

## **TERAPI MUSIK KLASIK DAN AROMA TERAPI LEMON MAMPU MENGURANGI RASA NYERI PADA PERSALINAN KALA I DI PUSKESMAS PAMATANG RAYA**

**Julfieni Aderia Damanik<sup>1</sup>, Puja Lestari<sup>2</sup>, Juneris Aritonang<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia

Email: <sup>1</sup> [Pujalestari2001@gmail.com](mailto:Pujalestari2001@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Kontraksi uterus mampu memberikan rasa nyeri selama persalinan, penipisan dan dilatasi serviks serta proses turunnya janin ke pintu bawah panggul selama persalinan. Metode non farmakologis untuk mengurangi nyeri persalinan antara lain dengan menggunakan terapi musik klasik dan pemberian aromaterapi lemon. Aromaterapi lemon mengandung linalil asetat berupa senyawa ester yang bermanfaat untuk membuat emosi lebih normal sehingga keadaan tubuh lebih seimbang dan mengurangi nyeri dan ketegangan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi musik klasik dan aromaterapi lemon untuk mengurangi rasa nyeri pada persalinan kala I di Puskesmas Pamatang Raya. Desain penelitian ini adalah kuantitatif, pendekatan pre experimental dengan rancangan one grup pretest and posttest. Populasi penelitian ini ialah ibu inpartu dengan jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu 40 responden dengan menggunakan tehnik *accidental sampling*. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan rasa nyeri bersalin ditandai dengan nilai rata-rata rasa nyeri sebelum diberikan terapi musik dan aromaterapi lemon adalah 2.30 dan setelah dilakukan terapi ditemukan nilai rata-rata 1.40. Hasil analisis data didapati *p-value* 0.00 yang berarti  $< 0.05$  sehingga pemberian disimpulkan terapi musik klasik dan aromaterapi lemon terbukti mampu secara signifikan mengurangi rasa nyeri pada persalinan kala I di Puskesmas Pamatang Ray. Hasil penelitian ini dapat diberikan bidan sebagai asuhan kebidanan pada ibu bersalin lebih menyenangkan.

**Kata kunci :** Nyeri Persalinan, Terapi Musik klasik, Aromaterapi Lemon

### **ABSTRACT**

*Uterine contractions can provide pain during labor, thinning and dilatation of the cervix and the process of the fetus descending into the lower pelvic inlet during labor. Non-pharmacological methods to reduce labor pain include using classical music therapy and giving lemon aromatherapy. Lemon aromatherapy contains linalyl acetate in the form of an ester compound that is useful for making emotions more normal so that the body's condition is more balanced and reducing pain and tension. This study aims to analyze the effect of classical music therapy and lemon aromatherapy to reduce pain in the first stage of labor at the Pamatang Raya Health Center. The design of this study was quantitative, a pre-experimental approach with a one group pretest and posttest design. The population of this study were inpartu mothers with a sample size of 40 respondents using the accidental sampling technique. The results showed a decrease in labor pain indicated by the average value of pain before being given music therapy and lemon aromatherapy was 2.30 and after therapy an average value of 1.40 was found. The results of the data analysis found a *p-value* of 0.00 which means  $< 0.05$  so that the administration of classical music therapy and lemon aromatherapy was proven to be able to significantly reduce pain in the first stage of labor at the Pamatang Ray Health Center. The results of this study can be given by midwives as midwifery care for mothers in labor to be more enjoyable.*

**Kata kunci :** Labor Pain, Classical Music Therapy, Lemon Aromatherapy

## **PENDAHULUAN**

Nyeri persalinan sering dialami oleh ibu hamil, terutama pada kala 1 persalinan (Safitri et all, 2020). Nyeri persalinan yang tidak ditangani dengan baik akan mempengaruhi kondisi ibu mulai dari cepat merasa lelah, memberikan rasa takut untuk menghadapi persalinan. Rasa takut tersebut akan berkembang berdampak kontraksi uterus akan melemah sehingga menyebabkan persalinan lama yang berujung pada kematian pada ibu (Biswan et all, 2017).

Penanganan nyeri persalinan telah dilakukan banyak dilakukan baik melalui farmakologi maupun non farmakologi (Sunarsih dan Ernawati, 2017). Beberapa metode non farmakologis yang dilakukan untuk menekan rasa nyeri persalinan salah satunya ialah terapi musik. Melalui terapi musik rasa nyeri persalinan dapat diturunkan karena memberikan sensasi relaksasi. Ibu bersalin lebih rileks yang mendalam sehingga pengalihan pusat perhatian ibu dialihkan dari rasa sakit/nyeri persalinan. Terapi musik yang diberikan pada ibu bersalin kala 1 berstimulus mengeluarkan sensori yang menyenangkan hingga produksi endorphen (Ardiawan, 2016).

Aromaterapi lemon dijadikan sebagai aromaterapi dalam mengurangi dan mengatasi nyeri dan kecemasan. Aromaterapi lemon mengandung linalil asetat berupa senyawa ester yang bermanfaat untuk membuat emosi lebih normal sehingga keadaan tubuh lebih seimbang, selain itu dapat juga menjadi penenang system saraf pusat yang mampu mengurangi nyeri, ketegangan dan tensi pada seseorang yang menghisapnya (Rofi'ah et all, 2019). Menurut penelitian Borrás et ail, (2021), essential oil lemon digunakan dalam pengobatan tradisional untuk mengobati insomnia dan stress.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya oleh Cholifah et all, 2018, mengungkapkan intensitas nyeri pada klien kala 1 fase aktif berkurang melalui pemberian aroma terapi lemon (rata-rata penurunan rasa nyeri sebesar 1,05). Penelitian oleh Annida, 2019 memiliki hasil yang sejalan yakni ibu yang bersalin kala 1 laten

diberikan aromaterapi lemon terbukti terjadi penurunan intensitas nyeri persalinan yang dirasakan.

Dari survey awal di Puskesmas Pamatang Raya tercatat ibu bersalin pada bulan Oktober 2022 berjumlah 50 orang dan ibu yang dirujuk untuk SC berjumlah 5 orang. Asuhan kebidanan pada ibu bersalin fengan pemberian musik klasik dan aromaterapi lemon belum pernah di lakukan di Puskesmas Pamatang Raya dalam mengurangi nyeri persalinan pada kala 1. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengalisis efektifitas musik klasik dan aromaterapi lemon terhadap tingkat nyeri pada ibu bersalin pada kala 1 (Wiknjastro, 2007).

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian bagaimana pengaruh terapi musik klasik dan aromaterapi lemon untuk mengurangi rasa nyeri pada persalinan kala 1 di Puskesmas Pamatang Raya Tahun.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan *pre experimental designs* dengan rancangan *one grup pretest and posttest*. Lokasi penelitian ini dilakukan di UPTD Puskesmas Pamatang Raya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang akan bersalin di Puskesmas Pamatang Raya dari Desember 2022 - Januari 2023. Dimana rata-rata perbulan 65 orang atau sekitar 2 orang perhari. Sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling* berjumlah 40 orang.

**Tabel 1**

**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Rasa Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberi Terapi Musik Klasik dan Aroma Terapi Lemon di Puskesmas Pamatang Raya Tahun 2023**

Tingkat Nyeri	Sebelum Terapi		Sesudah Terapi	
	F	%	F	%
<b>Nyeri Ringan</b>	0	0	24	60 %
<b>Nyeri Sedang</b>	28	70%	16	40 %
<b>Nyeri Berat</b>	12	30 %	0	0
<b>Total</b>	40	100 %	40	100 %

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebelum diberi terapi mayoritas responden merasakan nyeri kategori sedang yaitu sebanyak 28 orang (70 %), dan nyeri kategori berat sebanyak 12 orang (30 %). Dan sesudah mendapatkan terapi mayoritas responden merasakan nyeri kategori ringan pada saat sesudah diberi terapi yaitu sebanyak 24 orang (60 %), nyeri kategori sedang sebanyak 16 orang (40 %).

**Tabel 2**

**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pelaksanaan Pemberian Terapi Musik Klasik dan Aroma Terapi Lemon di Puskesmas Pamatang Raya Tahun 2023**

Pelaksanaan Pemberian Terapi Musik Klasik dan Aroma Terapi Lemon	F	%
Diberikan	40	100
Tidak Diberikan	0	0
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat semua responden diberikan terapi musik klasik dan aroma terapi lemon (100%).

**Tabel 3**

**Uji T-Test Rasa Nyeri Persalinan Sebelum dan Sesudah Diberi Terapi Musik Klasik dan Aromaterapi Lemon di Puskesmas Pamatang Raya Tahun 2023**

Variabel	Mean	Std. Deviation	N	Sig (2-tailed)
Sebelum dilakukan terapi musik dan aromate rapi lemon	2,30	0,464	40	0,00
Setelah dilakukan terapi music dan aromate rapi lemon	1,40	0,496	40	0,00

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui rata-rata rasa nyeri bersalin yang dirasakan oleh ibu sebelum diberikan terapi musik dan aromaterapi lemon adalah 2,30 sedangkan sesudah dilakukan intervensi tersebut diperoleh 1,40 terbukti terdapat penurunan rasa nyeri sebesar 0,9 poin.

Kemudian untuk menentukan *p value* menggunakan Uji *T-Test* sehingga didapatkan hasil sig (2-tailed = 0,000). Hasil ini lebih kecil dari signifikasi yang ditetapkan yaitu 0,05, yang berarti ada pengaruh pemberian terapi musik dan aromaterapi lemon terhadap pengurangan rasa nyeri pada persalinan kala I.

## PEMBAHASAN

Perubahan intensitas rasa nyeri sebelum dan sesudah pemberian terapi musik klasik dan aroma terapi lemon terjadi penurunan intensitas rasa nyeri sesudah pemberian terapi dengan nilai  $p < 0,05$ . Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Laurena et.al (2019) bahwa terdapat efektifitas aromatherapi lemon terhadap nyeri persalinan dengan  $p = 0,019$  dimana nilai  $p < 0,05$ . Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya tahun 2018 oleh Suwanti mengungkapkan penghambatan prostaglandin dalam mengurangi nyeri disebabkan oleh kandungan utama lemon (limonen).

Terapi musik klasik yang mengalun lembut memberikan rasa tenang dan relaksasi mendalam pada kondisi gelombang otak dengan frekuensi *deepdelta*. Kondisi seperti itu endorfin akan dihasilkan sehingga rasa sakit dapat diringankan atau diredamkan.

Pada hasil penelitian ini menunjukkan adanya penurunan tingkat rasa sakit sesudah diberi terapi dengan hasil sig (2-tailed = 0,000), disimpulkan ada pengaruh pemberian terapi musik klasik dan aroma terapi lemon terhadap rasa nyeri persalinan kala 1. Hasil penelitian yang didapat sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Anggraini tahun 2019 yakni tentang intensitas nyeri persalinan kala 1 dapat diturunkan melalui terapi musik di BPM Siti Mudrikatin, ada perbedaan yang signifikan nyeri yang dirasakan oleh ibu bersalin pada kelompok yang diperdengarkan musik klasik dan kelompok yang tidak.

Rata-rata rasa nyeri yang dirasakan ibu bersalin mengalami penurunan setelah diberikan terapi musik klasik dan aromaterapi lemon, dari rata-rata sebesar 2,30 menjadi yaitu 1,40 terdapat penurunan sebesar 0,9 poin.

**Julfieni Aderia Damanik et. all / Pengaruh Terapi Musik Klasik Dan Aroma Terapi Lemon Untuk Mengurangi Rasa Nyeri Pada Persalinan Kala I Di Puskesmas Pamatang Raya Tahun 2023**

Penelitian oleh Sunarsih tahun 2016 rata-rata rasa nyeri sebelum diberikan terapi musik klasik adalah 7,55 dan menurun menjadi 5,55 setelah diberikan terapi. Dampak musik klasik yang diperdengarkan akan memberikan distraksi pada rasa nyeri, sehingga kecemasan turut menurun, ritme nafas dirangsang lebih teratur, ketegangan tubuh akan menurun, hingga respons positif pada visual imageri, hingga meningkatkan mood yang positif.

### **KESIMPULAN**

1. Rasa nyeri ibu bersalin pada saat sebelum diberi terapi musik klasik dan aroma terapi lemon mengalami kategori nyeri sedang kemudian setelah mendapat terapi musik klasik dan aroma terapi lemon menjadi kategori nyeri ringan
2. Rasa nyeri ibu bersalin pada saat sebelum diberi terapi musik klasik dan aroma terapi lemon mengalami kategori nyeri berat kemudian setelah mendapat terapi musik klasik dan aroma terapi lemon menjadi kategori nyeri sedang.
3. Ada pengaruh terapi musik klasik dan aromaterapi lemon untuk mengurangi rasa nyeri pada persalinan kala I Di Puskesmas Pamatang Raya Tahun 2023 dengan  $p = 0,000$ .

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ainy, N. 2014. *Pengaruh Pemberian Therapi Musik Klasik Mozart terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Primigravida dalam Menghadapi Persalinan di RS IPHI Batu*. Tesis, Malang: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Aizid. 2014. *Sehat dan Cerdas dengan Terapi Musik*. Cetakan Pertama. Yogyakarta: Laksana.
- Anggraini, Dian Rista. 2019. *Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Di BPM Siti Mudrikatin, SST., M.Kes Tahun 2019*. Midwinerslion Jurnal Kesehatan
- Stikes Buleleng. Vol 5 No.1 (2020). Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang.
- Astuti, H. 2012. *Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Pada Klien Intrapartum Kala I Di Bps Istri Yuliani Dan BPS Mei Suwarsono Sleman Yogyakarta Tahun 2012*. Yogyakarta: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta
- Biswan, Novita, Masita. (2017). *Efek Metode Non Farmakologik Terhadap Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Kala I*. Jurnal Kesehatan. Vol 8 (2).
- Cholifah, Siti., Raden, Abkar., Ismarwati. 2016. *Pengaruh Aromatherapi Inhalasi Lemon terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif*. Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Vol. 12 (1): 46-53. Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
- Diana, Wulan. 2019. *Endorphin Massage Efektif Menurunkan Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III*. Jurnal Ilmiah Kesehatan. Vol. 12. No. 2 (online). Available
- Depkes, RI. 2012. *Pelatihan Klinik Persalinan Normal Jaringan Nasional Pelatihan Klinik Kesehatan Reproduksi*. Jakarta
- Dyah, Zulfa, Sri. 2018. *Nyeri Persalinan*. STIKes Majapahit. Mojokerto
- Diana, et.al. 2019. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Surakarta: CV OASE Group
- Hakim, Lukmanul. 2013. *Terapi Musik*. Jakarta: Gramedia Pustaka
- Indrayani., Djami, M.E.U. 2016. *Update Asuhan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Trans Info Media: Jakarta.
- Irawati, Muliani, Arsyad. (2019). *Pengaruh Pemberian Kompres Hangat terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Ibu Inpartu Kala Satu Fase Aktif*. Jurnal Bidan Cerdas 2(3): 157
- Judha, M. 2015. *Teori Pengukuran Nyeri dan nyeri Persalinan (Disertai Contoh Askeb)*. Cetakan Kedua. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Karlina, S.D., Reksokusodo, S., Widayati, A. *Pengaruh Pemberian Aromaterapi*

**Julfieni Aderia Damanik et. all / Pengaruh Terapi Musik Klasik Dan Aroma Terapi Lemon Untuk Mengurangi Rasa Nyeri Pada Persalinan Kala I Di Puskesmas Pamatang Raya Tahun 2023**

*Lavender secara Inhalasi terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Fisiologis pada Primipara Inpartu Kala Satu Fase Aktif di BPM "Fetty Fathiyah" Kota Mataram*

- Malehere, N.S. 2013. *Pengaruh Pemberian Terapi Musik Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif (Di Kamar Bersalin RSUD Prof. Dr. W. Z Johannes Kupang)*
- Notoatmodjo, S.2016. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Potter, Patricia A. 2013. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik*. Jakarta:EGC.
- Reeder, dkk. 2012. *Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi dan Keluarga*. Alih bahasa Yati Afiyati, dkk. Edisi 18. Jakarta: EGC.
- Rinata, Evi dan Andayani, Gita Ayu 2018, *Karakteristik Ibu (Usia, Paritas, Pendidikan) dan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III*, MEDISAINS: Jurnal Ilmiah Ilmu-ilmu Kesehatan, vol.16, no.1 diakses 25 September 2022.
- Sariati, Y. 2016. *Pengaruh Hypnobirthing terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin dan Lama Persalinan*. Jurnal Ilmiah Bidan. 1(3), 35-44. Retrieved
- Safitri, Sunarsih, Yuliasari. (2020). *Terapi Relaksasi (Nafas Dalam) Dalam Mengurangi Nyeri Persalinan*. Jurnal Dunia Kesmas. Vol.9 (3)
- Sunarsih, Ernawati. (2017). *Perbedaan Terapi Massage Dan Terapi Relaksasi Dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Di Bidan Praktek Swasta (BPS) Ernawati Kecamatan Banyumas*. Jurnal Kesehatan. Vol 8(1): 8.
- Tjokronegoro, A dan Utama, H. 2014. *Penanggulangan Nyeri Dalam Persalinan*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (FKUI).
- Wiarso, G. (2017). *Nyeri Tulang dan Sendi*. Gosyen Publisihing.
- Yuliantanti. T. 2013. *Pendampingan Suami Dan Skala Nyeri Pada Persalinan Kala*

*I Fase Aktif*. Bidan Prada : Jurnal Ilmiah Kebidanan, Vol. 4 No. 1 Edisi Juni 2013.

<https://www.neliti.com/id/publications/227213/pengaruh-hypnobirthing-terhadap-tingkat-kecemasanibu-bersalin-dan-lama-persalinan>.