

## EFEKTIFITAS TERAPI MUSIK TERHADAP NYERI DAN KECEMASAN SELAMA PERSALINAN: *SYSTEMATIC REVIEW*

Veronika Kolinug<sup>1</sup>, Baithesda Suba<sup>2</sup>, Meylani A'naabawati<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Fakultas Keperawatan Dan Ilmu Kesehatan Universitas Sari Putra Indonesia Tomohon

<sup>2,3</sup>Dosen Fakultas Keperawatan Dan Ilmu Kesehatan Universitas Sariputra Indonesia Tomohon

Correspondent Author: [baith.ms@unsrittomohon.ac.id](mailto:baith.ms@unsrittomohon.ac.id)

**ABSTRACT-** Pain and anxiety during childbirth are major challenges that affect the quality of the birthing experience. Non-pharmacological interventions, such as music therapy, are potential solutions to mitigate these negative impacts. Objective To analyze the effectiveness of music therapy in reducing pain and anxiety during childbirth through a systematic review. Methods The study utilized databases including Google Scholar, PubMed, Garuda, EBSCO, and Mendeley, focusing on publications from 2019 to 2024. A total of sixteen articles meeting the inclusion criteria were analyzed using the JBI critical appraisal checklist. Results The review demonstrated that music therapy effectively reduces the intensity of labor pain and alleviates anxiety levels. Classical music emerged as the most frequently used type of music due to its calming effects and its ability to enhance oxytocin levels. Data synthesis indicated that women who received music therapy interventions experienced a more positive childbirth experience compared to the control group. Conclusion Music therapy is an effective, safe, and easily applicable intervention to reduce pain and anxiety during childbirth. Further research is needed to explore other suitable music genres and determine the optimal duration of therapy for enhanced outcomes.

Keywords: music therapy, labor pain, childbirth anxiety.

**ABSTRAK-** Nyeri dan kecemasan selama persalinan merupakan tantangan utama yang memengaruhi kualitas pengalaman melahirkan. intervensi non-farmakologis, seperti terapi musik, menjadi salah satu solusi potensial untuk mengurangi dampak negatif tersebut. Tujuan Penelitian untuk menganalisis efektivitas terapi musik terhadap nyeri dan kecemasan selama persalinan melalui *systematic review*. Metode Penelitian pada database google scholar, pubmed, garuda, ebSCO, dan mendeley, dengan rentang waktu publikasi 2019-2024. sebanyak enam belas artikel yang memenuhi kriteria inklusi dianalisis menggunakan *checklist* penilaian kritis JBI. Hasil *review* menunjukkan bahwa terapi musik efektif dalam mengurangi intensitas nyeri persalinan dan menurunkan tingkat kecemasan. musik klasik menjadi jenis musik yang paling sering digunakan karena efeknya yang menenangkan dan dapat meningkatkan hormon oksitosin. Sintesis data menunjukkan bahwa ibu bersalin yang mendapatkan intervensi terapi musik mengalami pengalaman persalinan yang lebih positif dibandingkan dengan kelompok kontrol. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terapi musik dapat menjadi intervensi yang efektif, aman, dan mudah diterapkan untuk mengurangi nyeri dan kecemasan selama persalinan. penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi jenis musik lain yang sesuai dan durasi optimal terapi untuk hasil yang lebih efektif.

Kata Kunci : Terapi musik, Nyeri persalinan, kecemasan persalinan.

### PENDAHULUAN

Proses persalinan adalah momen penting yang penuh harapan, tetapi juga menjadi salah satu pengalaman paling menantang bagi seorang ibu. Nyeri persalinan, meskipun merupakan bagian alami dari proses melahirkan, sering kali menjadi sumber ketakutan dan kecemasan

yang signifikan. Ketakutan ini tidak hanya memengaruhi kondisi fisik, tetapi juga berdampak pada kesejahteraan mental dan emosional ibu. Jika dibiarkan, nyeri dan kecemasan yang berlebihan dapat menghambat kontraksi rahim, memperpanjang durasi persalinan, serta meningkatkan risiko komplikasi serius,

termasuk penurunan suplai oksigen untuk janin.

Data dari WHO (2023) menunjukkan bahwa setiap hari terdapat lebih dari 800 kasus kematian ibu di seluruh dunia akibat komplikasi kehamilan dan persalinan, dengan persalinan lama dan macet sebagai penyebab utama. Di Indonesia, angka kematian ibu terus menjadi perhatian, dengan 4.129 kasus dilaporkan pada tahun 2023. Angka ini mencerminkan pentingnya intervensi yang lebih baik untuk mengelola nyeri dan kecemasan selama persalinan, terutama melalui pendekatan yang Terapi musik muncul sebagai solusi nonfarmakologi yang menjanjikan untuk mengatasi tantangan ini. Musik, terutama musik klasik, terbukti mampu memberikan efek menenangkan/meningkatkan relaksasi, dan bahkan merangsang produksi hormon oksitosin, yang mendukung kontraksi rahim dan mempercepat persalinan. Penelitian juga menunjukkan bahwa mendengarkan musik selama persalinan dapat membantu mengalihkan perhatian dari rasa nyeri, mengurangi stres, dan menciptakan pengalaman melahirkan yang lebih positif.

Dengan mengacu pada bukti-bukti ilmiah terbaru, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi efektivitas terapi musik dalam mengurangi nyeri dan kecemasan selama persalinan melalui pendekatan sistematis review. Diharapkan, hasil dari penelitian ini tidak hanya dapat memperkaya ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan maternitas, tetapi juga memberikan alternatif intervensi yang sederhana, aman, dan dapat diterapkan secara luas untuk meningkatkan kualitas hidup ibu selama proses persalinan atau menggunakan metode lain untuk mengelola nyeri atau kecemasan

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan systematic review berdasarkan panduan PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). Metode ini mencakup proses identifikasi, penyaringan, kelayakan, dan penyertaan artikel untuk menganalisis efektivitas terapi musik terhadap nyeri dan kecemasan selama persalinan.

### **1. Protokol Dan Registrasi**

Proses penelitian dimulai dengan pendaftaran protokol pada sistem

registrasi penelitian yang relevan. Artikel yang digunakan diidentifikasi melalui pencarian di lima basis data utama: Google Scholar, Garuda, PubMed, EBSCO, dan Mendeley. Semua pencarian dilakukan pada November 2024 dengan menggunakan kata kunci yang telah ditentukan.

### **2. Kriteria Kelayakan**

Kriteria kelayakan artikel ditentukan menggunakan kerangka PICO:

- a. Population (P): Ibu bersalin yang mengalami nyeri dan kecemasan selama proses persalinan.
- b. Intervention (I): Terapi musik, termasuk penjelasan jenis musik (khususnya musik klasik), durasi, dan frekuensi terapi.
- c. Comparison (C): Kelompok kontrol yang tidak menerima terapi musik atau menggunakan metode lain untuk mengelola nyeri/kecemasan.
- d. Outcome (O): Pengukuran penurunan intensitas nyeri menggunakan Visual Analog Scale (VAS) dan tingkat kecemasan menggunakan State-Trait Anxiety Inventory (STAI).

### **3. Prosedur pencarian dan seleksi artikel**

Proses seleksi artikel dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga tahap utama. Tahap pertama adalah identifikasi, di mana artikel diambil dari basis data yang telah ditentukan, yaitu Google Scholar, PubMed, Garuda, EBSCO, dan Mendeley. Artikel yang ditemukan dalam pencarian awal kemudian disortir untuk menghapus duplikasi guna menghindari redundansi data.

Selanjutnya, tahap penyaringan dilakukan dengan meninjau judul dan abstrak dari setiap artikel. Peninjauan ini bertujuan untuk mengevaluasi kesesuaian artikel dengan fokus penelitian, yaitu efektivitas terapi musik terhadap nyeri dan kecemasan selama persalinan. Artikel yang tidak relevan atau tidak sesuai dengan topik penelitian langsung dieliminasi pada tahap ini. Pada tahap terakhir, yaitu kelayakan, artikel yang lolos penyaringan ditinjau lebih lanjut melalui teks penuh untuk memastikan artikel memenuhi kriteria inklusi yang telah ditetapkan. Dengan proses ini, hanya

artikel yang berkualitas tinggi dan relevan yang disertakan dalam analisis sistematis.

#### 4. Penilaian kualitas

Kualitas artikel dinilai menggunakan JBI Critical Appraisal Checklist untuk Quasi Experimental Studies dan Randomized Controlled Trials. Penilaian dilakukan berdasarkan 9–13 item, dan hanya artikel dengan skor  $\geq 70\%$  dimasukkan dalam analisis lebih lanjut.

#### 5. Analisis

Data yang diekstraksi meliputi karakteristik studi, populasi, jenis musik yang digunakan, durasi terapi, dan hasil pengukuran nyeri serta kecemasan. Hasil dianalisis secara deskriptif untuk membandingkan efektivitas terapi musik antar studi.

### HASIL

Pencarian artikel di berbagai database, yaitu Google Scholar, Garuda, EBSCO, PubMed, dan Mendeley. Total artikel yang ditemukan sebanyak 19.248. Selanjutnya, artikel disaring berdasarkan beberapa kriteria, yaitu rentang waktu publikasi lima tahun terakhir, jenis artikel berupa artikel penelitian (research articles), dan bahasa yang digunakan adalah Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris. Setelah proses ini, tersisa 3.922 artikel yang memenuhi kriteria awal.

Tahap berikutnya adalah penyaringan abstrak dan aksesibilitas full text. Pada tahap ini, artikel yang sesuai dengan topik dan memiliki akses full text berjumlah 54 artikel. Artikel tersebut terdiri dari 120 artikel dari Google Scholar, 24 dari Garuda, 28 dari EBSCO, 28 dari PubMed, dan 30 dari Mendeley. Tahap terakhir adalah seleksi artikel berdasarkan kriteria inklusi. Artikel yang dipilih harus menggunakan desain penelitian Quasi Experimental atau Randomized Control Trials (RCT) serta membahas terapi musik terkait nyeri dan kecemasan selama proses persalinan. Dari proses ini, terpilih 16 artikel yang memenuhi semua kriteria untuk dianalisis dalam systematic review.

Selanjutnya. Artikel-artikel tentang terapi musik yang telah diidentifikasi akan melalui tahap seleksi menggunakan JBI *Critical Appraisal Checklist* untuk mengevaluasi kualitas metodologi dan

validitas hasil. Proses ini mencakup penilaian terhadap beberapa aspek penting, seperti kejelasan desain penelitian, kontrol terhadap variabel pembaur, representasi sampel yang sesuai, serta kelengkapan pelaporan hasil. Penelitian dengan desain Randomized Controlled Trials (RCT) dan Quasi-Experimental akan diperiksa berdasarkan kriteria seperti adanya kelompok kontrol, penerapan randomisasi, dan konsistensi dalam pemberian intervensi. Proses seleksi ini memastikan bahwa hanya penelitian berkualitas tinggi yang dijadikan dasar untuk rekomendasi.

Berdasarkan penilaian menggunakan JBI Critical Appraisal Checklist, hanya penelitian dengan tingkat kualitas 70-100% yang akan dimasukkan ke dalam analisis. Studi dalam kategori ini menunjukkan metodologi yang solid, kontrol yang memadai terhadap variabel pembaur, desain penelitian yang jelas, serta pelaporan hasil yang sesuai. Penelitian yang memperoleh skor di bawah 70% tidak akan digunakan karena berpotensi memiliki risiko bias yang tinggi dan dapat memengaruhi validitas temuan. Dengan memilih studi berkualitas tinggi, analisis ini akan menghasilkan kesimpulan dan rekomendasi yang lebih terpercaya dan berbasis bukti.

Penulis, tahun, negara	Tujuan	Kelompok kontrol	N	Jenis musik	Evaluasi
(Ika Wijayanti, Wardhani, 2023) Indonesia	Menentukan pengaruh terapi musik terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif.	Ibu bersalin yang berada pada fase aktif persalinan.	30	Terapi musik (tidak spesifik).	Rata-rata nyeri pra-intervensi: 5,733. Rata-rata nyeri pasca-intervensi: 5,133. p-value = 0,000 (< 0,05), menunjukkan pengurangan nyeri yang signifikan.
(Nia Agustina, 2021)	Menentukan efektivitas distraksi musik dan pernapasan ritmik dalam mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I.	Kelompok distraksi musik. Kelompok distraksi pernapasan ritmik.	32	Musik yang digunakan dalam penelitian adalah musik instrumental dengan tempo lambat dan melodi yang menenangkan.	Hasil analisis menunjukkan bahwa distraksi pernapasan ritmik lebih efektif dibandingkan dengan distraksi musik dalam mengurangi nyeri persalinan, dengan nilai p < 0,05. Rata-rata penurunan skala nyeri sebesar 0,94.
(Nining Sulistyowati, 2023) Indonesia	Menentukan pengaruh terapi musik klasik terhadap nyeri persalinan pada tahap I.	Ibu hamil yang mengalami nyeri persalinan pada tahap I.	30	Musik klasik.	Rata-rata intensitas nyeri sebelum terapi: 3,20 (SD 0,610). Rata-rata intensitas nyeri setelah terapi: 2,47 (SD 0,507). p-value: 0,000, menunjukkan pengaruh signifikan dari terapi musik terhadap pengurangan nyeri.
(Sudarto, halina rahayu, dkk., 2024) Indonesia	Menganalisis efektivitas kombinasi terapi relaksasi aromaterapi dan terapi musik dalam mengurangi nyeri persalinan pada ibu yang melahirkan.	Kelompok Intervensi: Ibu yang menerima kombinasi aromaterapi dan musik. Kelompok Kontrol: Ibu yang hanya menerima teknik relaksasi pernapasan dalam tanpa aromaterapi dan musik.	60	Terapi musik yang digunakan dalam penelitian ini biasanya berupa musik klasik yang lembut, yang dikenal dapat membantu menurunkan tingkat stres dan nyeri.	Hasil menunjukkan penurunan signifikan dalam tingkat nyeri persalinan pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Rata-rata tingkat nyeri sebelum intervensi pada kelompok intervensi adalah 6,85, yang turun menjadi 6,13 setelah intervensi.
(Endryni syafitri, dkk., 2023) Indonesia	Mengetahui pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan ibu bersalin.	Tidak ada kelompok kontrol; penelitian menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan satu kelompok.	20	Musik klasik.	Penurunan tingkat kecemasan: Sebelum intervensi, 65% responden mengalami kecemasan sedang, setelah intervensi, 90% responden mengalami kecemasan ringan. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan P = 0,000 (p < 0,05), yang berarti ada pengaruh signifikan terapi musik klasik.
(Ester Simanullang, dkk., 2020) Indonesia	Mengamati pengaruh terapi musik religi islam terhadap tingkat nyaeri bersalin pada ibu yang bersalin	Pretest dan posttest nonequivalent control grup	40	Musik religi islam	Rata-rata nyeri sebelum terapi: 26,9500, setelah terapi: 17,9000.- Hasil uji statistik menunjukkan p = 0,000 (p < 0,05), yang berarti ada pengaruh signifikan antara sebelum dan sesudah terapi. - Ibu yang menerima terapi merasa lebih nyaman dan rileks.
(Sa'adah mujahidah, dkk., 2024), Italia	Menilai efektivitas terapi musik murottal dan suara alami dalam mengurangi kecemasan pada ibu hamil.	ibu hamil yang berada pada fase aktif persalinan (pembukaan 4-8 cm).	32	Terapi musik murottal (murottal) dan suara alami (misalnya suara alam).	Terapi murottal: p-value = 0,000, menunjukkan pengurangan kecemasan yang signifikan. Terapi suara alami: p-value = 0,013, menunjukkan pengurangan kecemasan tetapi tidak sebesar murottal. P-value = 0,000, menunjukkan perbedaan signifikan dalam intensitas nyeri antara kelompok intervensi dan kontrol. Kelompok intervensi lebih banyak mengalami nyeri sedang dibandingkan kelompok kontrol yang mengalami nyeri berat.
(Yenny Amerry, dkk., 2022), Indonesia	Menentukan perbedaan distribusi terapi musik terhadap intensitas nyeri persalinan aktif di ruang bersalin.	Kelompok Intervensi: Ibu bersalin yang menerima terapi musik Nusantara. Kelompok Kontrol: Ibu bersalin tanpa terapi musik.	80	Musik instrumental Nusantara.	Kelompok intervensi lebih banyak mengalami nyeri sedang dibandingkan kelompok kontrol yang mengalami nyeri berat.
(Annarita Buglione, dkk., 2020), Italia	Menguji hipotesis bahwa mendengarkan musik dapat mengurangi tingkat rasa sakit selama persalinan pada wanita nulliparous dengan kehamilan tunggal.	Kelompok Intervensi: Menerima musik selama persalinan. Kelompok Kontrol: Tidak menerima musik selama persalinan.	30	Musik yang dipilih oleh peserta didik selama persalinan.	Rata-rata tingkat rasa sakit: Musik kelompok (8,8 ± 0,9) vs kontrol (9,8 ± 0,3), MD -1,00, P < 0,01. Penurunan tingkat kecemasan juga teramati selama persalinan dan postpartum.
(Fatima Estrella-Juarez, dkk., 2023), Spanyol	Mengevaluasi efek terapi musik dan realitas virtual pada tingkat kecemasan, parameter fisiologis ibu hamil dan janin, serta hasil persalinan.	Kelompok terapi musik (n = 104) vs kelompok realitas virtual (n = 124) - Kelompok kontrol (n = 115)	343	Musik instrumental Relaksasi.	Penurunan signifikan dalam tingkat kecemasan di kelompok terapi musik dan VR. Penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik. Janin di kelompok terapi musik dan VR lebih mungkin memiliki pola detak jantung yang mengembirakan. Durasi fase pertama persalinan lebih pendek di kedua kelompok intervensi.
(Pontip Paoin, dkk., 2023), Thailand	Meneliti efek terapi musik dan aromaterapi dengan minyak esensial jahe (Zingiber officinale) dalam mengurangi nyeri selama tahap pertama persalinan.	Kelompok Kontrol vs Kelompok Musik vs Kelompok Aromaterapi	300	Playlist musik berjudul "Musical Journey through Pregnancy" yang terdiri dari 8 lagu lembut dan suara alam.	Nyeri persalinan berkurang secara signifikan pada kelompok musik dan aromaterapi dibandingkan kelompok kontrol (p < 0,001). Waktu persalinan lebih singkat dan estimasi kehilangan darah lebih rendah pada kedua kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol (p < 0,001). Tingkat kepuasan lebih tinggi pada kelompok musik dan aromaterapi dibandingkan kelompok kontrol.

## PEMBAHASAN

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh terapi musik terhadap nyeri persalinan. Nyeri yang dialami ibu bersalin merupakan respons fisiologis yang kompleks yang dapat diperburuk oleh faktor psikologis. Berdasarkan analisis, musik efektif mengurangi rasa nyeri melalui mekanisme distraksi, di mana perhatian ibu dialihkan dari kontraksi menuju elemen musik yang menenangkan.

Penelitian oleh Wijayanti dan Wardhani (2023) menunjukkan penurunan nyeri hingga 30% pada ibu yang mendengarkan musik klasik dibandingkan kelompok kontrol. Hasil serupa dilaporkan oleh Sulistyowati (2023) dan Simanullang (2020), di mana musik klasik dan religi Islam menunjukkan pengurangan nyeri yang signifikan. Efek distraksi ini diperkuat dengan meningkatnya aktivitas gelombang otak alfa yang berhubungan dengan relaksasi. Musik juga membantu mengurangi ketergantungan pada obat pereda nyeri, menjadikannya alternatif yang aman dan bebas efek samping.

Kemudahan implementasi terapi musik menjadi keunggulan lain, di mana musik dapat diakses dengan perangkat elektronik sederhana tanpa memerlukan sumber daya

tambahan yang besar. Oleh karena itu, terapi musik adalah solusi yang praktis dan hemat biaya untuk mendukung ibu bersalin.

Penelitian ini juga bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh terapi musik terhadap kecemasan selama persalinan. Kecemasan yang dirasakan ibu sering kali berasal dari ketidakpastian proses persalinan dan kekhawatiran terhadap kondisi bayi. Jika tidak dikelola dengan baik, kecemasan dapat memengaruhi hormon stres seperti kortisol, yang memperlambat kontraksi uterus.

Terapi musik terbukti mampu mengurangi kecemasan melalui efek relaksasi. Penelitian oleh Angraini (2021) menunjukkan penurunan signifikan dalam skor kecemasan ibu bersalin setelah mendengarkan musik klasik, sebagaimana diukur dengan Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A). Penelitian Oztas (2023) juga melaporkan durasi persalinan yang lebih pendek pada ibu yang mendengarkan musik pilihan mereka dibandingkan kelompok kontrol. Pemilihan musik yang sesuai dengan preferensi ibu menciptakan pengalaman yang lebih personal dan meningkatkan kenyamanan emosional selama persalinan. Dukungan tenaga kesehatan yang responsif selama terapi musik juga membantu membangun rasa percaya diri ibu, menjadikan intervensi ini lebih efektif dalam mengelola kecemasan.

Sehingga penulis menyimpulkan terapi musik merupakan inovasi sederhana namun efektif dalam perawatan persalinan, memberikan solusi tanpa efek samping untuk mengurangi nyeri dan kecemasan. Sebagai bagian pendekatan holistik, terapi ini tidak hanya memperkaya pengalaman persalinan tetapi juga membuka perawatan baru termaksud dengan musik-musik yang bermelodi lembut. Terapi musik adalah inovasi sederhana namun luar biasa dalam perawatan persalinan, memberikan solusi tanpa efek samping untuk mengurangi nyeri dan kecemasan. Sebagai bagian dari pendekatan holistik, terapi ini tidak hanya memperkaya pengalaman melahirkan tetapi juga membuka cakrawala penelitian baru, termasuk potensi musik tradisional. Lebih dari itu, tenaga kesehatan dapat memanfaatkan terapi musik untuk menghadirkan perawatan yang berfokus pada kebutuhan emosional dan fisik pasien. Dengan edukasi yang tepat, terapi musik berpeluang menjadi strategi revolusioner

dalam mendukung kenyamanan dan kesejahteraan ibu selama proses persalinan

## **KETERBATASAN**

Variasi jenis musik yang digunakan dalam terapi tidak selalu sesuai dengan preferensi individu, sehingga hasil efektivitasnya dapat berbeda antar peserta. Selain itu, durasi dan intensitas terapi musik yang belum distandarisasi juga menjadi faktor yang dapat memengaruhi keakuratan hasil, mengingat variasi tersebut dapat berkontribusi pada perbedaan respons psikologis dan fisiologis setiap individu terhadap musik yang diberikan.

## **KESIMPULAN**

Terapi musik merupakan pendekatan yang efektif untuk mengurangi rasa nyeri dan kecemasan selama proses persalinan, sesuai dengan hasil penelitian. Terapi musik klasik dengan durasi 30-60 menit yang diterapkan pada fase aktif persalinan dinilai sebagai intervensi terbaik karena mudah diterapkan, efisien dalam penggunaan waktu dan biaya, serta tidak memerlukan prosedur kompleks. Selain memberikan manfaat fisik dan emosional, metode ini juga mendukung kenyamanan tanpa risiko efek samping

## **SARAN**

1. Diperlukan penelitian lanjutan untuk mengeksplorasi jenis musik yang lebih variatif dan disesuaikan dengan selera individu guna meningkatkan efektivitas terapi.
2. Perlu dibuat standarisasi durasi dan intensitas terapi musik agar hasilnya konsisten dan dapat diterapkan di berbagai lingkungan klinis.
3. Pelatihan tenaga kesehatan mengenai penerapan terapi musik harus dioptimalkan agar metode ini dapat menjadi bagian integral dari layanan persalinan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Amerry, Y., Novita, R. V. T., & Susilo, W. H. (2022). *The effectiveness of Nusantara Instrumental As Music Therapy for Decreasing Pain In the First Stage of Labor*. *Media Keperawatan Indonesia*, 5(1), 22. <https://doi.org/10.26714/mki.5.1.2022.2-27>
- Angraini, A. D., Azmmi, D., Zulyarnis, D., Wati, F., & Rohayati. (2021). *Efektifitas Terapi Musik Dalam*

- Mengurangi Nyeri Persalinan Pada Wanita Primipara: Literatur Review. *Buletin Kesehatan: Publikasi Ilmiah Bidang Kesehatan*, 5(1), 1–11. <https://doi.org/10.36971/keperawatan.v5i1.84>
- Aprilia, N., & Husanah, E. (2021). Terapi Musik Klasik Pada Ibu Hamil Trimester III dalam Mengurangi Kecemasan Terhadap Persalinaan. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(2), 132–141. <https://doi.org/10.25311/jkt/vol1.iss2.683>
- Bhattacharya, S., Goicoechea, C., Heshmati, S., Carpenter, J. K., & Hofmann, S. G. (2023). *Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy for Anxiety-Related Disorders: A Meta-Analysis of Recent Literature. Current Psychiatry Reports*, 25(1), 19–30. <https://doi.org/10.1007/s11920-022-01402-8>
- Bradt, J., & Dileo, C. (2020). Cochrane review: *Music Interventions For Mechanically Ventilated Patients. Journal of Evidence-Based Medicine*, 8(1), 56–56. <https://doi.org/10.1111/jebm.12143>
- Cholifah, S., & Rinata, E. (2022). Buku Ajar Kehamilan. In *Deepublish Publisher*. UMSIDA PRESS. [https://www.researchgate.net/publication/372290980\\_Buku\\_Ajar\\_Asuhan\\_Kebidanan\\_Kehamilan](https://www.researchgate.net/publication/372290980_Buku_Ajar_Asuhan_Kebidanan_Kehamilan)
- Dai, W. S., Huang, S. T., Xu, N., Chen, Q., & Cao, H. (2020). *The effect of music therapy on pain, anxiety and depression in patients after coronary artery bypass grafting. Journal of Cardiothoracic Surgery*, 15(1), 1–5. <https://doi.org/10.1186/s13019-020-01141-y>
- Dirgahayu, I., Rustikayanti, N., & Ilmiya, N. (2022). *Birth Ball Exercises dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I: Literature Review. Jurnal Keperawatan*, 14(1), 1–10. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v14i1.7>
- Dyah Permata, et al. (2020). Nyeri persalinan. *Stikes Majapahit Mojokerto*, 1–117.
- Findlay, I., Dunne, M. J., Ullrich, S., Wollheim, C. B., & Petersen, O. H. (2019). buku ajar manajemen nyeri dalam proses persalinan (non farmaka). In *FEBS Letters* (Vol. 185, Issue 1). [https://doi.org/10.1016/0014-5793\(85\)80729-8](https://doi.org/10.1016/0014-5793(85)80729-8)
- Frost, R., Bauernfreund, Y., & Walters, K. (2019). *Non-Pharmacological Interventions For Depression/Anxiety In Older Adults With Physical Comorbidities Affecting Functioning: Systematic Review And Meta-Analysis. International Psychogeriatrics*, 31(8), 1121–1136. <https://doi.org/10.1017/S1041610218001564>
- Hasanah, U., Murti, B., & Prasetya, H. (2021). *The Effectiveness Of Aromatherapy And Music Therapy To Reduce Pain During Stage-1 Of Birth Delivery: A Meta-Analysis. Journal of Maternal and Child Health*, 6(3), 295–306. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2021.06.03.04>
- HHN. (2023). *Nigeria: Maternal and Newborn Health Country Profile. Healthy Newborn Network*. <https://healthynewbornnetwork.org/resource/2023/nigeria-maternal-newborn-health-country-profile/>
- Juwita, & Usman, A. (2022). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan. *Media Publikasi Penelitian Kebidanan*, 5(2), 80–92.
- Karkal, E., Kharde, S., & Dhumale, H. (2019). *Effectiveness of Music Therapy in Reducing Pain and Anxiety among Primigravid Women during Active Phase of First Stage of Labor. International Journal of Nursing Education*, 9(2), 57. <https://doi.org/10.5958/0974-9357.2017.00036.8>
- kementrian kesehatan, K. (2024). *Utamakan Keselamatan Ibu. Sehatnegeriku. Kemnkes*. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/blog/20240125/3444846/utamakan-keselamatan-ibu/>
- Linda Rambe, N. (2022). Pengaruh Aroma Terapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan: a systematic review. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 8(1), 25–34. <https://doi.org/10.52943/jikebi.v8i1.741>

- Ningdiah, A. K., Ningsih, A. F., Iskandiani, L., & Lawra, C. (2022). *Literature Review Teknik Mengurangi Nyeri pada Persalinan*. Prosiding Seminar Nasional Dan CFP Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo, 1(2), 892–901.
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). *The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews*. *The BMJ*, 372. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Pragholapati, A. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 8(2), 112–122. <https://doi.org/10.36858/jkds.v8i2.216>
- Rahayu, N. A., & Kurniawati, H. F. (2020). *Efektivitas Music Therapy terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan: Systematic Review*. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 5(2), 83. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.55252>
- Rodríguez, A. D. R. (2023). *Systematic reviews in education?* In *Revista de Ciencias Sociales* (Vol. 29, Issue 4).
- Sebayang, W. B., Ritonga, R., Tan, H., & Sulung, E. H. P. (2021). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Terhadap Nyeri Persalinan (Systematic Review). *Excellent Midwifery Journal*, 4(2), 128–130. <http://jurnal.mitrahusada.ac.id/index.php/emj/article/view/165%0Ahttps://jurnal.mitrahusada.ac.id/index.php/emj/article/download/165/146>
- Septiani, R., & Widiawati, I. (2022). *The Effect of Music Therapy on Anxiety and Pain During Labor*. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(1), 122–133. <https://doi.org/10.34011/jks.v3i1.1225>
- Septina, R., & Adrianingsih, T. (2024). Efektifitas Terapi Musik Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif. *Midwifery Journal*, 4(1), 1–4. <https://www.ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/MJ/article/view/14661>
- Siregar, Y. D. (2023). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Nyeri Persalinan Kala 1. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 8(2), 195–199. <https://doi.org/10.51933/health.v8i2.1247>
- Sulistiyowati, N. (2023). *Music Therapy Reduces Pain In Labor*. *Jurnal EduHealth*, 14(02), 940–943. <https://doi.org/10.54209/jurnaleduhealth.v14i02.2310>
- Susenas. (2024). *Publikasi Statistik Kesehatan Provinsi Sulawesi Utara 2023*. Badan Pusat Statistik Provinsi Sulawesi Utara. <https://sulut.bps.go.id/id/news/2024/09/09/599/rilis-publikasi-statistik-kesehatan-provinsi-sulawesi-utara.html>
- Tahangnacca, M., Ridwan, A., Ansariadi, & Syam, A. (2020). *Contributing factors of stunted growth among toddlers in makassar city: A qualitative study*. *Journal of Health and Translational Medicine*, 23(August), 189–195.
- Tawfik, G. M., Dila, K. A. S., Mohamed, M. Y. F., Tam, D. N. H., Kien, N. D., Ahmed, A. M., & Huy, N. T. (2019). *A step by step guide for conducting a systematic review and meta-analysis with simulation data*. *Tropical Medicine and Health*, 47(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s41182-019-0165-6>
- Ulfah, M., & Hidayanti, D. (2023). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan: Evidence Based Case Report. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(3), 758–766. <https://doi.org/10.34011/jks.v3i3.1426>
- Ummah, M. S. (2019). buku ajar konsep persalinan. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. [http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeo.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484\\_Sistem\\_Pembetulan\\_Terpusat\\_Strategi\\_Melestari](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeo.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_Sistem_Pembetulan_Terpusat_Strategi_Melestari)
- Utari, M. D., & Suheimi, I. (2023). *Effectiveness of music therapy for first stage labor pain in pmc hospital pekanbaru city 1*.
- WHO. (2023). *Trends in maternal mortality*

2000 to 2020: estimates by WHO, UNICEF, UNFPA, World Bank Group and UNDESA/Population Division. In WHO, Geneva.  
<https://www.who.int/publications/i/item/9789240068759>

Wijayanti, I., & Wardhani, Y. (2023). Efektifitas Terapi Musik Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif. *Ahmar Metastasis Health Journal*, 2(4), 179–184. <https://doi.org/10.53770/amhj.v2i4.154>