



Randomized Control Trial: Musik Instrumental Langgam Jawa Dan Dampaknya Terhadap Kala I Fase Aktif Persalinan Pada Primipara

Emy Suryani ¹✉, Lutfiana Puspita Sari ¹, Irene Natalia Suci Ardhila ¹

¹Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Surakarta, Indonesia

¹RSUD Kota Surakarta, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima 4 September 2020

Disetujui 30 Desember 2020

Dipublikasikan 31 Januari 2021

Keywords:

First stage of labor, Javanese style music, Primipara

DOI:

<https://doi.org/10.15294/higeia/v5i1/38394>

Abstrak

lama kala I fase aktif persalinan adalah faktor penyebab komplikasi yang terjadi saat persaliban. Intervensi dalam mengurangi komplikasi dengan perlakuan relaksasi dengan mendengarkan musik. Tujuan penelitian menganalisis perbedaan lama kala I fase aktif persalinan pada kelompok yang diberikan intervensi musik instrumental langgam jawa dengan asuhan kebidanan rutin. Metode penelitian menggunakan studi *eksperimental Randomized Control Trial* dengan prosedur *random* dalam memberi alokasi berbagai faktor penelitian kepada subjek penelitian sehingga hanya faktor peluang yang menempatkan subjek penelitian kedalam kelompok intervensi atau kontrol. Subjek penelitian 60 ibu bersalin primipara pada fase aktif persalinan di RSUD Kota Surakarta dari tanggal 2 Desember 2019 –27 Februari 2020 dengan teknik pengambilan *sample* menggunakan *sample random sampling*. Analisis data yang dilakukan dengan uji *Independent sample T-Test*. Hasil penelitian: Ada perbedaan yang signifikan terhadap lama kala I fase aktif persalinan antara kelompok musik instrumental langgam jawa (*mean*=153) dengan asuhan kebidanan rutin (*mean*=208) dengan nilai $p=0.002$. Kesimpulan: Musik *instrumental* langgam jawa dapat memperpendek Kala I fase aktif pada ibu bersalin primipara

Abstract

One factor was caused complications during labor length of time I active labor phase. Intervention conducted to overcome these problems doing relaxation by listen music. The Study purposed was analyze differences in duration the first phase of active labor in groups who were given instrumental musical intervention in Javanese style with routine midwifery care. The research used Randomized Controlled Trials. The research subjects were 60 primiparous mothers in the active phase of childbirth at Surakarta's Hospital from December 2, 2019 until February 27, 2020 with the sampling technique using by random sampling. Data analyzed with Independent sample T-Test. Results: There was a significant difference in the length of time I active labor phase between the instrumental music group Javanese style (mean = 153) with routine obstetric care (mean = 208) with a value of $p = 0.002$. Conclusion: Javanese style of instrumental music can reduced period the first phase of the active phase of primiparous maternity mothers.

© 2021 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:
JL. Letjend Sutoyo, Mojosongo,
Surakarta 57127
E-mail: emvyani@yahoo.com

PENDAHULUAN

Angka kematian ibu adalah bagian dari indikator derajat kesehatan suatu bangsa. Hal ini dikarenakan bahwa kesehatan ibu dan anak bukan hanya masalah perkara hak hidup, melainkan lebih dikaitkan dengan keuntungan atas investasi sosial dan ekonomi di negara tersebut. Angka kematian ibu di Indonesia terus mengalami peningkatan, bahkan pada saat ini angka kematian ibu di Indonesia jauh lebih tinggi dibandingkan dengan Malaysia dan Thailand. Angka kematian ibu di Indonesia 5,2 kali lebih tinggi dibandingkan dengan Malaysia dan jika dibandingkan dengan Thailand 2.4 kali lebih tinggi (Fakhriyah, 2017). Who melaporkan pada tahun 2014, Angka kematian ibu dibanding kelahiran hidup adalah 214 per 100.000 di Indonesia. Sedangkan angka kematian ibu di provinsi Jawa Tengah pada tahun 2016-2017 mengalami penurunan dari 109.65 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2016 menjadi 88.05 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2017 dan kasus persalinan menyumbang angka kematian ibu sebesar 13.68 %. Beberapa penyebab kematian pada ibu bersalin 75% disebabkan karena perdarahan *pasca* salin, infeksi, tekanan darah tinggi saat kehamilan (preeklamsia, eklamsia), partus lama/macet, aborsi yang tidak aman (Dinkes Jateng, 2017). Jumlah persalinan di RSUD Kota Surakarta rata-rata dalam 1 tahun terakhir yaitu tahun 2019 untuk persalinan spontan sebanyak 90 pasien per bulannya dan sekitar 20 kasus diantaranya adalah kasus dengan persalinan lama sehingga harus dilakukan intervensi induksi untuk mengakhiri proses persalinannya.

Kelainan Komplikasi pada saat kehamilan dan persalinan menyebabkan kurang lebih 800 ibu meninggal setiap harinya. Hal ini disebabkan baik faktor secara langsung maupun tidak langsung yang menyebabkan masih tingginya angka kematian ibu di Indonesia. Beberapa faktor tersebut, antara lain adalah eklamsia, abortus perdarahan, infeksi dan partus yang lama (YP, 2018). Ibu bersalin dikatakan mengalami partus lama baik pada saat fase aktif persalinan maupun pada proses persalinannya

jika melebihi dari jam yang seharusnya untuk primipara. Persalinan merupakan sebuah proses yang unik serta *unpredictable*. Tidak ada yang dapat memprediksikan terkait dengan pastinya proses persalinan terjadi. Berbagai macam faktor dapat berpengaruh terhadap keberhasilan dari sebuah proses persalinan. Faktor-faktor tersebut dapat menjadi penyebab meningkatkan risiko terjadinya kematian ibu pada saat kehamilan, persalinan maupun masa nifas.

Salah satu faktor yang menjadi penyebab komplikasi pada saat proses persalinan adalah lamanya kala I fase aktif persalinan. Fase aktif persalinan dimulai dari pembukaan 4cm sampai dengan pembukaan 10cm. Proses pembukaan ini dimulai dengan peningkatan aktivitas myometrium (frekuensi dan intensitas kontraksi) sehingga dapat mengakibatkan penipisan dan proses pembukaan serviks serta vagina yang keluar lendir darah, semakin banyak pembukaannya maka lendir darah yang keluar pun semakin banyak sehingga sampai pembukaan lengkap dan keluarlah buah kehamilan berupa janin dan plasenta dari dalam rahim (Syafliandawati, 2015). Lamanya kala I fase aktif persalinan pada primigravida adalah maksimal 6 jam, jika melewati dari 6 jam maka sudah harus dilakukan intervensi medis untuk menyelamatkan ibu dan janin. Lamanya kala I persalinan dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain adalah adanya persepsi negatif terkait dengan nyeri persalinan, kecemasan pada ibu saat proses persalinan dan kepercayaan diri ibu yang rendah, serta tidak mendapatkan dukungan dari keluarga (Shahbazian, 2016).

Upaya fisiologis dilaksanakan oleh penolong persalinan supaya ibu, utamanya primigravida yang bersalin kala I fase aktif yang waktunya lebih dari 6 jam. Salah satu asuhan sayang ibu sesuai filosofi profesi bidan yaitu kehamilan dan persalinan adalah proses yang fisiologis, dapat dilakukan *komplementer therapy* dengan cara memutar musik langgam jawa selama fase aktif persalinan. Metode tersebut yang sangat membantu untuk memperpendek kala I fase aktif persalinan bahkan dapat membantu mengurangi kecemasan pada saat ibu bersalin sehingga ibu merasakan relaks dan

nyaman. Semakin ibu stres dan cemas dalam menghadapi proses persalinan maka kala I menjadi panjang dan bahkan melebihi yang sesuai standarnya. Musik sangat berpengaruh terhadap pikiran dan emosi seseorang. Musik terbukti dapat meningkatkan relaksasi serta merubah persepsi nyeri terhadap kontraksi persalinan, tekanan darah, pernafasan dan denyut jantung janin. Musik langgam jawa merupakan musik dengan iringan irama yang lembut sehingga secara signifikan dapat menurunkan tekanan darah sistolik, denyut jantung janin, pernafasan dan saturasi oksigen. Harapannya ketika ibu relaks, hormon oksitosin dan endorphin akan diproduksi oleh tubuh dan berjalan beriringan sehingga dapat memperpendek kala I fase aktif persalinan (Nizamie, 2014).

Musik merupakan disposisi suara yang mengkombinasikan tiga elemen yaitu melodi, ritme dan harmoni. Ketiga gabungan elemen ini yang menyebabkan ibu bersalin menjadi tenang karena merasa nyaman ketika mendengarkan, dapat meningkatkan kecerdasan dalam berperilaku, serta dapat berbicara dengan jiwa dan perasaan, sehingga emosi lebih stabil. Jenis musik terapi yang dipakai berupa musik yang lembut dan teratur, salah satunya adalah jenis musik *instrumental*. Langgam Jawa termasuk salah satu musik *instrumentalia* tradisional. *Genre* musik keroncong ini banyak yang dinyanyikan dalam bentuk campursari dan umumnya dinikmati sebagai hiburan. Langgam Jawa terdapat tempo 60 ketukan per menit, musik yang paling dianjurkan adalah musik atau lagu dengan ketukan 60 kali per menit yang memberikan efek relaks dinyatakan oleh pakar sangat dianjurkan. Sejak usia kehamilan 5 bulan, janin mampu mendengar getaran suara dari tubuh ibunya yang menyebabkan ketenangan dan ketentraman bagi janin, sehingga sangat direkomendasikan untuk memperdengarkan musik kepada janin mulai dari awal kehamilan.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian terkait pengaruh musik langgam jawa terhadap lama persalinan masih sangat terbatas. Penelitian

yang hampir sejenis yang dilakukan oleh (Chuang, 2019) mengenai pengaruh intervensi musik terhadap kecemasan dan nyeri persalinan pada primipara didapatkan hasil bahwa ibu bersalin yang mendengarkan musik *instrumental* mengalami kecemasan dan nyeri persalinan yang lebih rendah dibandingkan dengan kelompok yang tidak mendengarkan musik *instrumentalia*. Penelitian lainnya terkait dengan pengaruh musik relaksasi terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif yang telah dilakukan oleh (Liviana, 2017) didapatkan hasil bahwa ada pengaruh yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dilakukan terapi musik. Terapi musik efektif dapat menurunkan intensitas nyeri pada kala I fase laten. Penelitian ini dengan menggunakan metode *quasi eksperimen*.

Penelitian terkait pengaruh musik terhadap kecemasan dan nyeri persalinan sudah sangat banyak dilakukan, sehingga peneliti melakukan modifikasi/keterbaruan dalam melakukan penelitian ini yaitu dengan menggunakan musik langgam jawa yang disesuaikan dengan salah satu budaya bangsa Indonesia yaitu budaya jawa dengan lamanya kala I fase aktif persalinan karena lamanya kala I fase aktif persalinan dapat mempengaruhi terhadap proses persalinan kala II dan kesejahteraan bayi yang dilahirkan. Penelitian ini pun menggunakan metode "*randomized control trial*", dimana penelitian dengan metode tersebut untuk penelitian-penelitian eksperimen masih sangat jarang dilakukan untuk di Indonesia. Metode penelitian *randomized control trial* merupakan metode yang terbaik untuk jenis penelitian *eksperimen* karena faktor-faktor yang dapat menjadi perancu terhadap hasil penelitian tersebar merata di seluruh kelompok sehingga dapat memperkecil terjadinya bias terhadap hasil penelitian. Keterbaruan dari penelitian ini nampak jelas yaitu penelitian ini menggunakan intervensi musik langgam jawa untuk mengetahui lamanya kala I fase aktif persalinan serta metode penelitian yang digunakan adalah "*randomized control trial*". Tujuan pada penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh musik *instrumental* langgam jawa terhadap lama kala I fase aktif persalinan pada primipara.

METODE

Jenis Penelitian ini termasuk eksperimen *analitikal observasional* dengan pendekatan *randomized control trial* (RCT). Desain yang digunakan adalah *completely randomized experimental design* yaitu desain *eksperimen random* yang paling mendasar. Dalam desain ini semua subjek dari populasi studi langsung dialokasikan *random* ke dalam perlakuan atau kelompok kontrol. Tujuan *randomisasi* supaya semua variabel independen (diluar perlakuan itu sendiri) yang potensial perancu akan tersebar merata ke dalam kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol. Penelitian ini dimulai dengan menentukan populasi sumber (populasi terjangkau). Populasi terjangkau dalam penelitian ini adalah semua ibu bersalin primipara yang bersalin di RSUD Kota Surakarta. Populasi target pada penelitian ini adalah semua ibu bersalin primipara pada fase aktif persalinan di RSUD Kota Surakarta Pada Bulan September 2019-Februari 2020 ada sejumlah 60 ibu bersalin. Teknik *sampling* dengan cara *randomisasi (simple random sampling)*.

Untuk mengurangi pengaruh peran peluang, studi *eksperimental* memerlukan sampel cukup besar. Subjek penelitian dihitung secara “*rule of thumb*” subjek penelitian paling sedikit 30 orang subjek pada tiap kelompok. Variabel *independent* dalam penelitian ini adalah musik *instrumental* langgam jawa, dan variabel dependen adalah lama kala I fase aktif persalinan. Penelitian ini menggunakan 60 sampel dengan klasifikasi masing-masing 30 subjek penelitian pada kelompok intervensi musik *instrumental* langgam jawa dan kontrol yang diberikan intervensi asuhan kebidanan rutin. Subjek penelitian semua ibu bersalin primipara pada fase aktif persalinan di RSUD Kota Surakarta. Seluruh subjek penelitian mendapat kesempatan yang sama untuk terpilih ke dalam kelompok intervensi dan yang menentukan hanya faktor peluang karena proses pengumpulan datanya menggunakan *randomisasi*. Teknik *randomisasi* dengan cara menggunakan nomor undian/lotre dengan kode

A1-A30 untuk kelompok intervensi musik *instrumental* langgam jawa dan B1-B30 untuk kelompok kontrol. Responden mengambil nomor undian secara acak sehingga semua responden mempunyai peluang yang sama untuk masuk dalam kelompok intervensi maupun kelompok kontrol.

Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah kehamilan dan persalinan dalam kondisi fisiologis, persalinan pada fase aktif dengan pembukaan 4cm sampai ≤ 7 cm, tidak mengalami gangguan pendengaran dan tidak menggunakan anastesi dalam persalinan untuk mengurangi rasa nyeri persalinan. Pengumpulan data, untuk mengukur lama kala I persalinan dengan menggunakan lembar observasi. Pada saat penelitian dilaksanakan dengan kriteria *eligibilitas* yaitu menentukan kriteria inklusi (siapa yang boleh) dan kriteria eksklusi (siapa yang tidak boleh) mengikuti penelitian. Sebagian yang memenuhi syarat ada yang menolak berpartisipasi. Subjek-subjek yang setuju berpartisipasi (*inform consent*) ditunjuk secara *random* kedalam kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Penelitian ini terdiri dari kelompok kasus yaitu yang diberikan intervensi musik *instrumental* langgam jawa sebanyak 30 ibu bersalin, dan kelompok kontrol yang diberikan asuhan kebidanan rutin sebanyak 30 ibu bersalin. Peneliti melakukan observasi untuk melihat berapa banyak subjek menunjukkan perbaikan dalam kelompok perlakuan dan kontrol. Jika perbaikan hasil lebih banyak dijumpai pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol, maka disimpulkan terapi baru memang lebih baik. Uji normalitas data yang dipakai adalah *Kolmogorov-Smirnov*, jika hasilnya data berdistribusi normal maka analisis data menggunakan uji *independent T-Test*, tapi jika data tidak berdistribusi normal maka analisis data menggunakan uji beda *Mann-Whitney*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian tentang pengaruh musik *instrumental* langgam jawa terhadap lama kala I Fase aktif persalinan pada primipara adalah

sebagai berikut : Hasil analisis *univariate* terkait karakteristik subjek penelitian pada tabel 1 menunjukkan dari 30 subjek penelitian dalam kelompok yang diberikan intervensi mendengarkan musik langgam jawa dan 30 subjek yang diberikan asuhan kebidanan rutin. Deskripsi variabel penelitian dijelaskan berdasarkan karakteristik, kriteria, frekuensi, dan persentase. Pada kelompok yang mendengarkan musik langgam jawa maupun asuhan kebidanan rutin sebagian besar responden berusia 20-35 tahun, untuk kelompok yang diberikan musik langgam jawa sebanyak 29 responden (96.7%), dan kelompok asuhan kebidanan rutin sebanyak 28 responden (93.3%). Wanita hamil usia <20 tahun memiliki organ reproduksi yang belum matang, sedangkan wanita yang berumur >35 tahun akan meningkatkan risiko baik pada kehamilan, persalinan maupun nifas. Risiko tersebut lebih kearah terjadinya komplikasi pada saat proses persalinan. Hal ini berbeda ketika wanita hamil dan bersalin pada usia reproduktif yaitu usia 20-35 tahun, pada periode usia ini adalah waktu hamil yang aman dan waktu untuk melahirkan dengan risiko kesakitan dan kematian ibu sangat rendah (Ien, 2017).

Sebagian besar responden untuk kelompok yang diberikan musik langgam jawa maupun kontrol berpendidikan SD-SMP masing-masing 19 responden (63.3%). Untuk karakteristik pekerjaan, pada kelompok yang diberikan musik langgam jawa mayoritas bekerja sebanyak 17 responden (56.7%), dan pada kelompok asuhan kebidanan rutin mayoritas tidak bekerja sebanyak 18 responden (60%).

Untuk pengalaman mendengarkan musik langgam jawa, sebagian besar responden sudah pernah mendengarkan, baik pada kelompok yang mendengarkan musik langgam jawa maupun yang diberikan asuhan kebidanan rutin masing-masing sebanyak 24 responden (80%). Ibu yang memiliki pengalaman untuk mendengarkan musik langgam jawa lebih memiliki ketenangan serta lebih relaks dalam menjalani kehamilan. Hormon-hormon endorfinpun akan mengalir dari tubuh ibu ke janin melalui plasenta, sehingga ketika ibu relaks maka proses pembukaan mulut rahim pun akan berjalan dengan lancar sehingga dapat berpengaruh terhadap lamanya proses kala I persalinan. Berdasarkan hasil penelitian (Linnemann, 2018) dijelaskan bahwa seseorang yang terbiasa mendengarkan musik, memiliki emosi yang lebih stabil, serta dapat mengurangi stres selama kehamilannya dan kecemasan ibu menurun. Kondisi psikologis ibu bersalin merupakan faktor utama dalam memperlancar proses persalinan, karena ketika seseorang stres maka hormon kortisol/hormon stres akan menghambat produksi hormon oksitosin dan laktasi.

Pengaruh musik *instrumental* langgam jawa terhadap lama kala I fase aktif persalinan pada ibu bersalin primipara

Variabel *independen* musik *instrumental* langgam jawa, sedangkan variabel *dependen* adalah lama kala I fase aktif persalinan pada primipara. Uji normalitas data dilakukan dengan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan hasil nilai p 0.2 (distribusi data normal), sehingga uji statistik yang digunakan adalah uji *Independent Samples T-Test*. Uji *Independent Samples T-Test*

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	Kriteria	n	%	n	%
Umur	< 20 tahun	1	3.3	1	3.3
	20 - 35 tahun	29	96.7	28	93.3
	> 35 tahun	-	-	1	3.3
Pendidikan	SD-SMP	19	63.3	19	63.3
	≥ SMA	11	36.7	11	36.7
Pekerjaan	Tidak Bekerja	13	43,3	18	60
	Bekerja	17	56.7	12	40
Pengalaman mendengarkan langgam jawa	Belum pernah	6	20	6	20
	Pernah	24	80	24	80

Tabel 2. Uji *Independent Samples T-Test* Lama Kala I Fase Aktif Persalinan pada Kelompok Yang Mendengarkan Musik Langgam Jawa dan Asuhan Kebidanan Rutin

Kelompok Variabel	n	Mea n	Media n	SD	p
Lama kala I fase aktif Musik <i>instrumental</i> langgam jawa Asuhan kebidanan rutin	3	153	137.50	60.5	0.002
	0	208	197.50	1	
	3			70.4	1
	0			1	

tentang lama kala I fase aktif persalinan antara kelompok yang mendengarkan musik instrumental langgam jawa dengan kelompok yang mendapatkan asuhan kebidanan rutin didapatkan hasil bahwa nilai $p = 0.002 < 0.05$ dengan nilai mean/rata-rata lama kala I fase aktif persalinan pada kelompok yang mendengarkan musik langgam jawa sebesar 153 menit. Sedangkan nilai *mean*/rata-rata lama kala I fase aktif persalinan pada kelompok yang diberikan asuhan kebidanan rutin lebih lama yaitu sebesar 208 menit, hal tersebut menunjukkan perbedaan yang bermakna dan signifikan terhadap lama kala I fase aktif persalinan antara kelompok yang diberi intervensi musik langgam jawa dibandingkan dengan asuhan kebidanan rutin.

Hasil penelitian ini adalah ada perbedaan yang signifikan antara kelompok yang diberikan intervensi musik langgam jawa terhadap lamanya fase aktif kala I persalinan dengan kelompok yang diberikan asuhan kebidanan rutin, nilai *mean*/rata-rata kala I fase aktif persalinan yang diberikan intervensi musik *instrumental* langgam jawa lebih cepat dibandingkan dengan yang diberikan asuhan kebidanan rutin. Berdasarkan hasil beberapa penelitian, musik terbukti dapat memberikan ketentraman dan ketenangan dalam hati. Selain itu, dapat mengurangi rasa nyeri, dan membuat relaks serta nyaman. Ibu bersalin yang mendengarkan musik selama fase persalinan dapat membuat hati menjadi semakin tenang,

nyaman dan relaks. Dengan mendengarkan musik, otak akan melepaskan endorphen ke dalam darah. Satu neuropeptida yang diproduksi oleh hipofisis sangat efektif dapat mengurangi rasa nyeri persalinan dan membuat relaks ibu bersalin. Berdasarkan hasil penelitian, musik yang memiliki irama, ritme lambat yaitu antara 55-70 denyut per menit dapat membuat otak lebih santai sehingga merangsang pelepasan endorphen yang dapat menghambat pelepasan hormon stres yaitu kortisol.

Penelitian (Liviana, 2017) menunjukkan hasil yang sejalan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dilakukan intervensi musik dan setelah dilakukan intervensi musik yang dibuktikan dengan nilai $p = 0.000 < 0.05$. Terapi musik meningkatkan kualitas fisik juga mental dengan adanya rangsangan suara dari melodi, harmoni, ritme, bentuk dan gaya yang diorganisir yang dapat mempertahankan kesehatan fisik dan mental. Ibu bersalin yang merasakan relaks dan nyaman akan meningkatkan produksi hormon oksitosin dan endorphen sehingga rasa relaks yang dirasakan oleh ibu dapat meningkatkan hormon oksitosin dan mempercepat proses pembukaan mulut rahim (serviks) sehingga mempercepat proses persalinan. Kondisi psikologis ibu bersalin sangat mempengaruhi kemajuan persalinan.

Pada saat fase aktif persalinan ibu bersalin mengalami respon nyeri dengan skala 6-9, khawatir, cemas, takut, gelisah dan tidak bisa beristirahat dengan tenang. Kondisi cemas dan stres tersebut akan memberikan respon fisiologis pada tubuh diantaranya adalah detak jantung meningkat, tekanan darah, nadi dan suhu meningkat serta pernafasan mengalami penurunan. Kecemasan dan stres yang dialami oleh ibu pada fase aktif persalinan tersebut juga dapat memberikan dampak yang kurang baik terhadap janin di dalam rahim. Salah satunya adalah penurunan curah jantung yang terjadi ke utero plasenta yang berpengaruh fisiologi darah ibu ke janin. Permasalahan yang terjadi saat kala I lama pada proses persalinan adalah detak jantung janin dapat mengalami gangguan (takikardi, bradikardi). Proses persalinan pun

juga akan mengalami hambatan karena tidak lancarnya sirkulasi darah yang mengalir dari uterus ke plasenta yang menyebabkan kontraksi uterus menjadi kurang baik sehingga proses persalinan menjadi lebih lama. Beberapa kondisi fisik maupun psikologis ibu bersalin yang terjadi di lapangan dapat mempengaruhi kemajuan kala I fase aktif persalinan serta tidak lancarnya proses persalinan tersebut. Ibu yang mengalami kelelahan akibat menahan kontraksi persalinan pada fase aktif serta mengalami kecemasan serta kegelisahan yang berlebihan merupakan faktor yang dapat mempengaruhi lamanya proses persalinan (Halimatussakdiah, 2017).

Untuk memenuhi kebutuhan fisik, psikologis, mental dan sosial ibu bersalin salah satunya dengan mendengarkan musik. Berdasarkan hasil penelitian, musik dapat menurunkan kadar hormon kortisol (hormon stres) yang ada di dalam tubuh, serta memiliki efek *anxiolytic* dan *analgesic* pada tubuh. Musik dapat memberikan efek positif bagi tubuh antara lain dapat mengikibatkan mengurangi denyut jantung, memperbaiki pernafasan dan tekanan darah ibu bersalin. Terapi ini dapat dijadikan sebagai salah satu terapi non farmakologi berupa *komplementer therapy* untuk mengurangi kecemasan, nyeri persalinan, memperbaiki tanda-tanda vital ibu, serta meningkatkan kepercayaan diri dan kualitas tidur ibu sejak kehamilan bahkan dapat mengurangi risiko terjadinya depresi *post partum* (Cigerci, 2019). Ibu yang mendengarkan musik dengan irama lembut dan tenang sejak kehamilan akan memberikan efek positif kepada ibu dan bayi pada kandungan karena getaran ketenangan yang dimiliki oleh ibu akan mengalir melalui plasenta sehingga membuat bayi yang berada di dalam rahim menjadi tenang dan nyaman.

Seni yang paling halus dan sangat mempengaruhi pusat fisik dan jaringan syaraf, salah satunya adalah musik. Sistem syaraf parasimpatis dan system syaraf otomatis dapat dipengaruhi oleh musik secara langsung dan tidak langsung. Salah satu musik yang sudah teruji sebagai terapi yang aman dan efektif adalah musik klasik Mozart. Musik tradisional gamelan jawa hampir sama dengan musik klasik

Mozart karena memiliki irama teratur dan menenangkan dengan ketukan 60–90 per menit, sehingga memberikan efek menenangkan dan relaks bagi yang mendengarkannya. Penelitian oleh (Liviana, 2017) tentang efektivitas terapi musik pada nyeri persalinan kala I fase laten juga sejalan dengan hasil penelitian ini. Berdasarkan hasil uji statistik, ada pengaruh yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dilakukan intervensi dan setelah dilakukan intervensi (nilai $p < 0.000 < 0.05$). Rata-rata intensitas nyeri sebelum dilakukan intervensi sebesar 3.20 dengan standar deviasi 0.61, sedangkan rata-rata intensitas nyeri sesudah dilakukan intervensi sebesar 2.47 dengan standar deviasi 0.50.

Mekanisme musik yang digunakan untuk alat terapi yang dapat mempengaruhi sistem organ dalam tubuh. Musik *instrumental* langgam jawa memiliki tempo yang lambat sehingga dapat berpengaruh pada sistem limbic yang dapat memberi efek emosi menenangkan bagi seseorang yang mendengarkannya. Reseptor-reseptor biokimia dan neuropeptida yang keluar dari *hypothalamus* inilah yang ada hubungan erat dengan kejadian emosi seseorang. Seseorang yang relaks mampu mengurangi kadar *kortisol*, hormon pertumbuhan di dalam serum, *epinefrin-norepinefrin*, dan *dopa*. Musik yang masuk ke dalam kelenjar *hypofisis* mampu memberi tanggapan pada emosional melalui *feedback negative* menuju kelenjar *adrenal* untuk menekan pengeluaran hormon *epinefrin*, *norepinefrin* dan *dopa* yang disebut hormon stres. Masalah mental berupa stres yang berkurang, ketenangan dan bisa menjadi relaks. Ibu bersalin yang dapat relaks menjalani semua tahapan proses persalinannya maka akan dapat mempercepat proses persalinannya bahkan bayi yang dilahirkanpun lebih sehat dan memiliki *apgar score* yang lebih baik (Liviana, 2017).

Penelitian lain yang hampir sejenis dan mendukung adalah penelitian oleh (Abbas, 2016) "*Effects of listening to quran on maternal and neonatal outcomes among mothers undergoes cesarean section*", didapatkan hasil bahwa ada perbedaan yang signifikan untuk kecemasan dan nyeri *post section cesarean* antara kelompok yang diberi

intervensi dengan cara mendengarkan murotal pada 12 jam pertama post *section cesarean* dibandingkan dengan yang tidak diberikan intervensi didengarkan murotal dalam 12 jam pertama, dengan hasil statistik nilai p $0.0001 < 0.05$.

Cara pasien bicara, sikap tubuh pasien, emosi, budaya seperti gerak, sangat berkaitan dengan ekspresi sebuah musik. Ketika emosi budaya ada perbedaan maka hubungan antara berbagai rangsangan elemen yang tertentu juga akan berbeda hasilnya. Salah satu suku yang ada di Indonesia yang terkenal dengan pembawaan masyarakatnya yang tenang dan sikap santun yang tinggi adalah suku Jawa. Musik karawitan Jawa merupakan salah satu jenis musik yang dimiliki suku Jawa, dimana sangat terkenal dengan keindahan suara musik yang enak di dengar serta keteraturan iramanya. Kestabilan mental pemain musik beserta pendengarnya sering ditonjolkan oleh musik karawitan Jawa tersebut, sehingga dihasilkan sebuah lantunan musik yang menenangkan ketika mendengarkannya.

Faktor yang berpengaruh pada kala I fase aktif persalinan adalah kondisi psikologis ibu bersalin tersebut. Ibu bersalin yang mengalami stres pada saat menjalani proses persalinan terutama pada saat kala I fase aktif persalinan akan berdampak terhadap kemajuan pembukaan serviks. Sehingga pembukaan serviks menjadi lebih lama dan panjang. Musik sering dikaitkan dengan pengurangan stres karena tujuan dari mendengarkan musik adalah untuk relaksasi. Berdasarkan hasil penelitian dibutuhkan durasi waktu minimal 20 menit untuk mendengarkan musik agar mendapatkan hasil yang efektif dalam pengurangan stress (Linnemann, 2018). Ibu bersalin dapat mengalihkan rasa nyeri kontraksi persalinan pada saat kala I fase aktif dengan cara mendengarkan musik, dengan proses pengalihan rasa nyeri itu maka ibu bersalin akan tetap relaks dan nyaman sehingga proses pembukaan mulut rahim pun akan berlangsung dengan cepat.

Berdasarkan hasil beberapa penelitian, beberapa terapi non farmakologi yang dapat

dilakukan untuk membuat ibu relaks dan dapat mengurangi rasa nyeri pada saat proses persalinan terutama pada saat kala I fase aktif persalinan antara lain adalah relaksasi *hypnobirthing*, *acupressure*, kompres hangat, dan musik. Relaksasi *hypnobirthing* adalah program memberdayakan energy bawah sadar untuk menanamkan sugesti positif dan keyakinan kedalam alam bawah sadar serta mengalihkan rasa nyeri dengan melakukan visualisasi persalinan. Teknik relaksasi *hypnobirthing* ini harus dipelajari dan dilatih sejak kehamilan, sehingga pada saat proses persalinan ibu bersalin sudah terbiasa untuk relaks. Teknik *acupressure* dan kompres hangat dapat dilakukan oleh suami atau keluarga yang menemani dalam proses persalinan. Teknik ini terbukti dapat mengurangi rasa nyeri persalinan dan membuat ibu relaks karena dengan dilakukan *acupressure* dan kompres hangat dapat mengurangi sensitivitas dan kekakuan otot, serta melancarkan aliran darah untuk melepaskan rasa nyeri dan kelelahan. Kedua teknik ini dapat menghalangi transmisi impuls ke otak melalui pelepasan endorphin yang menyebabkan rasa nyeri berkurang dan ibu semakin relaks sehingga efektif dapat mempersingkat durasi kala I persalinan (Akbarzadeh, 2018; Mollart, 2015).

Diantara beberapa teknik non farmakologi tersebut yang paling mudah dilakukan dan ibu bisa melakukannya sendiri adalah musik. Musik tradisional yang mempengaruhi relaksasi salah satunya langgam Jawa, musik langgam yang masyarakat Jawa mengenalnya sebagai musik yang memiliki tempo lamban, lembut, dan juga santai, sehingga dapat menimbulkan perasaan tenang dan ketegangan otot para pendengarnya dapat berkurang (Drajat, 2017). Efek musik memberikan ketenangan dan mengurangi stres didukung oleh hasil penelitian Linnemann, 2017 tentang "*music listening and stress in daily life – a Matter of Timing*". Berdasarkan hasil penelitian tersebut kelompok yang sering mendengarkan musik minimal 20 menit dapat menurunkan kejadian stres dalam kehidupan sehari-hari dibandingkan dengan yang tidak pernah mendengarkan musik (Linnemann, 2018).

Seseorang yang mendengarkan musik akan menjadi lebih relaks karena otak berperan mengubah kondisi fisik tubuh terhadap respons pada musik. Musik yang direkomendasikan disini lebih ke musik relaksasi, karena ritme musik relaksasi dapat mengarahkan tubuh jadi bernapas lebih lambat, mandalam, menormalkan denyut jantung dan tekanan darah sehingga dapat memberikan efek menenangkan bagi yang mendengarkan (Simavli, 2014).

Berdasarkan hasil *literature review* menunjukkan bahwa ketika ibu bersalin mendengarkan musik pada saat proses persalinan efektif dapat berkurang kecemasannya, rasa nyeri persalinan menjadi minimalis, relaksasi meningkat. Hal ini dapat mengurangi intervensi dari tenaga kesehatan untuk memberikan terapi farmakologi terhadap pengurangan rasa nyeri sehingga akan meningkatkan ketenangan dan kepuasan ibu bersalin (Redding, 2016). Musik dapat mempertajam mental seseorang dan meningkatkan dalam relaksasi. Efek musik pada emosional dapat meningkatkan suasana kejiwaan manusia menjadi lebih baik, bahagia dan bersemangat. Bervariasinya musik secara kejiwaan memungkinkan dipergunakan untuk menciptakan perasaan yang menenangkan. Mendengarkan musik dengan menggunakan audio recorder memberikan manfaat dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan jiwa dengan cara memberikan sugesti positif ke dalam pikiran dan *mereprogramming* sugesti negatif sehingga dapat meningkatkan respon fisiologis dalam tubuh (McCaffrey, 2020). Ketika tubuh memiliki respon fisiologis yang baik, maka akan meningkatkan kepercayaan diri dan keyakinan pada ibu untuk dapat melewati tahapan fase persalinan dengan baik, lancar, mudah dan cepat.

Hasil penelitian ini juga memperkuat hasil penelitian yang telah dilakukan oleh (Surucu, 2018) bahwa ibu hamil yang rutin mendengarkan musik selama kehamilannya mengalami penurunan persepsi nyeri dan kecemasan yang signifikan. Musik terbukti dapat mengatasi masalah seperti persepsi

tentang nyeri, kecemasan, stres dan masalah-masalah lainnya yang ada kaitannya terhadap proses persalinan. Ibu bersalin yang berfokus pada rasa nyeri terutama pada saat fase aktif persalinan memberikan dampak tubuh akan mengeluarkan hormon stres/ kortisol, dimana hormon ini mampu menghalangi sekresi hormon oksitosin yang sangat berperan dalam menstimulasi pembukaan serviks. Selain menghalangi sekresi hormon oksitosin, hormon endorphin pun akan terhambat. Hormon endorphin adalah hormon yang membuat ibu relaks dan nyaman. Sehingga sangat dianjurkan bagi ibu bersalin untuk menikmati fase-fase persalinan dengan berbagai terapi non farmakologi seperti musik yang dapat mempercepat proses persalinannya.

Musik merupakan faktor pendukung saja yang dapat mempengaruhi keberhasilan sebuah proses persalinan. Berbagai macam faktor utama yang dapat memberikan efek trauma terhadap proses persalinan antara lain adalah bentuk panggul masing-masing wanita, paritas/frekuensi ibu untuk hamil dan melahirkan, taksiran berat badan janin, presentasi janin dan jenis panggul ibu. Posisi dan presentasi janin serta *Body Mass Index* (BMI) dapat berpengaruh terhadap lamanya proses persalinan terutama saat kala I persalinan. Adanya jaringan lunak yang berlebihan karena semakin besarnya janin ikut berpengaruh terhadap lamanya sebuah proses persalinan (Boz, 2019). Faktor-faktor tersebut dapat diminimalis risiko terjadi komplikasi terhadap proses persalinan dengan terapi *holistic* yang meliputi *main, body and soul* yang dapat dilakukan sejak kehamilan. Seperti *prenatal yoga*, pijat oksitosin, acupressure, kompres hangat dingin, mendengarkan musik dengan nada yang lembut dan berirama menenangkan, hal ini dapat membantu ibu untuk mengalihkan rasa nyeri persalinan dan menurunkan kecemasan.

Terapi musik bukanlah suatu hal yang baru. Musik merupakan terapi yang sudah digunakan oleh nenek moyang jaman dahulu untuk meningkatkan kekebalan tubuh dengan system kerjanya dari musik tersebut dapat mengurangi kadar katekolamin sehingga dapat

meningkatkan kesehatan, relaksasi, serta kenyamanan selama proses persalinan. Obat-obatan untuk penghilang rasa nyeri sebenarnya tidak direkomendasikan oleh ibu bersalin karena sebagian besar relaksan dan anti depresan dapat menembus sampai plasenta dan memberikan efek negatif untuk janin. Berdasarkan *Cochrane database systematic review* dijelaskan bahwa pemberian terapi dengan menggunakan media musik dapat mengurangi kecemasan selama persalinan serta memberikan dampak positif untuk mengurangi rasa nyeri persalinan terutama saat fase aktif. Sehingga dapat disimpulkan meskipun banyak terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan dan mengurangi nyeri pada saat persalinan, namun terapi musik merupakan terapi yang paling aman dan murah serta mudah yang dapat digunakan sebagai alternative terapi untuk meningkatkan kesehatan (Chuang, 2019).

Sampai saat ini belum ada data yang pasti mengenai durasi lamanya mendengarkan musik agar dapat memberikan hasil yang terbaik untuk mengurangi stres dan kecemasan. Berdasarkan hasil studi *eksperimental* interval waktu yang diperlukan agar dapat memberikan efek positif yang sangat baik yaitu mendengarkan musik selama 10-45 menit, bahkan ada yang lebih dari 3 jam. Namun sampai saat ini belum ada rekomendasi tentang berapa lama seharusnya interval dalam mendengarkan musik sehingga dapat memberikan efek meningkatnya status kesehatan seseorang terutama dikaitkan dengan *mind and soul* nya (Linnemann, 2018).

Penelitian terkait dengan pengaruh mendengarkan musik *instrumental* langgam jawa terhadap lamanya kala I fase aktif persalinan masih sangat terbatas. Penelitian-penelitian yang hampir sejenis yang sudah pernah dilakukan sebelumnya adalah tentang pengaruh mendengarkan alquran terhadap kecemasan dan nyeri luka post operasi *section cesarean* setelah dilakukan operasi *section cesarean*. Dan hasil penelitiannya adalah ibu yang diberikan therapy dengan cara mendengarkan al-quran mengalami kecemasan dan rasa nyeri luka *post* operasi

section cesarean lebih rendah dibandingkan dengan yang tidak diberikan terapi al-quran. Hal ini didukung oleh hasil statistik $p0.002 (<0.05)$ untuk kecemasannya, dan $p0.0001 (0.05)$ untuk nyeri persalinan (Abbas, 2016).

Musik *instrumentalia*, langgam jawa, maupun *murotal* al-quran sangat berperan penting dalam kehidupan manusia. Musik secara langsung maupun tidak langsung dapat mengurangi persepsi nyeri dan memberikan manfaat fisiologis, psikologis, sosial dan ekonomi. Stres yang dialami oleh ibu pasca persalinan menjadi berkurang, rasa nyeri semakin berkurang dan ibu semakin nyaman, relaks dan tenang setelah mendengarkan musik. Ibu yang relaks dan merasa tenang setelah melahirkan akan mengurangi risiko terjadinya depresi *post partum* atau *post partum blues* karena endorfin-endorfin dilepaskan ke seluruh tubuh sehingga emosi menjadi lebih stabil dan kondisi psikologis ibu terjaga dengan baik. Hormon endorfin adalah hormon cinta yang hanya bisa diproduksi ketika ibu merasakan relaks dan tenang (Gokyildiz, 2018). Beberapa Teknik yang bisa dilakukan sebagai manajemen stres pada saat menjalani sebuah persalinan dan menikmati kontraksi persalinan adalah dengan menggunakan teknik relaksasi, latihan pernafasan, latihan mental dan menggunakan musik-musik *intrumentalia*. Ketenangan yang dimiliki oleh ibu akan membawa menuju gerbang sebuah proses yang sangat mudah, lancar dan alami serta bebas trauma (Spahn, 2015).

PENUTUP

Terapi musik *instrumental* langgam jawa efektif dapat memperpendek kala I fase aktif persalinan. Analisis data memakai *uji independent samples* T-Test dengan hasil signifikansi nilai $p 0.002 <0.05$ dengan nilai *mean*/rata-rata lama kala I fase aktif persalinan pada kelompok yang mendengarkan musik langgam jawa sebesar 153 menit. Sedangkan nilai *mean*/rata-rata lama kala I fase aktif persalinan pada kelompok yang diberikan asuhan kebidanan rutin lebih lama yaitu sebesar

208 menit, hal tersebut menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna dan signifikan terhadap kala I fase aktif persalinan antara kelompok yang diberi intervensi musik langgam jawa dibandingkan dengan asuhan kebidanan rutin. Karakteristik subjek penelitian sebagian besar dari responden berusia 20-35 tahun, sehingga disimpulkan sebagian besar responden berada pada usia untuk reproduksi yang aman untuk hamil dan melahirkan. Sebagian besar responden untuk kelompok yang diberikan musik langgam jawa maupun kontrol berpendidikan SD-SMP masing-masing 19 responden (63.3%). Untuk karakteristik pekerjaan, pada kelompok yang diberikan musik langgam jawa mayoritas bekerja sebanyak 17 responden (56.7%), dan pada kelompok asuhan kebidanan rutin mayoritas tidak bekerja sebanyak 18 responden (60%). Untuk pengalaman mendengarkan musik langgam jawa, sebagian besar responden sudah pernah mendengarkan baik pada kelompok yang mendengarkan musik langgam jawa maupun yang diberikan asuhan kebidanan rutin masing-masing sebanyak 24 responden (80%).

Keterbatasan penelitian ini adalah sampelnya hanya 60 sehingga kurang dapat memberikan hasil yang *representative*. Penelitian ini hanya mengukur lamanya kala I saja. Dan dalam proses pengambilan data karena keterbatasan jumlah ruang bersalin di RSUD Kota Surakarta sehingga jika pada waktu yang bersamaan terjadi proses persalinan lebih dari 3 ibu bersalin, tidak dapat diambil sebagai subjek penelitian semuanya karena keterbatasan ruangan dan *enumerator*. Saran untuk peneliti selanjutnya adalah diharapkan agar dapat mengembangkan terhadap hasil penelitian ini yaitu dalam memilih lokasi penelitian selain banyaknya jumlah kasus ibu bersalin secara spontan dan yang mengalami kala I memanjang juga memperhatikan terkait dengan ketersediaan/ jumlah ruang bersalin yang dimiliki oleh rumah sakit tersebut serta dapat memperbanyak *enumerator* terutama dalam proses pengambilan data sehingga jika pada saat yang bersamaan terjadi proses persalinan jika memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi penelitian

maka dapat diambil sebagai subjek penelitian semuanya sehingga penelitian juga cepat selesai. Selanjutnya dapat menambah variabel penelitian lainnya yaitu lamanya kala II persalinan dan *apgar score* bayi baru lahir. Selain itu dapat memperbesar sampel penelitian agar dapat memberikan hasil yang jauh lebih baik. Peneliti selanjutnya juga dapat melakukan pengukuran kadar hormon kortisol dalam darah untuk mengetahui kadar hormon stres yang dapat mempengaruhi lamanya kala I pada fase aktif persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, A.M., El-Houfey, A.A., Abdelbadee, A.Y., Ali, M.K., Tolba, S.M. 2016. Effects Of Listening To Quran On Maternal & Neonatal Outcomes Among Mothers Undergoes Cesarean Section. *International Journal of Nursing*, 2 (2): 39–53
- Akbarzadeh, M., Nematollahi, A., Farahmand, M., Amooee, S. 2018. The Effect of Two-Stage Warm Compress on the Pain Duration of First and Second Labor Stages and Apgar Score in Prim Gravida Women: a Randomized Clinical Trial. *Tabriz University of Medical Sciences*, 7 (1): 21–26
- Boz, İ., Kumru, S., Buldum, A., Firat, M.Z. 2019. Reassessing the length of labour in healthy Turkish women: a retrospective and descriptive study. *Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 39 (4): 468–473
- Chuang, C.H., Chen, P.C., Lee, C.C.S., Chen, C.H., Wu, S.C. 2019. Music intervention for pain and anxiety management of the primiparous women during labour: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 75 (4): 723–733
- Cığerci, Y., Kısacık, Ö. G., Özyürek, P., & Çevik, C. 2019. Nursing music intervention: A systematic mapping study. *Complementary therapies in clinical practice*, 35, 109-120.
- Drajat, R.S., Wardhana, E.S., Rochmah, Y.S. 2017. Perbedaan Pengaruh Musik Instrumental Kitaro Dan Musik Tradisional Langgam Jawa Terhadap Tingkat Kecemasan Anak – Anak Sebelum Tindakan Perawatan Gigi. *ODONT: Dental Journal*, 4 (1): 21
- Fakhriyah, Astuti, S.P. 2017. Perbedaan posisi miring ke kiri dan posisi setengah duduk terhadap

- waktu kala II pada ibu multipara di RSUD Idaman Banjarbaru. *Jurkessia*, 8 (1): 19–23
- Halimatussakdiah, H. 2017. Lamanya Persalinan Kala I dan II pada Ibu Multipara dengan Apgar Score Bayi Baru Lahir. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 2 (1): 6
- Ien, T.A.H., Fibriana, A.I. 2017. Kejadian Kematian Maternal Di RSUD DR. Soesilo Slawi. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 1 (4): 36–48
- Dinkes Jateng. 2017. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2017*. Semarang: Dinkes Jateng.
- Linnemann, A., Wenzel, M., Grammes, J., Kubiak, T., Nater, U.M. 2018. Music Listening and Stress in Daily Life—a Matter of Timing. *International Journal of Behavioral Medicine*, 25 (2): 223–230
- Liviana, Handayani, T.N., Mubin, M.F., Istibsyaroh, I., Ruhimat, A. 2017. Efektifitas terapi musik pada nyeri persalinan kala I fase laten. *Jurnal Ners Widya Husada*, 4 (2): 47–52
- McCaffrey, T., Cheung, P.S., Barry, M., Punch, P., Dore, L. 2020. The role and outcomes of music listening for women in childbirth: An integrative review. *Midwifery Journal*, 83 (1): 1–15
- Mollart, L.J., Adam, J., Foureur, M. 2015. Impact of acupressure on onset of labour and labour duration: A systematic review. *Women and Birth Journal*, 418: 1–8
- Nizamie, S., Tikka, S. 2014. Psychiatry and music. *Indian Journal of Psychiatry*, 56 (2): 128–140
- Redding, J., Plaughner, S., Cole, J., Crum, J., Ambrosino, C., Hodge, J., ... & Cowan, L. 2016. “Where’s the Music?” Using Music Therapy for Pain Management. *Federal Practitioner*, 33(12), 46.
- Shahbazian, N., Jafari, R.M., Haghnia, S. 2016. Electronic Physician. *Electronic Physician*, 8 (10): 3057–3061
- Simavli, S., Gumus, I., Kaygusuz, I., Yildirim, M., Kafali, H. 2014. Effect of music on labor pain relief, anxiety level and postpartum analgesic requirement: A randomized controlled clinical trial. *Gynecologic and Obstetric Investigation*, 78 (4): 244–250
- Spahn, C. (2015). Treatment and prevention of music performance anxiety. *In Progress in brain research* (Vol. 217, pp. 129-140). Elsevier.
- Surucu, S. G., Ozturk, M., Vurtec, B. A., Alan, S., & Akbas, M. 2018. The effect of music on pain and anxiety of women during labour on first time pregnancy: A study from Turkey. *Complementary therapies in clinical practice*, 30, 96-102.
- Syaflindawati, Herman, R.B., Ilyas, J. 2015. Pengaruh Upright Position Terhadap Lama Kala I Fase Aktif pada Primigravida. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4 (3): 957–961
- YP, R., Sismeri, D. 2018. Pengaruh Rangsangan Puting Susus Pada Ibu Bersalin Terhadap Lama Kala II Persalinan Di BPM M. *Dinamika Kesehatan*, 9 (2): 225–236