

ABSTRAK

Najwa Savitri Hadi

EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III

xiv + 127 Halaman + 6 Tabel + 32 Lampiran

Kehamilan trimester III sering menimbulkan kecemasan pada primigravida yang dapat berdampak pada ibu dan janin. Terapi musik telah diakui efektif dalam memberikan relaksasi dan menjadikannya pilihan intervensi nonfarmakologis yang menjanjikan untuk mendukung pelayanan antenatal care. Studi ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas terapi musik terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III.

Penelitian ini menerapkan desain pre-eksperimental dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Sampel penelitian terdiri dari 44 ibu hamil yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Tingkat kecemasan responden sebelum dan sesudah pemberian intervensi terapi musik diukur menggunakan instrumen *Perinatal Anxiety Screening Scale* (PASS). Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah perlakuan.

Sebelum pemberian terapi musik, mayoritas ibu hamil berada pada tingkat kecemasan ringan hingga sedang. Setelah dilakukan intervensi, hampir separuh responden menunjukkan tingkat kecemasan minimal. Hasil analisis statistik memperoleh nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi terapi musik. Temuan ini menunjukkan bahwa terapi musik efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III. Oleh karena itu, terapi musik dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis yang direkomendasikan dalam pelayanan *antenatal care* sebagai upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu hamil.

Kata kunci: Terapi Musik, Kecemasan, Primigravida, Trimester III, Kehamilan
Daftar bacaan: 22 buku (2015-2025), 25 Jurnal

ABSTRACT

Najwa Savitri Hadi

THE EFFECTIVENESS OF MUSIC THERAPY ON ANXIETY LEVELS IN
THIRD-TRIMESTER PRIMIGRAVIDA WOMEN

xiv + 127 Pages + 6 Tabela + 32 Appendices

Pregnancy in the third trimester often causes anxiety in primigravida women, which can affect both the mother and the fetus. Music therapy has been recognized as effective in providing relaxation and is a promising non-pharmacological intervention option to support antenatal care services. This study aims to analyze the effectiveness of music therapy on anxiety levels in primigravida women in their third trimester.

This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest–posttest approach. The study sample consisted of 44 pregnant women selected using purposive sampling. The respondents' anxiety levels before and after the music therapy intervention were measured using the Perinatal Anxiety Screening Scale (PASS) instrument. The data obtained were then analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test to determine the difference in anxiety levels before and after treatment.

Before music therapy was administered, the majority of pregnant women had mild to moderate anxiety levels. After the intervention, nearly half of the respondents showed minimal anxiety levels. Statistical analysis yielded a p-value of 0.001 ($p < 0.05$), indicating a significant difference between anxiety levels before and after music therapy intervention. These findings indicate that music therapy is effective in reducing anxiety levels in primigravida pregnant women in their third trimester. Therefore, music therapy can be used as a recommended non-pharmacological intervention in antenatal care as a promotive and preventive measure to improve the psychological well-being of pregnant women.

Keywords: Music Therapy, Anxiety, Primigravida, Third trimester, Pregnancy

References: 22 books (2015-2025), 25 Journals