



Efektivitas Terapi Musik Klasik dalam Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Dengan Komplikasi Kehamilan di RS Islam Jakarta Cempaka Putih

Anggra Hamidah^{1*}, Siti Rochanah², Lela Larasati³

¹⁻³ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RSPAD Gatot Soebroto, Indonesia

Email: anggrahamidah040@gmail.com^{1*}, rochanahsiti@yahoo.co.id², akisara69@gmail.com³

*Penulis Korespondensi: anggrahamidah040@gmail.com

Abstract. *Pregnancy complications such as preeclampsia, bleeding, and infection can endanger maternal and fetal health and increase anxiety in pregnant women. Unmanaged anxiety may negatively affect physical and psychological well-being and pregnancy outcomes. Classical music therapy is a non-pharmacological intervention known to promote relaxation and reduce anxiety. This study aimed to determine the effectiveness of classical music therapy in reducing anxiety among pregnant women with pregnancy complications at Jakarta Islamic Hospital Cempaka Putih. A quasi-experimental study with a one-group pretest–posttest design was conducted involving 30 pregnant women selected through purposive sampling. Anxiety levels were measured using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) before and after 15–20 minutes of classical music therapy per session. Data were analyzed using a paired sample t-test. The results showed a significant decrease in mean anxiety scores from 23.67 (moderate–severe) to 9.47 (mild) after the intervention ($p < 0.001$). In conclusion, classical music therapy is effective in reducing anxiety among pregnant women with pregnancy complications and is recommended as a supportive intervention in antenatal care.*

Keywords: *Antenatal Care; Anxiety; Classical Music Therapy; Pregnant Women; Pregnancy Complications.*

Abstrak. Komplikasi kehamilan seperti preeklamsia, perdarahan, dan infeksi dapat membahayakan kesehatan ibu dan janin serta meningkatkan kecemasan pada ibu hamil, yang apabila tidak tertangani dapat berdampak negatif terhadap kondisi fisik dan psikologis ibu serta keberlangsungan kehamilan. Terapi musik klasik merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang memiliki efek relaksasi dan berpotensi menurunkan kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan ibu hamil dengan komplikasi kehamilan di RS Islam Jakarta Cempaka Putih menggunakan desain quasi-eksperimental dengan pendekatan *one-group pretest–posttest* pada 30 ibu hamil yang dipilih secara *purposive sampling*. Tingkat kecemasan diukur menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) sebelum dan sesudah pemberian terapi musik klasik selama 15–20 menit per sesi dan dianalisis menggunakan uji *paired sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan penurunan rerata skor kecemasan yang signifikan dari 23,67 (kategori sedang–berat) menjadi 9,47 (kategori ringan) dengan nilai $p < 0,001$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi musik klasik efektif menurunkan kecemasan pada ibu hamil dengan komplikasi kehamilan dan direkomendasikan sebagai intervensi pendukung dalam perawatan antenatal.

Kata kunci: Kecemasan; Komplikasi Kehamilan; Perawatan Antenatal; Terapi Musik Klasik; Wanita Hamil.

1. LATAR BELAKANG

Komplikasi kehamilan masih menjadi masalah kesehatan utama karena berkontribusi signifikan terhadap morbiditas dan mortalitas ibu serta janin. Berbagai faktor risiko, seperti riwayat penyakit kronis (hipertensi, penyakit jantung, dan diabetes), usia ibu yang terlalu muda atau tua, serta status gizi yang tidak seimbang, dapat meningkatkan kejadian komplikasi kehamilan, termasuk preeklamsia, perdarahan, infeksi, dan diabetes gestasional (Astuti et al., 2023).

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa komplikasi kehamilan hingga saat ini masih menjadi penyebab utama kematian ibu, terutama di negara berkembang. Pada tahun 2019, angka kematian ibu di Indonesia mencapai 305 per 100.000 kelahiran hidup,

dengan penyebab utama berupa perdarahan, hipertensi dalam kehamilan, dan infeksi (World Health Organization, 2023).

Secara global, pada tahun 2023 tercatat sekitar 260.000 kematian ibu, dengan sebagian besar terjadi di negara berpendapatan rendah dan menengah, khususnya di kawasan Afrika Sub-Sahara dan Asia Selatan (World Health Organization, 2023).

Selain berdampak pada kesehatan fisik, komplikasi kehamilan juga memberikan pengaruh signifikan terhadap aspek psikologis dan sosial ibu hamil. Kondisi ini dapat menimbulkan beban ekonomi keluarga, perubahan peran dalam rumah tangga, serta tekanan dalam hubungan keluarga (Azzahra et al., 2024).

Dari sisi psikologis, ibu hamil dengan komplikasi berisiko lebih tinggi mengalami kecemasan, depresi, ketakutan berlebihan, hingga trauma pascapersalinan akibat kekhawatiran terhadap keselamatan diri dan janin serta ketidakpastian proses persalinan (A. Rahmawati et al., 2024).

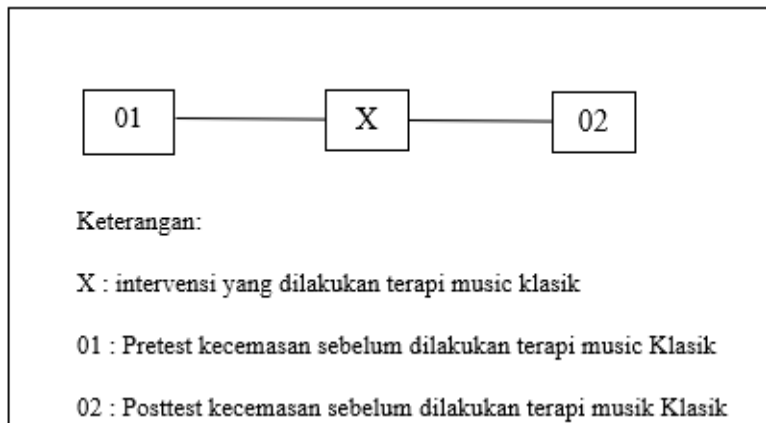
Penelitian Kang et al. (2016) menunjukkan bahwa sekitar 20,6% ibu hamil dengan komplikasi mengalami kecemasan antenatal. Kecemasan yang tidak tertangani dapat berdampak negatif terhadap kehamilan, seperti peningkatan risiko persalinan prematur, gangguan tumbuh kembang janin, serta masalah kesehatan mental anak di masa depan (Afni, 2021; Azizah et al., 2020).

Upaya penanganan kecemasan pada ibu hamil dapat dilakukan melalui terapi farmakologis dan non-farmakologis. Namun, pendekatan non-farmakologis lebih dianjurkan karena relatif aman dan minim efek samping, seperti teknik relaksasi, hipnoterapi, distraksi, sentuhan terapeutik, hingga hipnosis lima jari (Hijrianti Suharnah et al., 2021). Salah satu intervensi non-farmakologis yang efektif adalah terapi musik. World Federation of Music Therapy mendefinisikan terapi musik sebagai penggunaan musik secara aktif maupun pasif untuk meningkatkan kondisi emosional, fisik, dan kognitif individu (Widiyono, 2021). Terapi musik bekerja melalui stimulasi sistem saraf pusat yang memengaruhi regulasi emosi dan suasana hati sehingga mampu menurunkan kecemasan (Widiyono, 2021; Afni, 2021).

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif eksperimental yang dilakukan dengan rencana yang matang, sistematis, dan sangat terkontrol dengan menggunakan desain Preeksperimental. Preeksperimental merujuk kepada studi intervensi yang tidak melibatkan kelompok kontrol (Kurniawan & Agustini, 2021) dengan pendekatan Desain One Group Pretest dan Post Test yang mencakup satu kali pengukuran awal (Pre-Test) sebelum perlakuan

(Treatment) dan kemudian diikuti dengan pengukuran ulang (Post-Test). Tujuannya adalah untuk menilai dampak Efektifitas Terapi Musik Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Dengan Komplikasi Kehamilan. Penelitian ini menerapkan Uji Paired Sample t-Test. Uji t berpasangan digunakan untuk mengevaluasi hasil-hasil yang diobservasi secara berpasangan dari dua set data (pre-test dan post-test) untuk menentukan apakah terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan atau tidak.



Gambar 1. Skema one group pre test - post test design.

Populasi Penelitian

Populasi penelitian merupakan seluruh objek, individu, atau subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang menjadi fokus atau sasaran penelitian. Populasi ini mencakup semua elemen yang memenuhi kriteria inklusi yang telah ditentukan oleh peneliti, sehingga data yang dikumpulkan dari populasi tersebut dapat digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian. dan mencapai tujuan penelitian secara keseluruhan. Dengan kata lain, populasi adalah keseluruhan “kesatuan” yang relevan dengan masalah yang diteliti dan dari mana sampel akan diambil.(Asrulla et al., 2023).

Populasi dalam penelitian ini merupakan pasien Rs Islam Jakarta Cempaka Putih. Populasi 8 bulan terakhir sebanyak 241 Pasien. Komplikasi kehamilan yang paling banyak ditemukan adalah gangguan hipertensi dalam kehamilan. Preeklamsi tercatat sebanyak 62 kasus (25,7%) dan preeklamsi berat sebanyak 38 kasus (15,8%), sehingga secara keseluruhan mencapai 100 kasus (41,5%). Kondisi ini menunjukkan bahwa preeklamsi masih menjadi salah satu masalah utama dalam kehamilan risiko tinggi. Selain itu, anemia ditemukan pada 56 kasus (23,2%), hiperemesis gravidarum sebanyak 38 kasus (15,8%), abortus sebanyak 27 kasus (11,2%), dan infeksi kehamilan sebanyak 20 kasus (8,3%). Data tersebut menggambarkan

tingginya risiko komplikasi kehamilan yang memerlukan pemantauan dan penanganan komprehensif selama masa antenatal.

Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih untuk menjadi sumber data dalam suatu penelitian. Sampel ini mewakili keseluruhan populasi, sehingga peneliti tidak perlu mengumpulkan data dari semua anggota populasi. Penggunaan sampel bertujuan untuk mempermudah proses penelitian tanpa mengurangi keakuratan hasil, asalkan dipilih dengan metode yang tepat. (Asrulla et al., 2023)

Dalam penelitian ini, penentuan jumlah sampel tidak menggunakan perhitungan matematis yang kompleks, melainkan berpedoman pada aturan Roscoe. Menurut Roscoe, ukuran sampel yang layak berada pada kisaran 30–500 responden, dan untuk penelitian eksperimen sederhana minimal 30 responden sudah dianggap memadai karena mampu merepresentasikan distribusi data sekaligus meminimalkan kemungkinan bias sampling (Saat & Mania, 2020). Dapat disimpulkan bahwa besar sample yang akan diteliti oleh peneliti adalah sebanyak 30 Responden yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara berdasarkan pada teori yang belum dibuktikan dengan data atau fakta. Jenis-jenis rumusan hipotesis dalam statistika yaitu, Hipotesis alternatif (H.) merupakan hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara variabel yang satu dengan variabel yang lainnya atau hipotesis yang menyatakan ada perbedaan antara variabel yang satu dengan lainnya. Lalu Hipotesis Nol (Ho) merupakan hipotesis yang menyatakan tidak ada hubungan antara variabel yang satu dengan variabel yang lainnya atau hipotesis yang menyatakan tidak ada perbedaan antara variabel yang satu dengan yang lainnya (Kurniawan & Agustini, 2021) Dari penjelasan tersebut, hipotesis pada penelitian ini Adalah:

- a) H₁ : Terdapat perbedaan kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi music klasik pada ibu dengan komplikasi kehamilan di RS Islam, di mana terapi musik efektif menurunkan tingkat kecemasan.
- b) H₀ : Tidak terdapat perbedaan kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik pada ibu dengan komplikasi kehamilan di RS Islam.

Definisi Oprasional Variabel**Tabel 1.** Definisi Oprasional Variabel.

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara ukur	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
1.	terapi musik	Intervensi yang menggunakan alunan musik dengan susunan nada dan ritme tertentu yang diperdengarkan kepada responden, bertujuan membantu mengatasi masalah fisik maupun mental, diberikan sesuai durasi dan frekuensi protokol penelitian.	Memutar music klasik selama 10 menit	Standar Operasional Prosedur	-	-
2.	Kecemasan	Kondisi emosional yang ditandai rasa khawatir, gelisah, dan tidak tenteram, disertai gejala fisik seperti tegang, jantung berdebar, atau gangguan tidur.	Mengobservasi keadaan responden dan mengisi kuesioner	<i>Hamilton Rating Scale For Anxiety (Hars)</i>	Rasio	Penentuan derajat tingkat dengan cara menjumlahkan 1-14 kecemasan dengan hasil : • 0–14: Tidak ada kecemasan • Skor 14–20: Kecemasan ringan

- Skor 21 – 27 kecemasan sedang
- Skor 28-41: Kecemasan berat
- Skor 42-56: Kecemasan berat sekali (panik)

3. HASIL PENELITIAN

Analisis univariat

Analisis univariat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut

a. Skor kecemasan sebelum dan diberikan terapi musik

Tabel 2. Skor kecemasan sebelum Diberikan Terapi Musik (Pre test) (n= 30).

Kecemasan	Skor Kecemasan				
	Min	Max	Mean	95 % CI	SD
Sebelum	15	31	23.67	22.08 –25.25	4.253

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui Berdasarkan hasil pengukuran kecemasan responden sebelum diberikan terapi musik (pre test) pada 30 responden, diperoleh skor kecemasan minimum 15 dan maksimum 31 dengan nilai rata-rata sebesar 23,67. Nilai tersebut berada pada kategori “kecemasan sedang” dalam skor kecemasan

Tabel 3. Skor kecemasan sesudah Diberikan terapi musik klasik (Post test) (n= 30).

Kecemasan	Skor Kecemasan				
	Min	Max	Mean	95 % CI	SD
Sesudah	4	16	9.47	08.28 – 10.65	4.253

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui Berdasarkan hasil pengukuran kecemasan responden sesudah diberikan terapi musik klasik (post test) pada 30 responden, diperoleh skor kecemasan minimum 4 dan maksimum 16, Terdapat penurunan pada nilai rata rata sebanyak 14.20 hal ini dibuktikan dengan hasil nilai rata-rata sebesar 9.47. Nilai tersebut berada pada kategori “kecemasan Ringan” dalam skor kecemasan.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat menjelaskan ada atau tidaknya perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik klasik. Sebelum dilakukan analisa Bivariat, dilakukan uji normalitas data. Karna data penelitian ini berdistribusi normal maka dilanjutkan menggunakan uji *paired samples t-test*.

Uji Normalitas

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Sebelum Dan Sesudah Di Berikan Terapi Musik Klasik Menggunakan Uji Shapiro - Wilk (n : 30).

	Tests of Normality		
	statistic	df	Shapiro-Wilk Mean
Pre test	.963	30	.363
Post Test	.946	30	.133

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk, diperoleh nilai signifikansi pada skor kecemasan pre-test sebesar 0,363 dan pada post-test sebesar 0,133 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa kedua kelompok data memiliki distribusi normal. Karena data berdistribusi normal, maka analisis dilanjutkan menggunakan uji parametrik yaitu *paired t-test* untuk melihat perbedaan kecemasan sebelum dan sesudah terapi musik klasik.

Uji *paired samples t-test*

Analisa statistik yang digunakan adalah uji paired t test karena data berdistribusi normal.

Tabel 5. Hasil Uji Paired Samples Statistics Sebelum Dan Sesudah Di Berikan Terapi Musik Klasik (N : 30).

Paired Samples Statistics					
		mean	N	Std. Deviation	Std. eror mean
Pair 1	Pre Test	23.67	30	4.253	.777
	Post Test	9.47	30	3.170	.579

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan kecemasan yang signifikan setelah responden diberikan terapi musik klasik. Rata-rata skor kecemasan sebelum intervensi sebesar 23.67, kemudian menurun menjadi 9.47 setelah intervensi. Rata-rata penurunan sebesar 14,20 poin menunjukkan efektivitas terapi musik klasik dalam mengurangi kecemasan responden. Besarnya perubahan ini mencerminkan tingkat penurunan yang sangat signifikan secara klinis.

Tabel 6. Hasil uji paired samples t-test Efektivitas Terapi Musik Klasik Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Dengan Komplikasi Kehamilan Di Rs Islam Jakarta (N: 30).

Uji paired sample t- test									
95 % confidence									
internal of the									
difference									
		mean	Std deviation	Std. eror mean	lower	uper	t	df	Sig. (2) tailed
Pair 1	Pre Test -	14.200	3.960	.723	12.72	15.6	19.	2	<0.00
	Post Test				1	79	64	9	1
							0		

Hasil uji Paired Samples t-test pada 30 responden menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik. Rata-rata tingkat kecemasan sebelum terapi adalah 23,67, sedangkan setelah terapi menurun menjadi 9,47, sehingga terjadi penurunan sebesar 14,20 poin dengan nilai signifikansi $p < 0,001(>0,005)$ dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang sangat signifikan antara pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan pada 30 responden. Temuan ini mengindikasikan bahwa terapi musik klasik secara statistik terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu dengan komplikasi kehamilan

Pembahasan Hasil Penelitian

Kecemasan Ibu dengan Komplikasi Kehamilan Sebelum Dilakukan Terapi Musik Klasik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi musik klasik, kecemasan pasien di RS Islam Jakarta berada pada kategori kecemasan sedang, dengan variasi skor responden berkisar dari kecemasan ringan hingga berat. Hal ini ditunjukkan oleh skor kecemasan minimum 15, maksimum 31, dan nilai rata-rata sebesar 23,67 yang termasuk dalam kategori kecemasan sedang.

Penelitian ini mengacu pada konsep kecemasan sedang yang dikemukakan oleh Marthoenis et al. (2022), yaitu kondisi ketika individu masih mampu memusatkan perhatian, namun fokus perhatian mulai menyempit pada hal-hal yang dianggap penting atau mengancam. Pada tingkat kecemasan ini, individu masih dapat mengikuti arahan, tetapi memerlukan bantuan atau penguatan dalam memecahkan masalah. Respons fisiologis yang sering menyertai kecemasan sedang meliputi peningkatan denyut jantung, ketegangan otot, frekuensi napas yang meningkat, serta perasaan gelisah. Secara umum, kecemasan merupakan respons emosional yang muncul akibat adanya tekanan psikologis atau ancaman terhadap nilai penting yang dimiliki seseorang. Kondisi ini ditandai dengan perasaan tidak pasti, keraguan, rasa tidak berdaya, kegelisahan, kekhawatiran, serta disertai berbagai keluhan fisik (Azizah et al., 2020). Pada ibu hamil, khususnya yang mengalami komplikasi dan menjalani perawatan di rumah sakit, kecemasan dapat dipicu oleh berbagai faktor, antara lain kondisi medis yang dialami, lingkungan rumah sakit yang kurang familiar, keterbatasan dukungan sosial, masalah pribadi, serta ketidakpastian mengenai proses pengobatan dan kesembuhan (Chung et al., 2020).

Kecemasan Setelah Dilakukan Terapi Musik klasik

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi musik klasik terjadi penurunan kecemasan pada responden. Hal ini ditunjukkan oleh skor kecemasan minimum sebesar 4 dan maksimum 16, serta adanya penurunan nilai rata-rata kecemasan sebesar 14,20. Nilai rata-rata kecemasan responden setelah intervensi adalah 9,47, yang berdasarkan kriteria skor kecemasan termasuk dalam kategori kecemasan ringan. Temuan ini menunjukkan bahwa terapi musik klasik yang diberikan mampu memberikan efek menenangkan dan membantu responden dalam mengendalikan respon emosional terhadap stresor selama menjalani perawatan di ruang rawat inap. Penurunan kecemasan ini juga mengindikasikan bahwa terapi musik dapat menjadi salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif, mudah diterapkan, serta relatif aman dalam upaya meningkatkan kenyamanan psikologis pasien.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lu et al. (2021) yang menyatakan bahwa terapi musik secara signifikan dapat menurunkan tingkat kecemasan pada

pasien setelah diberikan intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Dalam meta-analisis tersebut dijelaskan bahwa musik mampu memengaruhi sistem saraf otonom dengan cara menurunkan aktivitas simpatis, sehingga dapat menurunkan denyut jantung, tekanan darah, serta ketegangan emosional yang berkaitan dengan kecemasan. Musik klasik dengan tempo lambat dan irama yang stabil dinilai efektif dalam menciptakan kondisi relaksasi dan meningkatkan perasaan nyaman pada pasien.

Pengaruh Terapi Musik Klasik Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Dengan Komplikasi Kehamilan Di RS Islam Jakarta Cempaka Putih

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi musik klasik memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu dengan komplikasi kehamilan di Rs Islam Jakarta Cempaka Putih. Analisis statistik menggunakan *paired samples t-test* dilakukan karena data berdistribusi normal, dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya perbedaan bermakna antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi musik klasik. Setelah diberikan terapi, beberapa responden menyatakan bahwa kecemasan yang dirasakan berkurang, rasa takut terhadap pikiran sendiri menurun, serta firasat buruk yang sebelumnya dialami mulai berkurang.

Temuan ini diperkuat oleh hasil *paired samples statistics* yang menunjukkan adanya penurunan rata-rata skor kecemasan sebesar 14,20 poin setelah pemberian terapi musik klasik. Penurunan skor tersebut menegaskan bahwa terapi musik klasik efektif digunakan sebagai intervensi dalam menurunkan kecemasan ibu hamil.

Hasil penelitian ini sejalan dengan berbagai penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa terapi musik merupakan salah satu intervensi non-farmakologis yang efektif dalam menurunkan kecemasan. Penelitian oleh Suciati et al. (2020) di RS Mardi Waluyo Kota Metro menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan ibu hamil trimester III sebelum diberikan terapi musik klasik lullaby berada pada kategori kecemasan berat dengan nilai rata-rata 29,13, dan menurun secara signifikan menjadi 10,83 setelah intervensi, yang termasuk dalam kategori ringan hingga tidak cemas. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menandakan efektivitas terapi musik klasik lullaby dalam menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III.

Sejalan dengan temuan tersebut, Wulandari et al. (2019) juga melaporkan bahwa pemberian terapi musik klasik pada ibu hamil trimester III secara signifikan menurunkan tingkat kecemasan menjelang persalinan, yang dibuktikan dengan adanya perbedaan skor kecemasan sebelum dan sesudah intervensi ($p < 0,05$). Penurunan kecemasan ini dikaitkan

dengan efek relaksasi yang ditimbulkan oleh musik klasik, sehingga membantu ibu hamil merasa lebih tenang dan lebih siap menghadapi proses persalinan.

Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak hanya konsisten dengan temuan empiris penelitian terdahulu, tetapi juga didukung oleh landasan teori yang kuat. Terapi musik klasik terbukti sebagai intervensi non-farmakologis yang efektif, aman, dan mudah diterapkan dalam menurunkan kecemasan ibu hamil dengan komplikasi di Ruang Annisa, sehingga dapat direkomendasikan sebagai bagian dari asuhan keperawatan dan kebidanan untuk meningkatkan kesejahteraan pasien selama perawatan di rumah sakit.

4. KESIMPULAN

Hasil penelitian "Efektivitas Terapi Musik Klasik Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Dengan Komplikasi Kehamilan Di RS Islam Jakarta Cempaka Putih ", dapat disimpulkan bahwa kecemasan pasien sebelum diberikan intervensi menunjukkan bahwa sebagian besar pasien mengalami kecemasan sedang, yang ditandai dengan gejala ketegangan, gelisah, dan kekhawatiran berlebih selama menjalani perawatan di ruang rawat An Nissa RS Islam Jakarta.

Setelah diberikan terapi musik Klasik, terjadi penurunan tingkat kecemasan yang signifikan, di mana sebagian besar pasien mengalami perubahan dari kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan Hasil uji statistik *paired samples t-test* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari kombinasi terapi ini terhadap penurunan kecemasan pasien, dengan nilai $p < 0,001$ (0,05). Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam membantu pasien mengatasi kecemasan selama menjalani perawatan.

Terapi musik Klasik terbukti dapat menciptakan efek relaksasi, menurunkan ketegangan emosional, serta meningkatkan rasa nyaman pada pasien. Musik klasik membantu menenangkan sistem saraf dan merangsang sistem saraf parasimpatis yang berperan dalam mengurangi stres dan kecemasan.

Saran

Hasil penelitian yang peneliti lakukan maka peneliti ingin menyampaikan beberapa saran bagi: (1) Responden, Diharapkan responden dapat mengelola kecemasan dengan lebih baik, dan disarankan untuk tetap menerapkan terapi musik klasik secara mandiri setelah keluar dari rumah sakit sebagai salah satu cara untuk mengelola kecemasan di kehidupan sehari-hari. (2) Tempat Penelitian, Diharapkan Rumah Sakit Islam Jakarta dapat menerapkan terapi musik Klasik sebagai bagian dari intervensi manajemen kecemasan bagi pasien rawat inap, mengingat hasil penelitian menunjukkan dampak positif dalam menurunkan tingkat kecemasan. (3) Peneliti Selanjutnya, Peneliti selanjutnya diharapkan dapat merancang penelitian dengan durasi

intervensi yang lebih panjang agar efek intervensi terhadap tingkat kecemasan dapat diamati secara lebih optimal dan berkelanjutan. Selain itu, disarankan untuk menggunakan kelompok kontrol sehingga hasil intervensi dapat dibandingkan secara lebih objektif dan valid. Peneliti juga perlu mempertimbangkan perencanaan waktu penelitian yang lebih matang, terutama terkait dengan proses perizinan di institusi pelayanan kesehatan yang memerlukan waktu relatif lama, agar pelaksanaan penelitian dapat berjalan sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan. Dengan memperhatikan aspek-aspek tersebut, diharapkan penelitian selanjutnya dapat menghasilkan temuan yang lebih kuat, komprehensif, dan memiliki tingkat generalisasi yang lebih baik.

DAFTAR REFERENSI

- Afni, R. (2021). Terapi musik klasik pada ibu hamil untuk menurunkan kecemasan menjelang proses persalinan di BPM Hj. Dince Safrina, SST. *Prosiding Hang Tuah Pekanbaru*, 50–54. <https://doi.org/10.25311/prosiding.vol1.iss1.58>
- Alamgir, F., Hossain, M. F., Ullah, M. S., Hossain, M. S., & Hasan, M. (2024). Socio-economic status and pregnancy complications and their impact on antenatal care services provided at home and Upazila health complex. *Heliyon*, 10(6), e27716. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e27716>
- Arisanti, Z. A., & Lupita Sari, M. (2022). Manfaat asam folat bagi ibu hamil dan janin (literature review). *Jurnal Sehat Masada*, 16(1), 9–17. <https://doi.org/10.38037/jsm.v16i1.258>
- Asrulla, A., Risnita, R., Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan sampling (kuantitatif), serta pemilihan informan kunci (kualitatif) dalam pendekatan praktis. Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi.
- Astuti, R. W., Zulhijriani, Oktavia, E. Z., Nurhikmah, B., Setiarini, D. A. K., Novfrida, Y., Hadiningsih, E. F., Winata, I. G. S., Sumartini, E., & Sustamy, R. P. (2023). *Kebidanan dan komplikasi kehamilan: Pendekatan komprehensif*. PT BukuLoka Literasi Bangsa.
- Attali, E., & Yogeve, Y. (2021). The impact of advanced maternal age on pregnancy outcome. *Best Practice & Research: Clinical Obstetrics & Gynaecology*, 70, 2–9. <https://doi.org/10.1016/j.bpobgyn.2020.06.006>
- Azizah, L. M., Zainuri, I., & Akbar, A. (2020). *Buku ajar kesehatan jiwa: Teori dan aplikasi praktis klinis*. Indomedia Pustaka.
- Betan, M. O., Hamu, A. H., Kapitan, M., & Lepat, G. S. (2021). Efektivitas terapi musik klasik dan relaksasi otot pada tingkat kecemasan ibu hamil di masa pandemi COVID-19. *Flobamora Nursing Journal*, 1(1), 12–18.
- Corbijn van Willenswaard, K., Lynn, F., McNeill, J., McQueen, K., Dennis, C. L., Lobel, M., & Alderdice, F. (2017). Music interventions to reduce stress and anxiety in pregnancy: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 17(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12888-017-1432-x>
- Domínguez-Solís, E., Lima-Serrano, M., & Lima-Rodríguez, J. S. (2021). Non-pharmacological interventions to reduce anxiety in pregnancy, labour and postpartum:

- A systematic review. *Midwifery*, 102, 103126. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2021.103126>
- Farhan, K., & Dhanny, D. R. (2021). Anemia ibu hamil dan efeknya pada bayi. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 2(1), 27–33. <https://doi.org/10.24853/myjm.2.1.27-33>
- Fatimah, F. (2024). Pengaruh komplikasi kehamilan terhadap kematian neonatal dini di Indonesia: Analisis data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 8(1). <https://doi.org/10.7454/epidkes.v8i1.1105>
- Hakiki, M., Widiyastuti, N. E., & Danti, R. R. (2021). *Buku ajar asuhan kehamilan sehat selama pandemi COVID-19*. Guepedia.
- Hamilton, M. (1959). The assessment of anxiety states by rating. *British Journal of Medical Psychology*, 32(1), 50–55. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1959.tb00467.x>
- Hepp, P., Hagenbeck, C., Gilles, J., Wolf, O. T., Goertz, W., Janni, W., Balan, P., Fleisch, M., Fehm, T., & Schaal, N. K. (2018). Effects of music intervention during caesarean delivery on anxiety and stress of the mother: A controlled, randomised study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 18(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12884-018-2069-6>
- Kang, Y. T., Yao, Y., Dou, J., Guo, X., Li, S. Y., Zhao, C. N., Han, H. Z., & Li, B. (2016). Prevalence and risk factors of maternal anxiety in late pregnancy in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 13(5), 468. <https://doi.org/10.3390/ijerph13050468>
- Khan, R. A., Raza, O., Ahmed, M., & Zaheer, S. (2025). Socioeconomic disparities in accessing early newborn care in Pakistan: Secondary data analysis of a nationally representative sample. *Turkish Archives of Pediatrics*, 60(2), 208–216. <https://doi.org/10.5152/turkarchpediatr-2024-0303>
- Kurniawan, W., & Agustini, A. (2021). *Metode penelitian: Kesehatan keperawatan* (A. Rahmawati, Ed.). Rumah Pustaka.
- Lin, C.-J., Chang, Y.-C., Chang, Y.-H., Hsiao, Y.-H., Lin, H.-H., Liu, S.-J., Chao, C.-A., Wang, H., & Yeh, T.-L. (2019). Music interventions for anxiety in pregnant women: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Clinical Medicine*, 8(11), 1884. <https://doi.org/10.3390/jcm8111884>
- Magee, L. A., von Dadelszen, P., Stones, W., & Mathai, M. (2016). *The FIGO textbook of pregnancy hypertension: An evidence-based guide to monitoring, prevention and management*. The Global Library of Women's Medicine.
- Nurfatimah, N., Mohamad, M. S., Entoh, C., & Ramadhan, K. (2020). Gambaran faktor risiko kejadian hipertensi dalam kehamilan pada ibu hamil trimester III. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(1), 68–75. <https://doi.org/10.33860/jik.v14i1.77>
- Parung, V. T., Novelia, S., & Suciawati, A. (2020). The effect of classical music therapy on anxiety women facing labor. *Asian Research Midwifery and Basic Science Journal*, 1(1), 119–130. <https://doi.org/10.37160/arimbi.v1i1.584>
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2017). *Nursing research* (10th ed.). Wolters Kluwer Health.
- Puspitasari, I., & Wahyuntari, E. (2020). Gambaran kecemasan ibu hamil trimester III. 116–120.

- Putri, R. (2021). Guided imagery dalam menurunkan kecemasan pada ibu hamil dengan preeklamsia di RSUP Prof. Kandou Manado. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 18(1), 123–129. <https://doi.org/10.32382/medkes.v18i1.447>
- Rahmawati, A., Maya Sari, Y., & Sudiyanto, A. (2024). Faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi terjadinya emesis gravidarum. *Jurnal Riset Kesehatan Modern*, 6(2), 12–16.
- Rahmawati, I., Fernalia, F., & Safitria, A. (2022). Pengaruh terapi musik klasik terhadap kecemasan pada pasien pra operasi di RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 6(2), 111–122. <https://doi.org/10.47859/jmu.v6i2.163>
- Salafas, E., Lestari, P., & Listiyaningsih, M. (2020). The effectiveness of music therapy in reducing anxiety in third trimester of pregnancy. *Siklus: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 9(1), 39–44. <https://doi.org/10.30591/siklus.v9i1.1634>
- Sari, A. P., & Fruitasari, F. (2022). Faktor risiko yang mempengaruhi kunjungan antenatal care pada ibu hamil. *Jurnal Sains Kesehatan*, 28(2), 52–59. <https://doi.org/10.37638/jsk.28.2.52-59>
- Sitiyarah, N., & Nancy, O. (2022). *Efektivitas terapi nonfarmakologi dalam penurunan kecemasan saat persalinan*. Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia.
- Suciati, L., Maternity, D., Susilawati, S., & Yuliasari, D. (2020). Efektivitas terapi musik klasik lullaby terhadap kecemasan ibu hamil. *Jurnal Kebidanan*, 6(2), 155–160. <https://doi.org/10.33024/jkm.v6i2.1667>
- Sudarto, S., Rahayu, H., Amandus, A., Rangkuti, W. F., & Ardiansyah, F. (2024). Pengaruh terapi musik dan aromaterapi terhadap nyeri persalinan di Pontianak. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 4(8), 3341–3355. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i8.15183>
- Suharnah, H., Jama, F., & Suhermi. (2021). Pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III. *Window of Nursing Journal*, 54–63. <https://doi.org/10.33096/won.v2i1.289>
- Widiyono. (2021). *Buku referensi: Betapa menakjubkannya terapi musik bagi kesehatan*. Lima Aksara.
- World Health Organization. (2023). *Maternal mortality*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>
- Yuliasih, Y., Yona, S., & Waluyo, A. (2023). Terapi musik sebagai terapi komplementer untuk menurunkan kecemasan pasien. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(1), 1337–1345. <https://doi.org/10.31539/joting.v5i1.5641>