

Efektivitas Kompres Hangat dan Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di Wilayah Kerja Puskesmas Kerang

Nurlinda^{1*}, Adriana Palimbo², Nur Hidayah³, Dede Mahdiyah⁴

^{1,2} Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia, Indonesia

³ Program Studi Sarjana Sistem Informasi, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Sari Mulia, Indonesia

⁴ Program Studi Sarjana Farmasi, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia, Indonesia

Open Access Freely Available Online

Dikirim: 26 November 2024

Direvisi: 20 Desember 2024

Diterima: 21 Desember 2024

*Penulis Korespondensi:

E-mail:

azkhaadyamuh@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Pada saat menghadapi persalinan Ibu yang merasakan nyeri sehingga merasa cemas. Kecemasan merupakan suatu faktor utama yang dapat mempengaruhi kelancaran persalinan. Metode non farmakologis untuk menurunkan kecemasan saat proses persalinan, antara lain dengan kompres hangat dan terapi musik klasik. Terapi musik adalah usaha untuk meningkatkan kualitas fisik dan mental dengan rangsangan suara yang terdiri dari melodi, ritme, harmoni, bentuk dan gaya yang diorganisir sedemikian rupa sehingga dapat mempertahankan kesehatan fisik dan mental. Pemberian kompres hangat pada ibu bersalin kala I dapat mengurangi secara simultan terhadap penurunan kecemasan selama persalinan. **Tujuan:** Mengetahui Efektivitas Kompres Hangat dan Terapi Musik Klasik terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di Wilayah Kerja Puskesmas Kerang. **Metode:** Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari menggunakan metode *Quasy Eksperimental* dengan desain *Two Group Pretest- Posttest Design*. Populasi penelitian ini yaitu seluruh wanita bersalin di bulan Februari 2024 dan dengan sampel sebanyak 15 orang kelompok eksperimen untuk terapi musik dan 15 orang untuk kelompok kontrol kompres hangat. Metode pengambilan sampel menggunakan *Nonprobability Sampling* dengan teknik *Purposive Sampling*. Uji analisis *Independent T test*. **Hasil:** Hasil uji analisis *Independent T test* didapatkan *p value* 0,04 (<0,05). **Simpulan:** Ada pengaruh kompres hangat dan terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin Kala I Fase Aktif di Wilayah Kerja Puskesmas Kerang sehingga diharapkan bidan mampu menerapkan metode terapi musik dan kompres hangat sebagai salah satu terapi non farmakologis pengurangan kecemasan pada kala I fase aktif.

Kata kunci: Terapi Musik, Kompres Hangat, Kecemasan, Kala I

ABSTRACT

Introduction When facing labor, mothers feel pain and therefore feel anxious. Anxiety is a main factor that can influence the smoothness of labor. Non-pharmacological methods to reduce anxiety during the birth process include warm compresses and classical music therapy. Music therapy is an effort to improve physical and mental quality with sound stimulation consisting of melody, rhythm, harmony, form and style which is organized in such a way as to maintain physical and mental health. Giving warm compresses to mothers in the first stage of labor can simultaneously reduce anxiety during labor. **Objective:** To determine the effectiveness of warm compresses and classical music therapy on the level of anxiety of mothers in the first active phase of labor in the Kerang Community Health Center working area. **Methods:** This research was conducted in February using the *Quasy Experimental* method with a *Two Group Pretest-Posttest Design*. The population of this study was all women giving birth in February 2024 and with a sample of 15 people in the experimental group for music therapy and 15 people in the warm compress control group. The sampling method uses *Nonprobability Sampling* with *Purposive Sampling* technique. *Independent T test* analysis test. **Results:** The results of the *Independent T test* analysis showed a *p value* of 0.04 (<0.05). **Conclusion:** There is an influence of warm compresses and classical music therapy on the anxiety level of women giving birth during the

first active phase in the Kerang Community Health Center working area, so it is hoped that midwives will be able to apply the music therapy method and warm compresses as a non-pharmacological therapy to reduce anxiety during the first active phase.

Keywords: *Music Therapy, Warm Compress, Anxiety, First Stage*

PENDAHULUAN

Persalinan dan kelahiran merupakan sesuatu kejadian yang fisiologis. Pada proses persalinan ditandai dengan adanya kontraksi uterus yang menyebabkan penipisan, dilatasi serviks dan mendorong janin keluar melalui jalan lahir. Saat memasuki fase aktif persalinan maka frekuensi dan lama kontraksi semakin meningkat sehingga ibu mengalami nyeri yang tidak tertahankan. Sebanyak 90% persalinan selalu disertai rasa nyeri. Hal ini merupakan proses yang fisiologis dalam persalinan. (Lusiana et al., 2021; Palimbo et al., 2023a).

Pada saat menghadapi persalinan ibu mengalami nyeri sehingga mengakibatkan muncul rasa cemas. Kecemasan merupakan suatu faktor utama yang dapat mempengaruhi kelancaran persalinan. Kecemasan juga mengakibatkan terjadinya penurunan aliran darah ke rahim, kontraksi rahim menurun, lamanya kala I, turunnya aliran darah ke plasenta, rendahnya oksigen yang tersedia untuk janin. Sehingga akan timbul nyeri persalinan dimulai pada kala I fase laten dan aktif. Kala I atau kala pembukaan mulai timbul pada persalinan dengan pembukaan pertama sampai lengkap. Nyeri berasal dari kontraksi uterus dan dilatasi serviks (Wahyuni et al., 2020; Palimbo et al., 2023b).

Kecemasan merupakan suatu keadaan yang ditandai oleh rasa khawatir disertai dengan gejala somatik yang menandakan suatu kegiatan berlebihan dari susunan saraf autonomik (SSA). Kecemasan merupakan gejala yang umum tetapi non spesifik yang sering merupakan suatu fungsi emosi. Disisi lain masyarakat juga masih menganggap paradigma persalinan merupakan pertarungan hidup dan mati, sehingga wanita yang akan melahirkan mengalami ketakutan-ketakutan, khususnya takut mati baik bagi dirinya sendiri ataupun bayi yang akan dilahirkannya (Anisa, F. N et al., 2023) .

Di Amerika Serikat sebanyak 93,5% wanita yang melahirkan mengalami nyeri yang hebat dan masih bisa ditahan sehingga ibu merasakan kecemasan yang luar biasa selama persalinan,

sedangkan di Finlandia sebanyak 80% dilaporkan mengalami nyeri yang hebat dan tidak tertahankan (Ph et al., 2017). Di Indonesia penelitian yang telah dilakukan pada wanita dalam persalinan kala I didapatkan sebanyak 60% primipara menggambarkan merasakan nyeri hebat akibat kontraksi uterus sedangkan pada multipara 45% mengalami nyeri hebat, 30% nyeri sedang, 25% nyeri ringan. hanya 15% persalinan yang berlangsung tanpa nyeri atau nyeri ringan, 35% persalinan disertai nyeri sedang, 30% persalinan disertai nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri yang sangat hebat (Lusiana et al., 2021).

Upaya untuk mengatasi kecemasan dalam proses persalinan dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi. Terapi secara non farmakologi merupakan terapi yang mudah dan murah untuk diterapkan (Palimbo et al., 2023). Metode non farmakologis untuk menurunkan kecemasan saat proses persalinan yang dapat dilakukan oleh seorang tenaga kesehatan, antara lain dengan relaksasi, teknik pernafasan, fokus perhatian, latihan fisik, terapi musik, massage, *accupresure, acupuntur, aromatherapy, hypno-brithing*. Salah satu metode yang dilakukan untuk mengurangi nyeri dan kecemasan saat persalinan dan jarang diaplikasikan dalam praktek adalah terapi musik. Terapi musik adalah usaha untuk meningkatkan kualitas fisik dan mental dengan rangsangan suara yang terdiri dari melodi, ritme, harmoni, bentuk dan gaya yang diorganisir sedemikian rupa sehingga dapat mempertahankan kesehatan fisik dan mental (Purwanto, 2013).

Adapun teknik distraksi yang paling efektif untuk mengurangi nyeri adalah mendengarkan musik dan kompres hangat (Potter&, Perry, 2013). Musik klasik memiliki nada yang lembut nadanya memberikan stimulasi gelombang alfa, ketenangan, dan membuat pendengarnya lebih rileks (Putri, 2014). Penggunaan Kompres hangat dengan buli-buli panas menyebabkan konduksi, dimana terjadi pemindahan panas dari buli-buli ke dalam tubuh sehingga terjadi pelebaran pembuluh darah dan penurunan ketegangan otot. Penelitian Zakiah (2015) menghasilkan bahwa kompres hangat lebih

efektif dibandingkan terapi musik klasik (Mozart) dalam menurunkan nyeri menstruasi. Penelitian Somoyani (2013) menunjukkan ada perbedaan nyeri persalinan setelah mendengarkan musik klasik Mozart dibandingkan kelompok kontrol. Penelitian Marlina (2018) pemberian kompres hangat juga mampu menurunkan kecemasan dan nyeri persalinan secara bersamaan sebesar 47,05%. Pemberian kompres hangat pada ibu bersalin kala I dapat mengurangi dan berperbedaan secara simultan terhadap penurunan kecemasan dan nyeri selama persalinan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Kerang selama bulan November terdapat 15 orang yang melahirkan dan dari 12 orang diantaranya mengaku bahwa cemas akan kondisi saat proses persalinan dikarenakan nyeri yang dirasakan saat kontraksi cukup hebat. Puskesmas Kerang mempunyai wilayah kerja yang terdiri dari 12 desa, yaitu Desa Kerang, Desa Kerang Dayo, Desa Tampakan, Desa Mengkudu, Desa Riwang, Desa Lomu, Desa Segendang, Desa Langgai, Desa Petangis, Desa Bai Jaya, Desa Tabru Paser Damai dan Desa Pengguran dengan karakteristik geografis berbukit.

Berdasarkan latar belakang ini, maka penulis tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Efektivitas Kompres Hangat dan Terapi Musik Klasik terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di Wilayah Kerja Puskesmas Kerang”.

METODE

Penelitian ini berjenis *Quasy Experimental Design* dengan rancangan *Two Group Pretest-Posttest Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin di Puskesmas Kerang. Berdasarkan data kunjungan pada 3 bulan terakhir, yaitu bulan Oktober, November dan Desember tahun 2023 terdapat sasaran persalinan sebanyak 67 orang ibu hamil yang bersalin di Puskesmas Kerang pada bulan Januari s/d Februari tahun 2024. Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Nonprobability Sampling* dengan teknik *Purposive Sampling*. Jumlah sampel yang diambil sebanyak 30 orang dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok dengan diberikan perlakuan terapi musik klasik yaitu musik *mozzart* sebagai kelompok eksperimen dan terapi kompres hangat sebagai kelompok kontrol. Instrumen untuk terapi musik dan kompres hangat menggunakan SOP dalam memberikan terapi sedangkan untuk

menilai kecemasan menggunakan kuesioner *Hamilton Rating Scale for Anxiety (HARS)*.

Uji validitas dan reabilitas dalam penelitian ini tidak dilakukan instrumen penelitian yang digunakan merupakan instrument baku yaitu kuesioner HARS. Analisa yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji *Shapiro Wilk* dalam uji hipotesis menggunakan uji parametrik *Independent Sampel T-Test*. Analisis Perbedaan menggunakan uji bivariat dalam penelitian ini menyajikan hasil uji hipotesis dengan menggunakan uji *Paired Sampel T-Test*.

HASIL

a. Karakteristik Responden

Tabel 1. Tingkat kecemasan pada kala I fase aktif sebelum diberikan terapi musik

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Presentasi
Tidak Cemas	0	0
Cemas Ringan	0	0
Cemas Sedang	8	53,3
Cemas Berat	7	46,7
Cenas Sangat Berat	0	0
Total	15	100

Berdasarkan tabel 1 didapatkan data bahwa kelompok eksperimen sebelum pemberian terapi musik dari 15 responden terdapat 8 responden (53,3%) mengalami cemas sedang sedangkan 7 responden (46,7%) mengalami cemas berat.

Tabel 2. Tingkat kecemasan pada kala I fase aktif sesudah diberikan terapi musik

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Presentasi
Tidak Cemas	0	0
Cemas Ringan	13	86,7
Cemas Sedang	2	13,3
Cemas Berat	0	0
Cenas Sangat Berat	0	0
Total	15	100

Berdasarkan tabel 2 didapatkan data bahwa kelompok eksperimen sesudah pemberian terapi musik dari 15 responden ada 13 responden (86,7%) dengan kategori cemas ringan yang semula dengan kategori sedang dan berat sedangkan hanya ada 2 responden (13,3%) yang mengalami cemas sedang.

Tabel 3. Tingkat Kecemasan Pada Kala I Fase Aktif Sebelum Diberikan Kompres Hangat

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Presentasi
Tidak Cemas	0	0
Cemas Ringan	0	0
Cemas Sedang	7	46,7
Cemas Berat	8	53,3
Cemas Sangat Berat	0	0
Total	15	100

Berdasarkan tabel 3 didapatkan data bahwa kelompok kontrol sebelum pemberian kompres hangat dari 15 responden ada 8 responden (53,3%) dengan kategori cemas berat dan ada 7 responden (46,7%) mengalami cemas sedang.

Tabel 4 Tingkat Kecemasan Pada Kala I Fase Aktif Sesudah Diberikan Kompres Hangat Di Wilayah Kerja Puskesmas Kerang

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Presentasi
Tidak Cemas	0	0
Cemas Ringan	6	40,0
Cemas Sedang	9	60,0
Cemas Berat	0	0
Cemas Sangat Berat	0	0
Total	15	100

Berdasarkan tabel 4 didapatkan data bahwa kelompok kontrol sesudah pemberian kompres hangat dari 15 responden ada 9 responden (60,0%) dengan kategori cemas sedang yang semula dengan kategori berat sedangkan hanya ada 6 responden (40,0%) yang mengalami cemas ringan

b. Uji Normalitas

Tabel 5 Tingkat Kecemasan Pada Kala I Fase Aktif Sesudah Diberikan Kompres Hangat

Variabel	Signifikan	Keterangan Data
Pre Test Terapi Musik	0,56	Data Distribusi Normal
Post Test Terapi Musik	0,15	Data Distribusi Normal
Pre Test Kompres Hangat	0,52	Data Distribusi Normal
Post Test Kompres Hangat	0,32	Data Distribusi Normal

Berdasarkan tabel 5 didapatkan bahwa hasil pre test terapi musik nilainya adalah 0,56 (>0,05), post test terapi musik 0,15(>0,05), pre test kompres hangat 0,52 (>0,05), post test kompres hangat 0,32 (>0,05). maka Ho diterima sehingga data terdistribusi normal. Sehingga dalam penelitian ini akan menggunakan uji parametrik yaitu *Paired Sampel T-Test*.

c. Uji Homogenitas

Tabel 6 Uji Homogenitas

		Levene's Test	df	Df2	sig
Hasil Kecemasan	Based on Mean	2,131	1	28	0,155
	Based on Median	1,395	1	28	0,247
	Based on Median and With adjusted df	1,395	1	27,062	0,248
	Based on trimmed mean	2.149	1	28	0,154

Berdasarkan tabel 6 dapat dilihat pada nilai mean maupun median tingkat kecemasan menunjukkan *p value* 0,155 dan 0,247 (>0,05), artinya semua varian data homogen. Sehingga penetapan analisis dalam uji hipotesis menggunakan uji parametrik *Independent Sampel T-Test*.

d. Analisis Perbedaan Kecemasan Sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi Musik pada Kelompok Eksperimen

Tabel 7 Hasil Analisis Bivariat nilai pre test dan post test Kelompok Eksperimen

Hasil	Mean	Kelompok		
		Selisih Mean	SD	Signifikan (P)
Pre Test	27,00	9,07	3,024	0,000
Post Test	17,93		2,631	

Berdasarkan Tabel 7 ditunjukkan nilai mean deskriptif pre-tes dan post-tes yaitu 27,00 > 17,93, artinya ada perbedaan rata-rata kecemasan sebelum dan sesudah. Dari hasil analisis paired differents diperoleh nilai *Sig. (2-tailed) p value* 0,000 < 0,05 artinya Ho ditolak dan Ha diterima, maka disimpulkan ada perbedaan rata-rata kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi musik pada kelompok eksperimen.

- e. Analisis Perbedaan Kecemasan Sebelum dan Sesudah Pemberian Kompres Hangat pada Kelompok Kontrol

Tabel 8 Hasil Analisis Bivariat nilai pre test dan post test Kelompok Kontrol

Hasil	Mean	Kelompok		Signifikan (P)
		Selisih Mean	SD	
Pre Test	28,73	7	4131	0,000
Post Test	21,73		3535	

Berdasarkan Tabel 8, ditunjukkan nilai mean deskriptif pre-tes dan post-tes yaitu 28,73 > 21,73, artinya ada perbedaan rata-rata kecemasan sebelum dan sesudah sebanyak selisih mean 7. Dari hasil analisis paired differents diperoleh nilai Sig. (2-tailed) p value 0,000 < 0,05 artinya Ho ditolak dan Ha diterima, maka disimpulkan ada perbedaan rata-rata kecemasan persalinan kala I antara sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok kontrol.

Analisis Pengaruh Pemberian Terapi Musik dan Kompres Hangat terhadap Kecemasan Persalinan Kala I antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.

Tabel 9 Hasil Analisis Bivariat Pengaruh Pemberian Terapi Musik dan Kompres Hangat

		Independent Samples Test								
		Levene's Test for Equality of Variances				t-test for Equality of Means				
Nilai	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
Nilai	Equal variances assumed	.249	.619	-2.026	58	.041	-2.767	1.366	-5.501	-.033
	Equal variances not assumed			-2.026	57.921	.041	-2.767	1.366	-5.501	-.033

Berdasarkan Tabel 9 dapat diketahui bahwa ada pengaruh terapi musik dan kompres hangat terhadap kecemasan ibu saat kala I fase aktif dengan nilai signifikan 0,041 (<0,05).

PEMBAHASAN

Semua wanita yang akan menghadapi persalinan merasakan cemas, hal ini merupakan proses fisiologis. Pikiran cemas, takut dan stres mengakibatkan otot-otot tubuh khususnya otot-otot rahim menjadi kaku sehingga pada saat kontraksi terjadi penarikan otot-otot rahim yang menyebabkan nyeri. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan yaitu didapatkan sebelum diberikan intervensi baik kelompok eksperimen (terapi musik) atau kelompok kontrol (kompres hangat) dari 15 responden mengalami kecemasan. Kelompok eksperimen sebelum pemberian terapi musik dari 15 responden terdapat 8 responden (53,3%) mengalami cemas sedang sedangkan 7 responden (46,7%) mengalami cemas berat. Sedangkan kelompok kontrol sebelum pemberian kompres hangat dari 15 responden ada 8

responden (53,3%) dengan kategori cemas berat dan ada 7 responden (46,7%) mengalami cemas sedang.

Hal ini membuktikan bahwa pada kala I persalinan fase aktif ibu merasakan nyeri. Hal ini sesuai dengan hasil riset yang diungkapkan oleh Fitri et al. (2019), yaitu sebelum diberikan intervensi nyeri yang dirasakan ibu dominannya adalah nyeri tingkat berat. Menurut Annisa et al, (2023) dan Palimbo et al, (2023a), nyeri persalinan yang dirasakan oleh ibu dapat mempengaruhi ventilasi, sirkulasi metabolisme dan aktivitas uterus. Nyeri saat Persalinan dapat menyebabkan tekanan darah meningkat dan konsentrasi ibu selama persalinan bisa terganggu, tidak jarang kehamilan membawa “stress” atau rasa khawatir/cemas yang membawa dampak dan pengaruh fisik dan psikis, baik pada ibu maupun pada janin yang dikandungnya.

Nyeri yang terjadi pada persalinan kala I disebabkan oleh kontraksi involunter otot uteri. Nyeri yang dirasakan oleh ibu dirasakan dari bagian punggung bawah pada proses awal persalinan. Sensasi nyeri mengelilingi batang tubuh bawah dengan meliputi punggung dan abdomen. Kontraksi

pada dasarnya terjadi kurang lebih 45 hingga 90 detik (Susanti & Tri Utami, 2022).

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Djamaludin & Novikasari (2016); Palimbo et al, (2023a) yang mengatakan bahwa nyeri persalinan dapat mempengaruhi kontraksi uterus melalui sekresi kadar katekolamin dan kortisol yang meningkat dan akibatnya mempengaruhi durasi persalinan. Nyeri juga dapat menyebabkan aktivitas uterus yang tidak terkoordinasi yang akan mengakibatkan persalinan lama Annisa et al. (2023). Adapun nyeri persalinan yang berat dan lama dapat mempengaruhi sirkulasi maupun metabolisme yang harus segera diatasi karena dapat menyebabkan kematian janin. Hal ini juga didukung oleh literatur review yang dilakukan oleh Widiyanto et al. (2021); Palimbo et al, (2023b) bahwa nyeri persalinan merupakan kombinasi nyeri fisik akibat kontraksi miometrium disertai regangan segmen bawah rahim menyatu dengan kondisi psikologis ibu selama persalinan. Kecemasan, kelelahan dan kekhawatiran ibu seluruhnya menyatu sehingga dapat memperberat nyeri fisik yang sudah ada.

Berdasarkan penelitian secara bivariat, pada kelompok eksperimen yang diberikan terapi musik ada perbedaan rata-rata kecemasan sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil *p value* berdasarkan analisis *paired sampel t tes* adalah $0,000 < 0,05$ sehingga disimpulkan terdapat perbedaan rata-rata antara kecemasan persalinan kala I pretest dan post test pada kelompok kontrol. Dibandingkan pada kelompok kontrol yang juga memiliki perbedaan dengan *p value* $0,000 < 0,05$.

Terapi non farmakologi untuk mengurangi kecemasan salah satunya adalah terapi musik. Pada penelitian ini didapatkan hasil pemberian terapi musik kepada 15 responden saat kala I fase aktif membuat 13 responden (86,7%) berada dalam kategori cemas ringan yang semula dengan kategori sedang dan berat sedangkan hanya ada 2 responden (13,3%) yang mengalami cemas sedang. Berdasarkan analisis uji *independent t test* didapatkan *p value* 0,041. Hal ini membuktikan bahwa terapi musik memiliki pengaruh terhadap kecemasan saat kala I fase aktif. Menurut Putri (2017) Musik klasik memiliki nada yang lembut nadanya memberikan stimulasi gelombang alfa, ketenangan, dan membuat pendengarnya lebih rileks. Terapi musik dapat memberikan rasa nyaman kepada ibu inpartu menjelang persalinan sehingga dapat menurunkan kecemasan.

Hal ini didukung oleh penelitian Marlina (2018) menyatakan bahwa pemberian kompres hangat juga mampu menurunkan kecemasan dan nyeri persalinan secara bersamaan sebesar 47,05%. Menurut Palimbo, Noor Anisa, Mahdiyah, et al. (2023) Intervensi metode kompres hangat memberikan keseimbangan terhadap pembesaran pembuluh darah dalam tubuh, sehingga menghasilkan homeostatis dan mengurangi rasa khawatir dan cemas yang berlebihan.

Pemberian kompres hangat pada ibu bersalin kala I dapat mengurangi secara simultan terhadap penurunan kecemasan dan nyeri selama persalinan. Hal ini terbukti pada penelitian yang telah dilakukan. Kelompok kontrol sesudah pemberian kompres hangat dari 15 responden ada 9 responden (60,0%) dengan kategori cemas sedang yang semula dengan kategori berat sedangkan hanya ada 6 responden (40,0%) yang mengalami cemas ringan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Palimbo et al. (2023) pengukuran skala nyeri dan kecemasan setelah diberikan kompres hangat mengalami penurunan yang signifikan namun dalam waktu singkat dan dilakukan terus menerus.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Lusiana et al. (2021) yaitu kompres hangat pada proses persalinan dapat mempertahankan komponen sistem vaskuler dalam keadaan vasodilatasi sehingga sirkulasi yang terjadi ke otot panggul menjadi homeostatis. Pemberian kompres yaitu menurunkan suhu tubuh, mengurangi rasa sakit atau nyeri, mengurangi perdarahan dan membatasi peradangan dan dapat mengatasi kecemasan dengan efek relaksasi. Nilai rata-rata KE (terapi musik) yaitu sebesar 27,87 atau 28% termasuk dalam kategori cukup efektif, dengan nilai minimal 14% dan maksimal 22%. Sedangkan untuk rata-rata hasil uji pada KK (kompres hangat) diperoleh hasil sebesar 19,83 atau 20% dengan kategori efektif. Untuk nilai minimal 22% dan maksimal 35%. Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi musik pada KE efektif mengurangi kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif. Sementara pemberian kompres hangat pada KK cukup efektif mengurangi kecemasan persalinan kala I aktif.

SIMPULAN

Simpulan dari penelitian ini yaitu ada pengaruh kompres hangat dan terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin Kala I Fase Aktif di Wilayah Kerja Puskesmas Kerang sehingga diharapkan bidan mampu menerapkan metode

terapi musik dan kompres hangat sebagai salah satu terapi non farmakologis pengurangan kecemasan pada kala I fase aktif.

REFERENSI

- Djamiludin, D., & Novikasari, L. (2016). Pengaruh Pemberian Teknik Nafas Dalam Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Di Bps Hj. Riza Faulina Sofyan, S.St Wilayah Kerja Puskesmas Raja Basa Indah Kota Bandar Lampung Tahun 2016. In *The Journal of Holistic Healthcare* (Vol. 10, Issue 3).
- Fitri, L., Nova, S., & Nurbaya, R. (2019). Hubungan Teknik Nafas Dalam Terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif di Klinik Pratama Jambu Mawar. *Jurnal Endurance*, 4(2), 419. <https://doi.org/10.22216/jen.v4i2.4122>
- Lusiana, R., Febriyanti, H., Sukarni, S., & Puspita, L. (2021). Perbedaan Kompres Hangat dan Murottal dengan Nyeri Persalinan pada Ibu Bersalin Kala I. *Journal of Current Health Sciences*, 1(1), 21–28. <https://doi.org/10.47679/jchs.v1i1.5>
- Palimbo, A., Noor Anisa, F., Handayani, L., & Hasanah, U. (2023). The Effectiveness Of Using Warm Compresses And Birthing Balls On The Anxiety Level Of The Active Phase Of The First Stage Of Labor. In *Health Sciences International Journal* (Vol. 1).
- Palimbo, A., Noor Anisa, F., Mahdiyah, D., & Rahmah, L. (2023). Breathing Techniques And Warm Compresses As Therapy For Adaptation Of Labor Pain In The Active Phase Of The First Stage: A Literature Review Article Info Abstract. In *HEALTH SCIENCES International Journal* (Vol. 1). <https://orcid.org/0000-0002-5369-9906>
- Ph, L., Handayani, T. N., Fatkhul Mubin, M., Istibsyaroh, I., & Ruhimat, A. (2017). Efektifitas Terapi Musik Pada Nyeri Persalinan Kala I Fase Laten. In *Jurnal Ners Widya Husada* (Vol. 4, Issue 2).
- Susanti, S., & Tri Utami, I. (2022). Pengaruh Teknik Relaksasi Pernafasan Terhadap Respon Nyeri Ibu Inpartu Kala I Fase Aktif. In *Human Care Journal* (Vol. 7, Issue 2).
- Wahyuni, S., Komariah, N., Kebidanan, D. J., Kesehatan, P., & Palembang, K. (2020). Efektifitas Terapi Murottal-Qur'an Dan Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Di Bidan Praktik Mandiri (BPM) Teti Herawati Palembang. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 5(2).
- Widiyanto, A., Mowo Panuluh, S., Aditya Pradana, K., Syauqi Mubarak, A., Tri Atmojo, J., Syukma Putra, N., Ardia Pramest, R., & Putri Panatagama, S. (2021). Literatur Review : Efektivitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam (Deep Breathing Relax) Pada Ibu Bersalin Kala I. *Avicenna : Journal of Health Research*, 4(2). <https://doi.org/10.36419/avicenna.v4i2.538>