



Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan

The Effect of Music Therapy on Reducing Labor Pain

Juwita^{1*}, Arifa Usman²

¹Institut Teknologi Kesehatan Dan Bisnis Graha Ananda palu

²Universitas Mega Buana Palopo

*Korespondensi penulis: itajuwita159753@gmail.com

Abstrak

Nyeri persalinan adalah pengalaman yang dialami ibu saat bersalin tentang sensasi fisik yang berhubungan dengan peregangan rahim, pembukaan mulut rahim atau yang disebut serviks dan penurunan bagian janin selama proses persalinan. Nyeri yang dirasakan dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah, denyut nadi dan terjadinya peregangan otot. Jika hal ini terus dibiarkan maka bisa berakibat timbulnya kematian ibu dan bayi semakin tinggi. Dalam mencegah hal tersebut, maka diperlukan suatu upaya untuk menurunkan nyeri pada ibu bersalin, salah satunya adalah Terapi Musik. Terapi Musik dapat dilakukan oleh Ibu Bersalin. Terapi Musik bermanfaat pada ibu bersalin dalam mengurangi nyeri persalinan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi musik terhadap penurunan nyeri persalinan dalam tinjauan systematik literatur review. Metode yang akan dilakukan pada penelitian ini adalah studi literature. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan dalam jurnal penelusuran. Sampel dalam penelitian ini adalah 10 jurnal internasional dan 3 jurnal nasional yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Pengaruh terapi musik terhadap penurunan nyeri persalinan menurut hasil analisis 13 jurnal (100%) menunjukkan bahwa Terapi Musik berpengaruh terhadap penurunan nyeri persalinan dengan didapatkan pvalue <0.05. Terapi Musik berpengaruh dalam menurunkan nyeri persalinan pada ibu bersalin

Kata Kunci: Terapi Musik, Penurunan Nyeri, Persalinan

Abstract

Labor pain is the experience experienced by the mother during childbirth regarding the physical sensations associated with stretching of the uterus, opening of the cervix or the so-called cervix and the descent of the fetus during the labor process. The pain that is felt can cause an increase in blood pressure, pulse rate and muscle stretching. If this continues, it can result in higher maternal and infant mortality. In preventing this, an effort is needed to reduce pain in childbirth, one of which is Music Therapy. Music therapy can be done by maternity mothers. Music therapy is useful for mothers in labor in reducing labor pain. The purpose of this study was to determine the effect of music therapy on reducing labor pain in a systematic review of the literature review. The method that will be used in this research is a literature study. The population in this study were all maternity mothers who experienced labor pain in the tracing journal. The samples in this study were 10 international journals and 3 national journals that matched the inclusion and exclusion criteria. The effect of music therapy on reducing labor pain according to the results of the analysis of 13 journals (100%) showed that music therapy had an effect on reducing labor pain with p-value <0.05. Music therapy has an effect on reducing labor pain in maternity.

Keywords: Music Therapy, Pain Reduction, Childbirth

PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses membuka dan menipiskan serviks dan janin turun kedalam jalan lahir. Persalinan dan kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan yang cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan dengan presentasi belakang kepala, tanpa komplikasi baik ibu maupun janin[1].

Nyeri persalinan adalah pengalaman yang dialami ibu saat bersalin tentang sensasi fisik yang berhubungan dengan peregangan rahim, pembukaan mulut rahim atau yang disebut serviks dan penurunan bagian janin selama proses persalinan. Nyeri yang dirasakan dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah, denyut nadi dan terjadinya peregangan otot[2].

Pada proses persalinan rasa sakit yang berlebihan dan berkepanjangan akan mengakibatkan ketakutan dan kecemasan sehingga merangsang sistem saraf maka terjadilah peningkatan tekanan darah, hal tersebut berpotensi meningkatkan rasa sakit yang dirasakan dan dapat memperpanjang proses persalinan, selain itu dapat menyebabkan terjadinya komplikasi yang membahayakan ibu dan janin[3].

Di Indonesia menyebutkan bahwa kejadian nyeri saat persalinan yaitu sebesar 90%. Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia yaitu sebesar 305 per 1000 kelahiran hidup. Keadaan nyeri saat persalinan apabila tidak terkelola dengan baik akan memperburuk Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia[4].

Kematian ibu di Indonesia sebanyak 80% disebabkan oleh komplikasi dalam kehamilan, persalinan, dan masa nifas. Nyeri juga dapat dikategorikan dalam derajat paling tinggi jika dibandingkan dengan nyeri yang lainnya. Menurut teori medis menjelaskan bahwa persalinan mempunyai sifat tajam dan juga panas. Hal ini akan mengakibatkan ibu sulit untuk mengatur nyeri tersebut dan menyebabkan tidak terkendali kontraksi uterus dan dapat mengakibatkan perpanjangan pada saat memanjang[5].

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat ibu bersalin sebanyak 93,5% dilaporkan mengalami nyeri bersalin yang tajam atau dapat ditahan, sedangkan di Finlandia sebanyak 80% dilaporkan mengalami nyeri yang parah sehingga tidak dapat ditahan. Sedangkan penelitian yang berjudul Gambaran Nyeri Persalinan Pada Primigravida Di Klinik Bersalin Sally Medan menunjukan sebagian besar ibu Primigravida merasakan nyeri berat sebanyak 54% mengalami nyeri sedang dan sebanyak 46% merasakan nyeri ringan[6].

Salah satu upaya dalam mengurangi nyeri persalinan dapat dilakukan dengan menggunakan terapi non farmakologi. Terapi non farmakologi tidak mempunyai efek pada janin dan ibu. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat mengurangi nyeri persalinan adalah terapi musik klasik[7].

Terapi musik adalah usaha meningkatkan kualitas fisik dan mental dengan rangsangan suara yang terdiri dari melodi, ritme, harmoni bentuk dan gaya yang diorganisir sedemikian rupa sehingga dapat mempertahankan kesehatan fisik dan mental. Kegelisahan yang dirasakan ibu bersalin dapat meningkatkan reaksi nyeri. Teknik mendengarkan musik memberikan efek mengurangi kegelisahan sehingga ibu apabila mendengarkan musik akan merasa nyaman, serta pikiran terasa santai sehingga terlena sampai lupa dengan rasa sakit yang dirasakan. Hal ini didukung oleh pelepasan endorfin. Hormon inilah yang memberi rasa nyaman, ketenangan sehingga rasa sakit yang dirasakan pada proses persalinan menjadi berkurang. Musik yang umumnya digunakan sebagai alternatif dalam mengurangi nyeri persalinan adalah musik klasik, yang mana musik klasik memiliki irama dan nada yang lembut sehingga dapat memberikan efek ketenangan bagi pendengarnya[8].

Berdasarkan penelitian terdapat perbedaan nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik[9].

Terapi musik dalam mengurangi nyeri persalinan yaitu dengan cara merangsang hipofisis yang berada di otak untuk mengeluarkan hormon endorphen dinorphen. Hormon endorphen di lepas melalui saraf desenden guna merangsang stimulasi sistem kontrol desenden yang merangsang proses pelepasan opiat endogen yang menyebabkan lebih sedikit stimulus nyeri[10].

Berdasarkan penelitian sebelumnya dengan judul Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Pada Ibu Inpartu Kala I. pada penelitian tersebut peneliti memberi perlakuan dengan pemberian terapi musik pada ibu bersalin dan hasil penelitian menemukan bahwa terdapat perbedaan antara kelompok ibu bersalin tanpa diberikan terapi musik dengan kelompok ibu bersalin yang diberikan terapi musik yang mana pada kelompok yang diberikan terapi musik terdapat perbedaan nyeri persalinan sebelum dan setelah pemberian terapi musik. Hal ini dapat di simpulkan bahwa terapi musik memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan nyeri saat bersalin[11].

Berdasarkan penelitian dengan judul Pengaruh Terapi Musik Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Di Klinik Keluarga Pisangan Baru Kelurahan Pisangan Baru Kecamatan Matram Jakarta Timur Tahun 2016. Hasil penelitian tersebut menunjukan bahwa terdapat pengaruh terapi musik terhadap intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif di Klik Keluarga Pisangan Baru dengan nilai signifikasi $p\text{-value} 0,019 < 0,05$ [12].

Berdasarkan urain dari data tersebut peneliti tertarik untuk mengetahui "Bagaiman Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Melalui Tinjauan Sitematic Literature Review".

METODE

Penelitian ini yang dilakukan menggunakan desain penelitian Systematic Literature Review. Systematic Literature Review (SLR) merupakan ringkasan dari berbagai macam penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yang sudah melalui tahap pencarian, pemilihan dan penilaian. Proses-proses tersebut bertujuan untuk menjawab pertanyaan yang spesifik Dalam bidang kesehatan Systematic Literature Review (SLR) merupakan studi pustaka dengan tujuan sebagai landasan bukti atau yang sering dikenal dengan Evidance Based. Evidance based ini memberikan informasi kepada tenaga kesehatan sehingga dapat dijadikan sebagai landasan dalam pengambilan keputusan klinik.

HASIL

Karakteristik Jurnal Penelitian

Berikut merupakan gambaran karakteristik jurnal dalam penelitian ini yang ditampilkan dalam tabel 1.1

No	Karakteristik	n (jumlah)	% (presentase)
1	Tahun		
	2010-2015	7	54
	2016-2020	6	46
	Total	13	100

2	Desain		
	<i>RCT (Randomized Controlled Trial)</i>	4	31
	<i>Quasi Eksperimental</i>	9	69
	Total	13	100
3	Publikasi		
	Internasional	10	77
	Nasional	3	23
	Total	13	100
4	Bahasa		
	Inggris	10	77
	Indonesia	3	23
	Total	13	100
5	NRS	2	15,3
	VAS	9	69,3
	WBLFS	1	7,69
	Kuesioner	1	7,69
	Total	13	100
6	Kontrol		
	Kontrol	5	38
	Tanpa kontrol	8	62
	Total	13	100

Berdasarkan Tabel 4.2 menunjukan bahwa karakteristik jurnal penelitian melalui kajian literature yaitu terbesar pada tahun 2010-2015 sebanyak 7 jurnal (54%). Pada desain penelitian yang terbanyak yaitu Quasi Eksperimental sebanyak 9 jurnal (69%). Pada publikasi internasional sebanyak 10 jurnal (77%) dengan menggunakan bahasa inggris. Serta karakteristik jurnal berdasarkan bahasa terbanyak menggunakan bahasa inggris sebanyak 10 jurnal (77%). Skala ukur yang paling banyak di gunakan VAS sebanyak 9 jurnal (69,3%). Jumlah kelompok penelitian yang terbanyak tanpa kontrol sebanyak 8 jurnal (62%).

Karakteristik Responden Penelitian

Tabel 1.2 karakteristik Responden Penelitian

karakteristik	f (frekuensi)	%(presentase)
Ibu bersalin	10	76,9
Kombinasi Ibu hamil	3	23,1
Total	13	100
Paritas		
Primipara	7	53,8

Multipara	3	23,1
Tanpa keterangan	3	23,1
Total	13	100
Usia		
≤ 35	12	92,4
≥ 35	1	7,6
Total	13	100
Pendidikan		
SMP	1	7,6
Tanpa keterangan	12	92,4
Total	13	100

Karakteristik responden penelitian melalui kajian literature paling banyak yaitu pada ibu bersalin sebanyak 10 jurnal (76,9). Jurnal responden riwayat persalinan primipara terbanyak 7 jurnal (53,8). Jumlah terbesar jurnal memiliki responden berusia ≤ 35 tahun sebanyak 12 jurnal (92,4%). Sebagian besar jurnal tidak mencantumkan pendidikan atau tanpa keterangan sebanyak 12 jurnal (92,4)

Tingkat nyeri persalinan pada ibu bersalin sebelum di berikan intervensi

Tabel 1.3 Tingkat nyeri persalinan pada ibu bersalin sebelum di berikan intervensi

Nyeri Sebelum Intervensi	f (Frekuensi)	% (persentase)
Skala 1-3	5	38,5
Skala 4-6	8	61,5
Total	13	100

Berdasarkan Tabel 1.3 menunjukan bahwa tingkat nyeri pada ibu bersalin paling banyak pada skala 4-6 terdapat 8 jurnal (61,5%).

Intervensi Dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin

Tabel 1.4 gambaran intervensi

No	Intervensi	f (frekuensi)	% (presentase)
1	Terapi musik klasik	11	84,6
2	Terapi musik gamelan	1	7,7
3	Kombinasi akupresur	1	7,7
Total		13	100

Berdasarkan tabel 1.4 menunjukan bahwa intervensi dalam penelitian ini berdasarkan jurnal penelitian, jumlah terbesar yaitu Terapi musik klasik sebanyak 11 jurnal (84,6%).

Intervensi pemberian terapi musik

Tabel 1.5 intervensi pemberian terapi music

No	Intervensi terapi music	f (frekuensi)	% (presentase)
1	Durasi		
	15 menit	1	7,6
	20 menit	2	15,4
	20-40 menit	1	7,6
	30 menit	5	38,7
	3 jam	1	7,6
	Tanpa keterangan	3	23,1
	Total	13	100
2	Waktu		
	Menjelang persali		
	Kala 1 fase late	4	30,7
	Kala 1 fase akti	6	46,2
	Tanpa keterange	3	23,1
	Total	13	100
3	Kombinasi		
	Terapi pijat	2	15,4
	Akupresur	1	7,7
	Tidak disertai kombinasi	10	76,9
	Total	13	100
4	komplikasi		
	Tidak	13	100
	Total	13	100

Berdasarkan Tabel 1.5 menunjukan bahwa intervensi pemberian terapi musik terhadap penurunan nyeri persalinan pada ibu bersalin terdapat beberapa kategori, diantaranya durasi, jumlah durasi terbanyak dalam jurnal yaitu pemberian terapi musik dalam durasi 30 menit tercantum dalam 5 jurnal (38,7%), dengan waktu pemberian terbanyak menjelang persalinan kala 1 fase aktif terdapat dalam 6 jurnal (46,1%). Serta berdasarkan kategori kombinasi pemberian terbanyak tidak disertai kombinasi tercantum dalam 10 jurnal (76,9%). Selanjutnya berdasarkan kategori komplikasi semua jurnal tidak memberikan komplikasi sebanyak 13 jurnal (100%).

Pengaruh dan efektifitas intervensi terapi musik terhadap penurunan nyeri persalinan pada ibu bersalin

Tabel 1.6 Pengaruh dan efektifitas intervensi terapi musik terhadap penurunan nyeri persalinan pada ibu bersalin

Penurunan Nyeri Setelah Intervensi	f (Frekuensi)	% (persentase)	P Value
Berpengaruh	13	100	<0,05
Tidak berpengaruh	0	0	
Total	13	100	

Berdasarkan tabel 1.6 menunjukkan semua jurnal memberikan hasil yang signifikan, dimana terdapat penurunan intensitas nyeri persalinan pada ibu bersalin sebanyak 13 jurnal (100%). Berdasarkan data yang diperoleh hasil pvalue penelitian tersebut yaitu $<0,05$ yang menyatakkan bahwa terdapat pengaruh terapi musik terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan.

Rekomendasi Penelitian

Tabel 1.7 Rekomendasi Intervensi Pemberian Terapi Musik Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin

No	Kategori	Rekomendasi
1	Durasi	30 menit
2	Waktu	Menjelang persalinan
3	Musik	Klasik

Berdasarkan Tabel 4.8 diatas menjelaskan bahwa rekomendasi intervensi pemberian terapi musik yaitu pada kategori durasi sebaiknya dilakukan 30 menit, kategori waktu pemberian sebaiknya diberikan terapi musik ketika menjelang persalinan, dan untuk kategori musik sebaiknya menggunakan musik klasik.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik jurnal

Hasil kajian literature didapatkan sebagian besar jurnal penelitian dipublikasikan pada tahun 2010-2015 sebanyak 7 jurnal (54%) dan publikasi pada tahun 2016-2020 sebanyak 6 jurnal (46%). Hal ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan tahun terbitan jurnal tersebut menunjukkan penelitian yang dilakukan merupakan penelitian terbaru atau merupakan bukti ilmiah terkini.

Berdasarkan teori *evidence based midwifery* dalam hal pemberian informasi kebidanan harus berdasarkan bukti dari penelitian, yang artinya pemberian informasi tidak berdasarkan bukti dari penelitian terkini (*up to date*) yang bisa dipertanggung jawabkan

Hasil analisis jurnal penelitian dipublikasi Internasional dan Nasional dengan menggunakan Bahasa Inggris. Desain penelitian paling banyak menggunakan Quasi Eksperiment sebanyak 9 jurnal (69%) dan RCT (*Randomized Controlled Trial*) sebanyak 4 jurnal (23%). Penelitian paling banyak digunakan adalah Quasi Eksperiment, Skala ukur paling banyak menggunakan VAS sebanyak 9 jurnal (69,3%) dalam artinya teknik pengumpulan data yang sifatnya lebih spesifik[13].

2. Karakteristik Responden Dalam Jurnal Penelitian

a. Karakteristik

Berdasarkan hasil penelitian analisis jurnal di atas menunjukkan rata-rata karakteristik yang banyak yaitu ibu bersalin sebanyak 10 jurnal (76,9%). Selama persalinan wanita mengalami tingkat nyeri yang hebat, stres yang dapat berpengaruh tidak baik terhadap janin dan ibu.

b. Paritas

Berdasarkan hasil analisis jurnal penelitian menunjukkan paritas paling banyak adalah primipara sebanyak 7 jurnal (53,8%), paritas multipara sebanyak 3 jurnal (23,1%) dan paritas tanpa keterangan

sebanyak 3 jurnal (23,1%). Nyeri persalinan adalah nyeri yang disebabkan oleh munculnya kontraksi otot-otot uterus, hipoksia dari otot-otot yang mengalami kontraksi, peregangan serviks pada waktu membuka, iskemia korpus uteri, dan peregangan segmen bawah rahim.

Primigravida juga mengalami proses persalinan lebih lama daripada proses persalinan pada multigravida sehingga primigravida mengalami kelelahan yang lebih lama. Kelelahan berpengaruh terhadap peningkatan persepsi nyeri. Hal itu menyebabkan nyeri seperti suatu lingkaran setan (Bobak, 2015). Beberapa penelitian melaporkan bahwa tingkat nyeri dipengaruhi oleh persepsi dan kepuasan serta pengalaman kelahiran, baik pengalaman negatif/ trauma karena merasakan sakit yang berat atau pengalaman positif karena persalinan yang menyenangkan. Berdasarkan penelitian diatas perbedaan rasa nyeri pada multipara disebabkan oleh pengalaman, dimana multipara mempunyai pengalaman nyeri persalinan sehingga pada saat melahirkan yang kedua dan seterusnya sudah siap. Akan tetapi secara fisiologi rasa nyeri yang timbul pada saat persalinan antara primipara dan multipara sama yaitu karena adanya peningkatan hormone oksitosin menyebabkan kontraksi uterus sehingga terjadi *spasme* dan *ischemic myometrium* akibatnya terjadi penurunan aliran darah yang menyebabkan timbul rasa sakit di daerah tersebut. *Ischemi* juga menyebabkan meningkatnya jumlah asam laktat yang merangsang ujung syaraf nyeri bereaksi.

Persalinan pertama atau primipara berhubungan dengan peningkatan nyeri pada saat persalinan dalam penelitian ini tidak didapat perbedaan yang signifikan intensitas nyeri persalinan antara primi dan multipara. Sebagian besar wanita tidak bisa mendeskripsikan nyeri persalinan. Beberapa mengungkapkan bahwa nyeri persalinan seperti api, tidak tertahankan, mengganggu kenyamanan, hal ini diungkapkan oleh wanita dalam proses persalinan baik primi maupun multipara[14].

Ada beberapa faktor lain seperti Segmen bawah rahim, kehamilan yang lanjut uterus dengan jelas terdiri dari 2 bagian, yaitu segmen atas rahim yang dibentuk oleh corpus uteri dan segmen bawah rahim yang terjadi dari isthmus uteri. Segmen atas memegang peranan yang aktif karena berkontraksi dan dindingnya bertambah tebal dengan majunya persalinan. sebaliknya segmen bawah rahim memegang peran pasif dan makin tipis dengan majunya persalinan karena diregang.

Serta selain itu ada usia berarti secara fisik organ-organ reproduksi pada sebagian besar ibu sudah siap untuk melaksanakan tugas reproduksi. Selain itu, usia akan mempengaruhi perkembangan yang secara tidak langsung akan mempengaruhi reaksi nyeri terhadap persalinan. Hal ini sesuai perbedaan perkembangan akan mempengaruhi reaksi nyeri terhadap persalinan. Perkembangan tersebut yaitu secara fisik, organ-organ pada umum yang kurang dari umur reproduksi akan belum siap untuk melaksanakan tugas reproduksi dan perkembangan kematangan psikis menyebabkan reaksi pada nyeri yang timbul lebih parah[15]. Hal tersebut sesuai dengan usia yang terlalu muda akan sulit untuk mengendalikan rasa nyeri[16].

c. Usia

Kajian jurnal tentang usia paling banyak ≤ 35 tahun sebanyak 12 jurnal (92,4). Usia muda cenderung dikaitkan dengan kondisi psikologis yang masih labil memicu kecemasan sehingga nyeri yang

dirasakan lebih berat dibandingkan usia tua. Usia juga di pakai sebagai salah satu faktor dalam menentukan toleransi terhadap nyeri. Toleransi dan pemahaman nyeri akan meningkat seiring bertambah usia. Usia yang dianggap aman menjalani kehamilan dan persalinan adalah 20-35 tahun. Dalam rentang usia ini kondisi fisik ibu dalam keadaan prima. Usia <20 tahun dan >30 tahun tergolong berisiko tinggi terjadi komplikasi persalinan dan ketidaknyamanan nyeri akibat komplikasi yang timbul.

d. Pendidikan

Kajian jurnal tentang pendidikan paling banyak tanpa keterangan sebanyak 12 jurnal (92,4) dan SMP terdapat 1 jurnal dengan hasil (7,6%), pendidikan dapat mempengaruhi cara pandang seseorang terhadap informasi baru yang diterima. Maka dapat dikatakan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah seseorang menerima informasi yang didapatnya[17].

3. Tingkat nyeri persalinan pada ibu bersalin sebelum diberikan intervensi.

Hasil kajian literature skala nyeri ibu bersalin sebelum diberikan intervensi paling banyak pada skala 4-6 sebanyak 8 jurnal 61,5%. Skala 4-6 ini termaksud skala sedang. Kecemasan saat bersalin umumnya disebabkan oleh perubahan kadar hormon di dalam tubuh. Perubahan kadar hormon saat bersalin bisa berpengaruh pada kadar zat kimia di otak yang berperan pada pengaturan perasaan. Nyeri dan kecemasan dapat mengurangi status fisiologis, termasuk detak jantung, laju pernapasan, tekanan darah, aliran perifer.

4. Intervensi dalam mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin

Berdasarkan hasil penelitian literature intervensi dalam mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin paling banyak menggunakan intervensi terapi musik sebanyak 12 jurnal (92,3%), Terapi musik merupakan suatu usaha dengan menggunakan media musik untuk upaya penyembuhan individu, menciptakan kemauan daya kreasi dan konsentrasi individu yang mengalami gangguan atau hambatan baik fisik, psikologis, sosial, emosional dan mental. Dengan mendengarkan musik seseorang dapat merangsang dan menarik pikiran dan fokusnya untuk mengikuti alur irama musik, dan dapat berdampak positif[18].

5. Intervensi pemberian terapi musik

a. Durasi

Berdasarkan hasil penelitian, intervensi pelaksanaan terapi musik. Kategori durasi terapi musik menyatakan jumlah terbanyak adalah selama 30 menit, hal ini tercantum dalam 5 jurnal (38,7%), hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa terapi musik dapat dilakukan dengan waktu 30 menit[19]. Sesi harian terapi musik 30 menit selama 2 minggu secara signifikan mengurangi kecemasan, stres, dan depresi pada ibu bersalin. Pemberian durasi intervensi selama 30 menit pada saat persalinan kala I memiliki manfaat untuk ibu yaitu dapat memperlancar proses persalinan, dapat meredakan gagal pernafasan, dapat menghilangkan rasa sakit dan kekuatan otot yang kengang. Selain itu dapat mengurangi nyeri, kecemasan, peningkatan energi dan memori jangka pendek, relaksasi [20].

b. Waktu

Dari hasil kajian *literature* waktu memulai pemberian intervensi dalam menurunkan nyeri pada ibu bersalin paling sering digunakan adalah saat menjelang persalinan sebanyak 8 jurnal (61,5%), diberikan

saat menjelang persalinan karena memiliki manfaat yang baik yaitu, mengatasi rasa tidak nyaman selama proses persalinan dan rasa sakit saat melahirkan serta dapat membuat kondisi ibu hamil menjadi tenang dan damai selama menjalani persalinan. Selain itu juga dapat mengurangi rasa mual muntah pada trimester pertama, dapat membantu janin terlepas dari kondisi lilitan tali pusat, dapat memperbaiki posisi janin, dapat membuat kondisi ibu hamil menjadi tenang dan damai selama menjalani kehamilannya, dapat melatih relaksasi untuk mengurangi kecemasan serta ketakutan menjelang persalinan yang dapat menyebabkan ketegangan, rasa nyeri dan sakit saat proses persalinan, mampu mengontrol sensasi rasa sakit pada saat kontraksi rahim dan dapat meningkatkan kadar endorfin dan epinefrin dalam tubuh untuk mengurangi bahkan menghilangkan rasa nyeri pada saat kontraksi dan persalinan.

c. Kombinasi

Hasil kajian literature pemberian intervensi dalam menurunkan nyeri pada ibu bersalin paling banyak tidak disertai kombinasi sebanyak 10 jurnal (76,9%).

d. Komplikasi

Hasil kajian literature efek setelah pemberian intervensi dengan komplikasi persalinan dinyatakan tidak ada komplikasi dalam penelitian sebanyak 13 jurnal (100%) yaitu bebas tidak terdapat komplikasi. Inhalation diajukan untuk mempersiapkan dan melatih otot-otot yang berperan dalam proses persalinan secara optimal. Latihan, relaksasi, dapat mempengaruhi faktor-faktor yang menyebabkan kala I lama dan komplikasi lainnya.

6. Pengaruh dan efektifitas intervensi terapi musik terhadap nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin

Hasil kajian *literature review* didapatkan penurunan intensitas nyeri persalinan sebanyak 13 jurnal (100%). Hasil keseluruhan jurnal didapatkan nilai p value <0,05, yang berarti terdapat pengaruh intervensi terapi musik terhadap intensitas skala nyeri persalinan. Menurut moreno, 2020 yang menyatakan bahwa musik lembut menurunkan sensasi dan tekanan nyeri persalinan aktif, juga menunda peningkatan tekanan nyeri selama 1 jam dan untuk beberapa kelegaan cukup substansial.

7. Rekomendasi penelitian

Pada penelitian ini peneliti memberikan rekomendasi intervensi berdasarkan hasil penelitian yang sebaiknya diberikan pada ibu bersalin tentang pemberian terapi musik agar dapat menurunkan nyeri persalinan. Rekomendasi tersebut diantaranya antara lain:

- a. Durasi pemberian terapi musik sebaiknya dilakukan selama 30 menit
- b. Waktu pemberian terapi musik sebaiknya dilakukan saat menjelang persalinan pada kala 1 fase aktif
- c. Musik yang diberikan kepada ibu bersalin sebaiknya musik klasik

A. Faktor Pendukung dan Penghambat

1. Faktor pendukung

- a. Untuk penelusuran jurnal pada tahun 2010-2020 sesuai kata kunci menggunakan data based dengan *Goggle scholar dan Pubmed*
- b. Untuk penelusuran jurnal yang tidak berbayar sesuai kata kunci dapat menggunakan data based

jurnal.

- c. Dalam menerjemahkan jurnal bahasa Inggris yang diperoleh ke dalam bahasa Indonesia dengan format satu dokumen dapat menggunakan aplikasi penerjemah gratis sehingga dapat mempermudah dalam memahami isi dan melakukan analisis jurnal.
2. Faktor penghambat
 - a. Akses internet yang tidak lancar sehingga menjadi kendala untuk melakukan penelusuran jurnal yang sesuai.
 - b. Terdapat beberapa artikel penelitian yang menampilkan *article not found*, dalam arti jurnal tidak dapat diperoleh secara full text, beberapa kriteria tidak dijelaskan.

B. Keterbatasan penelitian

Penelitian ini mengambil jurnal yang metode penelitiannya berbeda-beda, lebih baiknya untuk peneliti selanjutnya dapat memilih satu metode penelitian saja yang artinya dalam semua jurnal yang digunakan baiknya menggunakan satu jenis metode penelitian yang sama semua dalam sampel.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis jurnal dan hasil *systematic literature review* pada 13 jurnal penelitian dengan judul Terapi Musik Terhadap penurunan Nyeri Persalinan terdapat kesimpulan yaitu :

1. Karakteristik jurnal dalam tinjauan *Systematic Literature Review* yaitu pada tahun 2010-2020 sebanyak 13 jurnal dengan publikasi jurnal internasional menggunakan bahasa Inggris dan jurnal nasional menggunakan bahasa Indonesia. Pada kategori desain penelitian jumlah yang dominan yaitu jurnal yang menggunakan metode *quasi eksperimental* dan jurnal peneliti lainnya menggunakan menggunakan desain. *Randomized Controlled Trial (RCT)*.
2. Karakteristik responden penelitian berdasarkan jurnal dengan kategori karakteristik lebih dominan ibu bersalin, dengan kategori paritas primipara, dan status pendidikan paling banyak tanpa keterangan. Menurut Anna, 2020 Kehamilan dan persalinan bagi primigravida merupakan hal yang baru, sehingga ibu kurang mengetahui tanda persalinan maka ibu tidak mengetahui kapan waktu yang tepat untuk pergi ke pelayanan kesehatan.
3. Hasil identifikasi dari 13 jurnal yang didapatkan sebagian besar terdapat pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri persalinan. Terapi musik merupakan tindakan non farmakologi yang mudah, murah, efisien serta dapat dilakukan oleh siapapun dan dimanapun. Terapi musik dilakukan pada pasien dengan tujuan pengurangan nyeri. Hal ini terbukti dari 13 jurnal penelitian sebanyak 11 jurnal penelitian mengalami penurunan nyeri.
4. Tingkat nyeri persalinan sebelum di berikan terapi musik menunjukan bahwa jumlah yang paling dominan ibu bersalin yang mengalami nyeri skala 4-6 dimana nyeri persalinan ini sering kali ditemui pada ibu bersalin terutama pada ibu primipara.
5. Pemberian intervensi terapi musik terhadap penurunan nyeri menjelang persalinan dapat memperhatikan dorasi serta waktu pemberian yang tepat pada 13 jurnal yang diteliti terbukti berpengaruh terhadap penurunan nyeri persalinan yang dialami oleh ibu bersalin.

SARAN

Adapun saran yang kami sampaikan dapat sebagai bahan masukan dan dapat diaplikasikan di pelayanan kebidanan dengan menggunakan tindakan non farmakologis dalam intervensi nyeri.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Sukarni, I. Kehamilan, Persalinan, dan Nifas. Nuha Medika. 2013.
- [2] Sari, D. P., St, S., Rufaida, Z., Bd, S. K., Sc, M., Wardini, S., Lestari, P., St, S., & Kes, M. Nyeri persalinan. Stikes Majapahit Mojokerto. 1–117. 2018.
- [3] Judha. 2012. Kamilan L , 2019. Teori Pengukuran Nyeri dan Persalinan. Nuha Medika.
- [4] Riona, S. Pengaruh Aromatherapy Lavender Terhadap Nyeri Persalinan. 2020.
- [5] Rosallina. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Persalinan Kala I Di Wilayah Puskesmas Klego I Boyolali. Publikasi Kebidanan. 9(1–10). 2018.
- [6] Liviana, Handayani, T. N., Mubin, M. F., Istibsyaroh, I., & Ruhimat, A. Efektifitas Terapi Musik Pada Nyeri Persalinan Kala I Fase Laten. *Jurnal Ners Widya Husada*. 4(2), 47–52. 2017.
- [7] Solehati, T. Terapi Nonfarmakologi Nyeri Padapersalinan: Systematic Review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. 3(1). <https://doi.org/10.30651/jkm.v3i1.1568>. 2018.
- [8] Faulia. Analisis Terapi Musik Klasik Dalam Relaksasi Persalinan Di Bpm Erniwaty Di Babat Supat Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*. 9,18. 2019.
- [9] Sunarsih, D. Terapi Musik Klasik Mengurangi Nyeri pada Kala I Persalinan di BPS Zubaedahyah S.ST. Palapa Bandar Lampung. *Jurnal Dunia Kesmas*. 6(1), 51–56. 2017.
- [10] Arikhman, N. Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Fase Aktif Kala I Melalui Terapi Musik Instrumental. *Jurnal Keperawatan Indonesia*. 13(1), 32–36. <https://doi.org/10.7454/jki.v13i1.228>. 2010.
- [11] Mawaddah. Pengaruh Terapy Musik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persaslinan Pada Ibu Inpartu Kala I. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*. 15, 1. 2020.
- [12] Triana Indrayani, N. A. Pengaruh Terapi Musik Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif di Klinik Keluarga Pisangan Baru Kelurahan Pisangan Baru Kecamatan Matraman Jakarta Timur. *Ilmu Dan Budaya*. 41(58), 6733–6744. <https://garuda.ristekbrin.go.id/documents/detail/1566955>. 2016.
- [13] Barbara. Systematic Review Dalam Kesehatan. CV Budi Utama. 2020.
- [14] Siyoto. Desain Metode Penelitian. Literasi Media. 2015.
- [15] Labrague, L. J., Rosales, R. A., Rosales, G. L., & Fiel, G. B. *Effects Of Soothing Music On Labor Pain Among Filipino*. 2013.

-
- [16] Yuanti, Y., & Putri, C. R. A. Efektifitas Aromaterapi Dan Pendamping Persalinan Terhadap Nyeri Persalinan. *Jurnal Ayurveda Medistra*. 3(1), 11-15. <https://doi.org/10.51690/medistra-jurnal123.v3i1.40>. 2021.
- [17] Andreinie, R. *Analysis of the Effectiveness of Warm Compresses for Reducing Labor Pain*. *Jurnal Rakernas Aipkema*. 2(1), 311–317. 2016.
- [18] Angraini, A. D., Azmmi, D., Zulyarnis, D., Fatmawati, & Rohayati. Efektivitas Terapi Musik dalam Mengurangi Nyeri Persalinan pada Wanita Primipara: Literaturn Review. *Buletin Kesehatan*, 5(1), 1–11. 2021.
- [19] Labrague, L. J., Rosales, R. A., Rosales, G. L., & Fiel, G. B. Effects Of Soothing Music On Labor Pain Among Filipino Mothers. *Clinical Nursing Studies*. 1(1), 35–42. <https://doi.org/10.5430/cns.v1n1p35>. 2013.
- [20] Tintu Xavier & Lekha Viswanath. *Effect of Music Therapy on Labor Pain Among Women in Active Labor Admitted in Tertiary Care Hospital Kochi*. *International Journal of Integrative Medical Sciences*. 3(11), 444–453. 2016.