



EFEKTIVITAS MUSIK MOZART DAN EDUKASI AUDIOVISUAL PADA IBU POSTPARTUM BLUES

EFFECTIVENESS OF MOZART'S MUSIC AND AUDIOVISUAL EDUCATION IN POSTPARTUM BLUES MOTHERS

Edita Astuti Panjaitan¹, Lina Herida Pinem², Lastriyanti³, Joelita Tri Hardani⁴

¹²³⁴STIKes Mitra Keluarga, Jl. Pengasinanan Rawa Semut, Margahau, Kota Bekasi 17117, Jawa Barat, Bekasi Indonesia

* editapanjaitan@stikesmitrkeluarga.ac.id

INFORMASI ARTIKEL

Article history

Submitted: 21-05-2024

Accepted: 17-06-2024

Published: 28-06-2024

DOI :

<https://doi.org/10.47522/jmk.v6i2.335>

Kata Kunci:

Audiovisual;Edukasi;Mozart;Postpartum Blues.

Keywords :

Audiovisual; Education; Mozart; Postpartum Blues.

ABSTRAK

Pendahuluan: Postpartum blues merupakan situasi perubahan suasana hati yang terjadi pada wanita pasca melahirkan. Postpartum blues dapat berdampak pada kesehatan mental jangka panjang pada ibu. Dampak jangka pendek pada ibu adalah ketidakmampuan menjalankan perannya menjadi ibu dan perawatannya diri ibu. Hasil skrining EPDS pada pasien postpartum di RSUD. Bekasi pasien terdeteksi mengalami depresi postpartum. Kondisi ini terjadi karena fokus pada kondisi fisiologis postpartum. Salah satu penanganan yang dapat diberikan pada ibu post partum adalah dengan memberikan terapi relaksasi musik Mozart dan edukasi audiovisual pada responden. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan adalah metode one group pre-post test design dengan desain penelitian pre experiment. Populasi dalam penelitian ini adalah 80 ibu postpartum dengan inklusi Postpartum Blues. **Hasil:** analisis data penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata (mean) antara skor pre-test dan post-test intervensi terapi musik Mozart dan edukasi audiovisual untuk mengatasi postpartum blues, dengan rata-rata pre-test sebesar 14,44 dan rata-rata post-test sebesar 11,13. **Kesimpulan:** Terapi musik Mozart dan Edukasi Audiovisual mengurangi skor EPDS Ibu Postpartum. Ada perbedaan yang signifikan antara ibu postpartum blues sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi Musik Mozart dan Edukasi Audiovisual postpartum blues. Terapi musik Mozart dan Edukasi Audiovisual dapat ditepakan dalam penatalaksanaan postpartum blues.

ABSTRACT

Introduction: Postpartum blues is a situation of mood swings that occur in women after childbirth. Postpartum blues can have a long-term

mental health impact on the mother. The short-term impact on the mother is the inability to carry out her role as a mother and maternal self-care. The results of EPDS screening in postpartum patients at RSUD. Bekasi patients were detected to have postpartum depression. This condition occurs because of the focus on postpartum physiological conditions. One of the treatments that can be given to postpartum mothers is to provide Mozart music relaxation therapy and audiovisual education to respondents. **Methods:** The research design used is one group pre-post test design method with pre experiment research design. The population in this study were 80 postpartum mothers with inclusion of Postpartum Blues. **Results:** analysis of research data shows that there is an average difference (mean) between the pre-test and post-test scores of Mozart music therapy intervention and audiovisual education to overcome postpartum blues, with an average pre-test of 14.44 and an average post-test of 11.13. **Conclusion:** Mozart music therapy and audiovisual education reduce the EPDS score of postpartum mothers. There is a significant difference between postpartum blues mothers before and after being given the intervention of Mozart Music therapy and Audiovisual Education for postpartum blues. Mozart music therapy and audiovisual education can be applied in the management of postpartum blues.

Penulisan Sitasi

Panjaitan, E. (2024). Terapi Musik Efektivitas Musik Mozart dan Edukasi Audiovisual Pada Ibu Postpartum Blues. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 6(2). 176-183.
<https://doi.org/10.47522/jmk.v6i2.335>

PENDAHULUAN

Postpartum blues biasanya mempengaruhi kesehatan ibu ditandai dengan suasana hati yang buruk, kurangnya minat dalam beraktivitas, kehilangan rasa lapar, gangguan tidur, agitasi fisik atau psikomotorik yang melambat, kelemahan, ketidakberdayaan, kesulitan berkonsentrasi, dan bahkan keinginan untuk bunuh diri. Tiga jenis gangguan dapat terjadi antara lain ; baby blues, depresi postpartum, dan psikosis postpartum Gejala yang terkait dengan postpartum blues, seperti kebingungan, kecemasan, ketidakmampuan merawat bayi dengan baik, kecemasan yang berlebihan atau muncul tanpa alasan, dan wanita yang menderita postpartum blues seringkali sensitif terhadap berbagai masalah terkait bayi (Lubis et al., 2022). Hasil penelitian faktor yang mempengaruhi postpartum blues meliputi pengetahuan, paritas, pekerjaan, dan dukungan pasangan (Setyorini et al., 2023).

Prevalensi global postpartum blues telah mencapai 10-15%, melaporkan kenaikan kasus depresi postpartum yang signifikan yaitu 11%. Menurut Kemenkes RI, bahwa prevalensi dalam kejadian postpartum blues di dunia berkisar 3% hingga 8%. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2020 (Irvana, 2021). Prevalensi depresi di Indonesia mencapai 6,1% dan tersebar di seluruh Indonesia, baik di perkotaan maupun di pedesaan. Dalam data Riskesdas 2020, terdapat 8769 ibu yang memiliki bayi dengan usia 2-24 minggu dan diantaranya 478 ibu mengalami gejala postpartum blues (5,4%)

(Wurisastuti & Mubasyiroh, 2020). Prevalensi terjadinya postpartum blues di daerah Jawa Barat mencapai 8% (Audyna et al., 2022).

Hasil penelitian Kusuma (2019) mengatakan bahwa Faktor usia dapat mempengaruhi perkembangan postpartum blues. Hasil penelitian tersebut melaporkan bahwa hubungan antara usia ibu postpartum dengan tingkat pengetahuan postpartum blues menunjukkan ada hubungan. Kurangnya dukungan pasangan terhadap ibu yang tidak memberikan motivasi dan dukungan lebih sehingga ibu merasa minder dalam mengurus bayi atau menjadi peran ibu.

Dampak postpartum blues memiliki dampak langsung pada ibu dan memiliki konsekuensi jangka panjang yang tidak diobati dari postpartum blues termasuk defisit neurologis pada anak-anak, kegagalan menyusui dan stimulasi penyakit. Selain itu, hal ini juga memberikan pengaruh yang merugikan terhadap perkembangan fisik, sosial, dan kognitif anak. konsekuensi tambahannya adalah gangguan dalam hubungan interpersonal, terutama dengan keluarga dan teman, yang berpotensi mengakibatkan ketidakmampuan ibu untuk memenuhi kebutuhannya sendiri dan kebutuhan anaknya secara memadai (Ariani et al., 2022).

Tindakan pencegahan untuk postpartum blues meliputi pemberian edukasi kesehatan yang bertujuan untuk mengurangi terjadinya depresi pascapersalinan. Berbagai penelitian telah dilakukan di berbagai negara, termasuk Indonesia, untuk meneliti intervensi yang bertujuan untuk mencegah terjadinya depresi pascapersalinan. Menurut (Anwar et al., 2023) intervensi pendidikan kesehatan terbukti efektif dalam pencegahan depresi pascapersalinan. Edukasi dapat difasilitasi melalui berbagai modalitas, seperti konseling, penyebaran informasi melalui leaflet penyebaran buklet dan penggunaan media audiovisual (Hasdiana, 2018).

Intervensi relaksasi pada depresi postpartum, salah satunya adalah terapi musik Mozart (Purwaningtyas & Masruroh, 2021). Terapi musik mozart banyak digunakan untuk meredakan ketegangan emosional, terutama ketakutan dan rasa sakit selama kehamilan dan persalinan (Rahayu & Renanda, 2023). Terapi musik mozart digunakan sebagai teknik relaksasi untuk meningkatkan, memelihara dan mengembangkan kesehatan mental, fisik dan emosional atau psikologis, terapi musik mozart digunakan untuk mencegah dan mengatasi postpartum blues dan postpartum depression (Ariani et al., 2022) Musik merangsang pelepasan gelombang otak yang dikenal dengan gelombang- α , yang memiliki frekuensi 8-12 cps (siklus per detik) (Imami, 2016). Secara umum, penanganan postpartum blues memerlukan penanganan pada tatanan perilaku, emosional, intelektual, sosial dan psikologis dengan melibatkan lingkungan yaitu; pasangan, keluarga dan juga teman dekat, melalui komunikasi terapeutik dan juga dengan meningkatkan dukungan emosional bagi ibu nifas. (Rahayu and Renanda 2023). Selain meningkatkan komunikasi terapeutik dan dukungan emosional, terapi musik mozart dapat digunakan untuk mengurangi gejala postpartum blues.(Permatasari & Hasanah, 2015). Menurut temuan penelitian (Audyna et al., 2022) mengatakan terapi musik mozart

memiliki dampak yang besar dalam mengurangi postpartum blues. Secara keseluruhan, terapi musik mozart lebih aman dan lebih terjangkau daripada pengobatan tradisional untuk postpartum blues dan memiliki efek yang baik pada kondisi tersebut.

Implementasi tindakan pencegahan untuk postpartum blues meliputi pemberian edukasi kesehatan yang bertujuan untuk mengurangi terjadinya depresi pascapersalinan (Dewidar et al., 2023). Berbagai penelitian telah dilakukan di berbagai negara, termasuk Indonesia, untuk meneliti intervensi yang bertujuan untuk mencegah terjadinya depresi pascapersalinan (Anwar et al., 2023). intervensi pendidikan kesehatan terbukti efektif dalam pencegahan depresi pascapersalinan. Edukasi dapat difasilitasi melalui berbagai modalitas, seperti konseling (Batubara et al., 2022).

Merujuk pada keterangan diatas bahwa terapi musik mozart dan edukasi dengan audiovisual efektif menurunkan postpartum blues. Bila kedua intervensi ini digabungkan diharapkan akan memiliki hasil yang lebih tinggi. Oleh karena itu tujuan pada penelitian ini adalah mengevaluasi Efektivitas Terapi Musik Mozart dan Edukasi Audiovisual Terhadap Pada Ibu Postpartum blues di RSUD Kabupaten Bekasi Tahun 2023”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian quasi eksperimen dengan pendekatan one grup pretest-posttest. Sampel penelitian ini adalah 52 ibu nifas yang di rawat di RSUD. Kota Bekasi. Sampel diambil dengan Teknik purposive sampling dengan kriteria inklusi postpartum blues, kemudian dianalisis dengan uji Wilcoxon. Variabel independen adalah Terapi Musik Mozart dan Edukasi pada Ibu Postpartum, sedangkan variabel dependen kejadian postpartum blues. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur postpartum Blues format Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) alat yang dirancang khusus untuk menyaring penyimpangan suasana hati ibu (Murti et al., 2023). EPDS terdiri dari 10 pertanyaan yang harus dijawab oleh ibu sendiri yang diselesaikan kurang dari 5 menit. Dengan pembagian skor sebagai berikut Depresi (jika di peroleh nilai EPDS ≥ 19 , tidak depresi (jika diperoleh nilai EPDS <19).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Usia Ibu Postpartum Blues di RSUD Kabupaten Bekasi Tahun 2023

Variabel	Mean	Simpangan Baku	95% CI of Mean
Usia	31,10	5,747	29,50 - 32,70

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa rata-rata usia ibu postpartum blues adalah 31,10 dengan variasi 5,747. Hasil analisis dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata-rata usia ibu postpartum berada diantara 29,5 sampai dengan 32,7 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu postpartum blues di RSUD Kota Bekasi berada dalam rentang usia yang masih reproduktif, matang, dan tidak beresiko tinggi. Usia

merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang. Dengan bertambahnya umur seseorang akan mengalami perubahan aspek fisik dan psikologis. Menurut penelitian lain dikatakan bahwa faktor umur merupakan faktor risiko kejadian pada postpartum blues.

Tabel 2. Distribusi Pendidikan Ibu Postpartum Blues di RSUD Kabupaten Bekasi Tahun 2023

Pendidikan	Kode	Jumlah	Presentase	Median
SD	1	6	11,5	
SMP	2	16	30,8	3
SMA	3	23	44,2	(SMA)
Perguruan Tinggi	4	7	13,5	
Total		52	100	

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa nilai tengah pendidikan ibu postpartum blues adalah kode 3 (SMA). Dapat disimpulkan bahwa mayoritas tingkat Pendidikan ibu postpartum blues adalah SMA. Pendidikan sebagian besar ibu postpartum blues dengan tingkat pendidikan menengah yaitu sebanyak 23 orang (44,2%) dan tidak ada responden yang tidak bersekolah. Pendidikan SMA sederajat pada responden tidak cukup mempengaruhi pada penerimaan pendidikan kesehatan yang diperoleh di fasilitas kesehatan selama kehamilannya, sehingga informasi tentang pencegahan dan pengawasan psikologis ibu postpartum kurang dipahami tentang kondisi kesehatannya.

Tabel 3 Distribusi Ibu Postpartum Blues Berdasarkan Pekerjaan di RSUD

Pekerjaan	Jumlah	Presentase
Bekerja	8	15,4
Tidak Bekerja	44	84,6
Total	52	100,0

Berdasarkan tabel 3 diketahui ibu postpartum blues mayoritas tidak bekerja (84,6%). Sebanyak 44 responden tidak bekerja, sedangkan pekerjaan dapat menjadikan seseorang memperoleh pengetahuan dan informasi dan pengalaman. Informasi yang di terima dapat secara langsung maupun tidak langsung. Pada hasil penelitian ini sejumlah ibu postpartum mengatakan kesempatan mereka untuk berdiskusi tentang kesehatannya hanya di peroleh saat melakukan pemeriksaan, sedangkan sosialisasi dan ruang komunitas mereka terbatas dan tidak ada diskusi tentang kesehatan, khususnya ketika dimasa kehamilannya. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori bahwa pekerjaan berpengaruh terhadap pengetahuan seseorang karena dengan bekerja ibu banyak

bersosialisasi sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin mudah dan semakin banyak (Nurhidayah & Gani, 2023).

Tabel 4 Distribusi Ibu *Postpartum Blues* Berdasarkan Jumlah Anak di RSUD Kabupaten Bekasi Tahun 2023

Jumlah Anak	Jumlah	Presentase
Satu	21	40,4
Lebih dari satu	31	59,6
Total	52	100,0

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa paling banyak ibu postpartum blues memiliki anak lebih dari satu (59,6%). Responden yang memiliki anak lebih dari 1 sebanyak 31 orang. Pada penelitian ini responden dengan riwayat multiparitas mengatakan mereka mengalami kelelahan dalam menjalankan peranya sebabagai ibu rumah tangga, dengan bertambahnya anggota keluarga, sehingga tidak memiliki waktu merawat diri. Kondisi tersebut beresiko menyebabkan ibu mengalami gangguan psikologis (Kemenkes RI, 2015).

Tabel 5 Distribusi Ibu *Postpartum Blues* Berdasarkan Skor Pretest EPDS di RSUD Kabupaten Bekasi 2023

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Total Skor Pretest	52	14,44	6,381	0,885
Total Skor Post test	52	11,13	4,903	0,680

Berdasarkan table 5 dapat diketahui bahwa nilai total skor EPDS sebelum intervensi yaitu dengan mean 14,44. Nilai rata-rata skor EPDS sebelum intervensi terapi musik Mozart dan edukasi audiovisual adalah 14,44. Sedangkan rata-rata skor EPDS setelah intervensi terapi musik Mozart dan edukasi media audiovisual adalah 11,13. Terdapat perbedaan skor EPDS antara pengukuran pertama dan kedua adalah 3,307. Hasil uji statistik didapatkan nilai p sebesar $0,0001 < \alpha (0,05)$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara skor EPDS sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi music klasik Mozart dan edukasi media audiovisual postpartum blues.

Tabel 6 Perbedaan Skor EPDS Ibu *Postpartum Blues* Sebelum & Sesudah Intervensi Terapi Musik Klasik Mozart dan Edukasi *Postpartum Blues* di RSUD Kabupaten Bekasi Tahun 2023

	N	Sig	Mean Difference	95% Confidence Interval	
				Low	Upper
Skor EPDS Sebelum Intervensi	52	0,0001	14,442	12,67	16,22
Skor EPDS Setelah Intervensi	52	0,0001	11,135	9,77	12,50

Perbedaan Skor EPDS Ibu Postpartum sebelum intervensi terapi musik Mozart dan Edukasi audiovisual postpartum blues dengan mean yaitu 14,442. Setelah intervensi terapi musik Mozart dan Edukasi audiovisual postpartum blues didapat perbedaan mean Skor EPDS Ibu Postpartum adalah 11,135. Terlihat nilai mean perbedaan antara pengukuran pertama dan kedua adalah 3,307. Hasil uji statistik didapatkan nilai p sebesar $0,0001 < \alpha (0,05)$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara ibu postpartum blues sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi music Mozart dan Edukasi audiovisual postpartum blues.

KESIMPULAN

Terdapat nilai mean karakteristik responden (usia, Pendidikan, pekerjaan dan jumlah anak). Dalam karakteristik responden berdasarkan usia didapatkan rata-rata usia ibu postpartum adalah 31,10, dengan variasi 5,747. Berdasarkan Pendidikan didapatkan nilai tengah Pendidikan ibu postpartum blues adalah kode 3 (SMA). Berdasarkan pekerjaan didapatkan bahwa paling banyak ibu postpartum blues mayoritas Tidak Bekerja (84,6%). Berdasarkan jumlah anak didapatkan bahwa paling banyak ibu postpartum blues memiliki anak lebih dari satu (59,6%). Pada penelitian ini, secara statistik dapat disimpulkan adanya efektivitas terapi musik Mozart dengan Edukasi Audiovisual pada ibu postpartum blues yang dirawat di ruang Dahlia RSUD Kota Bekasi. Karakteristik responden (usia, pendidikan, status paritas) terbukti berdampak pada masalah psikologis yang dialami .

DAFTAR PUSTAKA

Anwar, R. R., Kalsum, U., & Siregar, N. (2023). Efektivitas Edukasi Menggunakan Media Video Dan Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Minat Kb Pasca Persalinan Pada Ibu Primigravida Di Puskesmas Pasundan. *Jurnal Skala Kesehatan Politeknik Kesehatan Banjarmasin*, 14(1), 21–27.

Ariani, N. K. S., Susanti, N. L. P. D., Parwati, N. W. M., & Haryati, N. P. S. (2022). The Influence of Video-Based Health Education in Modifying. *Asan Journal of Health*, 1(3), 24–30.

Audyna, J. A., Marcelina, L. A., Permatasari, I., & Kesehatan, F. I. (2022). HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI DENGAN DEPRESI PADA IBU POSTPARTUM SAAT PANDEMIC COVID – 19 DI PUSKESMAS KECAMATAN PASAR REBO Postpartum depression is a mental illness in pregnant women that appears 2-4 weeks after the mother gives birth , the onset of this depre. 6(1), 12–18.

Batubara, I. M. S., Silvy Irdianty, M., Aziz Pramudita, D., Husada Surakarta, K., & Jaya, J. (2022). Smart Diagnosing System Design To Accelerating Early Detection Of Postpartum Blues. *Jurnal Keperawatan Global*, 7(2), 108–124.

Dewidar, O., John, J., Baqar, A., Madani, M. T., Saad, A., Riddle, A., Ota, E., Kung'u, J. K., Arabi, M., Raut, M. K., Klobodu, S. S., Rowe, S., Hatchard, J., Busch-Hallen, J., Jalal, C., Wuehler, S., & Welch, V. (2023). Effectiveness of nutrition counseling for pregnant women in low- and

middle-income countries to improve maternal and infant behavioral, nutritional, and health outcomes: A systematic review. *Campbell Systematic Reviews*, 19(4). <https://doi.org/10.1002/cl2.1361>

Hasdiana, U. (2018). Decision Support and Intelligent System. *Analytical Biochemistry*, 11(1), 1-5.

Imami, E. I. (2016). Terapi Musik Mozart Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Post Operatif Seksio Sesarea Dengan Anestesi Sab (Sub Arakhnoid Blok) Di Ruang Shofa 2 Rsu Haji. 3.

Irvana. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Depresi Post Partum di RSUD Labuang Baji Makassar. *Nursing Inside Community*, 3(April), 61-66.

Kemenkes RI. (2015). Modul Penyulit dan Komplikasi Masa Nifas. *Opac-Kebidanan.Poltekkesjogja.Ac.Id*, 56.

Kusuma, R. (2019). Karakteristik Ibu Yangmengalami Depresi Postpartum. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 19(1), 99. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v19i1.571>

Lubis, D. P. U., Samutri, E., Murniasih, E., Dewi, I. M., Haryanti, P., & Wahyuningsih. (2022). Buku Ajar Perawatan Maternitas. In <https://Medium.Com/> (Vol. 3).

Murti, Maolinda, & Lestari. (2023). Deteksi Dini Depresi Pospartum Dengan Munggunakan Ebinburgh Postnatal Depression Scale. *Jurnal Keperawatn Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 11(4), 1-6.

Nurhidayah, & Gani, N. F. (2023). Analysis Of Postpartum Maternal Depression Level In Makassar. *Jurnal Life Birth*, 7(3), 266-279. <https://doi.org/10.37362/jlb.v7i3.1063>

Permatasari, I. D., & Hasanah, O. (2015). Efektifitas Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Jom, 2(2).

Purwaningtyas, N., & Masruroh. (2021). Efektivitas Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Ruang Flamboyan 1 RSUD Salatiga. *Journal of Holistics and Health Science*, 2(2), 37-51. <https://doi.org/10.35473/jhhs.v2i2.51>

Rahayu, C. E., & Renanda, V. (2023). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea. *NURSING UPDATE : Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan* P-ISSN : 2085-5931 e-ISSN : 2623-2871, 14(2), 403-414.

Setyorini, D., Rahmawati, V. Y., Afrianti, M., Susilowati, Y. A., Kurniasih, U., Yulistanti, Y., Astuti, P. E., Marilina, & Desmarnita, U. (2023). Buku Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil dengan Komplikasi.