

Classical Music and Anxiety In primigravida mother Trimester III

Musik Klasik dan Kecemasan Pada Ibu Primigravida Trimester III

Wiwin Renny R
Esti Handayani
Sri Winarsih

*Dosen Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Semarang
Jl. Perintis Kemerdekaan Magelang
E-mail: wiwinrr@yahoo.co.id*

Abstract

This study aims to determine the different levels of anxiety before and after classical music in the third trimester primigravida pregnant women. The subjects in this study is the first time pregnant women at 28-40 weeks of gestation between the health center located in Magelang regency Mungkid. The sampling technique used was purposive sampling method. Scale refers to pregnant women anxiety scale is Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). This type of research is a quasi-experimental studies, using pre and post test design group. There are differences in levels of anxiety before and after administration of classical music in the third trimester primigravida pregnant women.

Key Words: Classical music, Anxiety Scale

1. Pendahuluan

Kehamilan adalah suatu periode krisis seorang wanita. Pada saat seorang ibu menjalani kehamilan terjadi proses yang mematangkan dan dapat menimbulkan stres. Hal ini karena konsep dirinya berubah karena mempersiapkan diri pada peran barunya. Menurut Salmah (2006) ketakutan ibu menghadapi persalinan terutama primigravida, berkaitan dengan emosi ibu yang berpengaruh pada proses persalinan. Kecemasan persalinan pertama merupakan perasaan atau kondisi psikologis yang tidak menyenangkan dikarenakan adanya perubahan fisiologis yang menyebabkan ketidakstabilan kondisi psikologis.

Kecemasan ibu hamil dipengaruhi oleh faktor intrinsik maupun ekstrinsik. Faktor intrinsik antara lain adalah usia dan pengalaman klien dalam menjalani pengobatan. Sedangkan faktor ekstrinsik antara lain kondisi medis, tingkat pendidikan, akses informasi, proses adaptasi, kondisi sosial ekonomi, dan komunikasi terapeutik.

Salah satu cara untuk mengurangi kekhawatiran maupun kecemasan pada

saat kehamilan adalah dengan musik. Musik dengan komposisi tertentu dapat merupakan terapi bagi ketenangan jiwa, bagi ibu hamil yang mengalami stres, kekhawatiran, kecemasan, baik dalam derajat yang ringan sekalipun sampai ke derajat kecemasan yang berat.

Jenis musik yang digunakan adalah musik klasik. Terapi musik telah banyak diterapkan untuk menurunkan ansietas, denyut jantung, dan tekanan darah (Qauliyah, 2006).

Berdasarkan survey pendahuluan pada bulan Januari s/d Maret 2011 diperoleh hasil dari 30 orang ibu hamil primigravida 26 orang diantaranya menyatakan khawatir dalam menghadapi persalinannya.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan ibu primigravida trimester III sebelum dan sesudah pemberian musik klasik di wilayah kerja puskesmas Mungkid kabupaten Magelang tahun 2011.

2. Metode Penelitian

Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah

penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*). Desain yang akan digunakan dalam penelitian ini menggunakan desain *pre test and post-test group*. Di dalam desain ini, observasi dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum dan sesudah eksperimen.

Subyek penelitian ini adalah Ibu hamil primigravida trimester III di wilayah kerja Puskesmas Mungkid Kabupaten Magelang

Analisis bivariat dalam penelitian menggunakan uji *Wilcoxon Match Pairtest* karena variabel data yang digunakan berskala nominal dan ordinal, sampel berpasangan. Tingkat kepercayaan yang dipakai peneliti adalah 95%, sehingga derajat kesalahannya 5%.

Hasil uji normalitas untuk pre dan post ternyata tidak dapat memenuhi distribusi normal. Berdasarkan tabel 4.3, untuk pre test koefisien Saphiro Wilk Z sebesar 0.611 dengan $p < 0,05$ dan untuk post test koefisien Saphiro Wilk Z 0,646 dengan $p < 0,05$.

3. Hasil

Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III sebelum diberi musik klasik

Tabel 1. Distribusi Tingkat kecemasan ibu sebelum diberi musik klasik.

Tingkat Kecemasan	Jumlah	Prosentase
Tidak Cemas	0	0%
Cemas ringan	20	66,7 %
Cemas Sedang	8	26,7 %
Cemas Berat	2	6,7 %
Total	30	100 %

Berdasarkan table 1 dapat diketahui bahwa jumlah ibu hamil yang mengalami kecemasan ringan adalah lebih dari dua kali kecemasan sedang. Sebelum diberikan pemberian musik klasik menunjukkan data ada kecenderungan ibu hamil mengalami kecemasan ringan yaitu sebesar 66,7 %. Untuk ibu primigravida Trimester III di wilayah kerja Puskesmas Mungkid yang tidak mengalami kecemasan tidak

ditemukan (0%) sedangkan kecemasan berat ada 6,7 % dari total responden.

Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III sesudah diberi musik klasik

Tabel 2 Distribusi Tingkat kecemasan ibu sesudah diberi musik klasik.

Tingkat Kecemasan	Jumlah	Persentase
Tidak Cemas	0	0%
Cemas ringan	24	80 %
Cemas Sedang	6	20 %
Cemas Berat	0	0 %
Total	30	100 %

Tabel 2 menunjukkan bahwa setelah diberikan pemberian musik klasik ada kecenderungan peningkatan jumlah ibu primigravida yang mengalami kecemasan ringan menjadi 80 % sedangkan ibu yang mengalami kecemasan berat tidak ada (0%). Ibu primigravida yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 20 %.

Perbedaan perasaan cemas Ibu Primigravida Trimester III sebelum dan sesudah diberi musik klasik

Tabel 3 Perbedaan Tingkat Kecemasan

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
cemas post - cemas pre	Negative Ranks	2(a)	2,25	4,50
	Positive Ranks	1(b)	1,50	1,50
	Ties	27(c)		
	Total	30		

Test Statistics(b)

	cemas post - cemas pre
Z	-,816(a)
Asymp. Sig. (2-tailed)	,414

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui harga Z hitung sebesar -0,816 dengan uji 2 pihak maka didapat nilai signifikansi sebesar 0,414, sehingga hipotesis dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan secara signifikan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III Sebelum dan Sesudah Pemberian Musik Klasik.

Perbedaan Ketegangan Ibu Primigravida Trimester III sebelum dan sesudah diberi musik klasik

Tabel 4 Perbedaan Ketegangan Ibu

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
ketegangan post - ketegangan pre	Negative Ranks	3(a)	2,00	6,00
	Positive Ranks	0(b)	,00	,00
	Ties	27(c)		
	Total	30		
Post tes-pre tes				
Z			-1.732	
Asymp. Sig. (2-tailed)			.083	

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui harga Z hitung sebesar -1,732 dengan uji 2 pihak maka didapat nilai signifikansi sebesar 0,083 sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa " Ada Perbedaan Ketegangan Ibu Primigravida Trimester III Sebelum dan Sesudah Pemberian Musik Klasik " ditolak.

Perbedaan Ketakutan Ibu Primigravida Trimester III sebelum dan sesudah diberi musik klasik

Tabel 5 Perbedaan Ketakutan Ibu

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
ketakutan_post - ketakutan_pre	Negative Ranks	10(a)	5,50	55,00
	Positive Ranks	1(b)	11,00	11,00
	Ties	19(c)		
	Total	30		
Post tes-pre tes				
Z			-1,996 (a)	
Asymp. Sig. (2-tailed)			.046	

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui harga Z hitung sebesar -1,996 dengan uji 2 pihak maka didapat nilai signifikansi sebesar 0,046, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan ketakutan Ibu Primigravida Trimester III Sebelum dan Sesudah Pemberian Musik Klasik

Perbedaan Gangguan tidur Ibu Primigravida Trimester III sebelum dan sesudah diberi musik klasik

Tabel 6 Perbedaan gangguan tidur

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
g3an tidur post - g3an tidur pre	Negative Ranks	4(a)	3,38	13,50
	Positive Ranks	1(b)	1,50	1,50
	Ties	25(c)		
	Total	30		
Post tes-pre tes				
Z			-1,633	

Berdasarkan tabel 6 dapat diketahui harga Z hitung sebesar -1,633 dengan uji 2 pihak maka didapat nilai signifikansi sebesar 0,102, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan secara signifikan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III Sebelum dan Sesudah Pemberian Musik Klasik

Perbedaan Gangguan Konsentrasi Ibu Primigravida Trimester III sebelum dan sesudah diberi musik klasik

Tabel 7 Perbedaan gangguan konsentrasi

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
konsen post - konsen pre	Negative Ranks	2(a)	1,50	3,00
	Positive Ranks	0(b)	,00	,00
	Ties	28(c)		
	Total	30		
Post tes-pre tes				
Z			-1,414	
Asymp. Sig. (2-tailed)			.157	

Berdasarkan tabel 7 dapat diketahui harga Z hitung sebesar -1,414 dengan uji 2 pihak maka didapat nilai signifikansi sebesar 0,157, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan gangguan konsentrasi secara signifikan Sebelum dan Sesudah Pemberian Musik Klasik.

Perbedaan Perasaan Depresi Ibu Primigravida Trimester III sebelum dan sesudah diberi musik klasik

Tabel 8 Perbedaan Perasaan Depresi

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
depresi post - depresi pre	Negative Ranks	2(a)	2,00	4,00
	Positive Ranks	1(b)	2,00	2,00
	Ties	27(c)		
	Total	30		

		Post tes-pre tes
Z		-.577
Asymp. Sig. (2-tailed)		.564

Berdasarkan tabel 8 dapat diketahui harga Z hitung sebesar -0,577 dengan uji 2 pihak maka didapat nilai signifikansi sebesar 0,564, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan perasaan depresi pada Ibu Primigravida Trimester III Sebelum dan Sesudah Pemberian Musik Klasik.

Perbedaan Gejala Somatik tubuh Ibu Primigravida Trimester III sebelum dan sesudah diberi musik klasik

Tabel 9. Perbedaan Gejala Somatik

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
somatik post - somatik pre	Negative Ranks	3(a)	3,50	10,50
	Positive Ranks	3(b)	3,50	10,50
	Ties	24(c)		
	Total	30		

		Post tes-pre tes
Z		.000
Asymp. Sig. (2-tailed)		1.000

Berdasarkan tabel 9 dapat diketahui harga Z hitung sebesar 0,000 dengan uji 2 pihak maka didapat nilai signifikansi sebesar 1,000, sehingga hipotesis dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan gejala somatik pada Ibu Primigravida Trimester III Sebelum dan Sesudah Pemberian Musik Klasik.

Perbedaan Gejala Sensorik Ibu Primigravida Trimester III sebelum dan sesudah diberi musik klasik

Tabel 10. Perbedaan Gejala Sensorik tubuh

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
sensorik post - sensorik pre	Negative Ranks	3(a)	2,00	6,00
	Positive Ranks	0(b)	,00	,00
	Ties	27(c)		
	Total	30		

		Post tes-pre tes
Z		-1.633
Asymp. Sig. (2-tailed)		.102

Berdasarkan tabel 10 dapat diketahui harga Z hitung sebesar -1,633 dengan uji 2 pihak maka didapat nilai signifikansi sebesar 0,102, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan gejala sensorik antara sebelum dan sesudah diberikan musik.

Perbedaan Gejala Kardiovaskuler Ibu Primigravida Trimester III sebelum dan sesudah diberi musik klasik.

Tabel 11. Perbedaan Gejala Kardiovaskuler

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
kardiovaskuler post - kardiovaskuler pre	Negative Ranks	5(a)	3,50	17,50
	Positive Ranks	1(b)	3,50	3,50
	Ties	24(c)		
	Total	30		

		Post tes-pre tes
Z		-1.633
Asymp. Sig. (2-tailed)		.102

Berdasarkan tabel 11 dapat diketahui hasil harga Z hitung sebesar -1,633 dengan uji 2 pihak maka didapat nilai signifikansi sebesar 0,102, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan gejala kardiovaskuler pada Ibu Primigravida Trimester III Sebelum dan Sesudah Pemberian Musik Klasik.

Perbedaan Gejala Pernafasan Ibu Primigravida Trimester III sebelum dan sesudah diberi musik klasik

Tabel 12. Perbedaan Gejala Pernafasan

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
pernafasan post - pernafasan pre	Negative Ranks	3(a)	2,00	6,00
	Positive Ranks	0(b)	,00	,00
	Ties	27(c)		
	Total	30		
Post tes-pre tes				
Z		-1.633		
Asymp. Sig. (2-tailed)		.102		

Berdasarkan tabel 12 dapat diketahui hasil harga Z hitung sebesar -1,633 dengan uji 2 pihak maka didapat nilai signifikansi sebesar 0,102, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan gejala pernafasan Ibu Primigravida Trimester III Sebelum dan Sesudah Pemberian Musik Klasik.

Perbedaan Gejala Gastrointestinal Ibu Primigravida Trimester III sebelum dan sesudah diberi musik klasik

Tabel 13. Perbedaan Gejala Gastrointestinal

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
GIT post - GIT pre	Negative Ranks	5(a)	3,00	15,00
	Positive Ranks	0(b)	,00	,00
	Ties	25(c)		
	Total	30		
Post tes-pre tes				
Z		-2,236		
Asymp. Sig. (2-tailed)		.025		

Berdasarkan tabel 13 dapat diketahui hasil harga Z hitung sebesar -2,236 dengan uji 2 pihak maka didapat nilai signifikansi sebesar 0,025, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pemberian musik klasik terhadap gejala gastrointestinal pada ibu.

Perbedaan Gejala Urogenetal Ibu Primigravida Trimester III sebelum dan sesudah diberi musik klasik

Tabel 14. Perbedaan Gejala urogenetal

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
urogenital post - urogenital pre	Negative Ranks	2(a)	2,50	5,00
	Positive Ranks	2(b)	2,50	5,00
	Ties	26(c)		
	Total	30		
Post tes-pre tes				
Z		-.000		
Asymp. Sig. (2-tailed)		1,000		

Berdasarkan tabel 14 dapat diketahui hasil harga Z hitung sebesar -0,000 dengan uji 2 pihak maka didapat nilai signifikansi sebesar 1,000, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan gejala urogenetal pada ibu sebelum dan sesudah pemberian musik klasik.

Perbedaan Gejala Otonom Ibu Primigravida Trimester III sebelum dan sesudah diberi musik klasik

Tabel 15. Perbedaan Gejala otonom

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
otonom post - otonom pre	Negative Ranks	2(a)	3,00	6,00
	Positive Ranks	2(b)	2,00	4,00
	Ties	26(c)		
	Total	30		
Post tes-pre tes				
Z		-.378		
Asymp. Sig. (2-tailed)		.705		

Berdasarkan tabel 15 dapat diketahui hasil harga Z hitung sebesar -,378 dengan uji 2 pihak maka didapat nilai signifikansi sebesar 0,705 sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan gejala otonom pengaruh pemberian musik klasik terhadap perubahan terhadap anxietas.

Perbedaan perilaku saat wawancara Ibu Primigravida Trimester III sebelum dan sesudah diberi musik klasik

Tabel 16. Perbedaan Perilaku saat wawancara

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
perilaku post - perilaku pre	Negative Ranks	3(a)	3,50	10,50
	Positive Ranks	3(b)	3,50	10,50
	Ties	24(c)		
	Total	30		
		Post tes-pre tes		
Z				-,000
Asymp. Sig. (2-tailed)				1.000

Berdasarkan tabel 16 dapat diketahui harga Z hitung sebesar -0,000 dengan uji 2 pihak maka didapat nilai signifikansi sebesar 1,000 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan secara signifikan perilaku saat wawancara.

4. Pembahasan

Analisis Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III Sebelum dan Sesudah Pemberian Musik Klasik

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan rumus Wilcoxon Match Pairtest, maka diperoleh hasil yang signifikan. Hasil olahan SPSS menunjukkan harga Z hitung sebesar -2,181 dengan uji 2 pihak maka didapat nilai signifikansi sebesar 0,029, sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa "Ada Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III Sebelum dan Sesudah Pemberian Musik Klasik" dapat diterima.

Penelitian lain yang mendukung hasil penelitian ini adalah penelitan oleh peneliti dari *Science University of Tokyo* yang menunjukkan bahwa musik dapat membantu menurunkan tingkat stres dan gelisah. Penelitian menunjukkan bahwa mendengarkan musik klasik adalah cara terbaik untuk membantu mengatasi depresi (Muttaqin, 2008).

Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III sebelum dan sesudah diberi musik klasik berdasarkan masing-masing item pertanyaan pada

kuesioner. Berdasarkan analisa statistik pada masing-masing indikator kecemasan pada kuesioner diperoleh hasil bahwa indikator ketakutan dan gangguan gastrointestinal menunjukkan perbedaan yang signifikan pada sebelum dan sesudah dilakukan intervensi berupa pemberian musik klasik. Pada indikator ketakutan terdapat perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian musik klasik. Hal ini didukung dengan studi dari Mexico yang melaporkan bahwa musik klasik adalah cara untuk menilangkan anhidonia atau depresi.

5. Simpulan dan Saran

Simpulan

Tingkat kecemasan ibu primigravida trimester III sebelum diberi musik klasik (pretes), jumlah ibu hamil yang mengalami kecemasan ringan adalah lebih dari dua kali kecemasan sedang.

Ada perbedaan tingkat kecemasan pada pasien sebelum dan sesudah dilakukan pemberian musik klasik pada ibu primigravida trimester III di wilayah kerja Puskesmas Mungkid Kabupaten Magelang.

Saran

Musik klasik dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif untuk menurunkan kecemasan yang dialami oleh ibu ibu primigravida III.

6. Ucapan Terimakasih

Ucapan banyak terimakasih disampaikan atas kesempatan yang diberikan untuk mendapatkan Dana Risbinakes DIPA Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.

7. Daftar Pustaka

- Anonim. 2010. *Musik dan pengaruhnya pada Kehamilan*.
<http://www.dwp.or.id/dwp1.php?kas=12&noid=65>. 23 Februari 2010.
 Djohan. 2005. *Psikologi Musik*. Yogyakarta: Buku Baik.

- Froggat, W. 2003. *Free from Stress*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer.
- Hawari, D. 2001. *Kecemasan dan Tingkat Kecemasan*.
<http://fuadbahsin.wordpress.com/20081225/kecemasan>. 24 Februari 2010.
- Kingdom. 2009. *Musik, Cara Baru Atasi Stress*.
<http://www.x4-kingdom.blogspot.com>. 28 Februari 2010.
- Kusuma, W. 1997. *Dari A sampai Z Kedaruratan Psikiatrik dalam Praktek*. Jakarta : Professional Books.
- Muttaqin, M. 2008. *Seni Musik Klasik Jilid 1 untuk SMK*. Jakarta : Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan, Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah, Departemen Pendidikan Nasional.
- Nettina, S.M. 2001. *Pedoman Praktek Keperawatan*. Jakarta : EGC.
- Pratiwi, N.P. 2009. *Pengaruh Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di RSUP Dr Soeradji Tirtonegoro Klaten*.
<http://skripsistikes.wordpress.com/2009/05/03/ikpii116/>. 24 Februari 2010.
- Salmah. 2006. *Asuhan kebidanan Antenatal*. Jakarta : EGC.
- Sutcliffe, J. 2002. *Baby Bonding*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Syafiq, M. 2003. *Ensiklopedia Musik Klasik*. Yogyakarta : Adicita Karya Nusa.
- Qauliyah. 2006. *Efek Mozart*.
<http://astaqauliyah.com/2006/12/10/ilmiah-efek-mozart-dan-terapi-musik-dalam-dunia-kesehatan/>. 19 Maret 2010.
- Qittun. 2008. *Menurunkan Intensitas Nyeri Menstruasi (Dysmenorrhea) dengan Terapi Musik Mozart*.
<http://qittun.blogspot.com/2008/09/10/menurunkan-intensitas-nyeri-menstruasi/ilmiah-efek-mozart-dan-terapi-musik-dalam-dunia-kesehatan/>. 28 Februari 2010.