



Studi Kasus

Implementasi Pemberian Terapi Musik Mozart terhadap Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III

Erma Pungki Ayu Nikhmah¹, Sri Rejeki²

^{1,2} Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang

Informasi Artikel

Riwayat Artikel:

- Submit 29 April 2025
- Diterima 20 Mei 2026
- Diterbitkan 31 Mei 2026

Kata kunci:

Kecemasan, Ibu Hamil, Terapi Musik, Mozart, Trimester Ketiga

Abstrak

Kecemasan selama kehamilan terutama pada trimester ketiga dapat berdampak negatif terhadap kesejahteraan ibu dan janin. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi musik Mozart dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester ketiga. Metode yang digunakan adalah intervensi terapi musik selama tiga hari berturut-turut, dengan durasi 10 menit setiap sesi, menggunakan alat pendengar audio dengan volume 70 dB yang aman bagi pendengaran. Evaluasi dilakukan dengan mengukur skor kecemasan sebelum dan sesudah intervensi pada tiga subyek studi dengan tingkat kecemasan yang berbeda, yaitu kecemasan berat dan sedang. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada seluruh subyek studi setelah diberikan terapi. Subyek studi dengan kecemasan berat mengalami penurunan yang signifikan dari hari pertama hingga hari ketiga, sementara subyek studi dengan kecemasan sedang menunjukkan pola penurunan yang stabil. Meskipun terdapat variasi dalam respons awal terhadap terapi, secara keseluruhan intervensi ini terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan ibu hamil. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa terapi musik Mozart dapat digunakan sebagai metode non-farmakologis yang aman dan efektif untuk menurunkan kecemasan selama kehamilan, terutama jika diterapkan secara berulang dan konsisten. Temuan ini mendukung integrasi terapi musik dalam praktik kebidanan sebagai strategi relaksasi guna meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu hamil.

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu kondisi yang menimbulkan perubahan fisik dan psikologis. Salah satu aspek psikologis yang berpengaruh pada kehamilan adalah kecemasan. Rasa cemas dan ketakutan pada trimester III semakin meningkat menjelang akhir kehamilan, dimana ibu mulai membayangkan apakah bayinya akan lahir abnormal atau apakah organ vitalnya akan mengalami cedera akibat tendangan bayi

(Tri, 2024). Ibu dengan kehamilan pertama atau primigravida lebih cenderung mengalami ketidaknyamanan fisik, merasakan keletihan, merasa cemas akan kesejahteraan atau keadaan janin yang dikandungnya. Ibu hamil primigravida trimester III yang mengalami kecemasan sangat beresiko mengalami terjadinya ketidakseimbangan emosional setelah melahirkan serta berdampak pada proses persalinan (Tri, 2024)

Corresponding author:

Erma Pungki Ayu Nikhmah

Email: pungkierma@gmail.com

Ners Muda, Vol 7 No 1, Mei 2026

e-ISSN: 2723-8067

DOI: <https://doi.org/10.26714/nm.v7i1.17529>

Angka kejadian kecemasan pada ibu hamil di Indonesia mencapai 373.000.000 sebanyak 107.000.000 atau 28,7 % diantaranya kecemasan terjadi pada ibu hamil menjelang menghadapi persalinan (Keperawatan,2020). Dari data *World Health Organization* (WHO, n.d.) di dapatkan kejadian sebesar kurang lebih 5% wanita tidak hamil mengalami kecemasan, 8-10% mengalami kecemasan selama masa kehamilan, dan meningkat menjadi 13% saat menjelang persalinan (Perangin-angin et al., 2023).

Kecemasan akan berdampak negatif pada ibu hamil sejak masa kehamilan hingga persalinan, seperti janin yang gelisah sehingga menghambat pertumbuhannya, melemahkan kontraksi otot rahim, dan lain-lain. Dampak tersebut dapat membahayakan ibu dan janin Selain berdampak pada proses persalinan, kecemasan pada ibu hamil juga dapat berpengaruh pada tumbuh kembang anak. Kecemasan yang terjadi terutama pada trimester ketiga dapat mengakibatkan penurunan berat lahir dan peningkatan aktifitas HHA (Hipotalamus-Hipofisis-Adrenal) yang menyebabkan perubahan produksi hormon steroid, rusaknya perilaku sosial dan angka fertilitas saat dewasa (Di et al., n.d.). Dampak kecemasan yaitu meningkatkan nyeri saat persalinan, otot-otot menjadi tegang dan ibu cepat lelah, sehingga berisiko pada persalinan memanjang. Komplikasi fatal yang dapat terjadi dari hal tersebut adalah kematian ibu. Ibu hamil yang mengalami kecemasan selama kehamilan akan meningkatkan risiko ketidakseimbangan emosional ibu setelah melahirkan salah satunya seperti depresi (Lailatul Mufidah, 2021).

Salah satu teknik non farmakologi untuk mengatasi kecemasan adalah dapat dilakukan melalui berbagai cara contohnya dengan menggunakan teknik distraksi dan terapi music (Andarmoryo, 2020). Teknik distraksi merupakan pengalihan dari fokus

perhatian seseorang ke stimulus lain sehingga dapat menurunkan kewaspadaan terhadap nyeri. Teknik distraksi dengan mendengarkan musik merupakan teknik yang efektif untuk mengalihkan perhatian seseorang terhadap cemas yang berlebih (Rahnawati, dkk 2021). Salah satu teknik distraksi yang digunakan yaitu terapi music klasik. Terapi musik merupakan teknik distraksi efektif yang dapat mengurangi intensitas nyeri, keadaan stres dan tingkat kecemasan dengan cara mengalihkan perhatian seseorang dari perasaan nyeri dan kecemasan yang dirasakan, distraksi dengan penggunaan musik klasik menjadi efektif karena individu memusatkan perhatian pada stimulus yang menarik atau menyenangkan (Damanik & Tridiyawati, 2023).

Terapi musik dapat digunakan sebagai intervensi dalam menangani kecemasan pada ibu hamil. Penggunaan terapi musik klasik sebagai terapi kecemasan ibu hamil lebih direkomendasikan. Hal ini dikarenakan irama dan tempo musik klasik seperti denyut jantung manusia yakni 60 kali permenit. Musik dengan tempo yang sama seperti detak jantung manusia dapat memberikan keadaan istirahat bagi tubuh secara maksimal. Disamping itu pemilihan musik klasik sebagai intervensi kecemasan pada ibu hamil didasarkan pada irama yang tenang dan alunan musik yang lembut sehingga mampu memberikan ketenangan bagi ibu hamil (Prastika et al., 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Suharnah, dkk (2021) pada ibu hamil primigravida trimester 3 menunjukkan terdapat penurunan tingkat kecemasan ibu hamil setelah diberikan intervensi terapi musik

Terapi musik dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan dan dapat membantu seseorang ibu hamil akan kesejahteraan mentalnya menjadi lebih rileks, mengurangi stres, menimbulkan rasa aman dan sejahtera, melepaskan kesedihan, membuat bahagia, serta membantu dan



melepaskan rasa sakit (Analia & Moekroni, dalam Hajizah, 2019). Hal ini terjadi karena adanya penurunan Ardenal Corticotropin Hormone (ACTH) yang merupakan hormon stres. Hormon simpatis dan sistem saraf otonom sebagai penghantar implus saraf ke nukleus di batang otak yang memungkinkan saraf otonom bereaksi langsung terhadap otot polos. dan organ dalam untuk menghasilkan beberapa perubahan pada sistem tubuh seperti peningkatan detak jantung. Sistem saraf simpatis merangsang medula adrenal untuk mengeluarkan hormon epineprin (adrenalin) dan non epineprin yang mempunyai efek meningkatkan denyut jantung dan tekanan darah (Murtiyarini et al., 2023a).

METODE

Desain yang digunakan dalam penulisan studi kasus adalah descriptive study dengan pendekatan keperawatan. Penulis menggambarkan pengelolaan pasien dengan menerapkan Evidence Based Nursing Practice (EBNP) pada pasien ibu hamil primigravida trimester III yang mengalami kecemasan saat menghadapi persalinan dengan pendekatan asuhan keperawatan meliputi pengkajian, perumusan diagnosa keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi keperawatan, EBNP yang diterapkan. Subjek dari studi kasus ini adalah pasien ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan pada penerapan terapi musik klasik mozart. Subyek studi kasus adalah tiga orang pasien yang mengalami kecemasan yang akan dikelola sesuai dengan kriteria inklusi. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Penulis memilih karakter responden sesuai dengan kriteria inklusi yang ditetapkan dalam penelitian sebelumnya yaitu : klien yang bersedia menjadi subjek penerapan, ibu hamil trimester III, ibu hamil tanpa penyakit mental, dan ibu hamil tidak memiliki faktor resiko fisik selama kehamilan. Kriteria

eksklusi yaitu : tidak mampu mengikuti penelitian atau menolak menjadi subjek penerapan dan tidak mengalami kecemasan.

Studi kasus dilakukan di Kelurahan Plamongsari RW 09 Kecamatan Pedurungan. Waktu penerapan dilakukan selama 3 hari dengan frekuensi 1x sehari mendengarkan musik mozart dengan durasi 10 menit setiap pagi jam 08:00. Instrument yang dipakai dalam studi kasus ini adalah tingkat kecemasan kelahiran menggunakan instrument Pregnancy-Related Anxiety Questionnaire-Revised-2 (PRAQ-R2) adalah skala kecemasan yang digunakan oleh wanita sebelum melahirkan yang terdiri dari 10 pertanyaan dan klasifikasi skor seperti dibawah : cemas ringan jika skor < 23, cemas sedang jika $23 \leq \text{skor} < 37$, cemas berat jika skor ≥ 37 .

Prosedur pelaksanaan EBN sesuai dengan artikel penelitian yang dilakukan (Coşar & Bekar, 2024) dengan meminta persetujuan dengan memberikan penjelasan dan meminta pasien menandatangani informed consent, prosedur penerapan terapi musik klasik pada ibu hamil yang mengalami kecemasan diawali dengan menjelaskan tujuan, persetujuan lisan dan tertulis dari ibu hamil yang memenuhi kriteria. Prosedur selanjutnya adalah (1) Mengukur klasifikasi kecemasan dengan skala PRAQ-R2 oleh studi melalui tatap muka dengan peneliti membantu pasien dalam pengisian kuesionernya (pre-test); (2) Posisikan pasien berbaring atau dengan posisi yang nyaman, menciptakan suasana yang nyaman, menyiapkan alat terapi musik diputar menggunakan MP3 atau ponsel agar tidak mengganggu ibu hamil; (3) Musik yang dimainkan musik terapi dengan instrumen klasik mozart, sambil mendengarkan musik, ibu hamil diminta tetap fokus dan rileks; (4) Mulai mendengarkan musik selama 10 menit selama tiga hari. Tipe musik menggunakan musik klasik Mozart dengan lingkungan yang tenang, nyaman tenang



dan tidak berisik. Dipastikan volume audio sesuai dan tidak terlalu besar atau terlalu kecil yaitu 70 dB yang aman untuk pendengaran. Anjurkan untuk mengulangi prosedur hingga benar benar rileks dan menciptakan suasana yang nyaman untuk pasien; (5) Evaluasi dengan mengkaji ulang skala PRAQ-R2 (post test); (6) rapikan alat dan pasien; (7) dokumentasi.

HASIL

Studi kasus ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi musik Mozart dalam menurunkan kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III. Studi kasus ini dilakukan di Kelurahan Plamongsari RW 09 Kecamatan Pedurungan dengan durasi intervensi selama tiga hari berturut-turut. Karakteristik subjek studi mencakup berbagai aspek seperti usia, usia kehamilan, riwayat kehamilan, riwayat melahirkan tingkat pendidikan, dan pekerjaan dapat dilihat pada tabel 1.

Subyek studi pertama adalah seorang wanita berusia 29 tahun dengan usia kehamilan 30 minggu (G1P0A0). Hasil pemeriksaan menunjukkan tekanan darah (TD) 145/90 mmHg, nadi 95 kali per menit, frekuensi napas (RR) 25 kali per menit, serta saturasi oksigen (SpO₂) 100%. Faktor risiko hipertensi dalam keluarga menjadi salah satu sumber kecemasan yang dialaminya, terutama karena ini merupakan kehamilan pertamanya. Sebelum diberikan intervensi terapi musik Mozart, skor kecemasan yang diukur menggunakan instrumen penilaian menunjukkan angka 42, yang tergolong dalam kategori kecemasan berat.

Subyek studi kedua adalah seorang wanita berusia 30 tahun dengan usia kehamilan 28 minggu. Hasil pemeriksaan fisik menunjukkan tekanan darah 124/81 mmHg, nadi 98 kali per menit, frekuensi napas 22 kali per menit, serta saturasi oksigen 100%. Faktor perubahan fisik dan emosional selama kehamilan menjadi

pemicu utama kecemasan yang dialaminya. Hasil pengukuran tingkat kecemasan menggunakan instrumen PRAQ-R2 menunjukkan skor 40, yang termasuk dalam kategori kecemasan berat.

Subyek studi ketiga adalah seorang wanita berusia 34 tahun dengan usia kehamilan 33 minggu. Faktor utama yang menyebabkan kecemasan pada subyek studi ini adalah usia ibu yang lebih lanjut serta kondisi kehamilannya. Hasil pemeriksaan menunjukkan tekanan darah 131/90 mmHg, nadi 89 kali per menit, frekuensi napas 22 kali per menit, serta saturasi oksigen 99%. Hasil penilaian kecemasan menunjukkan skor 37, yang termasuk dalam kategori kecemasan berat.

Menurut peneliti, berdasarkan hasil pengkajian tersebut dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor seperti riwayat hipertensi keluarga, perubahan fisik dan emosional selama kehamilan, serta usia ibu menjadi pemicu utama kecemasan pada ibu hamil trimester ketiga. Oleh karena itu, terapi musik mozart diharapkan dapat menjadi intervensi yang efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil.

Diagnosa yang diberikan pada seluruh subyek studi adalah Ansietas (D.0080) berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan ditandai dengan subyek studi merasa khawatir dan sulit tidur dan gelisah. Ansietas merupakan diagnosis keperawatan yang didefinisikan sebagai kondisi emosi dan pengalaman subyektif individu terhadap objek yang tidak jelas dan spesifik akibatantisipasi bahaya yang memungkinkan individu melakukan Tindakan untuk menghadapi ancaman (PPNI, 2017).

Intervensi yang digunakan adalah terapi musik mozart. Musik mozart telah menjadi intervensi yang semakin populer



karena mudah diakses, dan memiliki penerimaan yang tinggi dikalangan pengguna, beberapa pengamatan sistematis menunjukkan bahwa intervensi berbasis musik dapat membantu mengurangi kecemasan dan stres secara beragam. Intervensi yang dilakukan meliputi observasi: mengukur tingkat kecemasan menggunakan PRAQ-R2, terapeutik: memberikan terapi musik mozart, edukasi: menjelaskan tanda gejala kecemasan dan strategi menurunkan kecemasan kehamilan.

Implementasi terapi musik mozart dilakukan setiap pagi, satu kali dalam sehari, dengan menggunakan alat pendengar audio. Setiap sesi terapi berlangsung selama 10 menit dan dilakukan secara berkesinambungan selama tiga hari berturut-turut. Dalam pelaksanaannya, dipastikan bahwa volume audio yang digunakan berada pada tingkat yang aman yaitu 70 dB, hasil implementasi dapat dilihat pada tabel 2.

Hasil penelitian mengenai efektivitas terapi music Mozart terhadap kecemasan ibu hamil primigravida trimester III juga ditampilkan dalam bentuk grafik untuk memberikan visualisasi yang lebih jelas

terkait perubahan tingkat kecemasan selama tiga hari implementasi yang dapat dilihat pada grafik 1.

Hasil studi kasus menunjukkan bahwa terapi musik Mozart selama tiga hari berturut-turut efektif dalam menurunkan kecemasan pada ibu hamil trimester ketiga, meskipun dengan respons yang bervariasi. Subyek studi 1 mengalami penurunan bertahap dari skor 42 menjadi 27, sedangkan subyek studi 2 menunjukkan penurunan signifikan setelah sesi ketiga, dari skor 40 menjadi 25. Subyek studi 3 menunjukkan tren penurunan yang konsisten dengan skor akhir 21. Temuan ini mengindikasikan bahwa terapi musik Mozart dapat menjadi intervensi non-farmakologis yang efektif dalam mengurangi kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III.

Pada grafik 1 tersebut menunjukkan penurunan skor kecemasan rata-rata pada ibu hamil trimester 3 dari hari pertama hingga hari ketiga. Hal tersebut mengindikasikan bahwa pemberian intervensi music Mozart efektif dalam upaya menurunkan kecemasan yang terjadi pada ibu hamil trimester 3.

Tabel 1.

Karakteristik subyek studi (n=3)

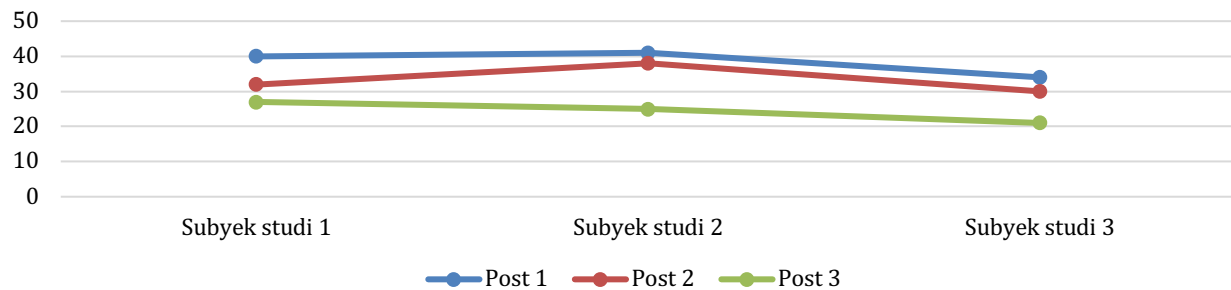
Demografi	Subyek studi 1	Subyek studi 2	Subyek studi 3
Usia Ibu (tahun)	29 tahun	30 tahun	34 tahun
Usia kehamilan (minggu)	30 minggu	28 minggu	33 minggu
Riwayat kehamilan	G1P0A0	G1P0A0	G1P0A0
Pekerjaan	Ibu rumah tangga	Ibu rumah tangga	Ibu rumah tangga
Pendidikan	SMA	Sarjana	Sarjana

Tabel 2.

Hasil implementasi

Subyek Studi	Pertemuan 1		Pertemuan 2		Pertemuan 3	
	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post
Subyek studi 1	42	40	38	32	35	27
Subyek studi 2	40	41	43	38	37	25
Subyek studi 3	37	34	37	30	37	21





Grafik 1.

Rata-rata penurunan kecemasan ibu hamil trimester 3

PEMBAHASAN

Hasil studi kasus dengan menggunakan terapi musik mozart yang diterapkan sebagai intervensi untuk mengurangi tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester ketiga. Hasil yang diperoleh menunjukkan adanya penurunan kecemasan yang bervariasi pada setiap subyek studi setelah diberikan terapi selama tiga hari berturut-turut. Musik Mozart secara konsisten menurunkan skor kecemasan pada subyek studi, dengan subyek studi 1 mengalami penurunan dari 42 menjadi 27, subyek studi 2 dari 40 menjadi 25, dan subyek studi 3 dari 37 menjadi 21.

Ibu yang sedang hamil seringkali mengalami ketakutan dan kecemasan karena membayangkan rasa sakit dari proses persalinan. Kecemasan sering terjadi pada ibu dengan kehamilan pertama. Beban psikologi sering dialami pada ibu dengan kehamilan pertama pada trimester III. Ibu hamil yang sering mengalami kecemasan pada trimester III akan berisiko melahirkan abnormal sehingga membahayakan ibu dan janinnya (Wulansari, 2021).

Berdasarkan hasil pengkajian pada 3 subyek studi, seluruh ibu hamil trimester ketiga lebih mengkhawatirkan kondisi bayinya saat persalinan dibandingkan aspek lainnya. Ketakutan terhadap kemungkinan komplikasi saat melahirkan, seperti kelainan fisik atau gangguan kesehatan pada bayi, menjadi sumber kecemasan utama. Selain itu, kecemasan

juga dipengaruhi oleh faktor pribadi seperti riwayat hipertensi keluarga, perubahan fisik dan emosional selama kehamilan, serta usia ibu yang lebih lanjut. Hal ini menunjukkan bahwa kekhawatiran ibu terhadap kesejahteraan janin menjadi faktor dominan yang memengaruhi kondisi psikologis mereka menjelang persalinan (Yanti & Hasrida, 2024).

Salah satu cara untuk mengatasi kecemasan adalah terapi non farmakologi, yaitu dengan teknik distraksi. Teknik distraksi merupakan pengalihan dari fokus perhatian seseorang ke stimulus lain sehingga dapat menurunkan kewaspadaan terhadap nyeri. Teknik distraksi dengan mendengarkan musik merupakan teknik yang efektif untuk mengalihkan perhatian seseorang terhadap rasa cemas yang berlebihan. Dalam kedokteran, terapi musik disebut juga sebagai terapi pelengkap. Banyak jenis musik yang dapat didengarkan namun musik yang menempatkan kelasnya sebagai musik yang bermakna medis adalah musik klasik seperti Mozart (Murtiyarini et al., 2023b).

Salah satu cara dalam mengurangi kecemasan dengan mendengarkan music Mozart atau musik klasik, musik dapat membangun kepercayaan diri, meningkatkan keterampilan motorik, serta perkembangan psikomotorik, musik juga bisa dijadikan terapi untuk berbagai kebutuhan, seperti pengganti obat depresan bagi mereka yang akan menghadapi meja operasi dirumah sakit. Manfaat terapi musik



klasik Mozart dapat memberikan stimulasi sehingga menciptakan ketenangan, pikiran yang positif, keadaan yang nyaman sehingga dapat mengoptimalkan kesehatan dan kesejahteraan ibu dan janin.

Pemilihan Mozart didasarkan bahwa Mozart memiliki dampak yang besar dalam kesehatan. Musik ini memiliki karakteristik seperti nadanya yang lembut, mampu merangsang gelombang alfa dalam otak, memberikan perasaan ketenangan, dan merilekskan pendengarnya karena memiliki tempo kurang lebih 60 ketukan per menit. Musik klasik Mozart memiliki keunggulan jika dibandingkan dengan jenis musik klasik lainnya, karena melodi dan frekuensi tinggi dalam kreativitas dapat merangsang kreativitas dan motivasi di otak. Sejumlah peneliti menggali pemanfaatan musik klasik ciptaan Wolfgang Amadeus Mozart, terutama dalam aplikasi medis, karena telah terbukti memberikan dampak yang luar biasa dalam kemajuan ilmu kesehatan (Nur Salsabila, 2022).

Mekanisme yang terjadi pada saat pemberian terapi Mozart adalah bahwa tubuh dapat meningkatkan dan menstimulasi β -Endorphin. Pada sistem saraf tepi, β -Endorphin menghasilkan analgesik dengan mengikat reseptor opioid terutama pada tipe μ . Pengikatan tersebut menyebabkan interaksi penghambatan pelepasan takikinin khususnya zat peptida, protein utama yang terlibat dalam transmisi nyeri. Pada sistem saraf tepi, opioid- μ hadir di sepanjang saraf tepi dan sistem saraf pusat (SSP), β -Endorphin juga mengikat reseptor opioid- μ sehingga interaksi terjadi di terminal saraf presinaptik dan juga menghambat zat peptida, menghasilkan efek analgesik dengan menghambat pelepasan Asam Gamma Butirat (GABA), neurotransmitter penghambat. Pada sistem saraf pusat, reseptor opioid paling banyak diproduksi di jalur neurotransmitter untuk mengendalikan rasa sakit, termasuk amigdala, formasi mencephalic, materi abu-

abu periaqueductal (PAG) dan medula rostral (Ardila & Tahun, 2023).

Sejalan dengan hasil penelitian yang menyebutkan bahwa musik klasik dapat menenangkan, meningkatkan kecerdasan, membangun kemampuan memori, dan menjadikan ibu hamil rileks sehingga dapat menurunkan kecemasan. Terapi musik klasik Mozart terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III (Tri, 2024).

SIMPULAN

Terapi musik Mozart efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester ketiga. Hasil ini mengindikasikan bahwa terapi musik Mozart dapat menunjukkan efektivitas sebagai pendekatan non-farmakologis yang aman dan dapat digunakan untuk meningkatkan kesejahteraan emosional ibu hamil.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Dosen Pembimbing atas bimbingan dan arahan yang berharga, serta kepada Dosen Penguji atas masukan dan evaluasi yang membangun. Apresiasi juga diberikan kepada subjek studi yang telah bersedia berpartisipasi dalam pelaksanaan studi kasus ini.

REFERENSI

- Andarmoryo. (2020). Konsep dan proses keperawatan. *Ar-Muz Media*.
- Ardila, N., & Tahun, O. D. (2023). The Effectiveness of Music Therapy on Reducing Anxiety Levels in Maternity Mothers. *Proceedings of the International Conference on Nursing and Health Sciences*, 4(1), 185-188. <https://doi.org/10.37287/picnhs.v4i1.1724>
- Damanik, I., & Tridiyawati, F. (2023). Music Therapy And Effective Communication Reduces Anxiety Levels In Welcoming Childbirth. *International Journal of Health and Pharmaceutical (IJHP)*,



- 3(3), 497–505.
<https://doi.org/10.51601/ijhp.v3i3.199>
- Di, S., Negeri, S. M. P., & Muaratais, A. (n.d.). *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal) Pengaruh Model Pembelajaran Think Pair Share Terhadap Kemampuan Menganalisis Cerpen (Indonesian Health Scientific Journal).* 5(2), 81–90.
- Lailatul Mufidah, K. T. (2021). *Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil.* 7(3), 6.
- Murtiyarini, I., Herinawati, H., Ruwayda, R., & Hartati, N. (2023a). Efektifitas Guided Imagery dan Terapi Musik Klasik Mozart terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Penyengat Olak Muaro Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(2), 438. <https://doi.org/10.36565/jab.v12i2.729>
- Murtiyarini, I., Herinawati, H., Ruwayda, R., & Hartati, N. (2023b). Efektifitas Guided Imagery dan Terapi Musik Klasik Mozart terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Penyengat Olak Muaro Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(2), 438. <https://doi.org/10.36565/jab.v12i2.729>
- Nur Salsabila, A. (2022). Analisis Bentuk Melodi Canon in D Major Karya Johann Christoph Pachelbel. *Repertoar Journal*, 3(1), 17–28. <https://doi.org/10.26740/rj.v3n1.p17-28>
- Perangin-angin, S. Y., Sihombing, F., Kaban, H., & ... (2023). Hubungan Umur Dan Pendidikan Ibu Primigravida Dengan Komunikasi Terapeutik Terhadap Tingkat Kecemasan Di Puskesmas Medan Labuhan Tahun 2023. ... *Education, Sains and ...*, 6(2), 850–856.
- Prastika, A. B., Maharani, F., Rifahmi, N. M., & Anis, W. (2023). Pemanfaatan Terapi Musik terhadap Kecemasan Ibu Hamil di Indonesia (Literature Review). *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(2), 1124. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i2.3281>
- Tri, M. (2024). Penerapan Terapi Musik Klasik Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Masalah Keperawatan Ansietas. *Nursing Science Journal (NSJ)*, 5, 1–23.
- WHO. (n.d.). *Interventions for common perinatal mental disorders in women in low-and middle-income countries: a systematic review and meta-analysis.* *Bull World Health Organ*.
- Wulansari, D. P. (2021). Pengaruh Prenatal Yoga terhadap Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester II dan III di Wilayah Kerja Puskesmas Kahuripan Tahun 2020. *Journal of Midwifery Information (JoMI)*, 1(2), 96–105.
- Yanti, F. F., & Hasrida, H. (2024). Hubungan Paritas, Usia Dan Pendidikan Ibu Hamil Trimester III Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapimasa Menjelang Persalinan Di Puskesmas Petir . *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 9(1), 7–14.

