

BAB 4

PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Puskesmas Oesapa yang terletak di kelurahan lasiana, kecamatan kelapa lima, kota kupang. Batas-batas wilayah kerja puskesmas oesapa meliputi sisi selatan yang berbatasan dengan kecamatan oebobo dan sisi timur yang berbatasan dengan kota lama. Secara keseluruhan, puskesmas oesapa mencakup wilayah sekitar 15,31 km², yang merupakan sekitar 8,49% dari luas total kota kupang yang mencapai 180,7 km.

Wilayah kerja upt puskesmas oesapa mencakup seluruh wilayah, kecamatan kelapa lima dengan 5 kelurahan yakni kelurahan oesapa, kecamatan kelapa lima, kota kupang, oesapa barat, oesapa selatan, dan lasiana. Jumlah penduduk berdasarkan data badan pusat statistik kota kupang tahun 2019 dan data dari kantor kecamatan kelapa lima tercatat sebanyak 85,951 jiwa terdiri dari laki-laki sebesar 43.722 jiwa dan perempuan 42.229 jiwa

Wilayah kerja puskesmas oesapa mencakup seluruh penduduk yang berdomisili di oesapa. Puskesmas oesapa melayani berbagai program puskesmas seperti periksa kesehatan, pembuatan surat keterangan sehat, rawat jalan, rawat inap, periksa tes kehamilan, persalinan, periksa kesehatan bayi, balita dan anak, dan lain sebagainya. Penulis melakukan pengambilan data ibu hamil trimester III di Poli Klinik KIA (Kesehatan Ibu dan Anak) Puskesmas Sikumana, pada saat ibu hamil trimester III melakukan kunjungan ANC di hari pemeriksaan ANC.

4.1.2 Gambaran Umum Subjek Penelitian

1. Pengkajian Pasien 1 (Ny. D)

Pengkajian yang dilakukan terhadap pasien 1, dilakukan pada Selasa, 17 Juni 2025, jam 09.50 WITA, di Poli KIA, Puskesmas Oesapa. Pasien atas nama Ny.D, berusia 23 tahun, beralamat di Oesapa. Pasien belum menikah, beragama Kristen Protestan, berasal dari

malaka, pendidikan terakhir pasien adalah SMA/Sederajat dan saat ini pasien merupakan seorang ibu rumah tangga. Yang bertanggung jawab terhadap Ny.D adalah calon suaminya yang bernama Tn. L, berusia 24 tahun, saat ini tinggal di Bali karena pekerjaan, beragama Kristen protestan, berasal dari Malaka, pendidikan terakhir adalah SMA/Sederajat dan bekerja sebagai karyawan swasta.

Pasien datang bersama ibunya ke Puskesmas Oesapa untuk melakukan pemeriksaan *Antenatal care* (ANC) yang ke 5x selama hamil. Hari Pertama Haid Terakhir (HPHT) pasien adalah tanggal 28 oktober 2024 dan taksiran partus pasien adalah tanggal 25 juli 2025, keluhan yang di rasakan pasien selama hamil adalah mual dan muntah. Pasien tidak mengalami penyakit kronis ataupun penyakit menular, begitupula didalam keluarga pasien dan keluarga calon suami pasien tidak ada yang mengalami penyakit kronis ataupun penyakit menular.

Pasien biasanya makan 3x sehari, tetapi selama hamil nafsu makan pasien menurun. Pasien tidak mempunyai alergi/pantang terhadap makanan. Pasien biasanya BAK 5-8x dalam sehari, dan BAB jarang kadang 2x dalam seminggu. Pasien mandi 2x sehari, dan mencuci rambut 3x dalam seminggu. Pasien biasanya tidur malam 5-6 jam dan jarang tidur siang. Saat malam hari biasanya pasien kesulitan untuk tidur dan sering terjaga hingga tengah malam.

Hasil pemeriksaan fisik, keadaan umum pasien baik, kesadaran *compos mentis* (E4V5M6), TTV : Tekanan darah: 100/70 mmHg, Nadi: 80x/m, RR : 20x/m, Suhu : 36,8 c. Berat badan : 55 kg, tinggi badan : 159, IMT : 21,8, LILA : 25 cm dan lingkar perut : 102 cm. Usia kehamilan 34 minggu, Tinggi Fundus Uteri : Pertengahan Pusat – PX (24 cm), saat diauskultasi Denyut Jantung Janin (DJJ) : 33x/m

Pasien mengatakan selama trimester III sering merasa cemas terkait dengan proses persalinan yang akan dihadapinya nanti, pasien takut terjadi sesuatu pada bayinya karena pasien pertama kali hamil.

2. Pengkajian Pasien 2 (Ny.N)

Pengkajian yang dilakukan terhadap pasien 2, dilakukan pada rabu, 18 Juni 2025, jam 10.00 WITA, di poli KIA, Puskesmas Oesapa. Pasien atas nama Ny.N, berusia 23 tahun, beralamat di Oesapa. Pasien sudah menikah, beragama Kristen Protestan, berasal dari Rote, pendidikan terakhir SMA/Sederajat dan saat ini pasien merupakan seorang ibu rumah tangga. Yang bertanggung terhadap Ny. N adalah suaminya yang bernama Tn. F, berusia 25 tahun, beragam Kristen Protestan, berasal dari Rote, pendidikan terakhir SMA/ sederajat dan saat ini Tn. F bekerja di bengkel.

Pasien datang ke Puskesmas Oesapa bersama suaminya untuk melakukan pemeriksaan *Antenatal care* (ANC) yang ke 4x selama hamil. Hari pertama Haid Terakhir (HPHT) pasien adalah tanggal 25 november dan taksiran partus pasien adalah tanggal 8 Agustus 2025, keluhan yang di rasakan pasien selama hamil yaitu merasakan mual saat makan, badan terasa mudah lelah dan selalu merasa kecapean.

Pasien tidak mengalami penyakit kronis ataupun menular, begitupula didalam keluarga pasien dan keluarga suami pasien tidak ada yang mengalami penyakit kronis ataupun penyakit menular.

Pasien pola makan 3x sehari, pasien selama hamil tingkat nafsu makan bertambah. Pasien tidak mempunyai alergi/pantanggan terhadap makanan. Pasien bisanya BAK 5-8x dalam sehari, dan BAB kadang 1x dalam seminggu. Pasien mandi 2x sehari, dan mencuci rambut 3x dalam seminggu. Pasien biasanya tidur malam 5-6 jam an jarang tidur siang. Saat malam hari biasanya pasien mengalami kesulitan dalam tidur dan sering terbangun hingga tengah malam dikarenakan ingin BAK.

Hasil pemeriksaan fisik, keadaan umum pasien baik, kesadaran compos mentis (E4V5M6), TTV : Tekanan darah : 90/75 mmHg, Nadi : 80x/m, RR : 20x/m, Suhu : 36,7 c, Berat Badan : 59 kg, Tinggi badan : 160 cm, IMT 23 ., LILA : 27 cm dan lingkar perut : 104 cm. Usia kehamila 32 minggu, Tinggi Fundus uteri : Pertengahan Pusat – PX (24 cm), saat diauskultasi Denyut Jantung Janin (DJJ) : 133x/m.

Pasien mengatakan selama trimester III sering merasa cemas terkait dengan proses persalinan yang akan dihadapinya saat nanti, pasien merasa cemas akan terjadi sesuatu pada bayi dikarenakan pasien mengatakan dirinya pertama kali hamil.

4.1.3 Karakteristik Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 2 orang pasien ibu hamil trimester III, yang merupakan pasien di Puskesmas oesapa dan melakukan pemeriksaan di Poli KIA. Berikut merupakan deskripsi karakteristik dari subjek penelitian yang diperoleh dalam penelitian ini:

Tabel 4.1 Karkteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	Subjek Penelitian 1	Subjek Penelitian 2
Nama	Ny.D	Ny.N
Umur	23 tahun	23 tahun
Status Perkawinan	Belum menikah	Menikah
Agama	Kristen Protestan	Kristen Protestan
Suku/Bangsa	Malaka	Rote
Pendidikan Terakhir	SMA	SMA
Pekerjaan	Ibu rumah tangga	Ibu rumah tangga
Usia Kehamilan	8 bulan	7 bulan

Sumber : Data Primer

Tabel 4.1 di atas menunjukkan bahwa kedua subjek penelitian memiliki tingkat pendidikan yang sama, usia kehamilan yang berbeda. Subjek penelitian 1 (Ny.D) berusia 23 tahun, belum menikah, beragama Kristen Protestan, berasal dari Malaka, Pendidikan terakhir SMA/ sederajat, saat ini merupakan seorang ibu rumah tangga, dan usia kehamilan 8 bulan. Subjek penelitian 2 (Ny.N) berusia 23 tahun, sudah menikah, beragama Kristen Protestan,

berasal dari Rote, pendidikan terakhir SMA/Sederajat, saat ini merupakan seorang Ibu rumah tangga, dan usia kehamilan 7 bulan.

4.1.4 Tingkat Kecemasan Subjek Penelitian Sebelum dan Setelah Dilakukan Terapi Musik Klasik

Tabel 4.2 Tingkat Kecemasan Ny.D dan Ny.N Sebelum Dilakukan Terapi Musik Klasik

No.	Hari/Tanggal	Subjek Penelitian	Tingkat Kecemasan
1.	Selasa, 17 Juni 2025	Ny.D	Kecemasan berat (Nilai 19)
2.	Rabu, 18 Juni 2025	Ny.N	Kecemasan sangat berat (Nilai 30)

Sumber: Data Primer

Tabel 4.2 di atas menunjukkan tingkat kecemasan subjek penelitian yang diukur menggunakan kuesioner DASS, sebelum dilakukan terapi music klasik, tingkat kecemasan Ny.D adalah kecemasan berat (Nilai 19) dan tingkat kecemasan Ny.N adalah kecemasan sangat berat (Nilai 30).

Tabel 4.3 Tingkat Kecemasan Ny.D dan Ny.N Setelah Dilakukan Terapi Musik Klasik

No	Hari/Tanggal	Subjek Penelitian	Tingkat Kecemasan
1.	Kamis, 19 Juni 2025	Ny.D	Kecemasan sedang (Nilai 14)
2.	Jumat, 20 Juni 2025	Ny.N	Kecemasan berat (Nilai 19)

Sumber: Data Primer

Tabel 4.3 di atas menunjukkan tingkat kecemasan seubjek penelitian yang diukur menggunakan kuesioner DASS, setelah dilakukan terapi music klasik selama 3 hari

berturut-turut dengan durasi 30 menit – 1 jam setiap hari, didapatkan hasil adanya penurunan tingkat kecemasa, pada Ny.D menjadi tingkat kecemasan sedang (Nilai 14) dan pada Ny.N menjadi tingkat kecemasan berat (Nilai 19).

Tabel 4.4 Perbedaan Tingkat Kecemasan Ny.D dan Ny.N Sebelum dan Setelah Dilakukan Terapi Musik Klasik

No.	Waktu	Ny.D		Ny.N	
		<i>Pre</i>	<i>Post</i>	<i>Pre</i>	<i>Post</i>
1.	Pertemuan 1	Kecemasan berat (Nilai 19)	Kecemasan berat (Nilai 16)	Kecemasan sangat berat (Nilai 30)	Kecemasan sangat berat (Nilai 24)
2.	Pertemuan 2	Kecemasan berat (Nilai 19)	Kecemasan berat (Nilai 15)	Kecemasan sangat berat (Nilai 30)	Kecemasan sangat berat (Nilai 22)
3.	Pertemuan 3	Kecemasan berat (Nilai 19)	Kecemasan sedang (Nilai 14)	Kecemasan sangat berat (Nilai 30)	Kecemasan berat (Nilai 19)

Sumber: Data Primer

Tabel 4.4 di atas menunjukkan perbedaan tingkat kecemasan pada Ny.D dan Ny.N yang diukur menggunakan kuesioner DASS, sebelum dan setelah dilakukan terapi music klasik selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 30 menit – 1 jam setiap hari, didapatkan hasil adanya penurunan tingkat kecemasan. Pada Ny.d terjadi penurunan tingkat kecemasan pada petemuan ke-3 yaitu dari tingkat kecemasan berat menjadi tingkat kecemasan sedang. Sedangkan pada Ny.N, terjadi penurunan tingkat kecemasan pada pertemuan ke 3, yaitu dari tingkat kecemasan sangat berat menjadi kecemasan berat.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Karakteristik Subjek Penelitian Ibu Hamil Trimester III

Karakteristik dalam penelitian ini yang pertama adalah usia. Usia ibu merupakan salah satu faktor yang memengaruhi kualitas kehamilan. Rentang usia yang dianggap paling ideal atau masa reproduksi yang sehat berada antara 20 hingga 30 tahun. Kehamilan pada usia remaja memiliki risiko lebih tinggi terhadap komplikasi seperti preeklampsia dibandingkan dengan kehamilan pada masa reproduksi yang sehat. Hal ini disebabkan oleh belum matangnya organ reproduksi, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan ibu serta perkembangan dan pertumbuhan janin. Usia seseorang sangat berperan dalam kondisi kehamilan. Perempuan yang hamil pada usia reproduktif cenderung memiliki risiko komplikasi yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang hamil di bawah atau di atas usia tersebut.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, Ny. D berusia 23 tahun dengan tingkat kecemasan berat, sedangkan Ny. N berusia 23 tahun dengan tingkat kecemasan berat. Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa usia tidak mempengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil trimester III. Kedua pasien berada di usia yang optimal untuk hamil (20-35 tahun), namun tingkat kecemasan kedua pasien adalah tingkat kecemasan sangat berat dan tingkat kecemasan berat. Artinya, baik ibu hamil trimester III yang berada di usia optimal (20-35 tahun) maupun usia berisiko (< 20 tahun dan > 35 tahun), tetap dapat mengalami kecemasan. Kesiapan seorang wanita untuk hamil, menghadapi proses persalinan dan menjadi seorang ibu tidak tergantung pada usia, sehingga usia tidak mempengaruhi kecemasan ibu hamil trimester III.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Halil & Puspitasari (2023) tentang Faktor yang Menyebabkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan di Puskesmas Depok 2, hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara usia dengan tingkat

kecemasan pada ibu hamil. Usia tidak mempengaruhi ketakutan ibu akan persalinan karena keinginan ibu untuk memiliki anak tidak tergantung pada usianya. Usia saja tidak menentukan kedewasaan seseorang. Ada yang tidak takut walaupun masih muda dan sudah siap menjadi seorang ibu. (Halil & Puspitasari, 2023)

Karakteristik dalam penelitian ini yang kedua adalah status perkawinan. Keluarga dan perkawinan merupakan sumber dukungan sosial yang paling penting. Dukungan suami akan membawa kegembiraan, rasa aman, rasa puas, dan rasa nyaman yang membuat ibu hamil merasa mendapatkan dukungan secara emosional, yang mempengaruhi kesejahteraan jiwanya. Dukungan yang diterima calon ibu dari suaminya dapat membantunya merasa lebih tenang, dan menimbulkan sikap positif terhadap diri sendiri dan kehamilannya. Dukungan positif yang diberikan oleh suami kepada istri yang sedang hamil berdampak positif terhadap tumbuh kembang janin, serta kesehatan fisik dan psikologis ibu. (Wahyuni et al., 2021)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, Ny. D belum menikah dan saat ini tinggal bersama orang tuannya karena calon suaminya bekerja di Bali dan, Ny. D selalu bersama ibunya ke puskesmas untuk melakukan pemeriksaan ANC, tingkat kecemasan Ny. D adalah kecemasan berat. Sedangkan Ny. N sudah menikah dan saat ini tinggal dengan suami dan anak orang tuannya, Ny. N selalu diantar oleh suaminya ke puskesmas untuk melakukan pemeriksaan ANC, tingkat kecemasan Ny. N adalah kecemasan sangat berat. Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa status perkawinan mempengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil trimester III.

Selama trimester III terutama menjelang persalinan, sebagian besar ibu hamil mengalami kecemasan, pada saat inilah ibu hamil sangat memerlukan dukungan dari keluarga terutama suaminya. Dukungan dan kehadiran suami akan membuat ibu hamil merasa nyaman dan tenang, sehingga akan mengurangi kecemasan yang dirasakannya dan berpengaruh terhadap kesiapan ibu untuk menghadapi persalinan. Bentuk dukungan suami seperti mendampingi ibu hamil, memberikan kasih sayang,

mengantar dan menemani ibu hamil untuk melakukan pemeriksaan kehamilan akan memberikan dampak positif terhadap suasana hati ibu. Sedangkan pada ibu hamil yang belum menikah, tidak mendapatkan dukungan dari suami dan keluarga, ataupun tinggal sendirian tanpa didampingi oleh suami dan keluarga akan membuat ibu merasa bahwa ia sendirian dalam menjalani kehamilannya sehingga akan berdampak terhadap kecemasan yang dirasakannya

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wahyuni, Maimunah & Amalia (2021) tentang Pengaruh Dukungan Suami terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan, hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari dukungan suami terhadap tingkat kecemasan ibu hamil. Bentuk dukungan yang diberikan suami dapat bermacam-macam, seperti mengantar istri mengontrol kehamilan, mencurahkan kasih sayang yang lebih besar, memperhatikan kondisi ibu hamil, dan sebagainya. Dukungan ini memberikan kontribusi positif terhadap suasana psikologis ibu, terutama mereduksi tingkat kecemasan yang muncul dalam kehamilannya hingga menjelang persalinan. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Diana (2013) tentang Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dukungan suami terhadap istri yang mengalami kecemasan pada kehamilan trimester III, dimana kelompok ibu hamil yang tidak tinggal dengan suami memiliki kategori kecemasan tinggi-sedang dibandingkan ibu hamil trimester III yang tinggal dengan suami rata-rata masuk dalam kategori kecemasan sedang-rendah. (Wahyuni et al., 2021)

Karakteristik dalam penelitian ini yang ketiga adalah pendidikan terakhir. Tingkat pendidikan adalah aspek sosial yang mempengaruhi tingkah laku seseorang, dimana pendidikan akan mempengaruhi seseorang dalam melakukan respon yang datang dari luar (Ipi, Djogo & Dion, 2022). Hasil penelitian menunjukkan bahwa, Ny. D pendidikan terakhir SMA/Sederajat dengan tingkat kecemasan berat, sedangkan

Ny. N pendidikan terakhir SMA/Sederajat dengan tingkat kecemasan sangat berat. Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa pendidikan tidak mempengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil trimester III. Selama trimester III sebagian besar ibu hamil mengalami kecemasan karena ketakutan terhadap proses persalinan yang akan dihadapi nanti. Pendidikan terakhir kedua pasien adalah tingkat menengah (SMA/Sederajat), sedangkan tingkat kecemasan kedua pasien tersebut adalah kecemasan berat dan kecemasan sangat berat, hal ini berarti kecemasan selama trimester III dapat terjadi pada ibu hamil tanpa memandang tingkat pendidikan ibu. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Apriliani, Audityarini & Marinem (2023) tentang Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan Di RSUD Budi Kemuliaan Tahun 2022, hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pendidikan dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di RSUD Budi Kemuliaan Tahun 2022. Pada penelitian Murdayah (2021), menemukan bahwa pendidikan belum sepenuhnya dapat dikatakan sebagai salah satu hal yang bisa mempengaruhi tingkat kecemasan, nyatanya kecemasan bisa muncul pada siapa saja dan dimana saja termasuk pada ibu hamil. Sebagian besar ibu hamil pasti pernah mengalami rasa cemas, baik pada ibu hamil yang memiliki pendidikan rendah maupun ibu hamil dengan pendidikan tinggi (Apriliani, Audityarini & Marinem, 2023).

Karakteristik dalam penelitian ini yang keempat adalah pekerjaan. (Apriliani, Audityarini & Marinem 2023), menyatakan bahwa bekerja umumnya adalah kegiatan yang menyita waktu sehingga ibu hamil yang bekerja mengalami kecemasan lebih ringan dibandingkan ibu yang tidak bekerja, karena dengan bekerja dapat mengalihkan perasaan cemas ibu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, Ny. D tidak bekerja dengan tingkat kecemasan berat, sedangkan Ny. N tidak bekerja dengan tingkat kecemasan sangat berat. Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi

bahwa pekerjaan mempengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil trimester III. Pada ibu hamil trimester III yang bekerja akan mengharuskan ibu untuk bertemu dan berinteraksi dengan orang lain sehingga dapat mengalihkan perhatian ibu dari kecemasan yang dirasakannya. Sedangkan pada ibu hamil trimester III yang tidak bekerja akan memiliki lebih banyak waktu untuk memikirkan tentang kehamilan dan proses persalinan yang akan dihadapinya, sehingga dapat menimbulkan kecemasan pada ibu. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Halil & Puspitasari (2023) tentang Faktor yang Menyebabkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan di Puskesmas Depok 2, hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pekerjaan dan tingkat kecemasan. Ibu yang bekerja memiliki lebih banyak interaksi sosial dengan demikian memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah. Studi menemukan bahwa 83,3% ibu hamil yang mengalami kecemasan adalah ibu rumah tangga. Responden yang bekerja memperoleh informasi dan pengalaman mengenai kehamilan dari orang lain. Karena semakin banyak informasi yang diterima, semakin banyak pula yang diketahui. Ibu yang menghabiskan sebagian besar waktunya di rumah mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan ibu bekerja. Ibu hamil yang sering bekerja di luar dapat memperluas pengetahuannya sehingga membuat mereka merasa lebih tenang (Halil & Puspitasari, 2023)

4.2.2 Tingkat Kecemasan Ibu Priigravida Trimester III Di Puskesmas Oesapa Sebelum Dilakukan Terapi Musik Klasik

Trimester ketiga sering disebut sebagai masa penantian, di mana ibu hamil menunggu kelahiran bayi yang merupakan bagian dari dirinya, dan merasa tidak sabar untuk segera bertemu dengan bayi tersebut. Perasaan tidak nyaman muncul ketika bayi belum lahir sesuai waktu yang diharapkan, disertai kecemasan tentang proses persalinan dan kondisi bayi. (Haeriyah et al., 2024).

Kecemasan terkait dengan perasaan khawatir, rasa takut, atau ketidakpastian, serta perasaan yang tidak jelas mengenai objek tertentu. Beban psikologis yang dialami oleh wanita hamil lebih sering terjadi pada trimester ketiga. Wanita yang merasakan kecemasan selama kehamilan cenderung menghadapi lebih banyak persalinan abnormal dan berisiko mengalami komplikasi yang dapat mengancam nyawa ibu dan janin. (Suharna *et al.*, 2021).

Setiap ibu hamil mempunyai tingkat kecemasan yang berbeda-beda, hal ini sangat bergantung pada persepsi ibu hamil terhadap kehamilannya (Astuti, Hasbiah & Rahmawati, 2022). Ibu hamil yang mengalami kecemasan akan menunjukkan gejala seperti gelisah, gemetar, berkeringat, kesulitan bernafas, jantung berdetak kencang, lemas, panas dingin, dan mudah tersinggung (Sari, Parwati & Indriana, 2023).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, tingkat kecemasan subjek penelitian yang diukur menggunakan kuesioner DASS, sebelum dilakukan terapi musik klasik, tingkat kecemasan Ny. D adalah kecemasan berat (Nilai 19) dan tingkat kecemasan Ny. N adalah kecemasan sangat berat (Nilai 30). Pasien 1 (Ny. D) mengatakan selama trimester III sering merasa cemas terkait dengan proses persalinan yang akan dihadapinya nanti, ia takut terjadi sesuatu pada bayinya, karena ini merupakan pengalaman pertama hamilnya, Sedangkan pasien 2 (Ny. N) mengatakan selama hamil sering merasa cemas apalagi mendekati waktu persalinan, ia merasa cemas dengan proses persalinan yang akan dihadapinya nanti, karena di lihat dari pengalaman kakanya bersalin, sehingga Ny. N merasa cemas apakah bayinya akan lahir dengan normal atau tidak. Ny. A merasa cemas apakah bayinya akan lahir dengan normal atau tidak, ia cemas dan takut jika terjadi sesuatu dengan bayi yang dikandungnya. Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa sebagian besar ibu hamil mengalami kecemasan selama trimester III dan yang membedakan adalah tingkat kecemasannya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang juga menunjukkan efektivitas terapi musik dalam mengurangi kecemasan pada ibu hamil.

Penelitian yang dilakukan oleh Suciati dkk. (2020) menemukan bahwa terapi musik klasik dapat menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III secara signifikan, dengan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Penelitian tersebut juga menunjukkan penurunan rata-rata skor kecemasan dari 29,13 sebelum intervensi menjadi 10,83 setelah diberikan terapi musik klasik.

4.2.3 Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III Di Puskesmas oesapa Setelah Dilakukan Terapi Musik Klasik

Penanganan kecemasan dapat dilakukan melalui terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi farmakologi melibatkan penggunaan obat-obatan seperti anestesi atau analgesik, meskipun beberapa jenis analgesik dapat memberikan efek buruk pada janin. Sementara itu, terapi nonfarmakologi mencakup relaksasi, hipnoterapi, imajinasi, umpan balik biologis, psikoprofilaksis, sentuhan terapeutik, TENS (*Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*), hidroterapi, dan teknik distraksi. Teknik distraksi bertujuan untuk mengalihkan fokus perhatian seseorang ke stimulus lain, sehingga dapat mengurangi kewaspadaan terhadap rasa sakit. (Suharna *et al.*, 2021)

Terapi musik klasik dapat membantu mengurangi kecemasan pada ibu hamil, karena dianggap sebagai teknik yang efektif untuk mengalihkan perhatian dari kecemasan yang berlebihan. Musik klasik dapat memberikan efek relaksasi, mengurangi stres, menciptakan rasa aman dan sejahtera, menghilangkan kesedihan, meningkatkan suasana hati, serta membantu meredakan rasa sakit (Rosdewati, 2022).

Terapi musik idealnya dapat dilakukan selama kurang lebih 30 menit hingga satu jam tiap hari, namun jika tidak memiliki cukup waktu maka terapi ini dapat dilakukan 10 menit, karena selama waktu 10 menit telah membantu pikiran responden beristirahat (Kote & Susanti, 2024b)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, tingkat kecemasan subjek penelitian yang diukur menggunakan kuesioner DASS, setelah dilakukan terapi musik klasik selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 30-60 menit setiap hari, didapatkan hasil adanya penurunan

tingkat kecemasan, pada Ny. D menjadi tingkat kecemasan sedang (Nilai 14) dan pada Ny. N menjadi tingkat kecemasan berat (Nilai 19). Pasien 1 (Ny. D) mengatakan setelah dilakukan terapi musik klasik ia merasa sangat rileks dan tenang, serta kelelahan yang dirasakannya berkurang. Sedangkan pasien 2 (Ny. N) mengatakan setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat ia merasa rileks, nyaman. Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa ada pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida trimester III. Terapi musik klasik mempunyai banyak manfaat bagi tubuh yaitu membuat tubuh menjadi rileks, melancarkan sirkulasi darah, mengurangi stress, kecemasan dan kelelahan.

4.2.4 Gambaran Pengaruh Terapi Musik Klasik Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Ibu Primigravida Trimester III Di Puskesmas Oesapa

Teknik distraksi menggunakan terapi musik klasik bekerja dengan mengarahkan fokus pendengarnya pada suara dan irama musik selama 30 menit, sambil memejamkan mata dan membayangkan hal-hal positif. Metode ini dapat memberikan efek relaksasi sekaligus stimulasi (Novianti & Yudiarso, 2021).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, tingkat kecemasan Ny. D dan Ny. N yang diukur menggunakan kuesioner DASS, sebelum dan setelah dilakukan terapi musik klasik selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 30-60 menit setiap hari, didapatkan hasil adanya penurunan tingkat kecemasan. Pada Ny. D terjadi penurunan kecemasan pada pertemuan ke 3, yaitu dari tingkat kecemasan berat menjadi tingkat kecemasan sedang. Sedangkan pada Ny. N, terjadi penurunan tingkat kecemasan pada pertemuan ke 3, yaitu dari tingkat kecemasan sangat berat menjadi tingkat kecemasan berat. Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa terapi musik klasik dapat mengurangi kecemasan pada ibu hamil trimester III. Musik klasik dampak fisiologis bagi tubuh, seperti melancarkan sirkulasi darah, merelaksasi otot, mengurangi stress dan kelelahan. Dengan mendengarkan musik klasik selama 30-60 menit dapat memberikan kenyamanan dan relaksasi pada tubuh sehingga mampu mengurangi tingkat kecemasan seseorang.

Temuan ini diperkuat oleh penelitian Suharnah (2021), yang menunjukkan bahwa terapi musik klasik berpengaruh signifikan dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III di UPTD Puskesmas Turikale, Kabupaten Maros. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan setelah intervensi dilakukan.

4.3 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini masih jauh dari sempurna, ada beberapa hal yang menjadi keterbatasan dalam penelitian ini, yaitu: pemilihan subjek penelitian yang sesuai dengan kriteria, dan jarak antar subjek penelitian yang satu dengan yang lain karena selama melakukan penelitian penulis mengunjungi rumah (Home Visit). Dan yang terakhir, karena pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner, maka kebenaran data bergantung pada kejujuran subjek penelitian.