

# EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MUSIK INSTRUMENTALIA BALI TERHADAP PENGURANGAN NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF

**Kadek Ayu Suarmini, Esti Nugraheny**

Stikes Guna Bangsa; Akademi Kebidanan Ummi Khasanah

*Email* :kadekayusuarmini@yahoo.co.id/ nugraheny.esti@gmail.com

**Abstrak: Efektifitas Penggunaan Musik Intrumentalia Bali Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif.** Nyeri persalinan merupakan suatu proses fisiologis yang dialami oleh setiap wanita dalam proses persalinan. Namun diketahui bahwa sebagian besar wanita tidak dapat mengelola proses nyeri tersebut dengan baik. Musik diketahui sebagai salah satu alternatif pengurangan nyeri persalinan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penggunaan musik instrumentalia Bali terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif. Penelitian ini merupakan penelitian *quasi experiment* dengan desain *pre post experiment design with control group* dengan pendekatan *prospektif*. Populasi dalam penelitian ini yaitu ibu bersalin pada bulan Juli-Agustus 2018 di Praktik Mandiri Bidan wilayah Kabupaten Buleleng Bali sebanyak 60 ibu bersalin. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling* dengan sampel berjumlah 60 responden yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan memberikan intervensi musik instrumental Bali selama 30 menit dan tingkat nyeri diobservasi dengan menggunakan *Numerical Rating Score (NRS)*. Analisis data menggunakan *t-test* berpasangan (*uji paired t-test*). Hasil penelitian, menunjukkan bahwa terjadi pengurangan intensitas nyeri persalinan pada kelompok intervensi yang diberikan musik instrumentalia Bali dibandingkan kelompok kontrol, dengan penurunan tingkat nyeri 0.47 poin. Berdasarkan analisis bivariat diketahui musik instrumental Bali signifikan secara statistik mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif ( $CI=95\%$ ;  $p\ value: 0.017$ ). Disimpulkan bahwa, musik intrumentalia bali dapat digunakan sebagai salah satu alternatif pengurangan nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif secara non farmakologis.

**Kata Kunci:** instrumentalia bali, nyeri persalinan, kala I.

**Abstract: The Effectiveness of the Use of Balinese Instrumental Music on Labor Pain Reduction in the First Active Phase.** Labor pain is a physiological process experienced by every woman in labor. But it is known that most women cannot manage the pain process properly. Music is known as an alternative to reduce labor pain. This study aims to determine the effectiveness of the use of Balinese instrumental music on reducing labor pain during the first active phase. This research is a quasi experiment with a pre post experiment design with control group design with a prospective approach. The population in this study was mothers who gave birth in July-August 2018 in the Independent Practice of Midwives in the Buleleng Regency in Bali as many as 60 mothers giving birth. The sampling technique uses an accidental sampling technique with a sample of 60

respondents divided into two groups, namely the intervention group and the control group. Data collection techniques were carried out by providing Balinese instrumental music interventions for 30 minutes and the level of pain was observed using the Numerical Rating Score (NRS). Data analysis used paired t-test (paired t-test). The results showed that there was a reduction in the intensity of labor pain in the intervention group given Balinese instrumental music compared to the control group, with a decrease in pain level of 0.47 points. Based on the analysis of bivariate, it was found that Balinese instrumental music was statistically significant in reducing labor pain in the maternal period during the first active phase (CI = 95%; p value: 0.017). It is concluded that Balinese intrumental music can be used as an alternative for reducing pain in the first phase of labor in the non-pharmacological phase.

**Keywords:** Balinese instrumental, labor pain, time I.

Persalinan merupakan bagian terpenting dalam siklus hidup seorang wanita. Persalinan juga menjadi sebuah momentum yang paling menegangkan bagi calon ibu ketika mengakhiri masa kehamilannya (Sulistyawati dan Nugraheny, 2010). Sebagian besar wanita mengalami nyeri pada masa persalinan. Rasa nyeri yang dirasakan selama proses persalinan akan berbeda satu dengan yang lainnya (Yanti, 2009). Beberapa faktor memengaruhi persepsi rasa nyeri pada seorang wanita seperti rasa takut, cemas, riwayat kelahiran sebelumnya, kondisi janin, budaya melahirkan, posisi saat melahirkan, ada tidaknya dukungan keluarga, tingkat *beta-endorphin*, kontraksi rahim serta ambang nyeri alami (Marmi, 2012 Andarmojo, 2013; Tansuri 2007).

Berdasarkan penelitian sebelumnya diketahui bahwa 70%-80% wanita yang melahirkan mengharapkan persalinan berlangsung tanpa rasa nyeri. Berbagai cara dilakukan agar ibu melahirkan tidak selalu merasakan sakit dan akan merasakan nyaman. Saat ini di negara berkembang 20%-50% persalinan di rumah sakit dilakukan dengan

*sectio caesaria*. Tingginya operasi *sectio caesaria* disebabkan karena para ibu yang hendak bersalin lebih memilih operasi yang relatif tidak akan mengalami nyeri akibat kontraksi uterus. Nyeri yang terjadi dapat memengaruhi kondisi ibu berupa kelelahan, rasa takut, khawatir dan menimbulkan stres. Stres dapat menyebabkan melemahnya kontraksi rahim dan berakibat pada persalinan yang lama (Hosseini, Bagheri and Honarparvan. 2013).

Manajemen untuk mengatasi nyeri secara garis besar dibagi menjadi dua yaitu: farmakologi yang menekankan pada pemberian obat yang mampu menghilangkan sensasi nyeri, sedangkan non farmakologi meliputi tindakan untuk menghilangkan nyeri dengan menggunakan manajemen nyeri, misalnya dengan teknik stimulasi dan *massage*, aromaterapi, terapi es dan panas, stimulasi syaraf elektrik transkutan (TENS), distraksi, relaksasi, hipnosis, serta terapi musik (Djohan, 2006; Campbell 2001; Nugraheny dan Sundari, 2018). Pemberian musik merupakan satu dari sekian banyak cara pemberian relaksasi kepada ibu terutama saat persalinan. Musik menghasilkan

rangsangan ritmis yang ditangkap oleh organ pendengaran dan diolah di dalam sistem saraf tubuh sehingga memengaruhi metabolisme tubuh manusia. Metabolisme yang baik mampu membangun kekebalan yang lebih baik dan sistem kekebalan menjadi lebih tangguh sehingga tubuh akan menjadi relaks sehingga mempengaruhi otot-otot persalinan yang dapat memperlancar proses jalannya persalinan (Mucci, 2002; Djohan, 2006). Musik juga dapat memengaruhi relaksasi psikologis ibu, dimana relaksasi pada ibu bersalin diperoleh dengan cara pemberian sugesti dan memberikan ketenangan sehingga memacu pengeluaran endorphen dari seluruh tubuh. Jenis musik yang biasanya dipakai adalah musik klasik, haydn, mozart dan instrumentalia (Wijayanti & Wahyuni, 2014).

Bali merupakan salah satu Provinsi di Indonesia yang memiliki berbagai ragam budaya. Musik seruling merupakan musik khas Bali, saat ini di Bali terdapat musik yang sangat khas dengan alunan yang menenangkan hati menggunakan seruling dan diaransemen oleh musisi Bali bernama Gus Teja. Seruling Gus Teja mampu membuat para penikmat musik semakin relaks ketika mendengarkan alunan musiknya. Seruling Gus Teja biasanya diperdengarkan di tempat makan dan tempat belanja oleh-oleh khas Bali. Berdasarkan penelitian sebelumnya diketahui penggunaan terapi musik pada ibu bersalin dapat membuat *self hipnosis* (hipnosis diri sendiri) sehingga mengurangi kecemasan pasien (Jovita, Santoso dan Wardani, 2016). Selain itu musik juga diketahui dapat mempercepat proses persalinan

sehingga durasi waktu persalinan lebih singkat (Hosseini, Bagheri & Honaparvaran, 2013).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan didapatkan data dari 148 ibu bersalin normal, sejumlah 38 orang dirujuk ke rumah sakit, namun 26 orang yang dirujuk bukan karena alasan medis tetapi dengan indikasi sosial atau atas permintaan sendiri karena tidak tahan merasakan nyeri yang dialami pada kala 1 fase aktif. Selain itu diketahui berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Maret oleh peneliti, empat orang ibu primigravida yang sedang dalam proses persalinan berpendapat membutuhkan obat-obatan untuk mengurangi nyeri pada kala 1 fase aktif yang sedang mereka jalani bahkan salah satu dari responden merencanakan untuk dilakukan operasi *sectio secaria*, karena nyeri yang dirasakan dalam keadaan itu sangat hebat dan tidak tertahankan. Berdasarkan hal tersebut diatas maka peneliti bertujuan untuk melakukan penelitian untuk mengetahui efektifitas penggunaan instrumentalia bali terhadap pengurangan nyeri persalinan kala 1 fase aktif di kabupaten Buleleng Bali.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian *quasi experiment* dengan desain *pre post experiment design with control group* dengan pendekatan prospektif. Penelitian ini dilakukan Praktik Mandiri Bidan (PMB) di Kabupaten Buleleng Bali. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli-Agustus 2018.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin pada bulan Juli-Agustus

2018 di dua tempat PMB dengan menggunakan sampel berjumlah 30 pada masing-masing kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Alasan pengambilan sampel berjumlah minimal 30 pada masing-masing kelompok mengacu pada Arikunto (2010) yang mengatakan bahwa apabila jumlah populasi berjumlah  $> 100$  maka digunakan rumus untuk menghitung jumlah sampel, namun apabila jumlah populasi  $< 100$  maka dapat digunakan jumlah sampel minimal yaitu 30 sampel. Teknik sampling yang digunakan yaitu *accidental sampling* dengan kriteria inklusi yaitu: mampu berkomunikasi secara verbal, primigravida, kehamilan normal sedangkan kriteria eksklusi yaitu: ibu bersalin dalam kondisi gawat darurat, tidak bersedia, tidak secara penuh mengikuti kegiatan penelitian.

Instrumen yang digunakan untuk mengobservasi nyeri responden menggunakan *Numerical Rating Scale (NRS)* dengan menggunakan skala 1-10 yang diadaptasi dari buku Potter Perry (2010). Teknik pengumpulan data dengan observasi yang dilakukan oleh bidan

di tempat penelitian masing-masing, sebelumnya bidan tersebut sudah dilatih, dengan dilakukan demonstrasi dan persamaan persepsi mengenai prosedur penelitian. Proses observasi intensitas nyeri dilakukan sebelum perlakuan, kemudian diberikan intervensi. Intervensi diberikan selama 30 menit dengan menggunakan alat bantu MP3 untuk mendengarkan musik instrumentalia Bali. Setelah diberikan perlakuan kemudian dikaji kembali intensitas nyeri pada pasien tersebut. Sedangkan pada kelompok kontrol dilakukan observasi intensitas nyeri sebanyak dua kali yaitu saat pasien datang dalam fase aktif diukur ambang nyerinya dan kemudian dengan jarak pengamatan 30 menit diukur kembali ambang nyerinya. Musik instrumentalia Bali yang digunakan pada kelompok eksperimen yaitu musik seruling yang diaransemen oleh musisi Bali bernama Gus Teja. Proses analisis data menggunakan uji *t*. Penelitian ini telah mendapatkan ijin penelitian dari komisi etik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

**HASIL DAN PEMBAHASAN****HASIL**

Berdasarkan hasil analisis deskriptif sederhana diketahui data karakteristik responden sebagaimana berikut:

**Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden**

Karakteristik	Kelompok Kontrol		Kelompok Instrumentalia	
	F	%	F	%
<b>Usia</b>				
Beresiko (<20- >35)	11	36,7	8	26,7
Tidak Beresiko (20-35)	19	63,3	22	73,3
<b>Dukungan Keluarga</b>				
Didampingi	28	93,3	27	90
Tidak Didampingi	2	6,7	3	10
<b>Pembukaan servik</b>				
4-6 cm	22	73,3	25	83,3
7-9 cm	8	26,7	5	16,7

Berdasarkan data tersebut diketahui bahwa sebagian besar responden berumur 20-35 tahun; dengan pendampingan keluarga dan dalam kondisi pembukaan 4-6 cm baik pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol.

**Uji Paired t-test****Tabel 2. Hasil Statistik Perbandingan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pre-Post Pada Masing-Masing Kelompok**

	Mean	n	Std. Deviation	Selisih Mean	Sig
Pair 1 pre_Instrumentalia	7.37	30	1.732	0,47	.006
post_instrumentalia	6.90	30	1.845		
Pair 2 pre_kontrol	8.03	30	1.217	0	1.000
post_kontrol	8.03	30	1.299		

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa penurunan nyeri pre dan post intervensi pada kelompok instrumental bali terbukti secara signifikan mempengaruhi pengurangan nyeri persalinan dengan *p value*  $0.006 < 0.05$ .

## Uji Independent t-test

**Tabel 3. Perbedaan Penggunaan Musik Instrumentalia Bali dibandingkan Kelompok Kontrol Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif.**

Intensitas_nyeri	N	Mean	Std. Deviation	Sig
Instrumentalia	30	6,90	1,845	017
Kontrol	30	8,03	1,299	

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa ada beda yang terbukti secara signifikan terhadap pengurangan nyeri persalinan pada kelompok instrumentalia Bali dibandingkan kelompok kontrol dengan nilai *p value*  $0.017 < 0.05$ .

## PEMBAHASAN

### 1. Efektifitas musik instrumentalia bali terhadap pengurangan nyeri persalinan pre dan post intervensi.

Berdasarkan rata-rata tingkat nyeri pada kelompok instrumentalia bali skor pre test diketahui sebesar 7.37, turun menjadi 6.90 dengan skor selisih mean 0.47, nilai *p value* = 0.006 < 0.05. Hal ini berarti terdapat penurunan nyeri sebelum dan sesudah pemberian musik instrumentalia bali. Diketahui berdasarkan literatur bahwa iringan musik instrumental seperti musik etnik dari daerah atau musik kebudayaan seperti lengkingan seruling, angklung, kulintang dapat memberikan perasaan tenang, teduh dan menenangkan (Djohan, 2009). Bali merupakan daerah yang memiliki banyak kebudayaan. Salah satu kebudayaan yang masih dilestarikan adalah musik tradisional seruling yang melengking, hal ini hampir menyerupai alat musik khas etnis jawa yaitu seruling, sehingga dengan musik instrumental perpaduan antara modern dan tradisional dari seruling dapat memberikan ketenangan bagi pendengarnya. Pada penelitian ini subjek yang diberikan intervensi sebagian besar masyarakat Bali yang

terkenal dengan adat dan budayanya. Tentunya secara budaya memiliki hubungan emosi yang erat dengan instrumentalia Bali dengan demikian musik instrumentalia etnis Bali akan lebih efektif untuk mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif. Keadaan ini menandakan bahwa musik Bali mampu menurunkan intensitas nyeri dan dapat mencegah peningkatan nyeri persalinan seiring dengan penambahan pembukaan dan peningkatan his ibu.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti dan Wahyuni, (2014) tentang pengaruh terapi musik terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan memperoleh hasil bahwa terjadi penurunan nyeri persalinan pada kala I fase aktif. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Tabbaro and Lucciane, (2010) yang meneliti tentang pengaruh musik terhadap proses persalinan dan bayi baru lahir yang menunjukkan ada pengaruh pemberian terapi musik terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan. Sehingga beberapa hasil penelitian sebelumnya dan hasil penelitian ini sejalan namun dengan menggunakan musik yang berbeda.

Secara fisiologi nyeri persalinan mulai timbul pada persalinan kala I fase laten dan fase aktif, pada fase laten terjadi pembukaan sampai empat cm, fase aktif terjadi mulai pembukaan 4-10 cm. Diketahui bahwa timbulnya nyeri disebabkan oleh kontraksi *uterus* dan dilatasi *servik*, semakin lama nyeri yang dirasakan akan bertambah kuat, dan puncak nyeri terjadi pada fase aktif. Intensitas nyeri selama persalinan mempengaruhi kondisi psikologis ibu, proses persalinan, dan kesejahteraan janin (Potter dan Perry, 2006).

## **2. Perbedaan pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif pada kelompok instrumentalia bali dan kontrol.**

Berdasarkan hasil statistik pada kelompok instrumentalia Bali dan kelompok kontrol ditemukan bahwa rata-rata sesudah diberikan terapi musik pada kelompok instrumentalia Bali lebih rendah yaitu 6.90 dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu 8.03 dengan nilai  $p\text{ value}=0.017 < 0.05$  hal ini berarti ada perbedaan yang signifikan pengurangan nyeri pada kelompok instrumentalia Bali dibandingkan kelompok kontrol.

Diketahui bahwa instrumentalia Bali memiliki tempo yang lembut dengan berfokus pada alat suling yang mampu memberikan rasa rileks pada proses persalinan sehingga dapat menurunkan nyeri yang dialami oleh ibu saat proses persalinan (Somoyani, Armini dan Erawati, 2013). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Permatasari, Misrawati dan Hasanah, (2015) dimana dengan menggunakan terapi musik mozart pada pasien *post partum*

*blues* dapat mengurangi kecemasan, sensasi nyeri, dan beberapa efek yang sangat mempengaruhi psikologis.

Pengukuran nyeri persalinan pada proses penelitian diamati oleh peneliti dengan merasakan kontraksi atau his persalinan dengan instrument pengukuran nyeri menggunakan NRS (*Numerical Rating Scale*). Kontraksi yang dialami ibu menunjukkan tingkat nyeri yang dialami semakin meningkat dan diharapkan dapat meningkatkan pembukaan pada serviks. Rasa nyeri yang ditimbulkan jika segera tidak ditangani maka akan menggagu psikologis bagi ibu sehingga menghambat pembukaan serviks. Melalui pemberian terapi musik instrumentalia Bali yang memiliki tempo halus *allegro* (120 MM), dengan memakai sukat  $\frac{3}{4}$ , mampu merangsang hormone relaksasi endrorfin menjadi meningkat sehingga menurunkan kecemasan dan nyeri pada ibu bersalin (Somayani, Armini, dan Erawati, 2013).

## **KESIMPULAN**

Terjadi penurunan skor nyeri persalinan kala I fase aktif pada kelompok yang menggunakan musik instrumental Bali. Musik instrumental Bali secara non farmakologis dapat digunakan sebagai salah satu alternatif pengurangan rasa nyeri pada ibu bersalin kala 1 fase aktif. Diperlukan penelitian lanjutan untuk mengetahui efektivitas musik instrumental Bali pada responden lain diluar wilayah Bali. Diperlukan pendidikan berkelanjutan untuk tenaga kesehatan khususnya bidan di wilayah kabupaten Bali mengenai implementasi pemanfaatan musik instrumental Bali untuk

mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin kala 1 fase aktif.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Andarmoyo, S. 2013. *Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Ar–Russ Media
- Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Campbell, D. 2001. *Efek Mozart: memanfaatkan Kekuatan Musik Untuk Mempertajam Pikiran, Meningkatkan Kreatifitas, dan Menyehatkan Tubuh*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Djohan. 2006. *Terapi musik: teori dan aplikasi*. Yogyakarta: Galangpress.
- Djohan. 2009. *Psikologi Musik*. Jakarta: Best Publisher.
- Hosseini, S. E., Bagheri, M., & Honarparvaran, N. 2013. Investigating the effect of music on labor pain and progress in the active stage of first labor. *European Review for Medical and Pharmacological Sciences*, 17(11), 1479–1487.
- Jovita, A. W., Santoso, O., & Wardani, N. D. 2016. Pengaruh Intervensi Musik Klasik Mozart Dibanding Musik Instrumental Pop Terhadap Tingkat Kecemasan. *Journal Kedokteran Diponegoro*, 5(4), 558–564.
- Marmi. 2012. *Intranatal Care; Asuhan Kebidanan pada Persalinan*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Nugraheny dan Sundari. 2018. Efektifitas Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif dengan Menggunakan Aromaterapi Inhalasi Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Ilmu Kebidanan*. Jilid 5, No 1 Desember 2018. Hal 1-11.
- Mucci, R. M. 2002. *The Healing Sound Of music: Manfaat Musik Untuk Kesembuhan, Kesehatan dan kebahagiaan Anda*. Jakarta: Gramedia Pustaka Umum.
- Perry, P. A. 2006. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktek*, Volume 2. Jakarta: EGC.
- Permatasari, I. D., Misrawati, & Hasanah, O. 2015. Efektivitas Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Penurunan Gejala Post Partum Blues. *Jom*, 2(2), 1160–1168.
- Potter, P. 2010. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*.ed.7 Buku 3. Jakarta: Salemba Medika.
- Somoyani, N., Armini, N., & Erawati, N. S. 2013. *Terapi Musik Klasik dan Musik Bali Menurunkan Intesitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif*. *Jurnal Skala Husada*, 11(1), 18–23.
- Sulistiyawati dan Nugraheny. 2010. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan*. Jakarta: EGC
- Tabarro, C. S., & Luciane Botinhon de Campos, V. N. 2010. Effect Of The Music In Labor and Newborn. *Artigo Orginal*, 445-452.
- Tamsuri, A. 2007. *Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta: EGC.
- Wijayanti I., & Wahyuni S, E. T. 2014. Differences In Labor Pain Intensity After The Provision Of Music Therapy To Prigmigravida Mother In Partu Kala.



*International Conference on Applied  
Science and Health, 240-245.*

Yanti. 2009. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan  
Persalinan.* Yogyakarta: Pustaka  
Rihama.