

PENGARUH PEMBERIAN TERAPI MUSIK TRADISIONAL GAMELAN TERHADAP NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF PADA PRIMIPARA

Eva Nur Azizah¹, Sukma Amperiana²

¹Program Studi Diploma III Kebidanan, Akademi Kebidanan Pamenang
eva@akbidpamenang.ac.id

²Program Studi Diploma III Kebidanan, Akademi Kebidanan Pamenang
sukma@akbidpamenang.ac.id

ABSTRAK

Nyeri merupakan bagian integral dari persalinan dan melahirkan, nyeri persalinan merupakan hal yang membuat ibu merasa tidak nyaman. Salah satu teknik pengurangan nyeri dengan cara non farmakologis yaitu dengan mendengarkan music. . Music tradisional di Jawa yaitu music tradisional gamelan. Tujuan : Untuk mengetahui pengaruh Pemberian Terapi Musik Tradisional Gamelan Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Primipara Di PMB Wahyu. Metode penelitian dengan cross sectional. Rancangan penelitian menggunakan one group pretest-posttest design. Sampel berjumlah 14 responden. Reponden dinilai tingkat nyeri sebelum dn sesudah mendengarkan terapi music gamelan. Hasil : Dengan menggunakan Wilcoxon, didapatkan p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Sebuah lagu dapat berkoordinasi dengan tubuh saat proses persalinan. Musik yang didengarkan secara intensif dapat memberikan kekuatan penuh, dalam arti untuk merefleksikan emosi diri, dan ekspresi. Pendengar memilih musik karena dia menemukan resonansi musik tersebut dengan dirinya sesuai dengan kondisi emosi, musik dapat membantu seseorang jika orang tersebut menginginkannya. Ibu yang dalam proses persalinan dapat terbantu untuk mengatasi nyeri yang dialaminya apabila ibu tersebut memang menginginkannya. Kesimpulan : Pemberian terapi musik tradisional gamelan mempengaruhi nyeri persalinan kala I fase aktif pada primipara

Kata Kunci : Musik Tradisional Gamelan, Nyeri, Persalinan

ABSTRACT

Pain is an integral part of labor and childbirth, labor pain is what makes the mother feel uncomfortable. One of the pain reduction techniques in a non-pharmacological way is listening to music. . Traditional music in Java is traditional gamelan music. Objective: To determine the effect of Gamelan Traditional Music Therapy on the Pain of Childbirth in the First Active Phase in Primipara at PMB Wahyu. Research method with cross sectional. The study design used one group pretest-posttest design. Samples were 14 respondents. Reponden assessed the level of pain before and after listening to gamelan music therapy. Results: By using Wilcoxon, p-value was obtained at 0,000 ($p < 0.05$). A song can coordinate with the body during labor. Music that is listened intensively can provide full strength, in a sense to reflect self-emotion, and expression. Listeners choose music because they find the resonance of the music with themselves according to emotional conditions, music can help someone if the person wants it. Mothers who are in labor can be helped to deal with the pain they experience if the mother really wants it. Conclusion: Giving traditional gamelan music therapy affects labor pain when I am active phase in primipara

Keywords: Childbirth, Gamelan Traditional Music, Pain

PENDAHULUAN. Pada saat persalinan mulai, pada umumnya serviks telah masak. Serviks yang masak ditandai dengan teraba lunak, panjang serviks 1,3 cm, terbuka satu jari longgar, dan posisi anterior. Kala I adalah kala pembukaan sehingga kemajuan kala I dinilai dari majunya pembukaan, meskipun pada kala I terjadi proses penurunan kepala dan putar paksi dalam. Pada primigravida kala I bervariasi antara 12-14 jam, sedangkan pada multi para antara 6-8 jam. Kala I dapat dibagi menjadi fase laten dan fase aktif. Fase laten adalah fase dimana serviks mengalami pembukaan 0-3 cm yang biasanya berlangsung selama kurang lebih 8 jam. Fase aktif adalah fase dimana serviks mengalami akselerasi, maximal of slope dan deselerasi. Fase ini berlangsung selama 4-6 jam.^[1]

Musik adalah bentuk seni yang paling halus, namun berpengaruh besar pada pusat fisik dan jaringansaraf. Musik juga mempengaruhi sistem sarafparasimpatis atau sistem saraf otomatis, baik secara langsung maupun tidak langsung^[2,10]. Nyeri merupakan bagian integral dari persalinan dan melahirkan, nyeri persalinan sebagai kontraksi miometrium, merupakan proses fisiologi dengan intensitas yang berbeda-beda pada masing-masing individu. Nyeri merupakan rangsangan tidak enak yang menimbulkan rasa takut dan khawatir. Keadaan ini akan merangsang peningkatan katekolamin yang dapat menyebabkan gangguan pada kekuatan kontraksi uterus sehingga terjadi insersia uteri apabila tidak dikoreksi, yang akan menyebabkan partus lama.^[3]

Manajemen nyeri non farmakologi merupakan tindakan menurunkan respon nyeri tanpa menggunakan agen farmakologi seperti tindakan masase punggung, relaksasi pernafasan, hipnoterapi kompres panas dingin, hal tersebut sering dilakukan pada ibu bersalin dalam mengurangi rasa nyeri., Musik Klasik merupakan salah satu cara non farmakologi yang dapat digunakan sebagai upaya untuk meminimalkan nyeri persalinan karena musik dapat memberi energi dan membawa perintah melalui irama sehingga musik dengan tempo

yang tepat dapat membantu wanita mengatur pernafasan selama nyeri persalinan.^[3]

Suhartini telah menggunakan terapi musik gamelan jawa pada pasien penyakit jantung di RS Karyadi Semarang. Dari penelitian tersebut disimpulkan bahwa, musik gamelan jawa dapat dijadikan sebagai musik terapi untuk mengurangi kecemasan, sensasi nyeri, dan beberapa efek yang sangat memengaruhi psikologis. Dinyatakan juga bahwa musik gamelan jawa dapat dipergunakan sebagai musik terapi. Karena nyeri persalinan merupakan salah satu hal yang membuat ibu bersalin merasa tidak nyaman. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Adakah pengaruh pemberian musik tradisional gamelan terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif” yang harapannya dapat meningkatkan kenyamanan dan ketenangan ibu menghadapi persalinan. Peneliti juga mengharapkan tindak lanjut dari petugas kesehatan dan kerjasama masyarakat daerah yang diteliti untuk bersama-sama meningkatkan kenyamanan ibu dengan cara berbagai cara pengalihan nyeri persalinan, salah satunya adalah dengan mendengarkan musik tradisional gamelan. Cara lainnya adalah bidan diupayakan untuk rutin memberikan penyuluhan tentang metode pengalihan rasa nyeri yang dapat meningkatkan kenyamanan ibu menghadapi persalinan bertujuan untuk menurunkan angka komplikasi dan stress pada ibu bersalin.

METODE PENELITIAN. Pendekatan yang dilakukan adalah *cross sectional*. Sedangkan rancangan penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. Penelitian dilaksanakan mulai bulan Mei 2018 sampai dengan bulan Juli 2018. Penelitian dilaksanakan di BPM Wahyu Desa Darungan Kecamatan Pare Kabupaten Kediri, teknik sampling yang digunakan adalah *accidental sampling*. Responden nya sebanyak 14 dengan persalinan kala 1 fase aktif pada primipara, Sebelum dilakukan penelitian, responden diberikan inform consent untuk persetujuan menjadi

responden. Pada saat kala I fase aktif responden di observasi nyeri nya. Kemudian di beri music tradisional gamelan selama 15 menit. Setelah diperdengarkan music di observasi lagi tingkat nyeri responden. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah lembar observasi dengan skala nyeri antara 0 sampai 10. Selain itu wawancara juga dapat dilakukan pada ibu bersalin untuk mengetahui tingkat nyeri yang dirasakan. Analisa data menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank*

HASIL DAN PEMBAHASAN. Jumlah sample yaitu 14 responden. 11 responden (78,6%) berusia 20-35 tahun, 2 responden berusia <20 th, dan 1 responden usia >35 tahun. Menurut tingkat pendidikan terakhirnya ada 8 responden (57,1%) pendidikannya SMA/ sederajat, 2 responden berpendidikan SD, 4 responden dengan pendidikan SMP. Pendamping responden selama persalinan 10 responden (71,4%) didampingi suami dan 4 responden didampingi keluarga.

Tabel 1 Tabulasi Silang Pengaruh Pemberian Terapi Musik Tradisional Gamelan Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di PMB Wahyu Desa Darungan Kecamatan Pare Kabupaten Kediri

Nyeri Sebelum Mendengarkan music tradisional Gamelan	Nyeri Setelah Mendengarkan music tradisional Gamelan								Jumlah	
	Tidak Nyeri		Nyeri ringan		Nyeri sedang		Nyeri Berat			
	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%
Nyeri Ringan	0	0	1	7.1	0	0	0	0	1	7.1
Nyeri Sedang	0	0	7	50	0	0	0	0	7	50
Nyeri Berat	1	7.1	0	0	3	21.4	0	0	4	28.5
Nyeri Sangat Berat	0	0	0	0	0	0	2	14.3	2	14.3
Jumlah	1	7.1	8	57.1	3	21.4	2	14.3	14	100

Sumber : Data Primer 2018

Dari total 14 responden didapatkan 1 responden nyeri ringan sebelum diberi music tradisional gamelan, setelah diberi music gamelan tetap ringan. 7 responden nyeri sedang sebelum diberi music tradisional gamelan, setelah diberi music gamelan menjadi nyeri ringan semua. Untuk 4 responden yang nyeri berat sebelum diberi music gamelan menjadi tidak nyeri sebanyak 1 responden dan 3

responden yang lain nyeri sedang. 2 responden nyeri sangat berat sebelum diberi music tradisional menjadi nyeri berat setelah diberi music gamelan.

Hasil perhitungan dengan menggunakan bantuan *software computer* dengan menggunakan rumus *Wilcoxon Signed Ranks Test* diperoleh p value = 0,000 dengan demikian $p < \alpha$ maka hipotesa kerja (H1) diterima dan hipotesa nihil (H0) ditolak artinya ada pengaruh pemberian terapi musik tradisional gamelan terhadap nyeri. Persalinan kala I fase aktif pada primipara

Sebagian ibu mengalami penurunan nyeri, hal ini menandakan bahwa pada persalinan normal secara fisiologis ibu akan mengalami nyeri yang semakin lama semakin kuat seiring dengan penambahan pembukaan serviks. Tidak jarang ibu yang di akhir kala I persalinan akan berada pada skala nyeri berat atau hebat. Menurut Sherwen dkk. dikutip oleh Yuliatun dinyatakan bahwa primipara akan mengalami intensitas nyeri persalinan lebih berat daripada multipara, terutama pada kala I persalinan karena effacement biasanya terjadi lebih dulu daripada dilatasi serviks.⁴ Di samping itu pada primipara, proses persalinan yang dihadapinya adalah yang pertama kali sehingga belum ada pengalaman sebelumnya yang dapat menyebabkan ketegangan emosi, cemas, dan juga takut yang tentunya dapat memperberat persepsi nyeri tersebut. Menurut Gatson-Johansson dkk. yang dikutip Bachman, proses persalinan pada primipara lebih lama daripada multipara sehingga menimbulkan lelah yang berpengaruh pada peningkatan persepsi nyeri.⁵

Untuk membandingkan keadaan nyeri yang dialami oleh ibu pada sebelum dan sesudah mendengarkan music tradisional gamelan analisis uji komparatif dengan Uji Wilcoxon Signed Ranks(Z) dan derajat kepercayaan 95%. Didapatkan hasil $p= 0,000$ yang berarti bahwa terdapat perbedaan bermakna antara nyeri sebelum dan sesudah mendengarkan musik tradisional gamelan.

Kesimpulan ini didapatkan karena intensitas nyeri setelah mendengarkan musik tradisional gamelan ada yang mengalami

penurunan, seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Tabarro dkk. di Brazil.⁶ Pada penelitian Tabarro dkk yaitu menggunakan musik yang mengalun lembut yang direkomendasikan oleh ibu yang menjadi responden. Musik yang digunakan antara lain musik barok (Bach, Vivaldi), klasik (Mozart), musik romantis, dan kontemporer. Otak berperan mengubah kondisi fisik tubuh dalam responsnya terhadap musik. Pada musik relaksasi, ritme musik dapat memandu tubuh menjadi bernapas lebih lambat dan mendalam, sehingga dapat memberikan efek menenangkan. Detak jantung dan tekanan darah juga dapat merespon musik yang didengarkan. Efek mental juga bergantung pada tipe serta jenis musik, musik dapat mengasah ketajaman mental atau membantu dalam relaksasi. Efek musik terhadap emosional dapat memengaruhi suasana kejiwaan manusia menjadi lebih baik dan lebih lanjut dapat membuat tubuh bergerak. Bervariasinya musik secara kejiwaan memungkinkan dipergunakan untuk menciptakan perasaan yang menenangkan. Efek musik seperti yang telah dijelaskan di atas membuat ibu yang sedang dalam kala I fase aktif persalinan dapat menikmati musiknya jika musik tersebut tepat. Pada nyeri kronik dan akut, suasana kejiwaan dan emosional penderita memberikan pengaruh yang kuat pada persepsi nyeri yang dihasilkan dan kemampuan untuk mengatasinya. Musik Mozart yang dipergunakan adalah musik ciptaan oleh Wolfgang Amadeus Mozart dalam bentuk compact disc (CD) edisi khusus relaksasi untuk ibu dan bayi. Mendengarkan musik yang menenangkan dengan rangsangan irama yang tepat memungkinkan tubuh untuk menghasilkan endorphine yang terbentuk secara alami dalam mengurangi nyeri.

Karena “emosi budaya” berbeda, maka hubungan antara berbagai rangsangan elemen musik tertentu yang dihasilkan juga berbeda. Suku Jawa merupakan suku yang ada di Indonesia yang terkenal dengan pembawaan masyarakatnya yang tenang dan sikap santun yang tinggi. Karawitan jawa menonjolkan kestabilan mental pemain musik beserta pendengarnya, keindahan terletak pada suara

musik yang tidak hingar bingar tetapi enak didengar serta keteraturan irama. Ibu yang bersuku Jawa dengan kebiasaan tradisi jawa yang sudah mengental dalam kehidupannya seperti ekspresi gerak, cara bicara, dan sikap tubuh tentunya merasa tersambung dengan musik gamelan yang sudah biasa didengarkan. Tubuh ibu langsung menyatu dengan musik gamelan jawa seiring dengan alunannya yang didengarkan selama fase aktif persalinan. Saleh seorang dokter spesialis saraf menulis buku yang berisikan kehidupan manusia Jawa dilihat dari perspektif ilmu kedokteran modern. Dia menjelaskan bagaimana kebudayaan jawa mampu menyumbangkan suatu hal penting bagi dunia kesehatan. Menurut Saleh, orang Jawa yang kebetulan menderita stroke yang biasanya dilatarbelakangi hipertensi bila mendengarkan gamelan jawa dan tarian jawa dalam durasi lama akan terpengaruh secara psikis menjadi tenang, tidak ada gejala mental yang mendadak.⁷ Saleh juga telah menyatakan bahwa pendekatan emosi budaya dapat sangat berpengaruh pada pasien.⁷ Suhartini telah menggunakan terapi musik gamelan jawa pada pasien penyakit jantung di RS Karyadi Semarang. Dari penelitian tersebut disimpulkan bahwa, musik gamelan jawa dapat dijadikan sebagai musik terapi untuk mengurangi kecemasan, sensasi nyeri, dan beberapa efek yang sangat memengaruhi psikologis. Dinyatakan juga bahwa musik gamelan jawa dapat dipergunakan sebagai musik terapi. Musik gamelan dapat dijadikan sebagai musik terapi pada pasien yang mengalami nyeri akibat proses persalinan, terbukti dengan $p=0,00$ pada hasil perbedaan nyeri antara kelompok gamelan jawa dan kelompok kontrol. Artinya ada perbedaan nyeri persalinan setelah mendengarkan musik tradisional gamelan jawa dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak mendengarkan musik.⁸ Linton dalam artikelnya menyatakan musik dapat melakukan apapun. Sebuah lagu dapat berkoordinasi dengan tubuh saat proses persalinan. Musik yang didengarkan secara intensif dapat memberikan kekuatan penuh, dalam arti untuk merefleksikan emosi diri, penerangan jiwa, dan ekspresi. Satu hal yang terpenting bahwa musik tidak dapat

membuat segalanya menjadi lebih baik.⁹ Lebih lanjut Linton menyatakan, faktanya musik dengan cepat menarik pendengarnya dan pendengar memilih musik karena dia menemukan resonansi musik tersebut dengan dirinya sesuai dengan kondisi emosi, tetapi musik itu sendiri tidak pernah menyebabkan pendengarnya untuk bertindak. Intinya bahwa musik dapat membantu seseorang jika orang tersebut menginginkannya. Ibu yang dalam proses persalinan dapat terbantu untuk mengatasi nyeri yang dialaminya apabila ibu tersebut memang menginginkannya.⁹

Teori gate control menjelaskan bagaimana musik dapat menurunkan nyeri dalam persalinan. Perjalanan impuls nyeri dan juga mendengarkan musik berada pada spinal tertutup dengan musik terapi. Antara impuls nyeri dan mendengarkan musik yang disalurkan ke otak akan mengalami kompetisi selama perjalanan menuju otak dan impuls mendengarkan musik akan dipersepsikan terlebih dahulu oleh otak daripada impuls nyeri. Dalam hal ini terapi mendengarkan musik dapat menyebabkan tubuh mengalami kekacauan untuk mempersepsikannya. Ketika musik didengarkan untuk mengatasi nyeri, maka akan berkurang kecemasan dan ketenangan pada ibu, tubuh akan mengalami kekacauan dalam mempersepsikan yang akhirnya berfokus pada penurunan nyeri akibat kontraksi. Penggunaan musik tidak dapat menghilangkan nyeri secara keseluruhan, tetapi musik dapat mengatasi ketidaknyamanan selama persalinan.

SIMPULAN DAN SARAN. Musik tradisional gamelan jawa dapat mempengaruhi nyeri persalinan kala I fase aktif pada primipara. Disarankan musik tradisional gamelan jawa dipergunakan sebagai media untuk mengurangi nyeri yang dirasakan ibu waktu proses persalinan di Indonesia. Sebaiknya ada penelitian lanjutan mengenai jenis musik lain yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri .

UCAPAN TERIMA KASIH. Penelitian penulis dibiayai oleh Hibah Penelitian Dosen Pemula tahun 2018 dari DRPM

KEMENRISTEKDIKTI dengan kontrak penelitian nomor SP DIPA-042.06.1.401516/2018. Kami mengucapkan terimakasih kepada PMB Wahyu yang telah memberikan izin kami untuk melaksanakan penelitian.

REFERENSI

- [1] Siswosudarmo, Risanto dan Emilia, Ova. 2010. *Obstetri Fisiologi*. Yogyakarta:Pustaka Cendekia Press
- [2] Oktavia, Nike Sari., dkk. 2013. *Perbandingan Efek Musik Klasik Mozart dan Musik Tradisional Gamelan Jawa terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Nulipara*. Available at <http://www.distrodoc.com/432717-perbandingan-efek-musik-klasik-mozart-dan-musik-tradisional>(diakses pada tanggal 17 Juli 2018)
- [3] Winayah, Anis. 2014. *Pengaruh Pemberian Musik Klasik Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif*. Pare:Akbid Pamenang
- [4] Yuliatun L. *Penanganan nyeri persalinan dengan metode nonfarmakologi*. Malang: Bayumedia Publishing; 2008
- [5] Bachman JA. *Penatalaksanaan rasa tidak nyaman*. Dalam: Bobak IM, Lowdermik DL, Jensen MD, Perry SE, penyunting. Keperawatan maternitas. Edisi ke-4. Jakarta: EGC; 2005. hlm. 252–72.
- [6] Tabarro CS, Campos LB, Galli NO, Novo NF. *Effect of the music in labor and newborn*. Rev Esc Enferm USP. 2010;44(2):441–8.
- [7] Saleh AY. *Rahasia otak manusia Jawa*. Yogyakarta: Pinus; 2010.

- [8] Suhartini. *Music and music intervention for therapeutic purpose in patients with ventilator support: gamelan music perspective*. Nurse Med J Nursing. 2011;1(1):129–46.
- [9] Linton M. *The Mozart effect*. Univ Forum [article oline]. 1999 [diunduh 3 Agustus 2018]. Tersedia dari: <http://www.univforum.org>
- [10] Bassano M. *Terapi musik dan warna*. Yogyakarta: Rumpun; 2009.