
RANCANGAN TERAPI MUSIK SEBAGAI TERAPI NYERI LUKA PERINEUM PADA IBU NIFAS DI PMB MURTINAWITA KOTA PEKANBARU TAHUN 2023

¹⁾Octa Dwienda Ristica, ²⁾Rita Afni

Program Studi Kebidanan Program Sarjana dan Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan,
Universitas Hang Tuah Pekanbaru

Jl. Mustafa Sari No.05 Pekanbaru-Riau-Indonesia

Email: ¹⁾octadwiendaristica20@gmail.com ²⁾rita.afni@htp.ac.id

Kata Kunci:

Rupture perineum, luka perineum, ibu nifas, terapi musik

ABSTRAK

Ruptur perineum didefinisikan sebagai robekan yang terjadi ketika bayi lahir, baik secara spontan maupun dengan alat atau tindakan (1). Pada tahun 2017 di Indonesia robekan perineum/rupture perineum dialami oleh 75% ibu melahirkan pervaginam, ditemukan dari total 1951 ibu yang melahirkan spontan pervaginam, 57% ibu mendapatkan jahitan perineum yaitu 28% karena episiotomi dan 29% karena robekan spontan (2). Setiap ibu yang menjalani proses persalinan dengan mendapatkan rupture perineum akan merasakan nyeri, dan salah satu upaya untuk mengurangi nyeri pada luka perineum adalah dengan pemberian music klasik. Musik dapat membantu seseorang menjadi lebih rileks, mengurangi stres, menimbulkan rasa aman dan sejahtera, melepaskan rasa sedih, membuat jadi gembira, dan membantu serta melepaskan rasa sakit.

PMB Murtinawita merupakan salah satu klinik bidan yang memberikan asuhan pada masa nifas, dari hasil observasi sekitar 50% persalinan dilakukan Tindakan episiotomy dan 30 % terjadi rupture karna robekan spontan. Tujuan penelitian ini untuk membuat rancangan terapi musik terhadap nyeri luka perineum pada ibu nifas di Praktik Mandiri Bidan Murtinawita tahun 2023. Desain penelitian ini menggunakan *research and development* (R&D) yaitu metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keefektifan produk tertentu. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu Nifas dengan luka perineum di Praktik Mandiri Bidan Murtinawita Pekanbaru sebanyak 28 orang. Analisa data pada penelitian ini adalah analisa univariat Statistik data menunjukkan interpretasi seluruh komponen 100% hasilnya Baik/memuaskan. Dari komponen daya Tarik (**Attractiveness**), stimulasi (**Stimulation**) dan ketepatan (**Dependability**) bernilai sangat baik/luar biasa hal ini disebabkan karena terapi music dalam penelitian ini yang digunakan adalah Musik relaksasi dimana music relaksasi ini merupakan musik dengan berbagai gaya artistik yang mengalun pelan seperti suara alam yang menciptakan relaksasi dan optimisme. Sehingga dapat ditarik kesimpulan, bahwa terapi musik yang dilakukan membawa hasil yang positif bagi ibu nifas dengan nyeri luka perineum. Diharapkan dengan adanya rancangan terapi music ini dapat diberikan kepada ibu nifas dengan nyeri luka perineum agar dapat membantu mengurangi nyeri pada luka perineum

ABSTRACT

Perineal rupture is defined as a tear that occurs when the baby is born, either spontaneously or with an instrument or action (1). In 2017 in Indonesia, 75% of mothers who gave birth vaginally experienced perineal tears/perineal rupture. It was found that of a total of 1951 mothers who gave birth spontaneously vaginally, 57% of mothers received perineal stitches, namely 28% due to episiotomy and 29% due to spontaneous tearing (2). Every mother who undergoes labor and experiences perineal rupture will feel pain, and one effort to reduce pain in perineal wounds is by providing classical music. Music can help someone become more relaxed, reduce stress, create a sense of security and prosperity, relieve sadness, make them happy, and help and relieve pain.

PMB Murtinawita is one of the midwife clinics that provides care during the postpartum period. From the results of observations, around 50% of deliveries were carried out by episiotomy and 30% rupture occurred due to spontaneous tearing. The aim of this research is to create a music therapy design for perineal wound pain in postpartum mothers at the Murtinawita Independent Midwife Practice in 2023. This research design

Keywords:

Perineal rupture, perineal wounds, postpartum mothers, music therapy

Info Artikel

Tanggal dikirim:24-10-2024

Tanggal direvisi:07-11-2024

Tanggal diterima:25-12-2024

DOI Artikel:

10.36341/jomis.v9i1.5316

[Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.](#)

uses research and development (R&D), which is a research method used to produce certain products and test the effectiveness of certain products. The population in this study was 28 postpartum mothers with perineal wounds at the Independent Midwife Murtinawita Pekanbaru Practice. Data analysis in this research is univariate analysis. Data statistics show that the interpretation of all components is 100% good/satisfactory. From the Attractiveness, Stimulation and Dependability components, the value is very good/extraordinary, this is because the music therapy used in this study is relaxation music, where relaxation music is music with various artistic styles that plays slowly. like natural sounds that create relaxation and optimism. So it can be concluded that the music therapy carried out brought positive results for postpartum mothers with perineal wound pain. It is hoped that this music therapy design can be given to postpartum mothers with perineal wound pain so that it can help reduce pain in perineal wounds.

PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan ari) yang telah cukup bulan atau telah dapat hidup di luar kandungan melalui jalan lahir, dengan bantuan atau tanpa bantuan. Dalam persalinan sering terjadi perlukaan pada perineum baik itu karena robekan spontan maupun episiotomi. Pada tahun 2017 di Indonesia robekan perineum/rupture perineum dialami oleh 75% ibu melahirkan pervaginam, ditemukan dari total 1951 ibu yang melahirkan spontan pervaginam, 57% ibu mendapatkan jahitan perineum yaitu 28% karena episiotomi dan 29% karena robekan spontan (2).

Ruptur perineum didefinisikan sebagai robekan yang terjadi ketika bayi lahir, baik secara spontan maupun dengan alat atau tindakan (1). Rupture perineum merupakan laserasi atau luka yang terjadi disepanjang jalan lahir (perineum) akibat proses persalinan yang dapat terjadi secara disengaja (episiotomi) atau tidak disengaja. Ruptur perineum merupakan penyebab keempat perdarahan setelah inversio uteri yang terjadi pada persalinan pertama atau pada persalinan berikutnya (3).

Rupture perineum terjadi pada hamper semua persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya. Orang yang baru pertama kali melahirkan atau seorang primipara ketika terjadi peristiwa "kepala keluar pintu" biasanya perineumnya mengalami ketegangan sehingga terjadi robekan pada pinggir depannya. Luka-luka biasanya ringan tetapi kadang-kadang terjadi

juga luka yang luas dan berbahaya. Setiap ibu yang menjalani proses persalinan dengan mendapatkan rupture perineum akan merasakan nyeri, nyeri yang dirasakan pada setiap ibu dengan rupture perineum menimbulkan dampak yang tidak menyenangkan seperti kesakitan dan rasa takut untuk bergerak, setelah pasca melahirkan sehingga dapat mengakibatkan banyak masalah diantaranya sub involusi uterus, pengeluaran lochea yang tak lancar dan perdarahan post partum (4).

Terapi atau tindakan penanganan nyeri dapat dilakukan secara farmakologis dan nonfarmakologis. Penanganan nyeri secara farmakologis yaitu dengan menggunakan obat analgesik. Tetapi pemberian analgesik masih menimbulkan pertentangan karena menyebabkan efek samping pada penggunaannya. Konsumsi obat tersebut dapat terdistribusi ke ASI yang mengganggu proses menyusui. Oleh karena itu penggunaannya perlu diperhatikan. Selain itu walaupun analgesik dapat menghilangkan nyeri dengan efektif, tenaga kesehatan cenderung tidak melakukan upaya analgesik dalam penanganan nyeri karena informasi obat yang tidak benar, serta adanya kekhawatiran klien akan mengalami ketagihan obat, cemas akan melakukan kesalahan dalam menggunakan analgesik (4).

Sedangkan secara nonfarmakologis lebih aman diterapkan karena mempunyai risiko yang lebih kecil, tidak menimbulkan efek samping serta menggunakan proses fisiologis. Terapi non farmakologi yang

dapat diberikan untuk mengurangi nyeri antara lain distraksi, *biofeedback*, hipnosis diri, mengurangi persepsi nyeri, stimulasi kutaneus, terapi musik, serta massase (4).

Terapi musik bermanfaat menimbulkan reaksi psikologis bagi ibu hamil, bersalin, nifas, janin dan bayi karena dapat menenangkan (relaksasi) dan memberikan rangsangan (stimulus). Melalui rangsangan musik yang didengarkan secara teratur kepadajananin, maka memberikan pengaruh bagi tumbuh kembang bayi. Rangsangan ritmis pada musik akan di tanggap pendengaran dan diolah sistem saraf dan otak yang akan menginterpretasi bunyi ke ritme internal pendengaran. Terapi musik adalah intervensi yang mampu diaplikasikan secara sederhana tidak selalu memerlukan kehadiran terapis, harga terjangkau dan tidak memberikan efek samping (5).

Musik yang dapat memberikan ketenangan dan kedamaian adalah musik dengan tempo yang lambat. Musik dengan tempo yang lambat tersebut dapat ditemukan dalam semua genre, salah satunya adalah musik klasik. Musik memiliki manfaat untuk mengobati dan menyembuhkan penyakit. Ritme internal musik mempengaruhi metabolisme tubuh pendengarnya menjadi lebih baik. Musik terbukti dapat menurunkan frekuensi denyut jantung, mengurangi kecemasan dan depresi serta menghilangkan nyeri (6).

Menurut Kemper & Denhaeur (2005), Mucci (2002), Campbell (2001) menjelaskan bahwa musik dikenal sebagai perangsang relaksasi nonfarmakologis yang aman, murah dan efektif. Keuntungan musik adalah musik memberikan efek terhadap peningkatan kesehatan, menurunkan stress, mengurangi ketegangan otot, mengurangi nyeri, menciptakan suasana rileks, aman dan menyenangkan, menutupi perasaan yang tidak

menyenangkan (7).

Berdasarkan survey pendahuluan di PMB Murtinawita, jumlah data ibu bersalin satu tahun terakhir pada bulan januari 2022 sampai bulan januari 2023 berjumlah 150 orang. PMB Murtinawita merupakan salah satu klinik bidan yang memberikan asuhan pada masa nifas, dari hasil observasi sekitar 50% persalinan dilakukan Tindakan episiotomy dan 30 % terjadi rupture karna robekan spontan. Dari hasil wawancara dengan pimpinan PMB didapatkan informasi masih banyak ibu nifas yang mengeluh mengenai nyeri pada luka perineumnya dan tatalaksana yang dilakukan di PMB Murtinawita adalah dengan pemberian obat farmakologis.

Dari fenomena yang ada mengenai pentingnya terapi music untuk mengurangi nyeri luka perineum maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Rancangan Terapi musik sebagai terapi nyeri luka perineum pada ibu nifas di PMB Murtinawita Kota Pekanbaru tahun 2023”**.

TINJAUAN PUSTAKA

1. Konsep Nyeri

a. Pengertian Nyeri

Nyeri adalah pengalaman sensori nyeri dan emosional yang tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan actual dan potensial yang terlokalisasi pada suatu bagian tubuh, seringkali dijelaskan dalam istilah proses destruktif, jaringan seperti ditusuk-tusuk, panas terbakar, melilit, seperti emosi perasaan takut, mual dan takut (Judha, Sudarti, & Fauziah, 2012). Nyeri yang dirasakan oleh ibu post partum pada bagian perineum disebabkan karena luka perineum baik luka robekan spontan atau luka yang di buat seperti episiotomi, dapat menimbulkan ketidaknyamanan seperti kesakitan dan takut bergerak, kesulitan pada saat buang air besar dan buang air kecil, mengganggu aktifitas sehari-hari antara lain dalam hal mengurus bayi, mengerjakan pekerjaan rumah tangga,

sosialisasi dengan lingkungan dan masyarakat, serta menghambat ketika ibu akan mulai bekerja, bahkan rasa nyeri tersebut dapat pula menyebabkan insomnia.

Mengingat permasalahan yang dapat timbul sebagai akibat dari robekan perineum pada saat melahirkan, maka penanganan setiap kejadian robekan perineum harus segera dilakukan secara berkualitas guna meminimalkan kemungkinan keluhan yang menyertainya, seperti nyeri luka perineum yang sering di rasakan.

b. Fisiologis Nyeri

Secara ringkas nyeri dimulai dengan adanya stimulus penghasil nyeri yang mengirimkan impuls melalui saraf perifer. Serabut nyeri memasuki medula spinalis dan menjalani salah satu dari beberapa rute syaraf dan akhirnya sampai dimasa berwarna abu abu (substansia grisea) di medula spinalis. Pesan nyeri dapat berinteraksi dengan sel sel syaraf inhibitor, mencegah stimulus nyeri sehingga tidak sampai otak atau ditransmisi tanpa hambatan ke korteks serebri. Sekali stimulus nyeri sampai korteks serebri, maka otak akan menginterpretasikan kualitas nyeri dan memproses informasi tentang pengalaman dan pengetahuan yang lalu serta asosiasi kebudayaan dalam mempersiapkan nyeri (8).

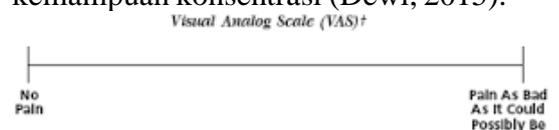
c. Penilaian / Skala Nyeri

Menurut Yudiyanta (2015) ada beberapa cara untuk membantu mengetahui akibat nyeri menggunakan skala assessment, yaitu :

1. Visual Analog Scale

Skala analog visual (VAS) adalah cara yang paling banyak digunakan untuk menilai nyeri. Skala linier ini menggambarkan secara visual gradasi tingkat nyeri yang mungkin dialami seorang pasien. Rentang nyeri diwakili

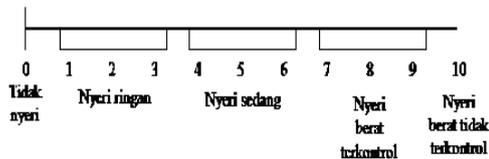
sebagai garis sepanjang 10 cm, dengan atau tanpa tanda pada tiap sentimeter. Tanda pada kedua ujung garis ini dapat berupa angka atau pernyataan deskriptif. Ujung yang satu mewakili tidak ada nyeri, sedangkan ujung yang lain mewakili rasa nyeri terparah yang mungkin terjadi. Skala dapat dibuat vertikal atau horizontal. VAS juga dapat diadaptasi menjadi skala hilangnya / reda rasa nyeri. Digunakan pada pasien anak >8 tahun dan dewasa. Manfaat utama VAS adalah penggunaannya sangat mudah dan sederhana. Namun, untuk periode pascabedah, VAS tidak banyak bermanfaat karena VAS memerlukan koordinasi visual dan motorik serta kemampuan konsentrasi (Dewi, 2015).



Gambar 2.1 Visual Analog Scale

2. Verbal Rating Scale (VRS)

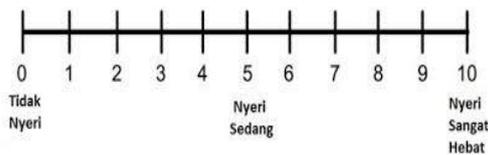
Skala ini menggunakan angka-angka 0 sampai 10 untuk menggambarkan tingkat nyeri. Dua ujung ekstrem juga digunakan pada skala ini, sama seperti pada VAS atau skala reda nyeri. Skala numerik verbal ini lebih bermanfaat pada periode pasca bedah, karena secara alami verbal/kata-kata tidak terlalu mengandalkan koordinasi visual dan motorik. Skala verbal menggunakan kata-kata dan bukan garis atau angka untuk menggambarkan tingkat nyeri. Skala yang digunakan dapat berupa tidak ada nyeri, sedang, parah. Hilang/redanya nyeri dapat dinyatakan sebagai sama sekali tidak hilang, sedikit berkurang, cukup berkurang, baik/nyeri hilang sama sekali. Karena skala ini membatasi pilihan kata pasien, skala ini tidak dapat membedakan berbagai tipe nyeri.



Gambar 2.2 Verbal Rating Scale

3. Numeric Rating Scale (NRS)

Dianggap sederhana dan mudah dimengerti, sensitif terhadap dosis, jenis kelamin, dan perbedaan etnis. Lebih baik daripada VAS terutama untuk menilai nyeri akut. Namun, kekurangannya adalah keterbatasan pilihan kata untuk menggambarkan rasa nyeri, tidak memungkinkan untuk membedakan tingkat nyeri dengan lebih teliti dan dianggap terdapat jarak yang sama antar kata yang menggambarkan efek analgesik.



Gambar 2.3 Numeric Rating Scale

4. Wong Baker Pain Rating Scale (WBPRS)

Digunakan pada pasien dewasa dan anak >3 tahun yang tidak dapat menggambarkan intensitas nyerinya dengan angka.



Gambar 2.4 Wong Baker Pain Rating Scale

d. Nyeri rupture perineum

Setiap ibu yang menjalani proses persalinan dengan mendapatkan luka perineum akan merasakan nyeri, nyeri yang dirasakan pada setiap ibu dengan luka perineum menimbulkan dampak yang tidak menyenangkan seperti kesakitan dan rasa takut untuk bergerak,

setelah pasca melahirkan sehingga dapat mengakibatkan banyak masalah diantaranya sub involusi uterus, pengeluaran lochea yang tak lancar dan perdarahan post partum.

Timbulnya nyeri berkaitan erat dengan reseptor dan adanya rangsangan. Reseptor nyeri yang dimaksud adalah noniceptor. Reseptor nyeri dapat memberikan respons akibat adanya rangsangan. Rangsangan tersebut dapat berupa kimiawi, termal, atau mekanis. Stimulasi oleh zat kimiawi misalnya histamine dan prostaglandin, atau stimulasi yang dilepas apabila terdapat kerusakan pada jaringan (4).

3. Terapi Musik

a. Pengertian Terapi Musik

Terapi musik merupakan pemberian intervensi musik berdasarkan klinis dan berbasis bukti yang bertujuan seseorang dalam hubungan terapeutik oleh seorang profesional yang terpercaya dalam program terapi musik. Terapi musik adalah dimana musik dipakai dalam hubungan terapeutik untuk mencapai kebutuhan emosional, fisik, kognitif dan sosial seseorang (Suryana, 2018). Musik sudah di akui sebagai salah satu bagian terapi komplementer yang keberhasilan penggunaannya sudah teruji terutama berkaitan dengan psikososial individu dan dapat dipakai untuk terapi penyakit tertentu. Terapi musik sendiri sudah dikenal dan dipakai sejak lama oleh bangsa Yunani kuno dalam menyembuhkan gangguan jiwa atau mental (Argaheni et al., 2022). Terapi musik adalah intervensi yang mampu diaplikasikan secara sederhana tidak selalu memerlukan kehadiran terapis, harga terjangkau dan tidak memberikan efek samping (Sitiyarah dan Nancy, 2022). Terapi musik yang dapat digunakan antara lain terapi musik Mozart, terapi Al-Qur'an dan terapi musik relaksasi (Argaheni et al., 2022). Musik klasik merupakan jenis musik

yang berasal dari komposisi Mozart pada masa abad ke-18 yang mana pembuatan dan penyajian musik ini memakai sifat serta gaya musik yang berasal dari masa lampau atau dikenal sebagai periode klasik. Musik relaksasi merupakan musik dengan berbagai gaya artistik yang mengalir pelan seperti suara alam yang menciptakan relaksasi dan optimisme (11).

b. Manfaat Terapi Musik

Manfaat terapi musik antara lain menurunkan tingkat depresi, trauma, membantu masalah psikologis, menurunkan kadar hormon kortisol (hormon stres), meningkatkan kualitas kerja, membantu gangguan belajar dan mengurangi kecemasan. Terapi musik merupakan upaya dari pengobatan yang telah digunakan sejak abad pertengahan Islam karena diterapkan secara intensif di rumah sakit terutama menangani penyakit kejiwaan (9). Musik mampu menurunkan intensitas nyeri, tingkat kecemasan dan kondisi stres dalam pengalihan perhatian dari rasa nyeri, cemas dan rasa tidak nyaman bagi ibu. Terapi musik dapat memberikan reaksi psikologis karena bersifat relaksasi dan stimulasi bagi ibu nifas, dengan terapi musik membantu ibu nifas dengan mempertahankan keseimbangan antara jasmani, pikiran dan emosi. Setelah melakukan terapi musik manfaat yang dirasakan menjadi rileks, pikiran lebih fresh dan tubuh lebih bertenaga. Tubuh dan pikiran diberi kesempatan oleh musik untuk merasakan relaksasi yang sempurna. Dalam kondisi tersebut, seluruh sel akan mengalami penyembuhan alami kembali, pikiran mengalami penyegaran dan produksi hormon tubuh diseimbangkan (5).

c. Cara Kerja Terapi Musik untuk Kecemasan Ibu Hamil

Musik akan memberikan rangsangan suara ke telinga. Setiap bunyi yang dihasilkan oleh sumber bunyi atau getaran udara akan diterima oleh telinga

dan diubah menjadi *impuls mekanik* di telinga tengah kemudian menjadi *impuls elektrik* di telinga dalam dan diteruskan melalui saraf pendengaran menuju korteks pendengaran di otak. Selain mendapat sinyal dari *talamus* (bagian otak yang menerima pesan dari indera dan diteruskan ke bagian otak yang lain), *Amigdala* juga menerima sinyal dari semua bagian *korteks limbic* (perilaku/emosi). *Talamus* memberikan sinyal ke *neokorteks* yang mana di sini sinyal akan dipahami dan dipilah-pilih menurut maknanya sehingga otak akan mengenali objek tersebut. Kemudian *amigdala* memberikan sinyal ke *hipokampus* yang membantu otak menyimpan ingatan yang baru. Musik akan memberikan kesan positif pada *hipokampus* yang mana akan menimbulkan suasana hati yang positif juga (5).

d. Waktu Pelaksanaan Terapi Musik

Musik sendiri dapat didengarkan kapan saja dan dimana saja, sehingga ibu nifas yang memerlukan relaksasi dapat dengan mudah untuk mendengarkannya (10). Waktu untuk pemberian terapi musik belum ada durasi optimalnya, seringkali durasi yang diberikan yaitu selama 10-40 menit. Ketika mendengarkan musik klien berbaring dengan posisi yang nyaman dan irama musik yang tenang (5).

Untuk mengatur jadwal terapi musik dapat ditentukan boleh pagi, siang, sore ataupun malam. Hal yang terpenting yaitu konsistensi dengan waktu yang dipilih. Pilihlah waktu yang pas dengan kesempatan agar mencapai hasil yang diharapkan (10). Pada penelitian Hadinata (2022) tingkat nyeri pada ibu nifas dengan luka perineum dapat menurun setelah dilakukan intervensi selama 3 hari selama 15 menit (12). Sejalan dengan penelitian Suciati (2020) yang memberikan intervensi terapi musik selama 3 hari (14).

e. Langkah-Langkah Terapi Musik Pada ibu nifas

Berikut langkah memberikan terapi musik pada ibu nifas (Sari et al., 2022):

- 1) Mewawancarai ibu terlebih dahulu untuk mengetahui identitas, aktifitas, pola hidup dan kondisi fisik dan mental.
- 2) Pemeriksaan tekanan darah.
- 3) Bersama Terapis ibu diminta untuk Memusatkan pikiran untuk fokus ke diri sendiri
- 4) Ibu diminta memilih posisi yang nyaman, boleh duduk ataupun tidur sambil mengatur napas (relaksasi progresif).
- 5) Stimulasi dengan memberikan kalimat sugesti kepada ibu nifas untuk membawa suasana yang dapat melupakan rasa nyeri dan ketegangan yang dirasakan selama nifas
- 6) Stimulasi musik untuk ibu.
- 7) Musik akan sampai ke ibu nifas apabila saat mendengarkan ibu dapat memiliki kesadaran penuh dan konsentrasi.

METODE

Desain penelitian ini menggunakan *research and development* (R&D) yaitu metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keefektifan produk tertentu, dan untuk menyempurnakan suatu produk yang sesuai dengan acuan dan kriteria dari produk yang dibuat sehingga menghasilkan produk yang baru melalui berbagai tahapan dan validasi atau pengujian (8).

Jenis data dalam penelitian ini berupa data primer dengan pengumpulan data dengan penyebaran kuesioner. Setelah mendapatkan hasil kuesioner maka, Tahap selanjutnya dimulai ditetapkan rancangan produk untuk memecahkan masalah yang telah ditemukan pada tahap sebelumnya.

Desain penelitian ini, produk yang dirancang berupa media terapi musik pada ibu nifas dengan luka perineum. Terapi music dalam penelitian ini yang digunakan adalah Musik relaksasi dimana music relaksasi ini merupakan musik dengan berbagai gaya artistik yang mengalun pelan seperti suara suara alam yang menciptakan relaksasi dan optimisme.

Desain Pengembangan aplikasi ini secara terstruktur dengan menggunakan metode *ADDIE* model . Model ini disusun secara terprogram dengan urutan-urutan kegiatan yang terdiri dari lima langkah yaitu : (1) analisis (*Analyze*), (2) Perancangan (*design*), (3) pengembangan (*development*), (4) implementasi (*implementation*), dan (5) evaluasi (*Evaluation*). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas dengan luka perineum di PMB MURtinawita, SST dan sampel pada penelitian ini adalah sebanyak 28 orang ibu nifas dengan luka perinium. dan sampel dalam penelitian ini adalah seluruh total populasi. Pengambilan data diambil secara primer dan sekunder. Analisis data dilakukan dengan analisis univariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil dari penilaian audio terapi musik yang dilakukan peneliti menggunakan metode UEQ dengan keusioner yang berisi 26 pertanyaan yang diberikan kepada responden yang tersiri dari 28 orang ibu nifas dengan nyeri luka perineum.

A. Tabel 1. Sebaran Mean, Varian, dan standar deviasi responden

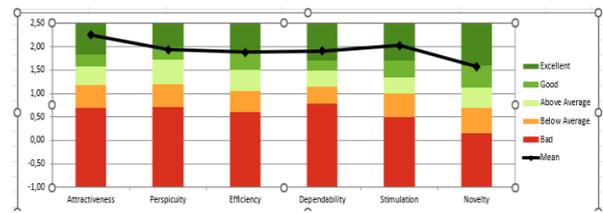
Item	Mean	Variance	Std. Dev.	No.	Left	Right	Scale
1	2,3	1,8	1,3	27	annoying	enjoyable	Attractiveness
2	2,4	0,8	0,9	27	not understandable	understandable	Perspiciuity
3	1,4	3,0	1,7	27	creative	dull	Novelty
4	1,5	1,9	1,4	27	easy to learn	difficult to learn	Perspiciuity
5	2,3	0,7	0,8	27	valuable	inferior	Stimulation
6	1,9	1,3	1,1	27	boring	exciting	Stimulation
7	2,0	1,5	1,2	27	not interesting	interesting	Stimulation
8	1,5	3,0	1,7	27	unpredictable	predictable	Dependability
9	2,0	0,9	1,0	27	fast	slow	Efficiency
10	1,3	2,2	1,5	27	inventive	conventional	Novelty
11	1,9	1,3	1,1	27	obstructive	supportive	Dependability
12	2,1	0,6	0,8	27	good	bad	Attractiveness
13	1,9	1,4	1,2	27	complicated	easy	Perspiciuity
14	2,4	0,3	0,6	27	unlikable	pleasing	Attractiveness
15	1,9	1,3	1,1	27	usual	leading edge	Novelty
16	2,1	0,5	0,7	27	unpleasant	pleasant	Attractiveness
17	2,0	1,2	1,1	27	secure	not secure	Dependability
18	2,0	1,2	1,1	27	motivating	demotivating	Stimulation
19	2,2	1,5	1,2	27	meets expectations	does not meet expectations	Dependability
20	1,8	2,0	1,4	27	inefficient	efficient	Efficiency
21	1,9	2,2	1,5	27	clear	confusing	Perspiciuity
22	2,1	1,5	1,2	27	impractical	practical	Efficiency
23	1,6	1,7	1,3	27	organized	cluttered	Efficiency
24	2,3	0,7	0,9	27	attractive	unattractive	Attractiveness
25	2,2	1,0	1,0	27	friendly	unfriendly	Attractiveness
26	1,8	2,6	1,6	27	conservative	innovative	Novelty

Berdasarkan jawaban dari 28 responden (Tabel 1) setiap pertanyaan dilakukan perhitungan mean, varian, dan standar deviasinya. Masing-masing pertanyaan diberikan kode warna sesuai dengan kelompoknya yang terdiri daya Tarik (Attractiveness), efisiensi (efficiency), kebaruan (novelty), kejelasan (perspicuity), ketepatan (dependability), dan stimulasi (stimulation). Selanjutnya dilakukan sebaran penghitungan dalam bentuk tabel untuk bisa melihat jumlah nilai setiap komponennya.

Tabel 2. Sebaran Mean dan Varian Komponen UEQ

UEQ Scales (Mean and Variance)		
Attractiveness	↑ 2,247	0,31
Perspiciuity	↑ 1,935	0,75
Efficiency	↑ 1,880	0,82
Dependability	↑ 1,907	0,96
Stimulation	↑ 2,028	0,82
Novelty	↑ 1,574	0,60

Berdasarkan tabel 2, seluruh komponen Nilai rata-rata > 0.8 mewakili evaluasi positif terhadap produk/ aplikasi (Tanda panah alur hijau arah atas).



Gambar 3. Standar Set Data Benchmark Pengguna

Hasil sebaran rata-rata membantu analisa selanjutnya untuk menentukan set data *benchmark* sebagai perbandingan produk aplikasi terapi musik dengan 468 produk kumpulan set data *benchmark*. Set data *benchmark* merupakan kumpulan data 21175 orang dari 468 penelitian mengenai produk yang berbeda (tidak hanya audio terapi musik), meliputi aplikasi bisnis, web, digital marketing, sosial media (santoso et al. 2016; Schreep, M; Hinderks, A & Thomaschewski 2017).

Tabel 3 . Hasil set Data Benchmark Pengguna

Scale	Mean	Comparisson to benchmark	Interpretation
Attractiveness	2,25	Excellent	In the range of the 10% best results
Perspiciuity	1,94	Good	10% of results better, 75% of results worse
Efficiency	1,88	Good	10% of results better, 75% of results worse
Dependability	1,91	Excellent	In the range of the 10% best results
Stimulation	2,03	Excellent	In the range of the 10% best results
Novelty	1,57	Good	10% of results better, 75% of results worse

Berdasarkan tabel 3, komponen penilaian audio terapi musik oleh responden (pengguna/ibu nifas dengan nyeri luka perineum) tiga komponen luar biasa dan dua komponen baik berdasarkan perbandingan dari keseluruhan produk yang diujikan oleh *User Experience Questionnaire* (UEQ) (Diaz-Oreiro et al. 2019). Peneliti melihat audio terapi musik ini sangat bermanfaat pada ibu nifas.

Pembahasan

Statistik data menunjukkan interpretasi seluruh komponen 100% hasilnya Baik/memuaskan. Hal ini disebabkan karena Terapi musik merupakan musik yang banyak dipakai dalam hubungan terapeutik untuk mencapai kebutuhan emosional, fisik, kognitif dan sosial seseorang (13). Musik sudah diakui sebagai salah satu bagian terapi komplementer yang keberhasilan penggunaannya sudah teruji terutama berkaitan dengan psikososial individu dan dapat dipakai untuk terapi penyakit tertentu. Musik mampu menurunkan intensitas nyeri, tingkat kecemasan dan kondisi stres dalam pengalihan perhatian dari rasa nyeri, cemas dan rasa tidak nyaman bagi ibu. Terapi musik dapat memberikan reaksi psikologis karena bersifat relaksasi dan stimulasi bagi ibu nifas, dengan terapi musik membantu ibu nifas dengan mempertahankan keseimbangan antara jasmani, pikiran dan emosi. Setelah melakukan terapi musik manfaat yang dirasakan menjadi rileks, pikiran lebih fresh dan tubuh lebih bertenaga. Tubuh dan pikiran diberi kesempatan oleh musik untuk merasakan relaksasi yang sempurna. Dalam kondisi tersebut, seluruh sel akan mengalami penyembuhan alami kembali, pikiran mengalami penyegaran dan produksi hormon tubuh diseimbangkan (Sitiyarah dan Nancy, 2022).

Dari komponen daya Tarik (**Attractiveness**), stimulasi (**Stimulation**) dan ketepatan (**Dependability**) bernilai sangat baik/luar biasa hal ini disebabkan karena terapi musik dalam penelitian ini yang digunakan adalah Musik relaksasi dimana musik relaksasi

ini merupakan musik dengan berbagai gaya artistik yang mengalun pelan seperti suara alam yang menciptakan relaksasi dan optimisme (Sumaningsih et al., 2022). Dimana cara kerja dari terapi musik ini adalah Musik akan memberikan rangsangan suara ke telinga. Setiap bunyi yang dihasilkan oleh sumber bunyi atau getaran udara akan diterima oleh telinga dan diubah menjadi *implus mekanik* di telinga tengah kemudian menjadi *implus elektrik* di telinga dalam dan diteruskan melalui saraf pendengaran menuju korteks pendengaran di otak. Selain mendapat sinyal dari *talamus* (bagian otak yang menerima pesan dari indera dan diteruskan ke bagian otak yang lain), *Amigdala* juga menerima sinyal dari semua bagian *korteks limbic* (perilaku/emosi). *Talamus* memberikan sinyal ke *neokorteks* yang mana disini sinyal akan dipahami dan dipilah-pilih menurut maknanya sehingga otak akan mengenali objek tersebut. Kemudian *amigdala* memberikan sinyal ke *hipokampus* yang membantu otak menyimpan ingatan yang baru. Musik akan memberikan kesan positif pada *hipokampus* yang mana akan menimbulkan suasana hati yang positif juga (5).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan sesuai dengan teori (Sitiyarah dan Nancy, 2022) dimana Musik mampu menurunkan intensitas nyeri, tingkat kecemasan dan kondisi stres dalam pengalihan perhatian dari rasa nyeri, cemas dan rasa tidak nyaman bagi ibu. Terapi musik dapat memberikan reaksi psikologis karena bersifat relaksasi dan stimulasi bagi ibu nifas, dengan terapi musik membantu ibu nifas dengan mempertahankan keseimbangan antara jasmani, pikiran dan emosi. Setelah melakukan terapi musik manfaat yang dirasakan menjadi rileks, pikiran lebih fresh dan tubuh lebih bertenaga. Tubuh dan pikiran diberi kesempatan oleh musik untuk merasakan relaksasi yang sempurna. Dalam kondisi tersebut, seluruh sel akan mengalami penyembuhan alami kembali, pikiran mengalami penyegaran dan produksi hormon tubuh diseimbangkan (15)

Sehingga dapat ditarik kesimpulan, bahwa terapi musik yang dilakukan membawa hasil

yang positif bagi ibu nifas dengan nyeri luka perineum.

KESIMPULAN

Statistik data menunjukkan interpretasi seluruh komponen 100% hasilnya Baik/ memuaskan. Dari komponen daya Tarik (**Attractiveness**), stimulasi (**Stimulation**) dan ketepatan (**Dependability**) bernilai sangat baik/luar biasa hal ini disebabkan karena terapi music dalam penelitian ini yang digunakan adalah Musik relaksasi dimana music relaksasi ini merupakan musik dengan berbagai gaya artistik yang mengalun pelan seperti suara alam yang menciptakan relaksasi dan optimisme. Sehingga dapat ditarik kesimpulan, bahwa terapi musik yang dilakukan membawa hasil yang positif bagi ibu nifas dengan nyeri luka perineum.

DAFTAR PUSTAKA

- 1]. Fatimah, Lestari. Pijat Perineum. Pustaka Baru Press; 2019.
- [2]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017. 2017;496.
- [3]. Maritalia D. Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Riyadi S, editor. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2012. 150 p.
- [4]. Potter PA, Perry AG. Fundamental Keperawatan. Ester M, Yulianti D, Parulina I, editors. Jakarta: Buku Kedokteran EGC; 2012. 1946 p.
- [5]. Sitiyaroh N, Nancy O. efektivitas terapi non farmakologi dalam penurunan kecemasan saat persalinan. I. Ruhadi A, editor. Tasikmalaya: Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia; 2022. 74 p.
- [6]. Saputry. Pengaruh Pemberian Murottal Al-Quran dan Musik Klasik Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Pra Operasi. 2017;
- [7]. Solehati, Kosasih. Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas. PT Refika Aditama; 2017.
- [8]. Hanafi. Konsep Penelitian R&D Dalam Bidang Pendidikan. J Kaji Keislam. 2017;4(2).
- [9]. Argaheni, N. B. Astuti, E. D., Azizah, N., Winarsih, Putri, N. R., Yuliani, M., ... dan Santi, M. Y. (2022) *Asuhan Kebidanan Komplementer*. Yayasan Kita Menulis.
- [10]. Sari, P. I., Anggraini, A., Treasa, A. D., Aji, S. P., Purnama, Y., Kurniati, N., dan Dewiani, K. (2022) *Asuhan Kebidanan Komplementer*. PT Global Eksekutif Teknologi.
- [11]. Sumaningsih, R. Fatimah, Sulikah, dan Rahayu, T. P. (2022) *Buku Saku Relaksasi Musik Bagi Usia Lanjut*. Media Sains Indonesia.
- [12]. Hadinata, D. dan Safitri, D. M. (2022) 'Penatalaksanaan Terapi Musik Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Di Rw.02 Kelurahan Simpeureum Kecamatan Cigasong Kabupaten Majalengka Tahun 2021', *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Medisina Akper YPIB Majalengka*, VIII (8), 11–21.
- [13]. Suryana, D. (2018) *Terapi Musik*. Mitra Google Buku.
- [14]. Suciati, L. dan Yuliasari. (2020) 'Efektifitas Terapi Musik Klasik Lullaby Terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III', 6(2), 155–160
- [15]. Parung,. (2020) Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Laten Di Puskesmas Ronggakoe Manggarai Timur Nusa Tenggara Timur Tahun 2020. *Asian Research Midwifery and Basic Science Journal*. 1(1), 119-130.