

**EFEKTIFITAS TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP
PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA IBU
NIFAS DI RUMAH SAKIT BHAYANGKARA
DENPASAR**



SKRIPSI

**Oleh:
Ni Luh Sudarmianti**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

**EFEKTIFITAS TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP
PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA IBU
NIFAS DI RUMAH SAKIT BHAYANGKARA
DENPASAR**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh:

**Ni Luh Sudarmianti
NIM. A1225021**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Luh Sudarmianti

NIM : A1225021

Jurusan : Sarjana Kebidanan

Judul Skripsi : Efektifitas Terapi Musik Klasik terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Ibu Nifas di Rumah Sakit Bhayangkara Denpasar

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan dan pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 29 Juni 2026
Peneliti



(Ni Luh Sudarmianti)

HALAMAN PERSETUJUAN

EFEKTIFITAS TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA IBU NIFAS DI RUMAH SAKIT BHAYANGKARA DENPASAR

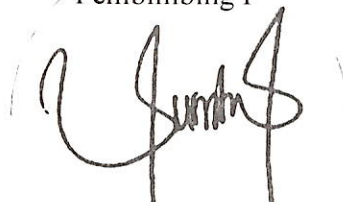
Diajukan Oleh:

NI LUH SUDARMIANTI
NIM. A1225021

Badung, 29 Juni 2026

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing:

Pembimbing I



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M. Keb
NIDN : 0808068701

Pembimbing II



Maria Manda Puspita, S.ST., M. Keb
NIDN : 0813058901

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan

Ka Prodi



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M. Keb
NIDN : 0808068701

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI
DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA
KEBIDANAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI

Tanggal : 3 Juli 2026

Diajukan Oleh:

NI LUH SUDARMIANTI
NIM. A1225021

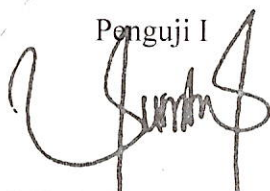
Disahkan oleh Tim Penguji Terdiri dari :

Ketua Penguji



Bd. Ni Putu Yunita Sri Lestari, S.Keb., M.Keb
NIDN : 0801019503

Penguji I



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M. Keb
NIDN : 0808068701

Penguji II



Maria Manda Puspita, S.ST., M. Keb
NIDN : 0813058901

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ka Prodi



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M. Keb
NIDN : 0808068701

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN**

Skripsi, Juni 2026

Ni Luh Sudarmianti

Efektifitas Terapi Musik Klasik terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Ibu Nifas di Rumah Sakit Bhayangkara Denpasar

LXVI + 57 halaman + 7 tabel + 2 gambar + 15 lampiran

ABSTRAK

Tingginya prevalensi tingkat kecemasan ibu post partum, gangguan ini umum terjadi pada perempuan dari masa kehamilan hingga dan postpartum, namun seringkali tidak tertangani dengan baik sehingga akan mengakibatkan postpartum blues hingga depresi pada ibu postpartum. Penatalaksanaan non farmakologis salah satunya terapi musik. Musik dapat memicu *system limbic* di otak untuk melepaskan hormone endorphen, sehingga dapat meningkatkan rasa yang nyaman. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu nifas di Rumah Sakit Bhayangkara Denpasar.

Metode penelitian yang digunakan desain kuasi-eksperimen dengan pendekatan one grup pretest and post test design. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 33 orang ibu nifas, menggunakan teknik *purposive sampling*. Kuesioner yang digunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Peneliti memberikan rekaman berisi iringan musik klasik yang bisa didengarkan dari telepon seluler responden menggunakan *earphone*. Dilakukan selama 20 menit sebanyak dua kali sehari pagi dan sore selama 3 hari berturut-turut.

Hasil penelitian ini menunjukan sebelum diberikan terapi musik klasik sebagian besar ibu nifas mengalami kecemasan sedang. Setelah diberikan terapi musik klasik sebagian besar ibu nifas mengalami kecemasan ringan. Adanya efektivitas terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu nifas di Rumah Sakit Bhayangkara Denpasar dengan *p value* 0,001 ($p < 0,05$). penelitian selanjutnya perlu memperluas cakupan populasi ke berbagai wilayah di Bali maupun Indonesia dengan karakteristik budaya dan sosial yang beragam, guna meningkatkan generalisasi dan relevansi hasil penelitian secara nasional.

Kata Kunci : Kecemasan, post partum, terapi musik klasik

Daftar Pustaka : **28 (2018-2026)**

BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION

BACHELOR'S DEGREE OF MIDWIFERY PROGRAM AND PROFESSIONAL

Undergraduate thesis, June 2026

Ni Luh Sudarmianti

The Effectiveness of Classical Music Therapy in Reducing Anxiety Levels Among Postpartum Mothers at Bhayangkara Hospital Denpasar

LXVI + 57 + 7 tables + 2 figures + 15 appendices

ABSTRACT

Anxiety is a common issue among women from pregnancy through the postpartum period; however, it often goes untreated, potentially leading to conditions ranging from "postpartum blues" to clinical postpartum depression. One form of non-pharmacological management is music therapy. Music can stimulate the brain's limbic system to release endorphins, thereby promoting a sense of comfort. This study aimed to determine the effectiveness of classical music therapy in reducing anxiety levels among postpartum mothers at Bhayangkara Hospital, Denpasar.

A quasi-experimental design utilizing a one-group pretest-posttest approach was employed. The study sample consisted of 33 postpartum mothers selected via purposive sampling. Anxiety levels were assessed using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Participants listened to a classical music recording on their mobile phones using earphones for 20 minutes, twice daily (morning and afternoon), over three consecutive days.

The results showed that prior to the intervention, the majority of the mothers experienced moderate anxiety, whereas after the classical music therapy, most experienced only mild anxiety. The study demonstrated the effectiveness of classical music therapy in reducing anxiety levels among postpartum mothers at Bhayangkara Hospital, Denpasar (p -value = 0.001; $p < 0.05$). Future research should expand the study population to include diverse regions across Bali and Indonesia—encompassing varied cultural and social characteristics—to enhance the generalizability and national relevance of the findings.

Keywords: Postpartum anxiety, classical music therapy

Bibliography: 28 (2018-2026)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widi Wasa, berkat asung kerta wara nugraha–Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Efektifitas Terapi Musik Klasik terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Ibu Nifas di Rumah Sakit Bhayangkara Denpasar” sesuai dengan waktu yang direncanakan.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Kebidanan (S.Keb) pada program studi Sarjana Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

Skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M., selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan Program Ilmu Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb., selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usada Bali sekaligus pembimbing I saya yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini
3. Maria Manda Puspita, S.ST., M.Keb selaku pembimbing II yang telah memberikan waktu luang dengan penuh kesabaran untuk peneliti dalam memberi masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.

4. Bd. Ni Putu Yunita Sri Lestari, S.Keb.,M.Keb selaku penguji utama skripsi ini yang telah memberikan masukan hingga skripsi ini menjadi lebih baik.
5. Seluruh pihak yang turut berperan penting dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini kurang sempurna, oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih.

Badung, Juni 2026

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
1) Pelayanan Kebidanan.....	4
2) Masyarakat.....	5
3) Institusi Pendidikan.....	5
4) Pengembangan Ilmu Kebidanan	5
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Kajian Teoritis	7
1. Konsep Nifas.....	7
2. Konsep Dasar Kecemasan	9
3. Konsep Terapi Musik Klasik	16

B. Kajian Empiris	24
C. Kerangka Teori	27
BAB III KERANGKA KONSEP HIPOTESIS DEFINISI OPERASIONAL	28
A. Kerangka Konsep	28
B. Hipotesis	28
C. Definisi Operasional Variabel.....	29
BAB IV METODE PENELITIAN	31
A. Rancangan Penelitian	31
B. Populasi dan Sampel.....	32
1. Populasi.....	32
2. Sampel	32
C. Tempat Penelitian	34
D. Waktu Penelitian	34
E. Etika Penelitian.....	34
F. Alat Pengumpul Data	37
1. Instrumen Penelitian	37
2. Validitas dan Reliabilitas	37
G. Prosedur Penelitian	38
H. Pengolahan Data	39
I. Analisis Data	41
BAB V HASIL PENELITIAN	42
A. Tempat dan Waktu Penelitian	42
B. Analisa Univariat.....	42
C. Analisa Bivariat	45
BAB VI PEMBAHASAN.....	47
A. Interpretasi Penelitian	47
B. Keterbatasan Penelitian	53
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	54
1. Pelayanan Kebidanan.....	54
2. Pendidikan Kebidanan	54
3. Penelitian Kebidanan	54

BAB VII PENUTUP	56
A. Simpulan.....	56
B. Saran	56
1. Bagi Pelayanan Kebidanan	56
2. Bagi Masyarakat	57
3. Bagi Institusi Pendidikan	57
4. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	57
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	30
Tabel 4.1	Desain <i>One Group Pretest-Posttest Design</i>	31
Tabel 5.1	Distribusi Frekuensi Responden di RS Bhayangkara.....	43
Tabel 5.2	Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu Nifas Sebelum diberikan Terapi Musik Klasik di RS Bhayangkara.....	44
Tabel 5.3	Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu Nifas Setelah diberikan Terapi Musik Klasik di RS Bhayangkara.....	44
Tabel 5.4	Hasil Uji Normalitas.....	45
Tabel 5.5	Efektifitas Terapi Musik Klasik terhadap Kecemasan Ibu Nifas di RS Bhayangkara.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Teori	27
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	28

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Keterangan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 Surat Pengantar Etik
- Lampiran 5 Sertifikat Etik
- Lampiran 6 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 7 Surat Keterangan Penelitian
- Lampiran 8 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 9 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 10 Lembar Kuesioner *HARS*
- Lampiran 11 Lembar Wawancara Identitas Responden
- Lampiran 12 SOP
- Lampiran 13 Hasil SPSS
- Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 15 Lembar Bimbingan

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
NSAID	: <i>Non Steroid Anti Inflammatory Drugs</i>
BPM	: Bidan Praktik Mandiri
RSIA	: Rumah Sakit Ibu dan Anak
HCG	: <i>Human Chorionic Gonadotropin</i>
HARS	: <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>
bpm	: <i>beats per minute</i>
SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
PONEK	: Pelayanan Obstetri Neonatal Emergensi Komprehensif
ICU	: <i>Intensive Care Unit</i>
P-Value	: <i>Probability value</i>

DAFTAR PUSTAKA

- Altahira, S. (2025) 'Efektivitas Pemberian Aroma Terapi Lemon Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Nifas', *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 4(1), pp. 34–39.
- Aprilia, N. and Husanah, E. (2021) 'Terapi Musik Klasik Pada Ibu Hamil Trimester III dalam Mengurangi Kecemasan Terhadap Persalianan', *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(2), pp. 132–141.
- Ariyani, F.D. (2023) 'Implementasi Terapi Musik Klasik, Kompres Hangat, Dan Aromaterapi Lemon Kepada Pasien Post Sectio Caesaria', *Jurnal Kebidanan*, pp. 113–121.
- Choiriyah, H. (2024) 'Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Sectio Caesarea: Literature Review'. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Hallit, S. *et al.* (2020) 'Validation of the Hamilton anxiety rating scale and state trait anxiety inventory a and B in Arabic among the Lebanese population', *Clinical epidemiology and global health*, 8(4), pp. 1104–1109.
- Hanifah, M. *et al.* (2020) 'Kajian jenis kecemasan masyarakat cilacap dalam menghadapi pandemi covid 19', *Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19* [Preprint].
- Hakimi, S., Hajizadeh, K., Hasanzade, R., & Ranjbar, M. (2021). A systematic review and meta-analysis of the effects of music therapy on postpartum anxiety and pain levels. *Journal of Caring Sciences*, 10(4), 230.
- Hardani, J.T. (2023) 'Efektivitas Terapi Musik Klasik Mozart Dan Edukasi Media Audiovisual Pada Ibu Dengan Postpartum Blues Di Rsud Kabupaten Bekasi 2023. 1–14'.
- Here, K.A.P., Batubara, S.O. and Gatum, A.M. (2017) 'Efektifitas Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Primipara Post Operasi Sectio Caesarea Di Ruang Flamboyan Rsud Prof. Dr. Wz Johannes Kupang', *Dr. WZ Johannes Kupang. Kupang: Fakultas Keperawatan STIKes CHMK Kupang* [Preprint].
- Herliawati, P.A. and Ariyanti, K.S. (2025) 'Faktor Ekstrinsik Masalah Mental Health Pada Ibu Pasca Melahirkan (Kualitatif Studi)', *Jomis (Journal of Midwifery Science)*, 9(2), pp. 150–159.

- Hidayah, F., Rini, S. and Hikmanti, A. (2022) 'Asuhan Kebidanan Pada ibu Nifas', in *Prosiding Seminar Nasional Unimus*.
- Kemenkes, R.I. (2018) 'Laporan Riskesdas 2018 Kementrian Kesehatan Republik Indonesia', *Laporan Nasional Riskesdas*, 53(9), pp. 154–165.
- Lestari, I.P., Hariyanto, R. and Apriliawati, A. (2022) 'Perbedaan Efektivitas Terapi Musik Klasik Mozart Dengan Terapi Musik Nature Sound Terhadap Respon Fisiologis (Heart Rate, Respiration Rate, Oxygen Saturation) Pada Bayi Prematur', *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(1), pp. 9–24.
- Manuaba (2019) *Ilmu kebidanan dan penyakit kandungan ,dan KB*. Jakarta: EGC.
- Nababan, L. (2021) 'Psikologi Kehamilan, Persalinan, Nifas'. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sapta Bakti.
- Ningrum, S.P. (2017) 'Faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi postpartum blues', *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), pp. 205–218.
- Organization, W.H. (2024) *WHO Expert Committee on Specifications for Pharmaceutical Preparations: fifty-seventh report*. World Health Organization.
- Perbawati, D. (2024) 'Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui'. Universitas dr. Soebandi.
- Pratiwi, K. and Rusinani, D. (2020) *Buku Ajar Psikologi Perkembangan Dalam Siklus Hidup Wanita*. Deepublish.
- Priansiska, N. and Aprina, H. (2024) *Psikologi Pada Ibu Nifas*. NEM
- Saifuddin, A. (2022) *Psikologi Umum Dasar*. Prenada Media.
- Suganda, Y. and Fitri, D. (2023) 'Pengaruh Pemberian Musik Klasik Terhadap Post Partum Blues Pada Ibu Primipara', *Jurnal Medisains Kesehatan*, 4(2), pp. 121–130.
- Suhadi, S. and Judin, M. (2022) 'Upaya Penurunan Kecemasan dengan Pemberian Relaksasi Distraksi', *Jurnal Masyarakat Mengabdikan Nusantara*, 1(3), pp. 42–53.
- Suparinsih, N.W.D. et al. (2024) 'Pengaruh Kombinasi Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Musik Klasik Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Inpartu Kala 1 Fase Aktif Di Rsud Sanjiwani', *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(5), pp. 8426–8433.
- Tanberika, F.S., Aifa, W.E. and Desriva, N. (2023) 'Pengaruh Terapi Musik

Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Nifas Di BPM Rosita Pekanbaru', *Ensiklopedia of Journal*, 5(4), pp. 454–457.

Wahyudi, D.P.A. and Riyanto, R. (2022) 'Penerapan Terapi Musik Untuk Menurunkan Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan Bogor Poltekkes Kemenkes Bandung'. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung.

Wahyuningsih, S.S.T. *et al.* (2025) *Buku Masalah Dalam Pemberian ASI*. Mahakarya Citra Utama Group.

Wijaya, W., Limbong, T.O. and Yulianti, D. (2023) *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas: Untuk Sarjana Akademik dan Profesi*. NEM