



PENGARUH MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DESA SEI SERINDAN

Herviza wulandary¹⁾, Ririn anggraeni sitorus²⁾, Rismawati³⁾

^{1), 2)} Prodi Diploma Tiga Kebidanan STIKes As Syifa Kisaran ³⁾ STIKES Estu Utomo

E-mail : hervizahamka@yahoo.com, ririnanggranisitorus8172@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Emesis gravidarum merupakan keluhan umum pada kehamilan muda. Terapi komplementer yang dilakukan untuk mengatasi mual muntah salah satunya adalah terapi musik klasik. Desa Sei Serindan selama ini menyarankan makan sedikit atau sering dan belum ada asuhan khusus seperti terapi musik pada ibu. **Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh musik klasik terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, desain penelitian *quasi eksperimen* dengan jenis *One Group Pretest Posttest*. Populasi penelitian ini yaitu semua ibu hamil TM I di Desa Sei Serindan pada Januari 2020 sejumlah 49 responden. Sampel penelitian sejumlah 20 responden. Tehnik sampling dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat menggunakan *wilcoxon*. **Hasil:** *Emesis gravidarum* sebelum pemberian musik klasik memiliki rata-rata dan median 9,50. *Eemesis gravidarum* sesudah pemberian musik klasik memiliki rata-rata 7,72, median 7,75. Ada pengaruh musik klasik terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I diperoleh nilai p-value $0,000 < 0,05$. **Kesimpulan :** Ada pengaruh musik klasik terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I. Hasil penelitian ini diharapkan ibu hamil dapat mendengarkan musik klasik yang dilakukan selama 20 menit 2 kali dalam sehari pagi dan sore untuk mengatasi *emesis gravidarum*.

Kata Kunci : Musik Klasik, Mual Muntah, Ibu Hamil Trimester I.

THE EFFECT OF CLASSICAL MUSIC ON REDUCING NAUSEA AND VOMITING IN FIRST TRIMESTER PREGNANT WOMEN

ABSTRACT

Background: *Emesis gravidarum* is a common complaint in young pregnancy. One of the complementary therapies used to treat nausea and vomiting is classical music therapy. Sei Serindan Village has so far suggested eating little or often and there is no special care such as music therapy for mothers. **Objective:** to determine the effect of classical music on reducing nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester. **Methods:** This research was a quantitative, quasi-experimental research design with the type of *One Group Pretest Posttest*. The population of this study were all pregnant women with TM I in Sei Serindan Village in January 2020 with a total of 49 respondents. The research sample is 20 respondents. The sampling technique in this research is *purposive sampling*. Data analysis used univariate and bivariate analysis using *Wilcoxon*. **Results:** *Emesis gravidarum* before giving classical music had an average and median of 9.50. *Eemesis gravidarum* after giving classical music had an average of 7.72, median of 7.75. There is an effect of classical music on the reduction of nausea and vomiting in pregnant women in the first trimester, the p-value is $0.000 < 0.05$. **Conclusion:** There is an effect of classical music on reducing nausea and vomiting in first trimester pregnant women. The results of this study are expected to be able to listen to classical music for 20 minutes 2 times a day in the morning and evening to overcome *emesis gravidarum*.

Keywords: Classical Music, Nausea And Vomiting, First Trimester Pregnant Women

PENDAHULUAN

Masa kehamilan timbul berbagai perubahan dalam tubuh ibu baik secara fisiologis atau psikologis. Perubahan fisiologis dapat berupa perubahan sistem tubuh mulai dari peredaran darah, metabolisme, pencernaan dan hormonal. Sedangkan perubahan psikologis meliputi kesiapan wanita menjadi orang tua (Prawirohardjo, 2017).

Emesis gravidarum merupakan keluhan umum yang disampaikan pada kehamilan muda. Kehamilan menimbulkan perubahan hormonal pada wanita karena terdapat peningkatan hormon estrogen, progesteron, dan dikeluarkannya hormon *chorionic gonadotropine plasenta*. Perubahan hormon-hormon inilah yang diduga menyebabkan timbulnya gejala pusing, mual dan muntah terutama pada trimester pertama (Manuaba, 2016). Selain perubahan hormonal, emesis gravidarum disebabkan oleh banyak faktor seperti psikologis. Adanya masalah psikologis pada ibu hamil dapat menjadi predisposisi dalam mengalami mual dan muntah yang kemudian memburuk. Masalah emosional juga berkaitan dengan kejadian mual dan muntah menjadi lebih berat. Faktor psikologis yang mungkin berpengaruh ialah adanya cemas, stres, atau depresi. Hal ini merupakan reaksi dari tubuh dalam menghadapi situasi yang tidak

biasa, seperti situasi yang membahayakan, merisaukan, dan membingungkan (Djanah, 2015).

Dampak mual dan muntah apabila tidak ditangani dengan baik maka akan menimbulkan gejala mual dan muntah yang berat (*intractable*). Mual muntah juga menimbulkan dampak persisten yang terjadi pada awal kehamilan sehingga mengakibatkan dehidrasi, gangguan elektrolit atau defisiensi nutrisi yang dikenal sebagai hiperemesis gravidarum. Mual pada kehamilan merupakan spektrum normal, sedangkan hiperemesis gravidarum merupakan keadaan yang lebih ekstrim. Tidak seperti morning sickness yang dianggap ringan dan fisiologis, hiperemesis dapat berakibat buruk pada ibu hamil maupun janin (Proverawati, A & Asfuah, 2010).

Mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida. Seratus dari seribu kehamilan, gejala ini menjadi lebih berat. Perasaan mual ini disebabkan oleh karena meningkatnya kadar hormon estrogen dan hCG dalam serum. Pengaruh fisiologik kenaikan hormon ini belum jelas, mungkin karena sistem saraf pusat atau pengosongan lambung yang berkurang. Hasil penelitian sebelumnya oleh Djanah (2015) menunjukkan bahwa mayoritas ibu mempunyai riwayat mual muntah kehamilan (53,33%).

Prinsip penatalaksanaan emesis gravidarum meliputi pencegahan, mengurangi mual muntah, serta koreksi kebutuhan cairan dan elektrolit. Pencegahan dan pengurangan keluhan mual muntah dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun non farmakologi. Penanganan secara farmakologi dilakukan dengan cara mengkonsumsi obat-obatan seperti obat anti metik atau vitamin B6, namun obat-obatan ini memiliki efek samping yang kemungkinan dialami oleh ibu hamil seperti : sakit kepala, diare dan mengantuk. Penatalaksanaan lain yang bisa diberikan adalah secara non farmakologi atau terapi komplementer yang mempunyai kelebihan lebih murah dan tidak mempunyai efek samping farmakologi (Proverawati, A & Asfuah, 2010).

Terapi komplementer yang dilakukan untuk mengatasi mual muntah adalah terapi musik. Terapi musik mempunyai manfaat menyembuhkan secara fisik dan psikis pasien. Hormon yang terkait dengan sistem otak memberikan perasaan kenikmatan dan penguatan untuk memotivasi seseorang secara proaktif. Musik dapat memberikan rangsangan simpatis dan parasimpatis yang ada pada system saraf otonom sehingga dapat menurunkan frekuensi nadi, perasaan rileks dan tidur. Ada beberapa jenis musik yang dapat

digunakan untuk terapi diantaranya yaitu musik jazz, musik tradisional, musik klasik dan musik instrumental. Terapi musik klasik saat ini sering digunakan untuk mengatasi mual muntah pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi (Natalina, 2013).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa data presentase responden sebelum pemberian perlakuan yang mengalami keluhan mual muntah berat sebesar 9,1%, mual muntah sedang 90,9% dan presentase setelah perlakuan yang mengalami mual muntah ringan 54,%, mual muntah sedang 45,5%. Nilai P value sebesar 0,000(< 0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi musik klasik terhadap keluhan mual dan muntah pada pasien post kemoterapi (Zanah, 2013).

Terapi musik ini diberikan pada pasien menggunakan mp4 dan headphone dengan volume yang telah ditentukan dalam waktu kurang lebih 30-45 menit. Namun penelitian ini masih menunjukkan hasil yang kurang signifikan dalam menurunkan mual muntah akibat kemoterapi. Musik dihasilkan dari stimulus yang dikirim melalui akson-akson serabut sensori asenden ke neuron-neuron *Reticular Activating System (RAS)*. Stimulus ini kemudian akan di transmisikan oleh nuclei spesifik dari thalamus melewati

area-area korteks cerebral, sistem limbik dan *korpus collosum* serta melewati area-area sistem saraf otonom dan sistem *neuroendokrin*. Sistem saraf otonom berisi saraf simpatis dan parasimpatis. Musik dapat memberikan rangsangan simpatik dan parasimpatik sehingga dapat menimbulkan relaksasi berupa penurunan frekuensi nadi, relaksasi, dan tidur (Tuner, 2010).

Penelitian lain menunjukkan bahwa ada Efektifitas Terapi Musik klasik Lullaby Terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III Di RS Mardi Waluyo Kota Metro Tahun 2019. Hasil uji t didapat p value 0,000. Musik merupakan sebuah bagian integral dalam peribadatan lintas budaya dan agama, mampu menenangkan jiwa, menjadi sarana untuk memusatkan diri pada kesadaran spiritual; dan mengangkat seseorang pada sebuah situasi damai, hening, dan sadar akandiri sendiri. Lagi pula, musik mengurangi nyeri, depresi, pergolakan dan agresi serta meningkatkan relaksasi dan suasana hati yang positif (Listiyarningsih, 2020).

Hasil studi pendahuluan wawancara yang dilakukan pada bidan Desa Sei Serindan. Jumlah ibu hamil TM I dari bulan Januari 2020 adalah 49 ibu hamil. Keluhan yang sering dialami oleh ibu hamil TM I adalah mual muntah, dimana dari 15 orang yang memeriksakan diri 8 orang mengeluh

mual muntah. Asuhan yang diberikan untuk mengatasi mual muntah adalah menyarankan makan sedikit tapi. Belum ada asuhan khusus seperti terapi musik pada ibu.

Wawancara pada 5 orang ibu hamil TM 1 di Desa Sei Serindandidapatkan bahwa 4 ibu mengalami mual hingga muntah selama hamil yang sampai mengganggu aktifitas sehari-hari. 3 orang ibu mengatasinya dengan menerapkan makan sedikit tapi sering seta tidak makan makanan yang merangsang mual muntah. Sisanya 1 ibu hanya mengatasinya dengan mengkonsusi permen jahe dan mencium minyak kayu putih setiap kali mual. Melihat banyaknya kasus mual dan muntah (*emesis gravidrum*), maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Musik Klasik Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I”.

METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, penelitian ini merupakan desain penelitian *quasi eksperimen* dengan jenis *One Group pre and post test design*. Populasi penelitian ini yaitu semua ibu hamil TM I di Desa Sei Serindan pada Januari 2020 sejumlah 49 responden. Sampel dalam penelitian ini ditetapkan 20 responden. Tehnik sampling dalam penelitian ini

menggunakan *purposive sampling*. Instrumen penelitian meliputi SOP music klasik dan Checklist penilaian emesis gravidarum. Cheklist dalam penelitian ini digunakan untuk mencari data variable emesis gravidarum yang dinilai berdasarkan alat ukur emesis sesuai *Pregnancy-Unique Quantification Of Emesis/Nausea* (PUQE) dalam 24 jam. Musik klasik dilakukan dengan meminta

ibu mendengarkan music di ruangan tertutup dalam keadaan rileks dan nyaman yang dilakukan selama 20 menit sebanyak 2 kali dalam sehari pagi dan sore selama 3 hari berturut-turut. Analisis univariat dalam penelitian ini dengan menggunakan *tendensi sentral*. Analisis bivariat dengan *wilcoxon* karena hasil uji normalitas pada *pre* dan *post test* berdistribusi tidak normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

- a. *Emesis gravidarum* sebelum pemberian musik klasik

Tabel 1.
Gambaran *Emesis Gravidarum* Sebelum Pemberian Musik Klasik

<i>Emesis gravidarum</i>	N	Min	Max	Mean	Median	Std. Deviation
Sebelum pemberian musik klasik	20	8	11	9,50	9,50	0,94

Tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 20 responden *emesis gravidarum* sebelum pemberian musik klasik memiliki rata-rata 9,50, median 9,50 dan standar deviasi 0,94. Sedangkan nilai minimal 8 dan maksimal 11.

- b. *Emesis gravidarum* sesudah pemberian musik klasik.

Tabel 2.
Gambaran *Emesis Gravidarum* Sesudah Pemberian Musik Klasik

<i>Emesis gravidarum</i>	N	Min	Max	Mean	Median	Std. Deviation
Sesudah pemberian musik klasik	20	7,00	8,50	7,72	7,75	0,44

Tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 20 responden emesis gravidarum sesudah pemberian musik klasik memiliki rata-rata 7,72, median 7,75 dan standar deviasi 0,44. Sedangkan nilai minimal 7 dan maksimal 8,5.

2. Analisis Bivariat

Analisis data dilakukan dengan uji parametrik uji *wilcoxon* dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 3.
Hasil Analisis Pengaruh Musik Klasik Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I

Emesis Gravidarum	N	Median	SD	Negative Ranks	Ties	p-value
Sebelum pemberian musik klasik	20	9,50	0,94	18	2	0,000
Sesudah pemberian musik klasik	20	7,75	0,44			

Berdasarkan tabel 3 dari 20 responden sebelum tindakan musik klasik memiliki median nilai emesis gravidarum 9,50. Setelah diberikan musik klasik memiliki median nilai emesis gravidarum 7,75. Berdasarkan hasil analisis *wilcoxon* dengan $\alpha = 0,05$, diperoleh nilai p-value 0,000 dimana $0,000 < 0,05$, hal ini berarti ada pengaruh musik klasik terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I.

PEMBAHASAN

1. *Emesis gravidarum* sebelum pemberian musik klasik

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 20 responden *emesis gravidarum* sebelum pemberian musik klasik memiliki rata-rata 9,50, median 9,50 dan standar deviasi 0,94. Sedangkan nilai minimal 8 dan maksimal 11. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan musik klasik ibu mengalami *emesis gravidarum* dalam kategori sedang.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu mengalami *emesis gravidarum* dalam kategori

sedang yaitu mengalami mual lebih dari 6 jam sehari, muntah maupun muntah kering 1-2 kali sehari. Hal ini merupakan hal yang wajar dimana *emesis gravidarum* merupakan keluhan yang paling banyak dialami oleh ibu hamil Trimester I. *Emesis gravidarum* terjadi karena adanya perubahan hormon dan psikologi ibu diawal kehamilan.

Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60 % multigravida. Seratus dari seribu kehamilan, gejala ini menjadi lebih berat. Perasaan mual ini disebabkan oleh karena meningkatnya

kadar hormon estrogen dan hCG dalam serum. Pengaruh fisiologik kenaikan hormon ini belum jelas, mungkin karena sistem saraf pusat atau pengosongan lambung yang berkurang (Prawirohardjo, 2017). Hasil penelitian sebelumnya oleh Djanah (2015) menunjukkan bahwa mayoritas ibu mempunyai riwayat mual muntah kehamilan (53,33%).

Teori menyatakan bahwa Emesis gravidarum merupakan keluhan umum yang disampaikan pada kehamilan muda. Kehamilan menimbulkan perubahan hormonal pada wanita karena terdapat peningkatan hormon estrogen, Progesteron, dan dikeluarkannya hormon chorionic gonodotropine plasenta. Perubahan hormon- hormon inilah yang diduga menyebabkan timbulnya gejala pusing, mual dan muntah terutama pada trimester pertama (Djanah, 2015)

2. *Emesis gravidarum* sesudah pemberian musik klasik

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 20 responden *emesis gravidarum* sesudah pemberian musik klasik memiliki rata sesudah pemberian musik klasik memiliki rata-rata 7,72, median 7,75 dan standar deviasi 0,44. Sedangkan nilai minimal 7 dan maksimal 8,5.

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa ibu telah mengalami penurunan *emesis gravidarum* sesudah pemberian klasik. Hal ini dapat terjadi karena ibu yang merasa rileks dan nyaman setelah mendengarkan musik klasik dan rasa mual dan muntah yang berkurang setelah mendapatkan terapi.

Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa data presentase responden sebelum pemberian perlakuan yang mengalami keluhan mual muntah berat sebesar 9,1%, mual muntah sedang 90,9% dan presentase setelah perlakuan yang mengalami mual muntah ringan 54,%, mual muntah sedang 45,5%. Nilai P value sebesar 0,000(< 0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi musik klasik terhadap keluhan mual dan muntah pada pasien post kemoterapi (Zanah, 2013).

Musik klasik mempunyai fungsi menenangkan pikiran dan katarsis emosi, serta dapat mengoptimalkan tempo, ritme, melodi dan harmoni yang teratur dan dapat menghasilkan gelombang alfa serta gelombang beta dalam gendang telinga sehingga memberikan ketenangan yang membuat otak siap menerima masukan baru, efek rileks dan menidurkan. Selain itu musik klasik

berfungsi mengatur hormonhormon yang berhubungan dengan stres antara lain ACHT, prolaktin, dan hormon pertumbuhan serta dapat mengurangi nyeri (Campbell, 2012).

3. Pengaruh Musik Klasik Terhadap Penurunan Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I

Berdasarkan hasil penelitian dari 20 responden sebelum tindakan musik klasik memiliki median nilai emesis gravidarum 9,50. Setelah diberikan musik klasik memiliki median nilai emesis gravidarum 7,75. Berdasarkan hasil analisis *wilcoxon* dengan $\alpha = 0,05$, diperoleh nilai p-value 0,000 dimana $0,000 < 0,05$, hal ini berarti ada pengaruh musik klasik terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan musik klasik dapat menurunkan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I. Terapi musik dalam penelitian ini dilakukan selama 20 menit 2 kali dalam sehari pagi dan sore selama 3 hari berturut-turut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang mendengarkan musik klasik akan membuat rasa nyaman sehingga merangsang kelenjar hipofisis yang menyebabkan keluarnya endorfin (opiat alami), sehingga terjadi penurunan rasa sakit dan mual

muntah. Musik juga akan menutupi bunyi dan perasaan yang tidak menyenangkan.

Terapi musik dapat menurunkan tingkat stres Jenis musik yang digunakan berpengaruh pada penerimaan ibu selama perlakuan. Hal ini terbukti dari penelitian yang menyebutkan bahwa musik dapat meningkatkan kecerdasan janin, stimulasi proses pembentukan organ janin terutama pada trimester awal. Terapi musik dapat meningkatkan hormon endorfin sehingga ibu hamil merasa nyaman dan lebih rileks (Primawati, Nurul, Admini, 2018).

Hal lain sesuai dengan teori bahwa musik dihasilkan dari stimulus yang dikirim melalui akson-akson serabut sensori asenden ke neuron-neuron *Reticular Activating System (RAS)*. Stimulus ini kemudian akan di transmisikan oleh nuclei spesifik dari thalamus melewati area-area korteks cerebral, sistem limbik dan *korpus collosum* serta melewati area-area sistem saraf otonom dan sistem *neuroendokrin*. Sistem saraf otonom berisi saraf simpatik dan parasimpatik. Musik dapat memberikan rangsangan simpatik dan parasimpatik sehingga dapat menimbulkan relaksasi berupa penurunan frekuensi nadi, relaksasi, dan tidur (Tuner, 2010).

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh musik klasik terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I maka dapat disimpulkan sebagai berikut : *Emesis gravidarum* sebelum pemberian musik klasik memiliki rata-rata dan median 9,50. *Emesis gravidarum* sesudah pemberian musik klasik memiliki rata-rata 77,72, median 7,75. Ada pengaruh musik klasik terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I diperoleh nilai p-value $0,000 < 0,05$.

Berdasarkan hasil penelitian ini bidan dapat memberikan masukan bagi puskesmas untuk meningkatkan SDM melalui pelatihan-pelatihan sehingga dapat melakukan terapi *natural basic therapy* untuk pasien.

DAFTAR PUSTAKA

- Campbell, D (2012). *Efek Mozart : Memanfaatkan Kekuatan Musik untuk Mempertajam Pikiran, Meningkatkan Kretifitas, dan Menyehatkan Tubuh, Trans.* Jakarta : Gramedia Pustaka Utama, Jakarta
- Djanah (2015). Self Hipnosis Terhadap Mual Muntah Kehamilan Trimester I. *Kesehatan Ibu dan Anak, Volume 7, No'1, Juli 201 5' Hal 1-4*
- Kusbandiyah, Astriani. (2018). Peran Terapi Musik Terhadap Kesejahteraan Janin Di Puskesmas Kendal Kerep Malang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*
- Manuaba.(2016). *Gawat darurat Obstetri Ginekologi dan Obstetri Ginekologi Sosial untuk Profesi Bidan.*Jakarta : EGC
- Natalina. (2013). *Terapi musik bidang keperawatan.* Jakarta: Mitra Wacana Media
- Pieter, H.Z & Lubis, N.L. (2010). *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan.* Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Prawirohardjo. (2017).*Ilmu Kebidanan.* Jakarta :Yayasan Bina Pustaka Sarwono
- Primawati, Nurul, Admini (2018). Penurunan Tingkat Stres Ibu Hamil Dengan Terapi Musik Dan Aromatherapy Pada Kelas Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan Vol. 8 No. 1 October 2018*
- Proverawati, A & Asfuah, S. (2010). *Buku Ajar Gizi Untuk Kebidanan.* Yogyakarta: Nuha Medika.
- Salafas, Lestari, Listiyaningsih (2020). *The Effectiveness Of Music Therapy In Reducing Anxiety In Third Trimester Of Pregnancy. SIKLUS: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal Volume 09, Issue 01, January 2020*
- Suciati, Maternity, Susilawati & Yuliasari. (2020). Efektifitas Terapi Musik Klasik Lullaby Terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kebidanan Vol 6, No 2, April 2020 : 155-160*
- Tuner, W.A. (2010). *Music therapi.* <http://www.musictherapy.org>.