

PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP PENURUNAN NYERI PERSALINAN: EVIDENCE BASED CASE REPORT

The Effect of Music Therapy To Reduce Labor Pain

Mariah Ulfah^{1*}, Desi Hidayanti²

^{1,2} Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung, Prodi Pendidikan Profesi Bidan, Email:
mariahulfah@student.poltekkesbandung.ac.id

ABSTRACT

Strong contractions in the uterus that cause pain are a sign of labor. Pain feelings are subjective and arise because of a sense of discomfort in a person. Solutions to reduce pain in laboring mothers will be beneficial for the mother and the fetus. Music therapy is an effective solution for mothers who experience pain during labor because music affects pain by distracting, relaxing, and creating a sense of comfort. The purpose of this study is to apply music therapy to reduce pain in women in the 1st stage of labor. The method used is to search evidence through PubMed and Cochrane databases published in 2018-2023. Results: The case report shows that music therapy can reduce labor pain in women who give birth with pain. Music therapy reduces labor pain in giving birth to mothers.

Key words: *first stage of labor, music therapy, labor pain, maternal health.*

ABSTRAK

Kontraksi kuat pada rahim yang menyebabkan rasa nyeri merupakan tanda dari persalinan. Perasaan nyeri sifatnya subjektif yang timbul karena rasa ketidaknyamanan pada seseorang. Solusi untuk menurunkan rasa nyeri pada ibu bersalin akan bermanfaat untuk ibu dan janinya. Terapi musik merupakan salah satu solusi yang efektif untuk ibu yang mengalami rasa sakit saat proses persalinan karena musik akan mempengaruhi rasa nyeri dengan mendistraksi, relaksasi dan menciptakan rasa nyaman. Tujuan laporan kasus ini untuk mengaplikasikan terapi musik dalam mengurangi nyeri pada ibu bersalin kala 1. Metode: Metode yang digunakan adalah cara penelusuran bukti melalui basis data dari PubMed dan Cochrane yang diterbitkan pada tahun 2018-2023. Hasil laporan kasus menunjukkan bahwa terapi musik dapat mengurangi nyeri persalinan pada ibu melahirkan. Terapi musik mengurangi nyeri persalinan pada ibu melahirkan.

Kata kunci: ibu bersalin kala 1, terapi musik, nyeri persalinan, kesehatan ibu

PENDAHULUAN

Kontraksi kuat pada rahim yang menyebabkan rasa nyeri merupakan tanda dari persalinan yang memengaruhi pelebaran serviks dan menyebabkan penurunan janin melalui jalan lahir. Proses persalinan dimulai dengan adanya kontraksi dan diakhiri dengan lahirnya bayi serta pengeluaran plasenta. Persalinan sama halnya

dengan kehamilan, keduanya merupakan proses fisiologis yang karenanya persalinan seharusnya normal bagi sebagian besar wanita.¹ Pada saat proses kala 1 persalinan ibu akan mengalami pembukaan serviks dari 1 sampai sepuluh yang terbagi menjadi 2 fase yaitu fase laten (1 sampai 3 cm) biasanya pada fase ini prosesnya

lambat bisa mencapai 8 jam, dan fase aktif (4 sampai 10 cm).²

Perasaan nyeri sifatnya subjektif yang timbul karena rasa ketidaknyamanan pada seseorang. Nyeri timbul karena ada respon yang dikirim oleh otak pada bagian thalamus hal ini terjadi karena adanya rangsangan dari sumber yang mengakibatkan nyeri lalu dikirim langsung dari otak ke sistem saraf atau *nervus sensory afferent* kemudian dikirim kembali ke otak kemudian otak akan memerintahkan tubuh untuk menghasilkan reflek menggerakkan bagian tubuh dari sumber nyeri.²

Nyeri dalam proses persalinan kala 1 akan menimbulkan efek yang berbeda pada setiap ibu bersalin. Sistem saraf simpatik akan meningkat karena adanya respon terhadap nyeri yang dirasakan oleh ibu dan akan mengakibatkan perubahan pada tekanan darah, denyut nadi, dan pernapasan yang tidak teratur, mual muntah, dan keringat berlebih. Solusi untuk menurunkan rasa nyeri pada ibu bersalin akan bermanfaat untuk ibu dan janinya. Metode untuk menurunkan rasa nyeri selama proses persalinan terbagi menjadi dua cara yaitu menggunakan metode farmakologi dan non farmakologi. Metode farmakologi contohnya adalah pemberian obat analgesik yang berisiko untuk terjadi alergi apabila tidak cocok dan metode non farmakologi. Sedangkan metode non farmakologi diantaranya dengan *counter pressure*, kompres hangat, *breathing exercise* dan terapi musik. Metode ini tidak akan membahayakan ibu dan janin, dengan hal tersebut maka penerapan metode tersebut sangat penting untuk penurunan rasa nyeri pada ibu bersalin.³

Terapi musik merupakan salah satu solusi yang efektif untuk ibu yang mengalami rasa sakit saat proses persalinan karena musik akan mempengaruhi rasa nyeri dengan

mendistraksi, relaksasi dan menciptakan rasa nyaman. Musik akan dapat mengurangi pengalaman dan persepsi nyeri dan akan meningkatkan toleransi terhadap nyeri akut dan kronis. Ibu akan teralihkan dari rasa nyeri, dengan mendengarkan musik karena musik akan mengalihkan perhatian dengan sensasi yang menyenangkan serta memecah siklus kecemasan dan ketakutan yang meningkatkan reaksi nyeri.⁴

Tujuan dari studi kasus ini adalah untuk mengaplikasikan pemberian terapi musik untuk menurunkan nyeri pada ibu bersalin kala 1 di Puskesmas Garuda tahun 2023.

KASUS

Kasus yang disajikan merupakan hasil asuhan yang sudah dilakukan di Puskesmas Garuda, pada Ny. W. Klien datang pada tanggal 13 Maret 2023 pukul 07.45 WIB dengan keluhan mules dan nyeri sejak 12 Maret 2023 pukul 15.00 WIB. Hasil pemeriksaan fisik menunjukkan pembukaan 3 cm dengan skala nyeri 7. Berdasarkan hasil pengkajian diagnosis yang ditegakkan yaitu G3P1A1 parturient aterm kala 1 fase laten, dengan masalah nyeri persalinan.

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan permasalahan dan kasus maka dapat dirumuskan PICO

P: Ibu bersalin kala 1

I : Terapi musik

C: Tidak ada intervensi yang lain

O: Penurunan nyeri persalinan

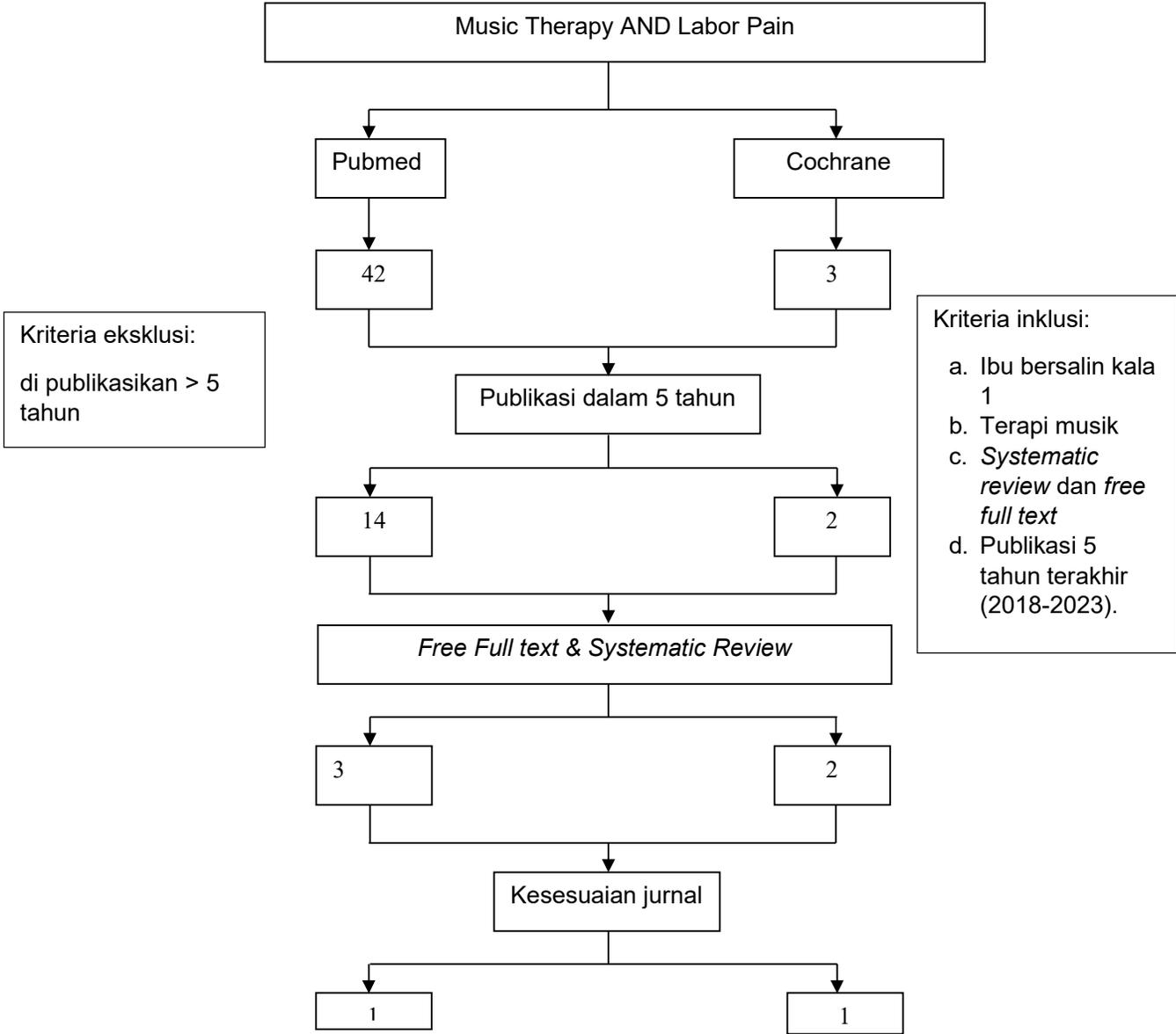
METODE

Penelusuran artikel dengan menggunakan databased *pubmed* dan *Cochrane Library*. Kata kunci yang digunakan adalah kata yang mewakili

populasi yakni *music therapy*, *labor pain*, nyeri persalinan.

Artikel jurnal yang relevan kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi yang meliputi batasan terbitan 5 tahun terakhir yakni antara tahun 2018

hingga 2023, full-text, desain penelitian adalah *systematic review*, dalam bahasa Inggris. Hasil akhir seleksi di dapatkan 2 artikel yang ditunjukkan pada skema berikut ini:



Gambar 1. Diagram alur pemilihan literatur

Berdasarkan hasil skrining diperoleh dua artikel yang digunakan dalam

kajian literatur review penelitian ini. Kedua artikel jurnal tersebut

kemudian diidentifikasi terkait importance, dan applicability seperti rancangan penelitian, validity, yang terdapat pada Tabel 1.

Tabel 1. Telaah Kritis

No	Jurnal	Validity	Important	Applicable
1	<p>Judul: "Music Therapy In Pain And Anxiety Managemen During Labor": A Systematic Riview and Meta-Analysis.⁵</p> <p>Penulis: Rocio Santiváñez-Acosta,^{1,*} Elena de las Nieves Tapia-López,² and Marilina Santero³</p> <p>Nama Jurnal: Medicina 2020, 56, 526;doi:10.3390/medicin a 6100526</p> <p>Tahun terbit: 2020</p> <p>Database: PubMed</p>	<p>Penelitian ini menggunakan desain <i>Systematic Review</i> dan <i>Meta analysis</i> yang terdiri dari beberapa penelitian diantaranya <i>randomized clinical trials</i> (RCT) dan <i>quasi-experimental</i>.</p> <p>Kriteria inklusinya pada jurnal ini adalah Wanita tanpa masalah Kesehatan, dan tidak ada perbedaan dalam jumlah kehamilan, usia, jenis kehamilan (tunggal/ ganda) metode persalinan (vaginal/ Caesar).</p> <p>Tingkat kecemasan dan nyeri persalinan diukur menggunakan Visual Analog Scale (VAS).</p>	<p>Pada dua belas penelitian tersebut, ditemukan kualitasnya sedang hingga rendah, dengan tingkat bias yang tidak pasti, karena prosedur penyembunyian dan pengacakan tidak dijelaskan.</p> <p>Jurnal yang di review beberapa diantaranya pada kelompok kontrol di tawarkan untuk dilakukan intervensi lain seperti pijat (33,3%). Sebagian besar menggunakan terapi atau perawatan standar (66,7 %).</p> <p>Meta-analisis menunjukkan terdapat perbedaan dalam skor Visual Analog Scale (VAS) yang mendukung terapi musik dalam menurunkan intensitas nyeri pada fase laten (MD: -0,73; 95% CI -0,99; -0,48); pada fase aktif (MD: 0.68; 95% CI 0.92; -0.44) secara keseluruhan atau selama fase pertama (MD: 1.71; 95% CI 2.65; -0.77) dan jam kedua pasca intervensi (MD: 2.90; 95% CI 3,79; 2.01). Maka dapat disimpulkan bahwa terapi musik memiliki efek yang</p>	<p>Musik yang digunakan dalam penerapan terapi musik pada jurnal berbeda diantaranya, musik suara laut, musik santai, musik klasik, musik Turki, dan Musik Aceh. Musik tersebut dapat dengan mudah ditemukan di youtube atau platform musik lain sehingga intervensi pada jurnal dapat diterapkan dengan mudah pada ibu bersalin agar menurunkan nyeri yang dirasakan.</p>

			menguntungkan pada penurunan intensitas nyeri selama proses persalinan berlangsung.	
2	<p>Judul: Relaxation techniques for pain management in labour (Review).⁶</p> <p>Penulis: Smith CA, Levett KM, Collins CT, Armour M, Dahlen HG, Suganuma M</p> <p>Nama jurnal: Cochrane Database of Systematic Reviews 2018, Issue 3. Art. No.: CD009514. DOI: 10.1002/14651858.CD009514.pub2.</p> <p>Tahun terbit: 2018</p> <p>Database: Cohrane</p>	<p>Penelitian ini menggunakan desain <i>systematic review</i> dengan <i>randomised controlled trials</i> (termasuk uji acak kuasi dan cluster) untuk membandingkan metode relaksasi dengan perawatan standar, tidak ada pengobatan, dan bentuk non farmakologis lainnya dalam manajemen nyeri pada persalinan.</p> <p>Analisis data dilakukan dengan cara mengulas secara independen, menilai uji coba untuk inklusi dan resiko bias yang ditimbulkan pada penelitian, mengekstrak dan mengolah data lalu selanjutnya memeriksa keakuratan dari setiap jurnal yang digunakan. Penulis menilai kualitas berbasis bukti dengan metodologi GRADE.</p>	<p>Pada jurnal tersebut menganalisis sebanyak 19 studi (2519 wanita), 15 di antaranya (1731 wanita) yang sudah berkontribusi memberikan data. Intervensi yang diberikan adalah musik, relaksasi, yoga dan perhatian.</p> <p>Intervensi musik yang diberikan saat membandingkan musik dengan intervensi kontrol seperti reksasi dan asuhan biasa, terdapat bukti intensitas nyeri yang lebih rendah pada fase laten untuk wanita yang menerima musik diukur dengan Visual Analog Scale (VAS) skor rendah hal ini menunjukkan nyeri yang berkurang dengan hasil (MD - 0,73, 95% CI -1,01 hingga -0,45, analisis efek acak, dua percobaan, 192 wanita) dan bukti kualitas sangat rendah tanpa manfaat yang jelas pada fase aktif (MD - 0,51, 95% CI -1,10 hingga 0,07, tiga percobaan, 217 wanita).</p>	<p>Pada jurnal ini terapi musik lebih efektif di terapkan pada ibu yang akan bersalin yang sedang berada pada kala I fase laten, sedangkan pada kala I fase aktif didapatkan bukti kualitas sangat rendah tanpa manfaat yang jelas.</p>

HASIL

Hasil penelusuran jurnal didapatkan 2 artikel yang digunakan dalam penerapan EBCR terapi musik dalam menurunkan nyeri persalinan kala 1. Berdasarkan artikel *Music Therapy In Pain And Anxiety Managemen During Labor”: A Systematic Riview and Meta-Analysis* (Rocio Santivanez-Acosta, dkk 2020) mengungkapkan perubahan signifikan dalam skor Visual Analog Scale (VAS), terbukti bahwa terapi musik terdapat pengaruh dalam mengurangi nyeri pada fase laten persalinan. Musik yang digunakan dalam intervensi berbeda diantaranya seperti musik suara laut, musik menenangkan, musik Turki, musik Aceh dan kebanyakan menggunakan musik klasik. Musik dalam jurnal ini dapat dengan mudah diberikan kepada para ibu yang melahirkan sehingga mereka dapat merasa lebih nyaman dan mengurangi rasa sakit. Jenis musik ini biasanya dapat dengan mudah ditemukan di saluran YouTube atau platform musik lainnya. Penerapan musik pada jurnal ini dapat dengan mudah diberikan pada ibu yang akan menjalani proses persalinan untuk menurunkan nyeri yang dirasakan ibu sehingga ibu akan merasa lebih nyaman.⁵

Menurut artikel yang kedua yaitu *Relaxation techniques for pain management in labour (Review)* yang dilakukan oleh Smith CA, dkk (2018), juga didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh terapi musik terhadap nyeri persalinan kala I. Intervensi musik Ketika membandingkan musik dengan intervensi kontrol yaitu dengan Teknik pernapasan atau perawatan biasa, ada bukti intensitas nyeri yang lebih rendah pada fase laten untuk wanita yang menerima musik dibanding dengan kelompok kontrol dengan hasil (MD -

0,73, 95% CI -1,01 hingga -0,45, analisis efek acak, dua percobaan, 192 wanita). Berdasarkan jurnal ini terapi musik bisa dilakukan pada ibu yang akan bersalin yang sedang berada pada kala I fase laten untuk menurunkan rasa nyeri.⁶

PEMBAHASAN

Proses persalinan dimulai dengan kontraksi dan diakhiri dengan lahirnya bayi serta pengeluaran plasenta.¹ Kala I merupakan periode persalinan yang pertama sampai pembukaan serviks menjadi lengkap, hal ini akan menyebabkan respon nyeri yang dikeluarkan oleh thalamus²

Pada kasus ini, pemberi asuhan menerapkan terapi musik untuk mengurangi nyeri dalam persalinan. Kriteria inklusi yang dalam asuhan ini yaitu klien yang mengalami nyeri pada proses persalinan.

Klien dalam asuhan ini merasakan saat proses persalinan. Klien berusia 27 tahun datang dengan keluhan mulas sejak 12 Maret 2023 pukul 15.00 WIB. Diagnosis persalinan pada kasus ini, G3P1A1 parturient aterm (40 minggu) janin tunggal hidup intrauterine, presentasi kepala. Pemberi asuhan melakukan pemeriksaan fisik, didapatkan hasil pembukaan 3 cm, ketuban utuh, presentasi kepala, klien sudah mengalami kontraksi 2 kali dalam 10 menit lamanya 35 detik. Klien tidak memiliki diagnosa penyakit keturunan ataupun penyakit yang lainnya.

Hasil pemeriksaan klien saat datang masih berada dalam fase laten persalinan. Klien diukur skala nyerinya menggunakan instrumen VAS (Visual Analog Scale) dengan hasil skor 7, termasuk dalam klasifikasi nyeri berat. Pemberi asuhan memberikan *informed consent* untuk dilakukan intervensi terapi musik, dan ibu menyetujuinya. Klien diberikan intervensi

mendengarkan musik selama 30 menit, tanpa tambahan atau pembanding intervensi lain. Selama diberikan terapi musik ibu terlihat nyaman. Hasil pengukuran skala nyeri setelah 30 menit dengan menggunakan instrument VAS yaitu 4, termasuk dalam kriteria nyeri sedang. Hal ini menunjukkan terdapat pengurangan nyeri persalinan setelah dilakukan terapi musik pada ibu bersalin kala 1 fase laten.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rocio Santivanez-Acosta, dkk (2020) terapi musik efektif untuk menurunkan nyeri persalinan pada fase laten. Studi ini merangkum temuan *randomized clinical trials* (RCT) dan *quasi-experimental* mengenai terapi musik untuk menurunkan nyeri persalinan di Spanyol dan Inggris, dan menunjukkan bahwa terapi musik dapat mengurangi nyeri persalinan. Musik yang digunakan sebagai bentuk terapi untuk mengurangi nyeri persalinan dapat dengan mudah diberikan kepada para ibu yang melahirkan sehingga mereka dapat merasa lebih nyaman dan rasa sakit yang berkurang.⁵

Nyeri pada saat proses persalinan akan menyebabkan terjadinya peningkatan kebutuhan oksigen, tekanan darah, menurunkan motilitas usus dan vesika urinaria. Kondisi tersebut akan merangsang katekolamin yang tinggi dan dapat mengganggu kontraksi uterus, kondisi tersebut akan dapat menyebabkan inersia uteri, partus lama, oksigenasi bayi tidak adekuat dan distress janin. Apabila nyeri persalinan tidak tertangani akan menyebabkan kematian ibu dan janin.⁷

Musik dapat mempengaruhi persepsi nyeri dengan cara distraksi, relaksasi dan menciptakan rasa nyaman. Musik mampu mengurangi persepsi dan pengalaman nyeri serta meningkatkan toleransi terhadap nyeri akut dan kronis. Musik mengalihkan pasien dari rasa

nyeri, memecah siklus kecemasan dan ketakutan yang meningkatkan reaksi nyeri, dan mengalihkan perhatian pada sensasi yang menyenangkan. Hal ini didukung oleh pelepasan endorfin yang menghasilkan efek paliatif. Terapi musik merupakan metode yang efektif terutama pada ibu yang mengalami nyeri persalinan.⁴

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Livana, dkk 2017 melakukan penelitian quasy eksperimental yang berjumlah 30 responden mendapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh antara intensitas nyeri sebelum dilakukan intervensi dan sudah diberikan intervensi terapi musik ($p \text{ value} = 0,000 < 0,05$) intensitas nyeri sebelum dilakukan intervensi rata-ratanya 3,20 (SD: 0,610). Sedangkan rata-rata intensitas setelah dilakukan intervensi 2,47 (SD: 0,507). Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terapi musik efektif menurunkan intensitas nyeri pada persalinan kala I fase laten.⁴

Musik dapat memberikan distraksi atau pengalihan dan pengurangan konsentrasi dan respon terhadap nyeri. Ketika Ibu merasakan nyeri persalinan dan mendengarkan terapi musik, pada saat itu otak akan menerima dua persepsi. Impuls musik akan dipersepsikan dan diterima terlebih dahulu oleh otak dari pada impuls nyeri yang dirasakan ibu. Berdasarkan Teori gate control mendengarkan musik dapat menurunkan nyeri. Musik akan mempengaruhi sistem limbik sebagai pusat untuk mengatur emosi. Sinyal yang akan diterima oleh korteks limbik melalui pendengaran lalu dilanjutkan ke hipotalamus lalu diteruskan ke formatio retikularis sebagai penyalur impuls menuju serat saraf otonom. Serat tersebut mempunyai dua sistem saraf, yaitu sistem saraf simpatis dan sistem saraf parasimpatis. Saraf tersebut akan mempengaruhi kontraksi dan relaksasi

organ-organ, sehingga musik dapat memberikan ketenangan pada Ibu.⁸

Pada penelitian yang dilakukan oleh Arindra Dwi, dkk pada tahun 2021 bahwa terapi musik dapat mengurangi nyeri persalinan dan mengurangi kecemasan. Studi ini merangkum temuan uji klinis acak mengenai terapi musik untuk menurunkan nyeri persalinan dan menunjukkan bahwa terapi musik tidak hanya menurunkan nyeri persalinan, tetapi juga untuk menurunkan kecemasan yang dirasakan ibu bersalin.⁹

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Juwita, dkk pada tahun 2022 bahwa terapi musik berpengaruh terhadap penurunan nyeri persalinan dengan hasil pvalue yang didapatkan adalah <0.05 studi literatur ini merangkum temuan *Randomized Controlled Trial* dan *Quasi Eksperimental* mengenai Pengaruh terapi musik terhadap penurunan nyeri persalinan sebanyak 13 jurnal dan menunjukkan bahwa terapi musik berpengaruh dalam menurunkan nyeri persalinan pada ibu bersalin.¹⁰

Maka terapi musik bisa diterapkan secara efektif untuk menurunkan rasa nyeri saat persalinan kala1, terapi musik tidak ada resiko dan pengaruh yang berbahaya, terapi musik juga bisa ditemukan di platform musik manapun dengan mudah.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelaahan artikel dan penerapan terapi musik dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh dari terapi musik terhadap penurunan nyeri persalinan. Terapi musik tidak hanya mengurangi nyeri namun juga bisa mengurangi rasa kecemasan pada ibu bersalin.

Terapi musik dapat dijadikan alternatif bagi ibu bersalin dalam menurunkan rasa nyeri pada proses

persalinan. Terapi ini dapat dilakukan oleh keluarga maupun tenaga Kesehatan, sebagai pendamping persalinan untuk meningkatkan kualitas asuhan dan pemberian asuhan secara optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada pihak Puskesmas Garuda dan semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan hasil penerapan *Evidence Based Case Report* (EBCR).

DAFTAR RUJUKAN

1. Cunningham FG, Leveno KJ, Bloom SL, Dashe JS, Hoffman BL, Casey BM et al. William Obstetric. 25 ed. United States: McGraw-Hill Education; 2018.
2. Livana, Handayani TN, Mubin MF, Ruhimat IIA. Karakteristik Dan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Laten. J Ners Widya Husada [Internet]. 2017;4(3):65145. Available from: <http://stikeswh.ac.id:8082/journal/index.php/jners/article/view/323>
3. Mawaddah S. Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Inpartu Kala I Fase Aktif. JPP (Jurnal Kesehat Poltekkes Palembang). 2020;15(1):30–8.
4. Livana, Handayani TN, Mubin MF, Istibsyaroh I, Ruhimat A. Efektifitas terapi musik pada nyeri persalinan kala 1 fase laten. J Ners Widya Husada. 2017;4(2):47–52.
5. Santiváñez-Acosta R, Tapiá-López E de las N, Santero M. Music therapy in pain and anxiety management during labor: A systematic review and meta-analysis. Med. 2020;56(10):1–11.

6. Smith CA, Levett KM, Collins CT, Armour M, Dahlen HG, Sukanuma M. Relaxation techniques for pain management in labour. *Cochrane Database Syst Rev.* 2018;2018(3).
7. Rahayu NA, Kurniawati HF. Efektivitas Music Therapy terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan: Systematic Review. *J Kesehat Vokasional.* 2020;5(2):83.
8. Solehati T. Terapi Nonfarmakologi Nyeri Pada persalinan: Systematic Review. *J Keperawatan Muhammadiyah.* 2018;3(1)
9. Angraini AD. Efektivitas Terapi Musik dalam Mengurangi Nyeri Persalinan pada Wanita Primipara: Literature Review: *Buletin Kesehatan.* 2021;5(1)
10. Juwita. Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan. *Media Publikasi Penelitian Kebidanan.* 2022;5(2).