

Article

PENGARUH TERAPI MUSIK MOZART TERHADAP KECEMASAN IBU BERSALIN KALA I DI KLINIK PUSPA KP SUKAMANTRI KECAMATAN KARANGBAHAGIA BEKASI TAHUN 2023

lin Indrayati¹, Rosi Kurnia Sugiharti²

^{1,2}Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Medika Suherman, Jawa Barat, Indonesia

SUBMISSION TRACK

Received: March 01, 2024

Final Revision: March 17, 2024

Available Online: March 18, 2024

KEYWORDS

kecemasan, musik, mozart, ibu bersalin

CORRESPONDENCE

Phone: 087883410804

E-mail: iinindrayati42@gmail.com

ABSTRACT

Terdapat 373.000.000 ibu hamil, dan yang mengalami kecemasan dalam menghadapi proses persalinan ada sebanyak 107.000.000 (28,7%). Penelitian lain menyebutkan bahwa ibu hamil dalam menghadapi persalinan mengalami kecemasan berat sebanyak 47,7%, kecemasan sedang sebanyak 16,9% dan kecemasan ringan sebanyak 35,4%. Kecemasan pada ibu bersalin dapat diatasi dengan terapi nonfarmakologi. Tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengidentifikasi pengaruh Terapi Musik Mozart terhadap kecemasan Ibu bersalin kala I di Klinik Puspa Tahun 2023.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode *Prak eksperimental One Group with Pretest-Post Test Design*. Pengambilan sampel dengan total sampling sebanyak 30 orang. Analisa data menggunakan distribusi frekuensi dan uji *Wilcoxon*. Penelitian ini menggunakan data primer dari nilai observasi oleh peneliti.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi musik Mozart sebanyak 16 orang (53,3%) merasakan kecemasan berat dan 13 orang (43,3%) merasakan kecemasan tingkat sedang. Sedangkan setelah dilakukan terapi musik Mozart sebanyak 21 orang (70,0%) merasakan kecemasan sedang dan hanya 9 orang (30,0%) yang merasakan kecemasan berat. Ada perbedaan rata-rata tingkat kecemasan sebelum dan sesudah terapi musik mozart. Nilai sig (2-tailed) adalah sebesar 0,000 <0,05, maka kesimpulannya adalah H_0 diterima atau H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Ada Pengaruh Terapi Musik Mozart Terhadap Kecemasan Ibu Bersalin Kala I di Klinik Puspa Tahun 2023.

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan informasi bagi bidan tentang terapi Mozart sebagai terapi non farmakologis. Sebagai pertimbangan terapi non invasif yang dapat ditawarkan kepada ibu bersalin di tempat praktek mandiri dalam rangka mengurangi angka komplikasi kehamilan dan persalinan.

Kata Kunci: kecemasan, musik, mozart, ibu bersalin

I. PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi dari uterus melalui vagina

ke dunia luar. Persalinan yang dikatakan normal jika proses pengeluaran janin melalui vagina dan terjadi pada kehamilan

atem atau 37-42 minggu, lahir spontan dengan presentasi belakang kepala, tanpa komplikasi baik ibu maupun janin. Berdasarkan jumlah persalinan yang telah dilakukan, maka persalinan dibagi menjadi 3, yaitu ibu yang pertama kali melahirkan (primipara), ibu yang pernah melahirkan bayi mampu hidup beberapa kali (multipara), dan ibu yang melahirkan bayi sehat lebih dari 5 kali atau yang biasa disebut *grande multipara* (Sulistiyawati, 2020).

Kecemasan dapat diartikan sebagai respon mental tanpa tujuan yang spesifik yang secara subjektif dialami dan dikomunikasikan melalui interpersonal. Kecemasan yang dirasakan umumnya berkisar pada takut perdarahan, takut bayinya cacat, takut sakit saat melahirkan, takut bila dijahit, takut terjadi komplikasi bahkan takut kelak tidak bisa merawat dan membesarkan anak dengan baik. Kecemasan dibagi menjadi 3 tingkatan yaitu ringan, sedang, berat. Ibu hamil dalam menghadapi persalinan mengalami kecemasan berat sebanyak 47,7%, kecemasan sedang sebanyak 16,9% dan kecemasan ringan sebanyak 35,4%. Kecemasan pada ibu bersalin dapat diatasi dengan terapi nonfarmakologi (Trisetiyaningsih et al., 2018).

Musik Mozart yang didengar melalui telinga akan distimulasi ke otak, kemudian di otak, music tersebut akan diterjemahkan menurut jenis musik dan target yang akan distimulasi. Musik berinteraksi pada suatu tingkat organik dengan berbagai macam struktur saraf. Musik menghasilkan rangsangan ritmis yang kemudian ditangkap melalui organ pendengaran dan diolah melalui sistem saraf dan kelenjar yang selanjutnya mengorganisasikan interpretasi bunyi ke dalam ritme internal pendengarannya (Samban, 2021).

WHO (World Health Organization) atau Badan Kesehatan Dunia pada tahun 2016 menjelaskan bahwa kematian ibu adalah kematian seorang wanita yang terjadi selama hamil, bersalin atau nifas dengan penyebab yang berhubungan baik

langsung ataupun tidak langsung setelah persalinan.

Masalah kematian ibu ini, masyarakat menggugat bahwa target Sustainable Development Goals (SDG's) tahun 2030 tentu perlu untuk mendapat perhatian khusus dari seluruh pihak baik pemerintah maupun sektor swasta, yaitu menurunkan Angka Kematian Ibu (AKI) di bawah 70 per 100.000 kelahiran hidup (Zahara, 2021).

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia tahun 2018 mencapai 305/100.000 KH, dan AKB mencapai angka 15/1000 KH. Jumlah kematian Ibu di Jawa Barat tahun 2020 berdasarkan pelaporan profil kesehatan kabupaten/kota sebanyak 745 orang atau 85,77/100.000 KH, meningkat 61 kasus dibandingkan pada tahun 2019 yaitu 684 kasus. Sebanyak 745 kasus kematian ibu 22,14% terjadi pada masa kehamilan, 19,73% pada masa persalinan dan 44,16% pada masa nifas. AKI di Kabupaten Bekasi menduduki urutan ke-11 tertinggi kasus kematian di Provinsi Jawa Barat dengan jumlah kematian sebanyak 29 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2020).

Penyebab kematian ibu masih didominasi oleh 27,92% perdarahan; 28,86% hipertensi dalam kehamilan; 3,76% Infeksi; 10,07% gangguan sistem peredaran darah (jantung); 3,49% gangguan metabolik dan 25,91% penyebab lainnya. Dari data di atas, dapat disimpulkan bahwa persalinan masih merupakan penyebab kenaikan angka kematian pada ibu bersalin (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Musik menjadi bahasa universal yang bisa dinikmati oleh semua orang dari bayi sampai orang tua. Musik bisa dipakai sebagai sarana hiburan, apresiasi, bisnis, penyeimbang, gaya hidup, dan sebagai terapi karena dianggap mampu memberikan kesembuhan secara psikologis seperti perasaan gembira, kuat, tenang dan rileks ketika mendengarkan dan menikmati alunan dan irama musik

dengan perasaan senang. Salah satu terapi musik yang dapat digunakan adalah musik klasik dengan Mozart (Liliana et al., 2022).

II. METODE

Jenis penelitian ini adalah *Pra eksperimental Pretest-Post Test Design* yaitu metode penelitian dengan melakukan percobaan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (perlakuan) terhadap variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkendali dengan melakukan *pretest* sebelumnya. Penelitian ini hanya membagi sampel menjadi satu kelompok yaitu kelompok intervensi (yang diberi perlakuan) dan tanpa kelompok kontrol (Sugiharti & Sumarni, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin di Klinik Puspa sebanyak 30 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling atau teknik pengambilan sampel di mana jumlah sampel yang diambil sama dengan jumlah populasi yang ada yaitu 30 orang. Waktu penelitian ini akan dilakukan pada bulan Oktober - Desember 2023. Lokasi penelitian ini dilakukan di Klinik Puspa Kecamatan Karangbahagia Kabupaten Bekasi.

III. HASIL

Analisa Univariat

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Bersalin Di Klinik Puspa Kp. Sukamantrii Kabupaten Bekasi

Umur	Frekuensi	Persentase
<20 dan >35 tahun	12	40,0%
20-35 tahun	18	60,0%
Total	30	100,0%

Umur Kehamilan	Frekuensi	Persentase
Preterm	0	0,0%
Aterm	30	100,0%
Total	30	100,0%

Paritas	Frekuensi	Persentase
Primipara	3	10,0%
Multipara	27	90,0%
Grandemultipara	0	0,00%
Total	30	100,0%

Berdasarkan tabel 5.1 diatas menunjukkan bahwa dari 30 responden dilihat dari karakteristik umur responden berumur 20-35 sebanyak 18 responden (60,0%) dan sebagian kecil <20 dan >35 tahun sebanyak 12 responden (40,0%). Seluruh responden adalah ibu bersalin di usia aterm sebanyak 30 orang (100,0%), dan 9 orang (30,0%) diusia preterm atau persalinan kurang dari 37 minggu. Mayoritas responden adalah seorang multipara sebanyak 27 orang (90,0%) dan belum pernah melahirkan sebanyak 3 orang (10,0%) dan tidak ada ibu dengan grandemultipara.

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Musik Mozart di Klinik Puspa Kp. Sukamantri Kabupaten Bekasi

Kecemasan	Sebelum Terapi Musik Mozart		Setelah Terapi Musik Mozart	
	f	%	f	%
	Tidak kecemasan	0	0,0%	0
Kecemasan ringan	1	3,4%	0	0,0%
Kecemasan Sedang	13	43,3%	21	70,0%
Kecemasan Berat	16	53,3%	9	30,0%
Kecemasan sangat berat	0	0,0%	0	0,0%
Total	30	100,0%	30	100,0%

Berdasarkan tabel 5.2 diatas menunjukkan bahwa dari 30 orang responden sebelum dilakukan terapi musik mozart sebagian besar mengalami kecemasan berat 16 responden (53,3%) dan berkurang menjadi 9 orang (30,0%) setelah diberikan terapi. Setelah terapi musik Mozart tidak ditemukan responden dengan kecemasan ringan. Hal ini menunjukkan penurunan kecemasan yang signifikan.

Tabel 5.3 Pengaruh Terapi Musik Mozart Terhadap Tingkat Kecemasan pada Ibu Bersalin di Klinik Puspa Karang Bahagia Kabupaten Bekasi Tahun 2023

Posttest - Pretest	N	Mean Rank	Z Score	P value
Negative Ranks	23 ^a	15,74		
Positive Ranks	5 ^b	8,80	-3,632 ^d	0,000
Ties	2 ^c			
Total	30			

Keterangan:

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

c. Posttest = Pretest

d. Based on positive ranks.

Tabel 5.4 tersebut menyatakan bahwa nilai sig (2-tailed) adalah sebesar $0,000 < 0,05$, maka kesimpulannya adalah H_0 diterima atau H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Ada Pengaruh Terapi Musik Mozart Terhadap Kecemasan Ibu Bersalin Kala I di Klinik Puspa Kp Sukamantri, Kecamatan Karangbahagia Kaupaten Bekasi tahun 2023.

IV. PEMBAHASAN

Tabel 5.4 tersebut menyatakan bahwa nilai sig (2-tailed) adalah sebesar $0,000 < 0,05$, maka kesimpulannya adalah H_0 diterima atau H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Ada Pengaruh Terapi Musik Mozart Terhadap Kecemasan Ibu Bersalin Kala I di Klinik Puspa Kp Sukamantri, Kecamatan Karangbahagia Kaupaten Bekasi tahun 2023.

Keadaan kecemasan disebabkan berbagai faktor seperti cemas akan keadaannya saat ini, khawatir, sensitive atau mudah tersinggung, merasa tegang dan tidak tenang yang bersamaan dengan kondisi yang sedang ibu hamil alami (Lucia, et al 2020).

Pada kehamilan trimester III khususnya di akhir kehamilan, psikologi dan emosional wanita hamil dikuasai oleh perasaan dan pikiran mengenai persalinan yang akan datang dan tanggung jawab sebagai ibu yang akan mengurus anaknya, belum lagi ada pengalaman persalinan yang lalu akan membuat ibu menjadi semakin cemas menghadapi persalinan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian di di wilayah kerja puskesmas Aliyang yang meneliti tentang pengaruh pemberian terapi musik klasik mozart terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III menunjukkan bahwa sebelum pemberian terapi musik

Klasik Mozart, sebagian besar Ibu Hamil Primigravida Trimester III mempunyai kecemasan sedang (83,3%) dan 16,7% mempunyai kecemasan berat (Editha, 2019).

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Lucia mengatakan bahwa dari 30 responden yang diteliti, terdapat 25 orang ibu mangalami kecemasan sedang dan 5 orang dengan cemas ringan dan setelah diberi intervensi, yaitu sebanyak 8 orang tidak lagi mengalami kecemasan, 16 orang cemas ringan, dan 6 orang lainnya dari cemas berat menjadi sedang. Keadaan menurunnya tingkat kecemasan tersebut setelah diberikan terapi musik selama 3 hari (Samban, 2021).

Menurut Tuti et Al tujuan dari menurunkan tingkat kecemasan adalah untuk menimbulkan suasana rileks sehingga dampak dari kecemasan dapat berkurang. Terdapat beberapa macam cara yang digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan. Secara umum dapat dibagi menjadi dua yaitu terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Terapi non farmakologis merupakan terapi tanpa menggunakan obat-obatan yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan adalah terapi menggunakan musik klasik (Samban, 2021).

Berdasarkan ilmu kedokteran, terapi musik disebut sebagai terapi pelengkap (Complementary Medicine). Jenis musik yang digunakan dalam terapi musik dapat disesuaikan dengan keinginan, seperti musik klasik, instrumentalia, dan slow musik. Banyak jenis musik yang dapat diperdengarkan namun musik yang menempatkan kelasnya sebagai musik bermakna medis adalah musik klasik seperti Mozart karena musik ini memiliki magnitudo yang luar biasa dalam perkembangan ilmu kesehatan, diantaranya memiliki nada yang lembut, nadanya memberikan stimulasi gelombang alfa, ketenangan, dan membuat pendengarnya lebih rileks (Kurniasari & Alvionita, 2017)

Musik yang didengar melalui telinga akan distimulasi ke otak, kemudian di otak, music tersebut akan diterjemahkan menurut jenis musik dan target yang akan distimulasi. Musik berinteraksi pada suatu tingkat organik dengan berbagai macam struktur saraf. Musik menghasilkan rangsangan ritmis yang kemudian ditangkap melalui organ pendengaran dan diolah melalui sistem saraf dan kelenjar yang selanjutnya mengorganisasikan interpretasi bunyi ke dalam ritme internal pendengarannya (Kurniasari & Alvionita, 2017).

Menurut Anik M stimulus yang menyenangkan dari luar juga dapat merangsang sekresi endorfin, sehingga stimulus nyeri yang dirasakan oleh klien menjadi berkurang. Peredaan nyeri secara umum berhubungan langsung dengan partisipasi aktif individu, banyaknya modalitas sensori yang digunakan dan minat individu dalam stimulasi, oleh karena itu, stimulasi penglihatan, pendengaran dan sentuhan mungkin akan lebih efektif dalam menurunkan nyeri dibanding stimulasi satu indera saja (Kurniasari & Alvionita, 2017).

Pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan saat menjelang persalinan, dikarenakan musik dapat berpengaruh untuk merangsang otak dan

mampu mengaktifkan fungsi otak yang telah mengalami penurunan akibat adanya gangguan fisik. Dengan metode terapi musik ini juga ibu dapat mendapatkan relaksasi yang mendalam. Baik secara fisik, jiwa dan pikiran, dalam keadaan relaksasi yang dalam ini seorang ibu bisa mengaktifkan pikiran bawah sadarnya. Dampak melalui pikiran bawah sadar yang aktif, ibu hamil dengan mudah mendapatkan suasana rileks, emosi stabil, nyaman dan bahagia, dikarenakan endorfin yang muncul 200 kali lebih besar dari pada morfin ataupun terapi farmakologi lainnya (Samban, 2021).

Music klasik apabila didengarkan oleh ibu hamil memiliki banyak manfaat yang sebagian besar memiliki efek menenangkan. Musik klasik sangat berbeda dengan musik-musik lainnya. Musik klasik apabila didengarkan dapat membuat nyaman dan tenang syaraf yang kaku atau tegang sehingga bisa menurunkan tingkat stress pada seseorang (Devita, 2011). Ibu bersalin bisa mendengarkan music untuk rileksasi yang bertujuan mengurangi atau menghilangkan kecemasan pada persalinan sehingga waktu persalinan lebih pendek dan tidak menyebabkan persalinan lama (Sulistiyawati, 2020).

Ibu bersalin yang mencoba rileks selama kontraksi berlangsung dan khususnya diantara kontraksi. Sebagian ibu – ibu membiarkan otot – otot lemas selama kontraksi, rileks dan beristirahat diantara kontraksi. Diharapkan ibu bisa untuk mengganti posisi yang nyaman mungkin seperti miring ke kiri atau terlentang. Hal tersebut sesuai dengan teori yang menjelaskan bahwa faktor psikis dalam menghadapi persalinan merupakan faktor yang sangat penting mempengaruhi lancar tidaknya proses kelahiran (Sulistiyawati, 2020).

Kecemasan dengan tingkat sedang dapat memungkinkan seseorang untuk memusatkan suatu hal yang penting dan akan mengesampingkan yang lain. Sehingga seseorang dapat mengalami

perhatian yang lebih selektif namun bisa melakukan sesuatu yang lebih terarah. Maka ibu dapat memfokuskan perhatian untuk berkonsentrasi dalam mendengarkan musik klasik sesuai yang diarahkan oleh peneliti.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Sulistyawati bahwa pengaruh musik klasik terhadap kemajuan persalinan kala I pada ibu bersalin dengan menggunakan Uji T Dua sampel Bebas didapatkan tingkat signifikan sebanyak (α) 5% atau 0.05 sedangkan untuk kemajuan persalinan sebanyak 0,035, sehingga $\text{sig}(\rho) < \alpha$ maka H_0 ditolak dan ada pengaruh musik klasik terhadap kemajuan persalinan kala I pada primipara (Sulistyawati, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Tuti, et al diketahui bahwa sebelum diberi terapi musik sebanyak 27 responden 13 orang (48%) mengalami cemas ringan, 12 orang (45%) cemas sedang, dan 2 orang (7%) cemas berat. Setelah diberi intervensi sebanyak 4 orang (15%) tidak lagi cemas, 13 orang (48%) cemas ringan, dan sisanya cemas sedang (Samban, 2021).

Hasil penelitian lain juga menunjukkan pada uji t dependent didapatkan bahwa nilai p value= 0,000 Karena nilai $p=0,000 < 0,05$ dapat diambil kesimpulan bahwa ada perbedaan yang bermakna terhadap skor kecemasan sebelum dan sesudah intervensi sehingga H_1 diterima yang berarti "Murottal Al-Qur'an Surah Maryam Berpengaruh Terhadap Penurunan Skor Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Meninting (Zulkahfi et al., 2020).

Penelitian lain yang meneliti tentang pengaruh terapi musik klasik terhadap lama persalinan kala I pada ibu bersalin di BPM lilis Suryawati Jombang dari 12 responden yang diberi musik klasik 9 responden (75%) dengan kategori normal dalam percepatan persalinan sebanyak 2 responden (17 %) dan 1 responden (8 %) dalam kategori perpanjangan.

Menurut asumsi peneliti jika ibu bersalin yang berkonsentrasi

mendengarkan musik klasik bisa membuat rileksasi dan mempengaruhi psikologis ibu inpartu, mengurangi ketegangan otot serta menekan keluarnya produksi hormon stress sehingga ibu menjadi rileks dan tenang, pikirannya akan kembali ke mode primitif dan oksitosin akan mengalir. Akan segera dibanjiri dengan endorfin yang dapat meredakan atau menghilangkan rasa nyeri. Dan Untuk mengatasi dampak dari musik klasik yang kurang maksimal, maka petugas kesehatan khususnya bidan bisa memberikan pelayanan kesehatan dan mendengarkan dengan penuh perhatian apa yang disampaikan oleh klien dan dapat di gunakan dalam proses persalinan.

V. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian tentang pengaruh terapi musik mozart terhadap kecemasan ibu bersalin kala I di Klinik Puspa M

1. Karakteristik responden adalah sebagian berumur 20-35 sebanyak 18 orang responden (60,0%), umur kehamilan aterm sebanyak 21 orang (70,0%) dan paritas, multipara sebanyak 27 orang (90%).
2. Tingkat kecemasan responden sebelum dilakukan terapi musik mozart sebagian besar adalah kecemasan berat yaitu sebanyak 16 responden (53,3%).
3. Tingkat kecemasan responden sebagian besar memiliki kecemasan sedang sebanyak 21 orang (70,0%).
4. Ada pengaruh terapi musik mozart terhadap kecemasan ibu bersalin kala I di klinik Puspa Kp Sukamantri, Kecamatan Karangbahagia Kaupaten Bekasi tahun 2023.

REFERENCES

- Anita, D. A. (2018). *Perbedaan Pemberian Paparan Musik Mozart Terhadap Tingkat Nyeri, Kecemasan, dan Kadar Kortisol Saliva Ibu Bersalin Primigravida Kala I Fase Aktif*. Universitas Airlangga.
- Anita, M. (2018). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Dengan Anestesi Umum di RSUD Sleman Yogyakarta. *Jurnal Info Kesehatan*, 4(2), 2–3.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2020). *Profil Kesehatan Jawa Barat Tahun 2020*.
- Handayani, R., Fajarsari, D., Asih, D. R. T., & Rohmah, D. N. (n.d.). Pengaruh Terapi Murottal Al Quran untuk Penurunan Nyeri Persalinan dan Kecemasan pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif. *Bidan Prada: Jurnal Publikasi Kebidanan*, 5(2), 1–15.
- Julianti, N. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Pernikahan Dini Pada Remaja Putri Di Dusun Iii Desa Karang Baru Kab . Bekasi Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Institut Medika, Vol.1*(No.1), 1-11 hal.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Laporan Provinsi Jawa Barat, Riskesdas 2018. In *Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.
- Kurniasari, D., & Alvionita, V. L. (2017). Pengaruh Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Laten Di Puskesmas Daya Murni. *Jurnal Dunia Kesmas*, 6(1), 43–48.
- Liliana, A., Wahyuningsih, M., & Rahayu, R. P. (2022). Pengaruh Terapi Musik Klasik Mozart dan Pemberian Terapi Lemon Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan Health Care*, 11(2), 324–334.
- Samban, N. A. P. (2021). *Analisis Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik untuk Mengurangi Kecemasan Pada Ibu Hamil Saat Menjelang Persalinan*. Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
- Sugiharti, R. K., & Sumarni, T. (2018). Hubungan Antara Kebiasaan Olahraga dengan Kejadian Nyeri Haid Primer Pada Remaja. *Bidan Prada: Jurnal Publikasi Kebidanan*, 9(1), 114–123.
- Sulistiyawati, H. (2020). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Lama Persalinan Kala I (Studi Di BPM Lilis Suryawati Jombang). *Jurnal Ilmiah : J-HESTECH*, 3(2), 129–138.
- Trisetiyaningsih, Y., Wulansari, A., & Anto, Y. V. (2018). Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Perubahan Skor Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Laten. *Media Ilmu Kesehatan*, 7(1), 1–11.
- Widaningsih, I. (2019). Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Ibu Tentang Pap Smear Di Majelis Taklim Desa Harja Mekar Kabupaten Bekasi Tahun 2018. *Institut Medika Drg.Suherman*, 1(1).
- Zahara, F. dan R. (2021). *Pengaruh Penggunaan Birthing Ball Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Ibu Bersalin di BPM Yulia Fonna Desa Lipah Rayeuk Kecamatan Jeumpa Kabupaten Bireuen*. 7(2), 651–660.
- Zulkahfi, Ilham, & Safitri, N. K. (2020). Pengaruh Terapi Murottal Al Quran Surah Maryam Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Meninting. *Prima*, 6(2), 74–79.