

PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PADA IBU POST SECTIO CAESAREA

Rina Mariani¹⁾, Al Murhan²⁾

^{1),2)} Prodi/Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang

E-mail : rinadainang@gmail.com

THE EFFECT OF MUSIC THERAPY ON REDUCING PAIN SCORES IN POST-CESAREAN SECTION MOTHERS

Abstract: *The problem faced by mothers after caesarean section surgery that often arises is pain, for this reason, action is needed so that mothers are able to control the pain problem. Music therapy is an action that can reduce pain in mothers after caesarean section surgery. The aim of the research is to determine the effect of music therapy on reducing the pain scale in mothers after caesarean section surgery. Quasi-experimental research design with a pre-post test design with control group. The research sample consisted of 39 intervention groups and 39 control groups. The independent variable is music therapy and the dependent variable is pain. Analysis uses independent t test. The research results showed that 70.5% of respondents were 20-35 years old, 55.1% had secondary education, 66.7% had first parity, and 73.1% had first surgical experience. The results of the independent t test showed that there was a decrease in the average pain score in the intervention group from 6.23 to 3.41 and in the control group from 5.64 to 4.59. Providing music therapy and analgesics can reduce pain more quickly than just giving analgesics to post op caesarean section patients. The results of the study showed that there was a significant effect of music therapy on reducing pain with $p = 0.000$. It is recommended that post-op SC patients be given music therapy to reduce pain.*

Keywords: *music, pain, sectio caesarea*

Abstrak: Masalah yang dihadapi ibu post operasi *sectio caesarea* yang sering muncul adalah nyeri, untuk itu diperlukan tindakan agar ibu mampu mengendalikan masalah nyerinya. Terapi musik merupakan suatu tindakan yang dapat mengurangi nyeri pada ibu post operasi *sectio caesarea*. Tujuan penelitian adalah mengetahui pengaruh terapi musik terhadap penurunan skala nyeri pada ibu post operasi *sectio caesarea*. Desain penelitian *quasi eksperimen* dengan rancangan *pre post test design with control group*. Sampel penelitian terdiri dari 39 kelompok intervensi dan 39 kelompok kontrol. Variabel bebasnya yaitu terapi musik dan variabel terikatnya nyeri. Analisis menggunakan *t test independent*. Hasil penelitian, 70,5% umur responden 20-35 tahun, 55,1% pendidikan menengah, 66,7% paritas pertama, dan 73,1% pengalaman operasi pertama. Hasil uji t test independen, adanya penurunan rata-rata skor nyeri pada kelompok intervensi dari 6,23 menjadi 3,41 dan pada kelompok kontrol dari 5,64 menjadi 4,59. Pemberian terapi musik dan analgetik dapat menurunkan nyeri lebih cepat dibandingkan hanya memberikan analgetik pada pasien post op *sectio caesarea*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan terapi musik terhadap penurunan nyeri dengan $p=0,000$. Disarankan pasien post op SC, diberikan terapi musik untuk mengurangi nyeri.

Kata kunci: *musik, nyeri, sectio caesarea*

PENDAHULUAN

Menurut *Internasional Asosiasi for Study of Pain* (IASP), nyeri sebuah fenomena kompleks yang tidak hanya melibatkan respons fisik atau mental tetapi juga reaksi emosional individu. Nyeri menjadi alasan ketidaknyamanan yang dialami seseorang atau individu dan sering kali menjadi alasan seseorang untuk mendapatkan perawatan medis. Bebas dari rasa nyeri merupakan salah satu kebutuhan pasien. Nyeri berasal dari area tertentu seperti situasi yang tidak menyenangkan itu disebabkan oleh kerusakan jaringan (Tamsuri, 2015).

Nyeri setelah post operasi merupakan hal yang biasa terjadi, perlu diwaspadai jika nyeri tersebut disertai dengan komplikasi pasca operasi seperti luka jahitan yang tidak menutup, infeksi pada luka operasi, dan gejala lain yang berhubungan dengan jenis operasi (Potter and Perry, 2012). *Sectio Caesarea* (SC) adalah persalinan melalui pembedahan. WHO menetapkan standar rata-rata persalinan SC disuatu negara adalah sekitar 10% – 15% dari seluruh persalinan di negara-negara berkembang. Jumlah persalinan SC di rumah sakit pemerintah sekitar 11% dari total jumlah kelahiran, sedangkan di rumah sakit swasta jumlahnya lebih tinggi yaitu sekitar 30% dari total jumlah kelahiran. Jumlah kasus SC di Indonesia sebesar 22,8% dari seluruh kelahiran. Sementara proporsi tertinggi terdapat di DKI Jakarta (19,9%) dan terendah di Sulawesi Tenggara (3,3%). Angka kelahiran SC di Provinsi Lampung, berkisar 4,5% dari seluruh kelahiran (Litbang Depkes RI, 2013).

Pasien post op SC akan mengeluh nyeri pada luka jahitan post op tersebut. Keluhan ini merupakan hal yang wajar karena tubuh mengalami luka dan proses penyembuhannya belum sempurna. Dampak nyeri yang perlu ditanyakan kepada pasien adalah hal-hal spesifik yang dialami pasien seperti pengaruhnya terhadap pola tidur, pola makan, energi, menyusui, dan aktifitas (Zakiyah, 2015). Bahkan bila nyerinya

berkepanjangan bisa menimbulkan risiko *post partum blues*.

Nyeri pada ibu nifas SC dirasakan pada hari pertama dan ke dua pasca operasi. Tindakan ini berdampak pada rasa takut dan cemas terhadap rasa sakit yang dirasakan setelah obat analgesik habis. Nyeri dapat diatasi dengan manajemen nyeri, hal ini bertujuan untuk menurunkan nyeri sampai pada tingkat kenyamanan yang dirasakan klien. Terapi yang diberikan adalah terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi non farmakologi yang sering diberikan adalah tehnik distraksi, tehnik tehnik relaksasi, hypnosis, *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS), akupunktur, kompres hangat dan dingin, pijat sentuh dan aroma terapi. Salah satu tehnik distraksi adalah mendengarkan musik. Pada keadaan perawatan akut, mendengarkan musik dapat memberikan hasil yang sangat efektif dalam upaya mengurangi nyeri pasien pasca operasi (Djamil R, Rompas S, 2015).

Data kelahiran post op SC di RSD. Ryacudu Kotabumi Lampung Utara mengalami peningkatan setiap tahunnya, pada tahun 2015 kelahiran SC sebesar 45,29%, tahun 2016 sebesar 47,92%, dan tahun 2017 sebesar 55,38% (Ryacudu, 2018). Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti terhadap ibu post op SC pada hari pertama dan kedua, mengatakan mereka merasakan nyeri setelah dilakukan operasi. Mereka menyatakan tidak nyaman dengan rasa sakit yang dirasakan, takut bergerak, merasa terganggu tidur dan istirahatnya, bahkan belum memberikan ASI kepada bayinya karena merasakan sakit/nyeri. Informasi dari kepala ruang kebidanan mengatakan bahwa nyeri yang dirasakan ibu post op SC tidak hanya hari pertama, dan kedua bahkan ada yang sudah pada hari ketiga. Tindakan yang diberikan hanyalah pemberian obat-obatan. Belum diterapkan pemberian terapi lainnya seperti relaksasi nafas dalam, aroma terapi dan terapi musik. Terapi musik merupakan suatu tindakan yang dapat

mengalihkan perhatian seseorang dari nyeri sehingga akan mengurangi nyeri yang dirasakan klien. Hasil penelitian yang dilakukan Yusnita, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi musik terhadap manajemen nyeri pada pasien post operasi *sectio caesarea* di ruang Delima RSUD Pasar Rebo tahun 2013.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *quasi eksperimen* menggunakan *pre post test design with control group* dengan intervensi berupa terapi musik. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post operasi *sectio caesarea* yang dirawat di ruang Kebidanan RSD. Mayjend. HM. Ryacudu berjumlah 78 responden. Sampel yang terlibat pada penelitian ini sebanyak 39 responden pada kelompok intervensi yang diberikan terapi musik dan obat analgesik dan 39 responden pada kelompok kontrol yang diberikan obat analgesik. Pemilihan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* yaitu *consecutive sampling*. Instrument untuk mengukur skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)* dan tahapan mendengarkan musik. Pemberian terapi musik diberikan selama 15 menit pada kelompok intervensi dengan musik instrumen yang disukai klien dengan media handphone dan headset.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori *Gate Control*, terapi musik dapat mengatasi nyeri, bahwa impuls nyeri dapat diatur atau dihambat oleh mekanisme pertahanan sepanjang sistem saraf pusat. Teori ini menyatakan bahwa impuls nyeri dihantarkan ketika pertahanan terbuka dan impuls dihambat ketika pertahanan ditutup. Salah satu cara untuk menutup mekanisme pertahanan ini adalah dengan merangsang sekresi endorfin

Analisis menggunakan uji *t independent* dan uji *t dependent*. Untuk melihat hasil kemaknaan perhitungan statistik digunakan batas kemaknaan 95%, artinya jika *p value* < 0,05 maka hasilnya bermakna atau jika *p value* > 0,05 maka hasilnya tidak bermakna.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Perbedaan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Intervensi pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol di RSD. Mayjend. HM. Ryacudu Kotabumi Tahun 2018

Skala nyeri	Kelm pok	Mean	SD	SE	p	N
-Sebelum	Inter	6,23	1.063	0,170	0,000	39
-Sesudah	vensi	3,41	0,850	0,136		
-Sebelum	Kon	5,64	0,778	0,125		
-Sesudah	trol	4,59	0,751	0,120		

Tabel di atas menunjukkan terdapat perbedaan skala nyeri pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi musik yaitu dari 6,24 menjadi 3,41. Terdapat pengaruh terapi musik terhadap penurunan skala nyeri pada ibu post operasi *sectio caesarea* dengan *p value* 0,000. Pemberian analgetik dan terapi musik terbukti lebih cepat memberikan efek meredakan nyeri dibandingkan hanya memberikan analgetik pada pasien pasca SC

yang akan menghambat impuls nyeri (Potter and Perry, 2012). Musik sendiri juga dapat merangsang peningkatan hormon endorfin yaitu suatu zat yang mirip morfin yang diproduksi tubuh, sehingga efek yang terjadi adalah berkurangnya rasa sakit/nyeri serta dapat memberikan perasaan tenang dan bahagia (Natalina, 2013).

Terapi musik merupakan salah satu intervensi alami non invasif yang dapat diberikan secara sederhana kepada klien, tidak selalu

memerlukan kehadiran terapis ahli selama prosedur, biaya terjangkau dan tidak menimbulkan efek samping kepada klien. Terapi musik ini digunakan untuk menyembuhkan suatu penyakit dengan menggunakan bunyi atau ritme tertentu (Pratiwi, 2014). Jenis musik yang digunakan dalam terapi musik dapat disesuaikan dengan keinginan atau kesukaan klien, dalam penelitian ini peneliti menggunakan musik instrumental dari lagu-lagu yang disukai klien, hal ini memberikan perasaan nyaman dan rileks pada klien sehingga nyeri yang dirasakan klien akan berkurang. Pemilihan musik favorit yang sesuai dengan selera pendengarnya merupakan hal yang penting, karena musik bersifat subyektif sehingga mempunyai pengaruh yang berbeda-beda pada setiap orang. Musik akan mudah diterima jika sudah sering didengarkan. Klien mengatakan merasa nyaman mendengarkan musik dan beberapa klien bahkan tertidur saat mendengarkan musik.

Penurunan rasa nyeri dengan menggunakan musik sangat efektif karena musik dapat mengalihkan perhatian dan kecemasan terhadap nyeri yang dirasakan klien, dengan mendengarkan musik otak merangsang pelepasan hormon endorfin yang berfungsi untuk mengurangi nyeri yang dirasakan pada bagian tubuh yang sakit (Astuti, 2016). Terapi musik memberikan pikiran dan tubuh mengalami relaksasi sehingga nyeri teralihkan dan klien merasa nyaman. Hal ini sejalan dengan penelitian Ramadhani, terdapat pengaruh terapi musik klasik Mozart terhadap intensitas nyeri pasien pasca operasi *sectio caesarea* di RS Ibu dan Anak Siti Fatimah Makassar diperoleh nilai *p value* 0,000. Penelitian ini juga sependapat dengan TE Nurdiansyah, pemberian terapi musik memiliki efektifitas yang lebih baik dalam manajemen nyeri pasca operasi ($p=0,000$).

PENUTUP

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan terapi musik terhadap penurunan skala nyeri pada ibu post operasi *sectio caesarea* dengan nilai *p value* 0,000. Terapi musik dapat menjadi intervensi keperawatan yang efektif untuk mengurangi nyeri pada klien pasca operasi *sectio caesarea*.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti A, Merdekawati D. Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Skala Nyeri Pasien Post Operasi. *J Iptek Terap* [Internet]. 2016;10(3):148–54. Available from: <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/854244>
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Riset Kesehatan Dasar* [Internet]. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2013. Available from: www.litbang.depkes.go.id
- Natalina D. *Terapi Musik Bidang Keperawatan*. Jakarta: Mitra Wacana Media; 2013.
- Nurdiansyah TE. Pengaruh Terapi Musik Terhadap Respon Nyeri Pada Pasien dengan Post Operasi di RSUD A. Dadi Tjokrodipo Kota Bandar Lampung. *J Kesehat* [Internet]. 2015;6(1):14–22. Available from: <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK/article/viewFile/20/18>
- Potter PA, Perry AG, Stockert PA, Hall A. *Fundamentals of Nursing*. 8th ed. St. Louis, Missouri: Elsevier Mosby; 2012.
- Pratiwi DR. Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Asuhan Keperawatan Ny. S dengan Fraktur Femur Sinistra 1/3 Distal dan Fraktur Radius Ulna Dekstra 1/3 Tengah di Ruang Mawar RSUD Dr. Soediran Mangun Sumarso

- Wonogiri [Internet]. 2014. Available from: <https://digilib.ukh.ac.id/files/disk1/14/01-gdl-desiratnap-668-1-ktidesi-3.pdf>
- Zakiyah A. Nyeri: Konsep dan Penatalaksanaan dalam Praktik Keperawatan Berbasis Bukti. Jakarta: Salemba Medika; 2015.
- Ramadhani R. Pengaruh Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Pasca Operasi Seksio Sesarea di RSKD Ibu dan Anak Siti Fatimah Makassar [Internet]. Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar. Makassar: Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar; 2014. Available from: <http://repositori.uin-alauddin.ac.id/6104/>
- Rivaldy Djamal, Sefty Rompas & JB. Pengaruh Terapi Musik Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Fraktur Di Irina A Rsup Prof. Dr. R.D. Kandou Manado. *e-Jurnal Keperawatan UNSRAT* [Internet]. 2015;3(2):1–6. Available from: <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/jkp/article/view/9596>
- Ryacudu RMR. Data Tahunan Ruang Kebidanan. Tidak Dipublikasikan; 2018.
- Tamsuri, A. (2015). Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri. Jakarta: EGC.
- Yusnita E. Pengaruh Terapi Musik Terhadap Manajemen Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea di Ruang Delima RSUD Pasar Rebo Tahun 2013. 2013.