholihah, 2010).

Menurut *World Health Organization* (WHO) 2017 prevalensi wanita yang meninggal selama kehamilan dan persalinan sekitar 529.000. Hal ini dikarenakan kondisi emosional ibu selama kehamilan dan saat menghadapi persalinan. Kehamilan merupakan suatu periode krisis dimana ibu sering merasa khawatir atau takut akan rasa sakit dan bahaya fisik yang timbul saat melahirkan. Hal ini menyebabkan perdarahan pada ibu hamil saat persalinan.

Terapi musik religi merupakan proses interpersonal yang menggunakan musik untuk terapi aspek-fisik, emosional, mental, sosial, estetika, dan spiritual untuk membantu pasien dalam meningkatkan atau mempertahankan kesehatan mereka. Dalam beberapa kasus, kebutuhan pasien ditangani langsung melalui musik, di kesempatan lain mereka ditangani melalui hubungan yang berkembang antara pasien dan terapis (Suryana, 2012).

Pada tanggal 6 november berdasarkan survey awal dan menemui 3 orang ibu hamil dan melakukan Tanya jawab, kemudian peneliti menemukan diantaranya 2 orang ibu hamil mengatakan merasa takut untuk menghadapi persalinan, 1 oran ibu hamil takut menghadapi persalinan dikarenakan pada saat persalinan pertamanya merasakan kesakitan hebat, dan 1 ibu mengatakan takut karena ini merupakan persalinan pertamanya dan 1 ibu tidak mengalami kecemasan. Setelah itu peneliti menanyakan apakah ibu hamil mengetahui tentang terapi musik religi terhadap penurunan kecemasan ibu hamil saat menghadapi persalinan dan ke 3 ibu hamil tersebut tidak mengetahui apa itu terapi musik religi. Tujuan Penelitian ialah Untuk mengetahui ada pengaruh terapi musik religi terhadap penurunan kecemasan Ibu Hamil Selama Kehamilan di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidempuan Tenggara Tahun 2023.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian quasi eksperimen (eksperimen semu) yaitu penelitian eksperimen yang tidak sekuat eksperimen murni. disebut eksperimen semu karna dalam penelitian eksperimen jenis ini banyak variabel yang tidak bisa dikontrol.

Desain penelitian ini menggunakan desain penelitian *Pretest posttest only desain* dengan tujuan

untuk mengetahui Pengaruh Terapi Musik Religi Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Saat Menghadapi Persalinan di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidempuan Tenggara Tahun 2023.

keseluruhan penelitian yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dalam penelitian disebut populasi. Populasi penelitian ini adalah ibu hamil di desa Purbatua Kecamatan Padangsidempuan Tenggara bulan Desember sebanyak 6 orang. Sampel pada penelitian ini adalah keseluruhan jumlah populasi yaitu Ibu hamil di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidempuan Tenggara Tahun 2023 sebanyak 6 orang.

Sampel pada penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik metode *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel pertimbangan tertentu. Yaitu menyesuaikan cara pengambilan sampel didasarkan atas pertimbangan penelitian sendiri, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya.

Alat - alat yang digunakan untuk pengukuran variable adalah alat pengumpulan data (Noor, 2017). Alat yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi berupa lembar ceklis terapi musik religi dan kuesioner untuk mengetahui kecemasan yang dirasakan responden dengan menggunakan kuesioner yang berasal dari *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A) yang diadopsi dari buku “Metodologi Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data (2011), yang mencakup 14 gejala psikis kecemasan, yaitu perasaan cemas (ansietas), ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, perasaan depresi (murung), gejala somatik/fisik (otot), gejala somatik/fisik (sensorik), gejala kardiovaskuler (jantung dan pembuluh darah), gejala respiratori (pernafasan), gejala gastrointestinal (pencernaan), gejala urogenital (perkemihan dan kelamin), gejala autonomy, dan tingkah laku (sikap) pada wawancara

HASIL

Tabel 4.1
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur
Responden Ibu Hamil di Desa Purbatua
Kecamatan Padangsidempuan Tenggara
Tahun 2023

No	Umur	F	%
1	17-25 Tahun	0	0
2	26-35 Tahun	0	0
3	36- 45 tahun	6	100%
Jumlah		6	100

Berdasarkan Tabel 4.1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berumur 26- 35 tahun yaitu sebanyak 6 responden (100).

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan
Responden Ibu Hamil di Desa Purbatua
Kecamatan Padangsidimpuan
Tenggara Tahun 2023

No	Pendidikan	F	%
1	SD	2	33.3%
2	SMP	1	16.7%
3.	SMA	2	33.3%
4.	Perguruan Tinggi	1	16.7%
Jumlah		6	100%

Berdasarkan Tabel 4.2 menunjukkan bahwa Mayoritas Pendidikan Ibu Hamil adalah SMP 2 (33,3%) dan SMA 2 (33,3%) dan minoritas pendidikan ibu hamil SD 1 (33,3%) dan perguruan tinggi 1 (33,3%).

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan
Responden Ibu Hamil di Desa Purbatua
Kecamatan Padangsidimpuan
Tenggara Tahun 2023

No	Pekerjaan	F	%
1	IRT	5	83.3
2	Pedagang	0	0
3	Wiraswasta	0	0
4	Petani	1	16.7
Jumlah		6	100

Berdasarkan Tabel 4.3 menunjukkan bahwa Mayoritas Pekerjaan Ibu Hamil adalah ibu rumah tangga 5 (83,3%) dan minoritas pekerjaan ibu hamil adalah Petani (16,7%).

Tabel 4.4
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Agama
Responden Ibu Hamil di Desa Purbatua
Kecamatan Padangsidimpuan
Tenggara Tahun 2023

No	Agama	F	%
1	Islam	6	100
Jumlah		6	100

Berdasarkan Tabel 4.4 menunjukkan bahwa Seluruh Ibu Hamil Beragama Islam sebanyak 6 (100%)

Tabel 4.5
Distribusi Frekuensi Berdasarkan kecemasan
Responden Ibu Hamil di Desa Purbatua
Kecamatan Padangsidimpuan
Tenggara Tahun 2023

No	Kecemasan	F	%
1	Tidak Cemas	0	0
2	Ringan	1	16,7
3	Sedang	1	66,7
4	Berat	4	16,7%
Jumlah		6	100

Berdasarkan Tabel 4.5 menunjukkan bahwa Mayoritas Kecemasan ibu hamil adalah Berat yaitu 4 (66,7%) dan minoritasnya adalah sedang 1 (16,7%) dan Ringan 1 (16,7%).

Tabel 4.6
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pernah
Mendapatkan Informasi Tentang Terapi Musik
Religi Responden Ibu Hamil di Desa Purbatua
Kecamatan Padangsidimpuan
Tenggara Tahun 2023

No	Pernah Mendapatkan Informasi Tentang Terapi Musik Religi	F	%
1	TV	1	16,7%
2	Facebook	0	0
3	Youtube	2	33,3%
4.	Majalah	0	0
5.	Radio	0	0
6.	Tidak Pernah	3	50%
Jumlah		6	100

Berdasarkan Tabel 4.6 menunjukkan mayoritas Ibu Hamil Tidak Pernah Mendapatkan informasi tentang Terapi Musik Religi 3 (50%) dan minoritas ibu hamil mendapatkan terapi musik Youtube (16,7%) dan TV (33,3%).

Tabel 4.7
Pengaruh Terapi Musik Religi Terhadap
Penurunan Kecemasan Ibu Hamil di Desa
Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan
Tenggara Sebelum di lakukan
Terapi Musik Religi

No	Skor kecemasan ibu hamil	F	%
1	28	1	16.7%
2	30	1	16.7%
3	32	2	33.3%
4	40	1	16.7%
5	50	1	16.7%
Jumlah		6	100.0%

Berdasarkan Tabel 4.7 menunjukkan mayoritas skor kecemasan ibu hamil sebelum dilakukan terapi musik religi 32(33,3%) dan minoritas skor kecemasan ibu hamil sebelum dilakukan terapi musik religi 28(16,7%), 30(16,7%), 40(16,7%), 50(16,7%).

Tabel 4.8

Pengaruh Terapi Musik Religi Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamil di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Sesudah di lakukan Terapi Musik Religi

No	Skor kecemasan ibu hamil	F	%
1	19	1	16.7%
2	23	1	16.7%
3	24	2	33.3%
4	27	1	16.7%
5	38	1	16.7%
Jumlah		6	100%

Berdasarkan Tabel 4.7 dapat dilihat bahwa rata-rata (*mean*) Kecemasan Ibu Hamil di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara sebelum di lakukan Terapi Musik Religi adalah 6,17 dengan nilai minimal adalah 2 dan nilai maksimal adalah 9 dan rata-rata (*mean*) kecemasan sesudah dilakukan Terapi Musik Religi adalah 1,17 dengan nilai minimal adalah 0 dan nilai maksimal adalah 2.

4.1 Analisa Bivariat

Tabel 4.9

Pengaruh Terapi Musik Religi Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamildi Desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Sebelum dan Sesudah di lakukan Terapi Musik Religi

Variabel	N	Mean	SD	Min	Max	Signifikan
Kecemasan Ibu Hamil Sebelum dilakukan Terapi Musik Religi	6	35.33	8.26	28	50	0.01
Kecemasan Ibu Hamil Sesudah dilakukan Terapi Musik Religi	6	25.83	8.26	19	38	

Berdasarkan Tabel 4.8 dapat dilihat bahwa rata-rata (*mean*) Kecemasan Ibu Hamil di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara sebelum di lakukan Terapi Musik Religi adalah 35,33 dengan nilai minimal adalah 28 dan nilai maksimal adalah 50 dan rata-rata (*mean*) kecemasan ibu hamil sesudah dilakukan Terapi Musik Religi adalah 1,17

dengan nilai minimal adalah 19 dan nilai maksimal adalah 38.

Berdasarkan Tabel 4.8. menunjukkan bahwa Pengaruh Terapi Musik Religi Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamil saat menghadapi persalian di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara dengan nilai $p > 0,001$.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pengaruh Terapi Musik Religi Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamil di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara menunjukkan bahwa sebagian besar terjadi penurunan kecemasan sebanyak 6 responden dengan presentase (25,83%), tidak ada responden yang mengalami peningkatan kecemasan setelah diberikan intervensi terapi musik religi dan yang mengalami kecemasan tetap sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi musik Religi sebesar 6 responden. Uji Test Independen p -value adalah 0,001 menunjukkan adanya pengaruh terapi musik Religi terhadap penurunan kecemasan ibu hamil saat menghadapi persalinan di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Tahun 2023.

Tingkat kecemasan setelah dilakukan terapi musik Religi mengalami penurunan dibandingkan dengan tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi musik Religi, bahwa terbukti terapi musik religi yang diberikan kepada ibu hamil di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara mempunyai manfaat yang berarti untuk menurunkan kecemasan saat menghadapi persalinannya nanti. Hal ini dapat dilihat nilai mean sebelum dilakukan terapi musik religi yaitu sebanyak 35,33 dan setelah dilakukan terapi musik nilai mean menjadi 25,83.

Pada penelitian Suharnah, dkk (2021) Terapi musik Religi dapat mengurangi kecemasan pada ibu hamil karena terapi musik religi merupakan teknik yang efektif untuk mengalihkan perhatian seseorang terhadap cemas berlebih. Musik Religi 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.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2010), yang menyatakan bahwa setelah diberikan terapi musik religi dari 9 responden yang secara keseluruhan memiliki tingkat kecemasan ringan, tingkat kecemasan sedang dan tingkat kecemasan berat, mengalami penurunan tingkat kecemasan, yaitu tidak cemas sebanyak 4 orang (45%), cemas ringan sebanyak 3 orang (33%) dan cemas sedang sebanyak 2 orang (22%). (15).

peneliti berasumsi bahwa ada pengaruh pemberian terapi musik religi terhadap penurunan kecemasan pada ibu hamil. Kecemasan yang sering dirasakan oleh ibu hamil biasanya karena faktor ekonomi, mereka cemas kurangnya dana saat menghadapi persalinannya, seperti rasa takut saat

bayinya lahir, kebutuhannya tidak terpenuhi dan takut anaknya akan lahir cacat karena vitaminsya tidak tercukupi. Namun, banyak ibu hamil yang masih sulit menemukan alternatif yang dapat menangani hal tersebut, seperti terapis non-farmakologis contohnya terapi musik religi.

Salah satu cara untuk menurunkan kecemasan ibu hamil selama kehamilan dengan melakukan terapi musik religi, fokus dan konsentrasi saat melakukan terapi musik religi, maka secara psikologi ibu hamil sudah mempunyai keyakinan kepada diri sendiri bahwa terapi musik religi dapat mengurangi kecemasan saat menghadapi persalinan di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan di atas, maka kesimpulan yang dapat dirikan adalah sebagai berikut :

1. Kecemasan sebelum dilakukan tindakan terapi musik pada ibu hamil di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara dengan mean 35,33
2. Kecemasan setelah dilakukan tindakan terapi musik pada ibu hamil di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara, semua responden mengalami kecemasan dengan mean 25,83
3. Ada pengaruh terapi musik terhadap penurunan kecemasan ibu hamil di Desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara dengan p -value sebesar 0,001

DAFTAR PUSTAKA

- Shaminem, Hj. 2009. *Seri Asuhan Kebidanan Kehamilan Normal*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Sholihah, Lutfiat. 2010. *Panduan Lengkap Hamil Sehat*. Yogyakarta. Diva Press.
- Sodik, 2015. *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta. Keterasi media publishing.
- Solehati, T dan Cecep E. Kosasih. 2017. *Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas*. Bandung: Refika Aditama.
- Suryana, Dayat. 2012. *Terapi Musik*. Bandung: Mitra Google Buku.
- WHO. Maternal Mental Health and Child Health and Development in Low and Middle Income. 2017. Countries.in: Geneva, Switzerland.
- Wibowo, Trisno A. Hakimi, M, dan Isworo A. 2012. *Hubungan Antara Kecemasan dengan Kejadian Preeklamsia*. Kabupaten Banyumas Jawa Tengah. Ber Kedokt Masyarakat.
- Yati, 2013. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Rukiyah, Ai yeyeh dan Yulianti. (2010). *Asuhan Neonatus, Bayi dan Balita*. Jakarta: CV. Trans Info Media.

- Syafril, (2017). *Dasar-dasar Ilmu Pendidikan*. Jakarta: KENCANA.
- Sugiyono, (2009). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta Cipta.
- Sugiyono, (2013), *Metodologi Penelitian Bisnis*, Bandung: Alfabeta.
- Syahputra, (2020). *Buku Ajar Metodologi Penelitian*: CV Feniks Muda Sejahtera.
- Sholihah, Qomariyatus (2020). *Pengantar metode penelitian*. Malang: UB Press.
- Triwiyanto, Teguh (2014). *Pengantar pendidikan*, Jakarta: PT Bumi Aksara
- Wahyuni, (2013). *Asuhan Neonatus, Bayi dan Balita*, Jakarta: Buku Kedokteran EGC.