

KARYA TULIS ILMIAH
EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK KLASIK UNTUK MENGURANGI KECEMASAN
PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI PUSKESMAS OESAPA



MARIA CLARISTA RANGGA

NIM:PO5303201211262

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN KUPANG
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2025

KARYA TULIS ILMIAH
EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK KLASIK UNTUK MENGURANGI KECEMASAN
PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI PUSKESMAS OESAPA

*Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan
Program Pendidikan Diploma III Keperawatan pada Program Studi D-III Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang*



MARIA CLARISTA RANGGA

NIM:PO5303201211262

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN KUPANG
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2025

PERSYARATAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maria Clarista Rangga

NIM : PO5303201211262

Program Studi : D-III Keperawatan

Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah (KTI) yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Kupang, Mei 2025



Maria Clarista Rangga

NIM. PO5303201211262

LEMBAR PERSETUJUAN

EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK KLASIK UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI PUSKESMAS OESAPA

Disusun Oleh

Maria Clarista Rangga

NIM. PO5303201211262

Telah disetujui oleh pembimbing pada Mei 2025

Menyetujui

Pembimbing Utama



Natalia Debi Subani, S.Kep.,M.Kes

NIP.198012252002122002

LEMBAR PENGESAHAN

EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK KLASIK UNTUK MENGURANGI KECEMASA PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI PUSKESMAS OESAPA

Disusun oleh

Maria Clarista Rangga
PO.5303201211262

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Dewan Penguji

Penguji I



Sabinus B Kedang, S.Kep.,M.Kep
NIP.197304101997031002

Penguji II



Natalia Debi Subani, S.Kep.,M.Kes
NIP.198012252002122002

Mengesahkan

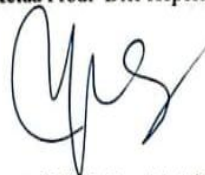
Ketua Jurusan keperawatan



Dr. Florentianus Ta, S.Kep.,M.Kes
NIP.196911281993031005

Mengetahui

Ketua Prodi DIII Keperawatan



Margareta Teli, S.Kep.,Ns.MSc.PH.,PhD
NIP.197707272000032002

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan kasih-Nya yang senantiasa menyertai dan memberkati sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan Proposal dengan judul **“Efektivitas Terapi Musik Klasik Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Ibu Primigravida Trimester III di Wilaya Kerja Puskesmas Oesapa”**.

Dalam penyusunan dan penulisan Proposal ini, penulis sadar bahwa keberhasilan ini atas pertolongan Tuhan Yang Maha Kuasa dan melalui tangan orang-orang terkasih yang terlibat secara langsung maupun tidak langsung. Maka perkenankan pada saat ini penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Irfan, SKM., M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang.
2. Bapak Dr. Florentianus Tat, S.Kp., M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Kupang yang telah memberikan motivasi kepada penulis selama mengikuti perkuliahan di Program Studi D III Keperawatan Kupang.
3. Ibu Meiyeriance Kapitan, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Ketua Program Studi D III Keperawatan Kupang yang telah memberikan motivasi kepada penulis selama mengikuti perkuliahan di Program Studi D III Keperawatan Kupang.
4. Ibu Natalia Debi Subani, S.Kep.,M.Kes selaku Pembimbing yang telah meluangkan waktu guna membimbing, memotivasi dan mengarahkan penulis selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini sehingga terselesaikan dengan baik.
5. Bapak Sabinus B Kedang, S.Kep.,M.Kep selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan masukan.
6. Sabinus B Kedang, S.Kep.,M.Kep, selaku Pembimbing Akademik yang telah membimbing selama penulis menjalani studi di Poltekkes Kemenkes Kupang Jurusan Keperawatan Prodi D III Keperawatan Kupang.

7. Seluruh Civitas Akademika Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang yang telah membimbing penulis selama mengikuti pendidikan baik di kampus maupun di lahan praktek.
8. Keluarga tercinta, Hedrikus Pande, Mama Yustina Sina , Kakak Imanuel Pande Rangga, Mario Pande Rangga, Kakak Timotius Pande Rangga, Kakak Nina Tnunay, Keponakan-keponakan tercinta dan semua Keluarga yang selalu mendoakan, dan mendukung penulis.
9. Kepada teman-teman tercinta Ika Milawaty, Alin Mandala, Ilma Ly Daly, Wulan Djafar, Ari Laksana, Feran Arlina, Risa Basri, Juandri Touasik, Mahaldi Abdullah, Nanda Ledo, Rizkha Margono, Jermi Tadoe, dan keluarga besar insomnia yang senantiasa memberikan motivasi, bantuan dan semangat kepada penulis
10. Untuk diri sendiri karena telah berjuang dan tidak patah semangat.

Akhir kata penulis menyadari bahwa Proposal ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis mengharapkan adanya kritik dan saran yang membangun dari pihak lain untuk memperbaiki kekurangan pada Proposal ini.

Kupang, 10 Mei 2025

Maria Clarista Rangga

NIM.PO530320121126

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PRASYARAT GELAR.....	ii
PERSYARATAN KEASLIAN TULISAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
BAB 1.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Studi Kasus	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktik.....	5
BAB 2.....	7
PEMBAHASAN	7
2.1 Konsep Kehamilan	7
2.1.1 Definisi Kehamilan	7
2.2 Konsep Kecemasan	8

2.2.1 Definisi Kecemasan.....	8
2.2.2 Tanda dan Gejala Kecemasan	9
2.2.3 Tingkat Kecemasan	10
2.3 Konsep Terapi Musik Klasik.....	11
2.3.1 Manfaat Terapi Musik Klasik.....	12
2.4 Kerangka Teori.....	14
2.5 Kerangka Konsep	15
BAB 3.....	16
METODE PENELITIAN	16
3.1 Jenis Penelitian.....	16
3.2 Subjek Penelitian.....	16
3.3 Fokus Penelitian	16
3.4 Definisi Operasional.....	17
3.5 Instrumen Penelitian.....	18
3.6 Metode Pengumpulan Data	21
3.7 Lokasi & Waktu Penelitian	22
3.8 Analisis Data dan Penyajian Data	22
3.9 Etika Penelitian	22
BAB 4.....	24
PEMBAHASAN	24
4.1 Hasil Penelitian.....	24
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	24
4.1.2 Gambaran Umum Subjek Penelitian	24
4.1.3 Karakteristik Subjek Penelitian.....	27
4.1.4 Tingkat Kecemasan Subjek Penelitian Sebelum dan Setelah Dilakukan Terapi Musik Klasik	28
4.2 Pembahasan.....	30
4.2.1 Karakteristik Subjek Penelitian Ibu Hamil Trimester III	30

4.2.2 Tingkat Kecemasan Ibu Priigravida Trimester III Di Puskesmas Oesapa Sebelum Dilakukan Terapi Musik Klasik.....	34
4.2.3 Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III Di Puskesmas oesapa Setelah Dilakukan Terapi Musik Klasik.....	36
4.2.4 Gambaran Pengaruh Terapi Musik Klasik Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Ibu Primigravida Trimester III Di Puskesmas Oesapa	37
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	38
BAB 5.....	38
KESIMPULAN DAN SARAN	38
5.1 Kesimpulan	39
5.1.1 Karakteristik Ibu Primigravida Trimester III	39
5.1.2 Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III Di Puskesmas	39
Oesapa Sebelum Dilakukan Terapi Musik Klasik	39
5.1.3 Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III Di Puskesmas Oesapa Setelah Dilakukan Terapi Musik Klasik	39
5.1.4 Gambaran Pengaruh Terapi Musik Klasik Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Ibu Primigravida Trimester III Di Puskesmas Oesapa	39
5.2 Saran.....	40
DAFTAR PUSTAKA	40
LAMPIRAN.....	44

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Oprasional.....	19
Tabel 3. 2 Kuisisioner Pengukur Kecemasan.....	22
Tabel 4.1 Karkteristik Subjek Penelitian.....	29
Tabel 4.2 Tingkat Kecemasan Ny.D dan Ny.N Sebelum Dilakukan Terapi MusikKlasik.....	30
Tabel 4.3 Tingkat Kecemasan Ny.D dan Ny.N Setelah Dilakukan Terapi Musik Klasik.....	30
Tabel 4.4 Perbedaan Tingkat Kecemasan Ny.D dan Ny.N Sebelum dan Setelah Dilakukan Terapi Musik Klasik.....	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Permohonan ijin pengambilan data awal.....	46
Lampiran 2. Ijin pengambilan data awal.....	47
Lampiran 3. Permohonan ijin penelitian.....	48
Lampiran 4. Surat ijin penelitian.....	49
Lampiran 5. Lembar Infomend Consend.....	50
Lampiran 6. Hasil Kuisisioner Dass.....	52
Lampiran 7. Surat plagiasi.....	54

ABSTRAK
EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK KLASIK UNTUK MENGURANGI KECEMASAN
PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI PUSKESMAS OESAPA

Maria Clarista Rangga¹ Natalia Debi Subani²

^{1,2} Program Studi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang

Email : mariarangga25@gmail.com

kehamilan diartikan sebagai proses terjadinya pembuahan, yaitu bersatunya sel sperma dengan sel ovum, yang kemudian diikuti oleh proses implantasi atau penempelan hasil pembuahan di dinding, rahim. Jika dihitung sejak terjadinya pembuahan hingga bayi dilahirkan, masa kehamilan normal berlangsung selama 40 minggu, atau sekitar 10 bulan, atau 9 bulan berdasarkan penanggalan internasional. Kehamilan merupakan kondisi di mana seorang wanita mengandung janin dalam tubuhnya. Proses ini dimulai dengan pembuahan dan berakhir saat persalinan berlangsung. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus (Case study) dengan desain penelitian studi kasus deskriptif. Penelitian studi kasus ini adalah studi untuk mengeksplorasi bagaimana terapi musik klasik untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil trimester III. penelitian yang diukur menggunakan kuesioner DASS, setelah dilakukan terapi musik klasik selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 30-60 menit setiap hari, Hasil penelitian menunjukkan didapatkan hasil adanya penurunan tingkat kecemasan menjadi tingkat kecemasan sedang (Nilai 14) dan menjadi tingkat kecemasan berat (Nilai 19). Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa ada pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida trimester III.

Kata kunci : Kehamilan, Kecemasan, Terapi musik klasik

ABSTRACT

EFFECTIVENESS OF CLASSICAL MUSIC THERAPY IN REDUCING ANXIETY IN PRIMIGRAVID MOTHERS IN THE THIRD TRIMESTER AT OESAPA PUBLIC

HEALTH CENTER

Maria Clarista Rangga¹ Natalia Debi Subani²

^{1,2}Diploma III Nursing Program, Health Polytechnic of the Ministry of Health, Kupang

Email : mariarangga25@gmail.com

Pregnancy is defined as the process of fertilization, namely the union of sperm cells with ovum cells, which is then followed by the process of implantation or attachment of the fertilized egg to the uterine wall. If calculated from fertilization until the baby is born, the normal pregnancy period lasts for 40 weeks. Pregnancy is a condition in which a woman carries a fetus in her body. This process begins with fertilization and ends when labor takes place. This study uses a qualitative approach with a case study type with a descriptive case study research design. This case study research is a study to explore how classical music therapy can reduce anxiety in pregnant women in the third trimester. The study was measured using the DASS questionnaire, after classical music therapy was carried out for 3 consecutive days with a duration of 30-60 minutes every day, the results showed a decrease in anxiety levels to moderate anxiety levels (value 14) and to severe anxiety levels (value 19). Based on the results of this study, the researcher assumes that there is an effect of classical music therapy on the anxiety levels of primigravida mothers in the third trimester

keywords: pregnancy, anxiety, classical music therapy