

**PENERAPAN *BIRTHING BALL* DAN TERAPI MUSIK KLASIK UNTUK
MEREDAKAN NYERI PERSALINAN KALA 1**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan Untuk Memenuhi salah satu persyaratan mencapai
gelar ahli madya keperawatan pada Program Studi D3 Keperawatan



Disusun Oleh:

Beta Bella Becaecar

22.0601.0018

**PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG**

2025

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Persalinan merupakan suatu kondisi fisiologis yang dialami oleh ibu hamil. Menurut *World Health Organization* (WHO), persalinan adalah proses terjadinya kontraksi uterus yang teratur, dan menyebabkan pembukaan serviks (mulut rahim) diikuti dengan kelahiran bayi dan pengeluaran plasenta. WHO menekankan pentingnya memberikan perawatan yang aman dan berkualitas selama proses persalinan untuk memastikan keselamatan ibu dan bayi serta mengurangi resiko komplikasi (WHO, 2020). Persalinan terbagi menjadi 4 tahap yaitu kala 1, kala 2, kala 3 dan kala 4. Tahap kala 1 terbagi menjadi 2 fase yaitu fase laten pembukaan (1-3) dan fase aktif pembukaan (4-10 lengkap). Fase aktif dalam persalinan ditandai dengan adanya peregangan uterus dan dilatasi servik. Sebagian besar ibu hamil akan merasakan nyeri saat proses persalinan. Intensitas nyeri persalinan bersifat subjektif, dimana setiap individu akan mengalami nyeri yang berbeda meskipun merasakan rangsangan yang sama (Hamdiah, 2020).

Selama proses persalinan nyeri dapat menyebabkan trauma pada seorang ibu. Tingkat nyeri yang tinggi dapat menyebabkan kecemasan, terutama pada ibu primigravida yang tidak memiliki pengalaman mengatasi rasa sakit. Setiap ibu bersalin juga memiliki toleransi akan rasa sakit yang berbeda-beda (Jasmi, 2022). Nyeri pada proses persalinan dapat menyebabkan ibu menjadi cemas. Hubungan antara nyeri dan kecemasan ini bersifat saling mempengaruhi antara satu dan yang lainnya. Kecemasan dapat meningkatkan nyeri, dan nyeri juga dapat menyebabkan perasaan cemas. Apabila ibu merasa cemas maka psikologi ibu akan terganggu (stress) yang ditimbulkan dengan adanya nyeri (Maran, 2021). Maka secara spontan tubuh akan melepaskan hormon katekolamin yaitu epinefrin dan norepinefrin. Peningkatan hormon ini akan mengakibatkan vasokonstriksi pembuluh darah sehingga dapat meningkatkan tekanan darah ibu, menurunkan aliran darah ke uterus, menurunkan uteroplasenta dan menurunkan aktivitas uterus sehingga dapat

mengakibatkan perpanjangan kala 1 persalinan dan janin terganggu. Apabila nyeri tidak teratasi selama proses persalinan dapat mengakibatkan komplikasi bagi ibu dan janinnya (Rahmawati, 2021).

Upaya untuk meredakan rasa nyeri persalinan bisa dengan menggunakan metode farmakologi maupun non farmakologi. Untuk meredakan nyeri persalinan secara farmakologi dengan pemberian analgetic. Secara non farmakologis upaya yang dapat di laksanakan dengan menghadirkan pendamping persalinan, melakukan sentuhan, message, aromaterapi, kompres air hangat, melakukan perubahan posisi dan pergerakan, terapi musik klasik, serta *birthing ball* (Nufra, 2019).

Birthing ball adalah sebuah bola terapi yang membantu kemajuan persalinan ibu inpartu kala 1 dan dapat digunakan dalam berbagai posisi guna meredakan nyeri yang dirasakan ibu. Salah satu gerakan *birthing ball* yaitu dengan duduk di atas bola sambil bergoyang-goyang membuat rasa nyaman dan meredakan nyeri serta membantu kemajuan persalinan dengan menggunakan gravitasi agar meningkatkan pelepasan endrofin karena elastisitas dan lengkungan bola merangsang reseptor di panggul yang bertanggung jawab untuk mensekresi endorphin (Lubis, 2022).

Selain dengan terapi *birthing ball* juga terdapat beberapa teknik lain untuk membantu meredakan nyeri pada proses persalinan ibu salah satunya yaitu terapi musik, Musik akan mempengaruhi rasa nyeri dengan mendistraksi, relaksasi dan menciptakan rasa nyaman. Dengan mendengarkan musik ibu akan teralihkan perhatiannya dengan sensasi yang menyenangkan serta memecah siklus kecemasan dan ketakutan yang meningkatkan rasa nyeri. Musik klasik mampu menciptakan suasana damai dan menenangkan sehingga membawa pendengarnya ke dalam aliran meditasi (Ulfah, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Irawati, Susanti, dan Haryono (2019) Menemukan bahwa nilai $Asymp < 0,001$ dan nilai $\alpha = 0,05$ yang menunjukkan bahwa ada pengaruh yang dirasakan ibu hamil. Dengan penggunaan *birthing ball* untuk mengurangi tingkat nyeri ibu bersalin kala 1 fase aktif dan dipadukan dengan terapi

musik klasik dari yang penulis temukan dari beberapa jurnal terdahulu terbukti musik klasik juga efektif untuk meredakan nyeri persalinan dengan hasil didapatkan frekuensi skala nyeri sebelum diberikan terapi musik diperoleh nilai rata-rata 7,55 dan frekuensi skala nyeri setelah diberikan terapi musik klasik diperoleh nilai rata-rata 5,55. Terdapat pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap nyeri persalinan kala 1 pada ibu bersalin menurut penelitian Sunarsih, Dainty, Ni Putu Rini (2016). Berdasarkan data diatas penulis tertarik menulis karya tulis ilmiah tentang “Penerapan *Birthing Ball* dan Terapi Musik Klasik untuk Meredakan Nyeri Persalinan Kala 1” terhadap penurunan intensitas nyeri pada persalinan.

1.2 Rumusan Masalah

Nyeri persalinan dapat menyebabkan trauma bagi seorang ibu. Tingkat nyeri yang tinggi dapat menyebabkan kecemasan. Nyeri dan kecemasan ini bersifat saling mempengaruhi antara satu dan yang lainnya. Apabila ibu merasa cemas maka psikologi ibu akan terganggu, kejadian ini dapat menyebabkan perpanjangan kala 1 dan mengakibatkan komplikasi pada ibu dan janin, Terapi *birthing ball* merupakan terapi yang dapat membantu kemajuan persalinan ibu inpartu kala 1 dan dapat digunakan dalam berbagai posisi guna meredakan nyeri, selain *birthing ball* terapi musik klasik juga efektif untuk meredakan kecemasan pada ibu. karena musik dapat mendistraksi dan dapat mempengaruhi suasana hati sehingga mampu menurunkan kecemasan dan mengalihkan ibu dari rasa nyeri. Berdasarkan rumusan masalah tersebut maka penulis tertarik membahas tentang “Penerapan *Birthing Ball* dan Musik Klasik untuk Meredakan Nyeri Persalinan Kala 1”.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Karya Tulis Ilmiah ini bertujuan untuk memberikan gambaran pengaruh *birthing ball* dan musik klasik untuk meredakan nyeri persalinan kala 1.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Memberikan gambaran pengkajian pada ibu bersalin nyeri kala 1.

- b. Memberikan gambaran perumusan diagnosa keperawatan pada ibu bersalin dengan nyeri persalinan kala 1.
- c. Memberikan gambaran perumusan intervensi keperawatan pada ibu bersalin dengan nyeri persalinan kala 1.
- d. Memberikan gambaran perumusan implementasi keperawatan pada ibu bersalin dengan nyeri persalinan kala 1.
- e. Memberikan gambaran perumusan evaluasi keperawatan pada ibu bersalin dengan nyeri persalinan kala 1.
- f. Memberikan gambaran dokumentasi asuhan keperawatan pada ibu bersalin dengan nyeri persalinan kala 1.

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi Penulis

Mendapatkan pengalaman baru dalam pemberian intervensi *birthing ball* dan musik klasik pada ibu bersalin kala 1.

1.4.2 Bagi Institusi

Untuk informasi bagi institusi dalam mengembangkan ilmu pengetahuan tentang intervensi *birthing ball* dan musik klasik pada ibu bersalin kala 1.

1.4.3 Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan menjadi inovasi untuk memberikan asuhan keperawatan bagi klien.

1.4.4 Bagi Masyarakat

Supaya masyarakat terinformasi dan dapat mengaplikasikan manfaat terapi non farmakologi, dengan terapi *birthing ball* dan musik klasik untuk meredakan nyeri persalinan kala 1 pada ibu bersalin.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Persalinan

2.1.1 Pengertian Persalinan

Persalinan merupakan kondisi fisiologis yang dialami oleh ibu hamil. Persalinan normal (fisiologi) adalah proses keluarnya janin cukup bulan (37-42 minggu) dan plasenta melalui jalan lahir secara spontan tanpa ada masalah atau komplikasi (Analia, 2024). Proses yang alamiah secara fisiologis pada ibu bersalin akan terjadi kontraksi yang menyebabkan penipisan dan pembukaan serviks hal ini akan membuat rasa ketidaknyamanan dan nyeri yang dirasakan oleh ibu bersalin (Noviyanti, 2021). Dapat disimpulkan persalinan adalah suatu kondisi fisiologis yang dialami ibu hamil yang akan melahirkan janin yang sudah cukup bulan (37-42 minggu) dan plasenta melalui jalan lahir pada saat proses persalinan akan terjadi kontraksi yang menyebabkan penipisan dan pembukaan serviks hal ini akan membuat rasa tidak nyaman dan nyeri yang dirasakan oleh ibu.

2.1.2 Teori Sebab Persalinan

Faktor yang menyebabkan terjadi persalinan menurut Kurniarum (2016), yaitu:

- a. Penurunan kadar progesterone
Saat 1-2 minggu sebelum proses melahirkan, terjadi penurunan kadar esterogen dan progesterone. Progesteron bekerja sebagai penenang otot-otot polos rahim, jika kadar progesterone menurun akan menyebabkan tegangnya pembuluh darah dan menimbulkan his.
- b. Teori *oxytocin*
Pada akhir kehamilan kadar hormon progesterone menurun sehingga *oxytocin* bertambah dan meningkatkan aktivitas otot rahim yang akan memicu kontraksi sehingga terdapat tanda persalinan.
- c. Keregangan otot

Otot rahim mempunyai kemampuan meregang dalam batas tertentu. Saat ibu hamil akan mendekati masa persalinan maka otot rahim teregang dan terjadi kontraksi.

2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Persalinan

Faktor yang memengaruhi persalinan menurut buku asuhan keperawatan ibu bersalin (Rahayu, 2018)

a. *Power* atau kekuatan

Power atau kekuatan, terdiri dari kontraksi otot-otot uterus dan kekuatan mengejan ibu selama proses persalinan. Kontraksi otot uterus merupakan kekuatan primer dan kekuatan mengerjan merupakan kekuatan sekunder. Kekuatan primer menyebabkan serviks menipis (*effacement*) dan dilatasi serta janin turun. Kekuatan sekunder berupa usaha mendorong keluar atau ke bawah. Ketika bagian presentasi mencapai dasar panggul.

b. *Passanger* atau penumpang

Passanger atau penumpang, terdiri dari janin dan plasenta. Ukuran kepala janin, presentasi janin, letak, sikap dan posisi janin serta insersi plasenta mempengaruhi kelancaran proses persalinan.

c. *Passageway* atau jalan lahir

Passageway atau jalan lahir terdiri dari bentuk dan ukuran panggul, kemampuan meregang segmen bawah rahim, serviks, otot-otot dasar panggul, vagina dan introitus vagina.

d. *Psyche* atau kondisi psikologi ibu

Persalinan dan melahirkan merupakan proses fisiologis yang menjadi bagian dari kehidupan hampir setiap wanita yang pada umumnya menakutkan karena dapat menimbulkan rasa sakit yang hebat, hingga terkadang menimbulkan kondisi fisik dan mental yang mengancam jiwa. Nyeri adalah suatu fenomena subjektif, sehingga keluhan nyeri persalinan setiap wanita tidak akan sama. Bahkan pada ibu bersalin yang sama nyeri persalinan yang dirasakan tidak akan sama. Kecemasan dan ketakutan menurunkan kemampuan koping terhadap nyeri. Sekresi katekolamin

akibat kecemasan dan ketakutan menghambat kontraksi uterus dan aliran darah ke plasenta.

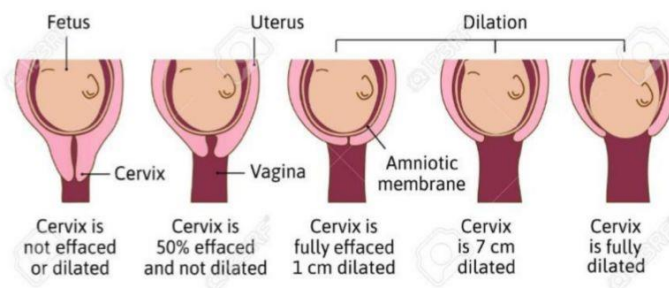
e. Penolong Persalinan

Para ibu bersalin diperhatikan dan diberi dukungan selama proses persalinan sampai kelahiran bayi serta diberi tahu mengenai proses persalinan dan asuhan yang akan di diberikan kepada ibu. Dengan begitu ibu bersalin akan merasa aman.

2.1.4 Tahap Proses Persalinan

Terdapat 4 tahap persalinan yang di lalui oleh ibu bersalin menurut Kurniarum (2016)

1. kala I atau kala pembukaan dimulai dari adanya his yang adekuat sampai pembukaan lengkap.



Gambar 2.1 Mekanisme penurunan kepala

(Kurniarum, 2016)

Kala 1 dibagi dalam 2 fase yaitu fase laten (pembukaan serviks 1-3 cm) membutuhkan waktu 8 jam, fase aktif (pembukaan serviks 4-10 cm/lengkap), membutuhkan waktu 6 jam. Fase aktif terbagi lagi menjadi :

- a. Fase akselerasi (fase percepatan), dari pembukaan 3 cm sampai 4 cm yang dicapai dalam 2 jam.
- b. Fase dilatasi maksimal, dari pembukaan 4 cm sampai 9 cm yang dicapai 2 jam.
- c. Fase deselerasi (kurangnya percepatan), dari pembukaan 9 sampai 10 cm selama 2 jam.

2. Kala II atau kala pengeluaran, dari pembukaan lengkap sampai lahirnya bayi. Proses ini biasanya berlangsung 2 jam pada primipara dan 1 jam pada multipara.
3. Kala III atau kala uri, dimulai setelah bayi lahir sampai lahirnya plasenta yang berlangsung tidak lebih dari 30 menit.
4. Kala IV atau kala pengawasan, dimulai dari saat lahirnya plasenta sampai 2 jam pertama post-partum.

2.2 Nyeri Persalinan

2.2.1 Pengertian Nyeri Persalinan

Nyeri persalinan merupakan kondisi fisiologis yang secara umum dialami oleh hampir semua ibu bersalin. Nyeri terjadi Ketika otot-otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka serviks dan mendorong kepala bayi ke arah panggul (Marlina, 2018). Secara fisiologis nyeri terjadi ketika otot-otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka servik dan mendorong kepala bayi ke arah panggul. Nyeri persalinan kala I adalah kondisi fisiologis yang disebabkan oleh proses dilatasi servik, hipoksia otot uterus saat kontraksi, iskemia korpus uteri dan peregangan segmen bawah rahim dan kompresi saraf di servik. Ketidaknyamanan, rasa takut dan rasa nyeri merupakan masalah bagi ibu bersalin (Indrayani, 2021).

Nyeri persalinan merupakan suatu keadaan yang normal terjadi pada proses persalinan dari kala I sampai dengan kelahiran bayi. Dilatasi serviks saat otot uterus mengalami hipoksia. Hal ini menyebabkan kontraksi sementara korpus uteri mengalami iskemia dan bagian bawah rahim mengalami peregangan serta saraf serviks tertekan. merupakan penyebab ibu mengalami nyeri persalinan (Subagio, 2022).

2.2.2 Etiologi Nyeri Persalinan

Rasa nyeri saat persalinan merupakan hal yang normal terjadi. Penyebabnya meliputi faktor fisiologis dan faktor psikologis (Hartanti, 2015).

a. Faktor Psikologis

Rasa takut dan cemas yang berlebihan akan mempengaruhi rasa nyeri. Setiap ibu mempunyai versi sendiri-sendiri tentang nyeri persalinan karena toleransi batas rangsang nyeri setiap orang berlainan. Ada yang merasa tidak tahan mengalami nyeri. Berbagai respon merupakan suatu mekanisme proteksi diri dari rasa nyeri yang dirasakan.

b. Faktor Fisiologis

Faktor Fisiologis yang dimaksud adalah kontraksi. Gerakan otot rahim ini menimbulkan rasa nyeri karena pada saat itu otot rahim memanjang dan mendatar. Kemudian tertarik saat itulah kepala janin menekan mulut rahim dan membukanya. Jadi, kontraksi merupakan bagian dari upaya membuka jalan lahir. Intensitas rasa bertambah tinggi dan semakin sering sebanding dengan kekuatan kontraksi dan tekanan bayi terhadap struktur panggul, diikuti regangan bahkan perobekan jalan lahir bagian bawah dari tidak ada pembukaan sampai pembukaan 2 bisa berlangsung sekitar 8 jam. Rasa sakit pada pembukaan 3 cm sampai selanjutnya rata-rata 0,5 sampai 1 cm perjam. Maka lama dan frekuensi nyeri semakin sering dan semakin bertambah kuat sampai mendekati proses persalinan.

2.2.3 Dampak Nyeri Persalinan

Dampak nyeri persalinan bagi ibu, beberapa dampaknya adalah stress dan kecemasan, nyeri yang intens dapat menyebabkan stress dan cemas yang dapat mempengaruhi proses persalinan. Jika tidak segera ditangani akan berpengaruh pada denyut jantung dan napas juga tekanan darah ibu.

2.2.4 Tindakan Untuk Mengatasi Nyeri Persalinan

Menurut Hermina (2015) manajemen nyeri persalinan dibedakan menjadi 2 yaitu

a. Manajemen Farmakologi

Manajemen farmakologi merupakan suatu pendekatan yang digunakan untuk menghilangkan nyeri dengan menggunakan obat-obatan. Obat merupakan bentuk pengendalian nyeri yang diberikan oleh perawat dengan kolaborasi dokter

1. Analgesik Non Opioid Obat anti Inflamasi Non Steroid atau OAINS. Efektif untuk penatalaksanaan nyeri ringan sampai nyeri sedang. Terutama asetomenofon (*Tylenol*), asam asetil salisilat (*Aspirin*) dan ibu profen (*Morvin, Advil*) merupakan obat yang sering digunakan untuk mengatasi nyeri akut derajat ringan.
2. Analgesia Opioid merupakan analgetic yang kuat dan digunakan dalam penatalaksanaan nyeri dengan skala sedang sampai berat.
3. *Adjuvan* atau koanalgetik merupakan obat yang memiliki efek analgetik atau efek komplementer dalam penatalaksanaan nyeri.

b. Manajemen Non Farmakologis

Beberapa hal yang dapat dilakukan dalam mengatasi nyeri saat persalinan yaitu dengan memberikan terapi non farmakologis yang setidaknya dapat mengurangi rasa nyeri tanpa menggunakan obat, beberapa hal yang dapat diberikan seperti :

1. Relaksasi
2. *Massage*
3. Kompres air hangat
4. Aroma terapi
5. Terapi *birthing ball*
6. Terapi musik klasik

2.3 Terapi *Birthing Ball*

2.3.1 Pengertian *Birthing Ball*

Birthing ball adalah bola terapi fisik berisi udara yang dipergunakan membantu ibu inpartu kala 1 ke posisi yang membantu kemajuan persalinan dan dapat mengurangi rasa nyeri yang ibu rasakan. Salah satu gerakan yaitu dengan duduk di bola dan bergoyang-goyang membuat rasa nyaman dan membantu kemajuan persalinan dengan menggunakan gravitasi sambil meningkatkan pelepasan endorfin karena

elastisitas dan lengkungan bola merangsang reseptor di panggul yang bertanggung jawab untuk mensekresi endorfin (Lubis, 2022). Ketidaknyamanan dapat diatasi dengan posisi tubuh yang menunjang gravitasi dan posisi yang mempercepat dilatasi serviks seperti berjalan, berjongkok, berlutut dan duduk. Dengan metode *birthing ball* akan mendukung ibu untuk menggunakan posisi tersebut selama proses persalinan. Hal ini akan membantu janin turun ke dalam rongga panggul dan nyeri yang ibu rasa lebih berkurang (Lesmana, 2024)

2.3.2 Fisiologi *Birthing Ball*

Terapi *birthing ball* dapat membantu ibu dalam mengurangi rasa sakit. Duduk atau menggoyangkan pinggul diatas *birthing ball* merangsang pergerakan pada otot panggul dan punggung bawah. Gerakan tersebut dapat mengurangi ketegangan otot yang dapat mengurangi nyeri dan membantu ibu lebih rileks. Saat ibu bergerak atau berayun diatas bola, tubuhnya akan merespons dengan melepaskan endorfin hormon yang berperan dalam pengurangan rasa sakit dan meningkatkan perasaan nyaman (Fariktahma, 2025).

2.3.3 Manfaat penggunaan *Birthing Ball*

Beberapa manfaat dari terapi *birthing ball* menurut (Faranina, 2024)

- a. *Birthing ball* dapat mengurangi ketidaknyamanan saat kontraksi, membantu mempercepat proses persalinan karena merangsang pergerakan otot panggul.
- b. Meningkatkan aliran darah ke plasenta, rahim, dan janin. tekanan menurun dan panggul 30% lebih besar. Serta memberikan sensasi nyaman di sekitar lutut dan pergelangan kaki.
- c. Dapat meningkatkan pergerakan panggul ibu selama tahap awal persalinan.
- d. Terapi *birthing ball* dapat mengurangi nyeri punggung, inguinal, vagina. Jika ibu bersalin dalam posisi duduk diatas bola dengan tegak dan tubuh condong ke depan, kontraksi rahim akan lebih mudah menggerakkan bayi melewati panggul.

2.3.4 Waktu pemberian terapi *Birthing Ball*

Ibu bersalin dapat menggunakan teknik *birthing ball* selama proses persalinan. Waktu yang tepat untuk menggunakan *birthing ball* saat tahap pembukaan (fase aktif) pada tahap ini kontraksi mulai terjadi, tetapi belum intens. *Birthing ball* dapat digunakan untuk membantu ibu hamil merasa lebih nyaman, dan mengurangi rasa sakit. Kemudian saat mulai masuk fase aktif pada tahap ini kontraksi semakin kuat dan sering. *Birthing ball* dapat membantu ibu bergerak, duduk, dan bergoyang diatas bola untuk mengurangi ketegangan (Marsela, 2024).

Selain *birthing ball* terdapat metode lain yang juga bisa digunakan untuk meredakan nyeri yaitu terapi musik. Terapi musik adalah metode teknik distraksi yang dapat mengurangi rasa sakit fisiologis, stress, dan kecemasan dengan mengarahkan seseorang menjauh dari rasa sakit dan sebagai panduan untuk menciptakan lingkungan yang nyaman di ruang bersalin (Tobing, 2017).

2.4 Terapi Musik

2.4.1 Pengertian Musik Klasik

Musik klasik merupakan teknik yang efektif untuk mengalihkan perhatian ibu terhadap cemas berlebih. Musik klasik dapat membantu ibu menjadi lebih rileks, mengurangi stress, menimbulkan rasa aman dan sejahtera, melepaskan rasa sedih, membuat gembira dan membantu melepas rasa sakit (Analia, 2016).

Menurut para peneliti terdahulu terapi musik klasik terbukti efektif untuk meredakan nyeri persalinan dengan pemberian teknik distraksi menggunakan musik. Pemberian fasilitas musik ini menunjukkan penurunan denyut jantung, Tingkat depresi, tingkat respirasi dan kebutuhan oksigen. Musik dapat meningkatkan suatu respon seperti endorphen yang dapat mempengaruhi suasana hati sehingga mampu menurunkan kecemasan dan mengalihkan pasien dari rasa nyeri (Maslakah, 2016).

2.4.2 Jenis – jenis musik klasik

Beberapa jenis musik klasik difokuskan pada efek terapeutik yang dapat membantu pasien jenis musik nya yaitu Musik klasik karya Mozart telah lama dikenal memiliki efek menenangkan dan dapat membantu menurunkan tingkat stres serta kecemasan, termasuk pada ibu yang akan melahirkan. Beberapa studi bahkan menunjukkan bahwa mendengarkan Mozart selama persalinan bisa membantu:

Menurunkan tekanan darah, menstabilkan detak jantung, mengurangi rasa nyeri atau ketegangan, meningkatkan ketenangan dan kenyamanan emosional. beberapa Musik Klasik Mozart yang lembut dan menenangkan, untuk didengarkan sebelum dan selama proses persalinan:

1. Piano Sonata No. 16 in C Major alunan yang ringan, ceria, dan menenangkan dapat mengalihkan pikiran dari rasa sakit dan memberikan ketenangan batin.
2. Clarinet Concerto in A Major alunan yang tenang dan mendalam dapat membantu memperlambat pernapasan dan meningkatkan relaksasi.
3. Eine kleine Nachtmusik alunan yang ceria dan familiar dapat membawa suasana yang mengangkat semangat untuk fase awal persalinan atau saat jeda kontraksi.
4. Piano Concerto No. 21 in C Major alunan yang sangat damai dan menenangkan dapat digunakan untuk menenangkan ibu dalam ruang bersalin (Haslin, 2023)

2.4.3 Fisiologi terapi musik klasik

Terapi musik klasik dapat mempengaruhi tubuh dan system saraf secara positif baik dalam aspek fisik maupun psikologis. Penelitian dalam bidang terapi musik menunjukkan bahwa musik klasik, dengan karakteristik melodi yang harmonis dan ritme yang stabil, dapat merangsang respons fisiologis. Musik klasik mempengaruhi otak dengan merangsang produksi neurotransmitter seperti dopamin dan serotonin yang berperan dalam perasaan bahagia, relaksasi, dan mengurangi stress (Warlinda, 2024)

2.4.4 Waktu pemberian terapi musik klasik

Waktu pemberian terapi musik klasik selama persalinan dapat disesuaikan dengan kebutuhan ibu dan tahapan persalinannya. Musik klasik biasanya digunakan sebelum persalinan, selama fase aktif dan pendorongan, serta pasca melahirkan untuk membantu ibu mengurangi stres, rasa sakit, dan kecemasan, serta mendukung pemulihan fisik dan emosional. Pemutaran musik dapat berlangsung dalam durasi yang bervariasi, tetapi musik klasik yang menenangkan dengan tempo lambat sering kali lebih efektif dalam menciptakan suasana yang nyaman dan mendukung proses persalinan (Asmara, 2017).

2.5 Manfaat *Birthing Ball* dan Musik Klasik

Birthing ball efektif untuk mengurangi nyeri yang dirasakan ibu selama kontraksi uterus pada ibu yang sudah masuk ke kala 1 fase aktif. *Birthing ball* juga dapat meredakan kecemasan dan stress saat persalinan (WHO, 2019). Selain *birthing ball*, terapi musik klasik bermanfaat untuk meredakan nyeri persalinan karena musik dapat mendistraksi pasien dan dapat mempengaruhi suasana hati sehingga mampu menurunkan kecemasan dan mengalihkan pasien dari rasa nyeri.

2.6 SOP *Birthing Ball* (Anggraeni, 2021).

- a. Persiapan alat dan bahan
 - 1) *Birthing ball*
 - 2) Matras
- b. Persiapan klien
 - 1) Jelaskan tujuan, manfaat, prosedur pelaksanaan
 - 2) Serta menerima persetujuan klien untuk terapi *birthing ball*
 - 3) Menjaga privasi pasien
- c. Pelaksanaan
 - 1) **Duduk diatas bola**
 - a. Pasien dalam keadaan siap untuk di lakukan terapi *birth ball*.

- b. Menyiapkan peralatan.
- c. Mencuci tangan.
- d. Anjurkan ibu untuk duduk diatas *birth ball* seperti halnya duduk diatas kursi dengan kaki sedikit membuka agar keseimbangan badan diatas bola terjaga.
- e. Anjurkan ibu untuk meletakkan tangan dipinggang atau dilutut, gerakan pinggul ke samping kanan dan ke samping kiri, memutar, dan maju mundur mengikuti aliran gelinding bola. Lakukan secara berulang minimal 2x8 hitungan (gerakan ini dilakukan selama 10 menit).
- f. Tetap dengan tangan di pinggang, lakukan gerakan pinggul kearah depan dan ke belakang mengikuti aliran bola menggelinding 2x8 hitungan (gerakan ini dilakukan selama 5 menit).
- g. Kemudian lakukan gerakan pinggul seperti spiral maju dan mundur 2x8 hitungan (gerakan ini dilakukan selama 5 menit).

2) Berlutut dan memeluk bola

- a. Letakkan bola dilantai.
- b. Dengan menggunakan matras lakukan posisi berlutut.
- c. Kemudian posisikan badan bersandar ke depan di atas bola seperti merangkul atau memeluk bola.
- d. Dengan tetap pada posisi merangkul atau memeluk bola gerakan badan ke samping kanan dan kiri mengikuti gelindingan bola. Lakukan dalam 2x8 hitungan.
- e. Dengan pasien tetap dalam posisi memeluk bola.
- f. Lakukan berulang dengan durasi 10 menit.
- d. Terminasi
 - 1) Evaluasi hasil kegiatan
 - 2) Evaluasi *vital sign* dan skala nyeri
 - 3) Merapikan alat dan klien
 - 4) Mencuci tangan



Sumber : (Hanah, 2025)

2.7 SOP Musik Klasik (Asmara, 2017).

a. Persiapan

Persiapan alat dan bahan

- 1) Handphone
- 2) Speaker

b. Persiapan pasien

- 1) Jelaskan tujuan, prosedur, dan lamanya tindakan pada klien/keluarga

c. Prosedur

- 1) Berikan kesempatan pasien untuk bertanya sebelum kegiatan dilakukan
- 2) Jaga privasi klien
- 3) Menetapkan perubahan pada perilaku dan fisiologi yang diinginkan yaitu relaksasi dan mengurangi rasa sakit
- 4) Menetapkan ketertarikan klien terhadap musik
- 5) Identifikasi pilihan musik klien
- 6) Berdiskusi dengan klien dengan tujuan berbagi pengalaman dalam musik
- 7) Pilih musik sesuai pilihan klien
- 8) Bantu klien untuk memilih posisi yang nyaman
- 9) Batasi simulasi eksternal seperti cahaya, suara, pengunjung, panggilan telepon selama mendengarkan musik
- 10) Pastikan speaker/handpone dan perlengkapan dalam kondisi baik
- 11) Dukung dengan earphone atau headset jika diperlukan
- 12) Terapi musik akan diberikan selama 30 menit setelah itu musik akan dihentikan
- 13) Atur volume musik agar nyaman untuk klien

d. Terminasi

- 1) Evaluasi hasil kegiatan (kenyamanan klien)
- 2) Evaluasi vital sign dan skala nyeri klien
- 3) Merapikan alat dan klien
- 4) Mencuci tangan

2.8 Konsep Asuhan Keperawatan

Pengkajian

Pengkajian mencakup pengumpulan data subjektif dan objektif yang diperoleh dari pasien dengan mengacu pada 13 Domain *North American Nursing Diagnosis Association* (NANDA)

1. *Health Promotion*

Meliputi kesadaran pasien tentang kesehatan, keluhan utama, riwayat penyakit dahulu, riwayat kesehatan sekarang dan pengobatan yang pernah maupun yang sedang dijalani sekarang.

2. *Nutrition*

Perbandingan antara status nutrisi pasien meliputi indeks massa tubuh (IMT), intake dan output serta ada atau tidaknya factor penyebab masalah nutrisi.

3. *Elimination*

Meliputi pola BAK dan BAB pasien serta mencari tahu adanya masalah atau gangguan pada pola eliminasi pasien.

4. *Activity/Rest*

Mengidentifikasi adanya hubungan sebab akibat antara pola istirahat dan aktivitas dengan masalah yang dialami pasien.

5. *Perception/cognition*

Melihat tingkat pengetahuan pasien.

6. *Self Perception*

Persepsi diri pasien ada atau tidaknya perasaan cemas akibat masalah tersebut.

7. *Role perception*

Meliputi status hubungan dan interaksi pasien dengan perawat serta orang terdekat yang turut membantu menangani masalah yang dialami.

8. Sexuality

Mengetahui adanya masalah maupun disfungsi seksual yang dialami pasien.

9. Coping/ Stress Tolerance

Mengkaji kemampuan pasien dalam mengatasi suatu masalah yang dialaminya dan mengidentifikasi petunjuk non-verbal yang menampakkan kecemasan pasien

10. Life principles

Meliputi rutinitas pasien dalam beribadah serta ada atau tidaknya hambatan yang dialami pasien.

11. Safety Protection

Ada atau tidaknya gangguan serta resiko yang mengancam keamanan pasien.

12. Comfort

Meliputi status kenyamanan pada pasien dan factor penyebab ketidaknyamanan beserta gejala yang menyertai.

13. Growth/ Development

Menunjukkan status pertumbuhan, perkembangan dan perkembangan dan perbandingan berat badan selama hamil

2.9 Diagnosis Keperawatan

Diagnosis keperawatan yang muncul menurut (SDKI, 2016)

1. Nyeri melahirkan berhubungan dengan dilatasi serviks
2. Gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan
3. Ansietas berhubungan dengan kekhawatiran akan kegagalan

2.10 Rencana Keperawatan

Intervensi Keperawatan yang dilakukan berdasarkan (SIKI, 2018)

a. Nyeri Melahirkan berhubungan dengan dilatasi serviks (D. 0079)

Tingkat nyeri menurun (L. 08066) dengan kriteria hasil :

1. Keluhan nyeri menurun
2. Meringis menurun
3. Berfokus pada diri sendiri menurun

Intervensi Manajemen Nyeri (I. 08238)

Observasi :

1. Identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri
2. Identifikasi skala nyeri
3. Identifikasi respon nyeri non verbal

Terapeutik :

1. Berikan teknik non farmakologi untuk mengurangi nyeri
2. Kontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri (mis: suhu ruangan, pencahayaan, kebisingan)

Edukasi :

1. Jelaskan penyebab, periode, dan pemicu nyeri
2. Jelaskan strategi meredakan nyeri

Kolaborasi :

1. Kolaborasi pemberian analgetik

b. Gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan (D. 0074)

Status kenyamanan meningkat (L. 08064) dengan kriteria hasil :

1. Keluhan tidak nyaman menurun
2. Gelisah menurun

Intervensi Terapi relaksasi (I. 09326)

Observasi :

1. Identifikasi penurunan Tingkat energi, ketidakmampuan berkonsentrasi, atau gejala lain yang mengganggu kemampuan kognitif
2. Monitor respons terhadap terapi relaksasi

Terapeutik :

3. Ciptakan lingkungan tenang dan tanpa gangguan dengan pencahayaan dan suhu ruang nyaman
4. Gunakan nada suara lembut dengan irama lambat dan berirama
5. Gunakan relaksasi sebagai strategi penunjang dengan analgetik atau tindakan medis lain, jika sesuai
Edukasi :
6. Jelaskan tujuan, manfaat, batasan, dan jenis relaksasi yang tersedia (mis: musik, meditasi, napas dalam, relaksasi otot progresif)
7. Anjurkan rileks dan merasakan sensasi relaksasi

c. Ansietas berhubungan dengan kekhawatiran akan kegagalan (D. 0080)

Tingkat ansietas menurun (L. 09093) dengan kriteria hasil :

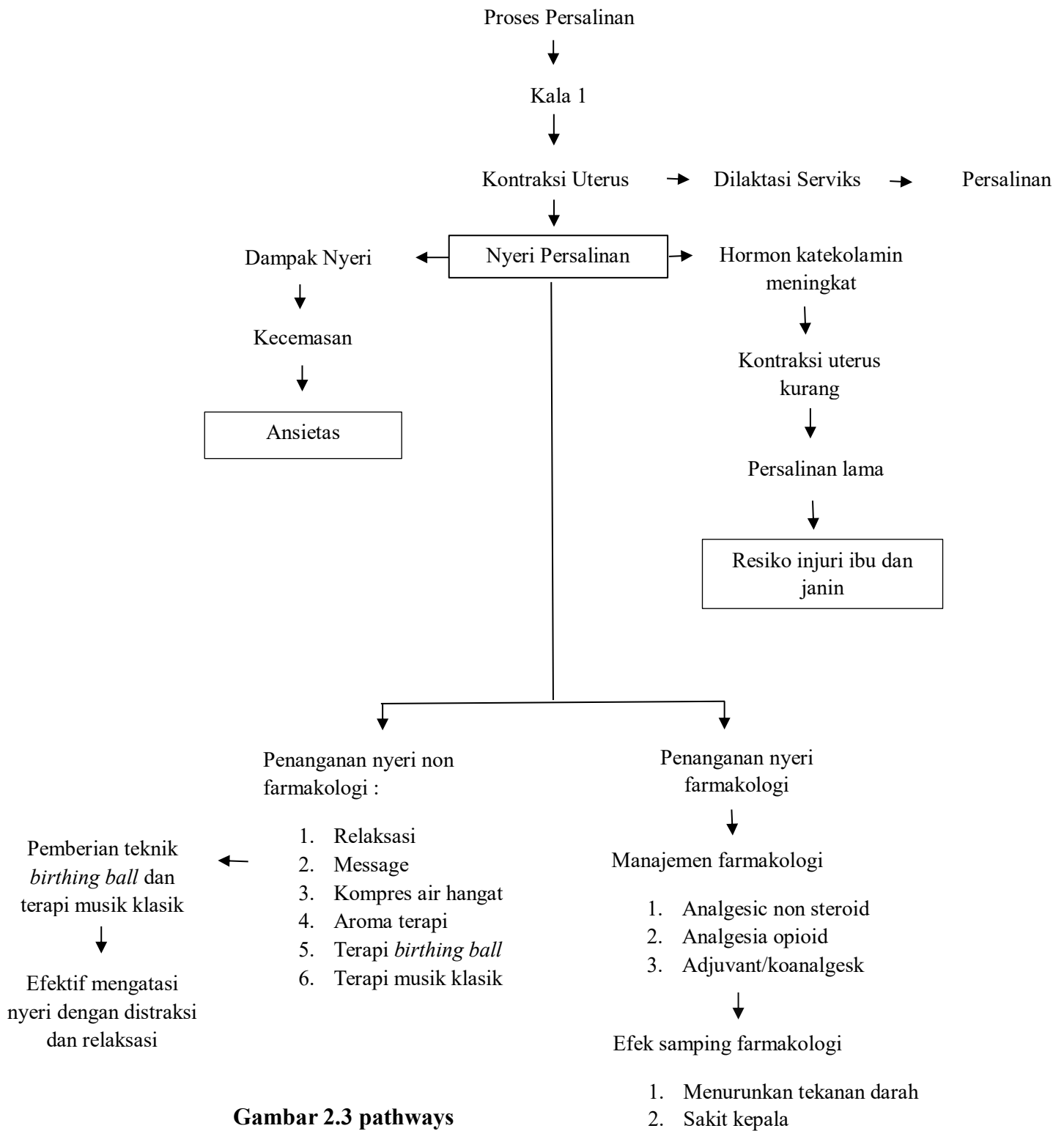
1. Perilaku gelisah menurun
2. Perilaku tegang menurun
3. Konsentrasi membaik

Intervensi Reduksi Ansietas (I. 09314)

Observasi :

1. Monitor tanda tanda ansietas (verbal dan non verbal)
Terapeutik :
2. Ciptakan suasana terapeutik untuk menumbuhkan kepercayaan
3. Temani pasien untuk mengurangi kecemasan, jika memungkinkan
4. Dengarkan dengan penuh perhatian
Edukasi :
5. Anjurkan keluarga untuk tetap Bersama pasien
6. Latih kegiatan pengalihan untuk mengurangi ketegangan
7. Latih teknik relaksasi

2.11 Pathways



Gambar 2.3 pathways persalinan Sumber : (Mochtar, 2015); (Sofian, 2017)

BAB 3

METODE STUDI KASUS

3.1 Jenis/Desain Studi Kasus

Desain Studi kasus adalah suatu pendekatan penelitian yang digunakan untuk melakukan analisis mendalam terhadap suatu kasus dengan tujuan untuk memahami dinamika dan kompleksitas yang terjadi pada suatu penelitian, Penelitian ini menggunakan desain studi kasus penerapan *birthing ball* dan musik klasik untuk meredakan nyeri persalinan kala 1. Pendekatan yang digunakan dalam keperawatan meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, evaluasi, dan dokumentasi keperawatan.

3.2 Subjek Studi Kasus

Subjek yang digunakan dalam studi kasus keperawatan adalah 2 orang pasien. Pasien pertama yaitu ibu primipara diberikan 2 terapi *Birthing Ball* dan Musik Klasik dan pasien yang kedua ibu multipara diberikan 1 terapi Musik Klasik saja dengan tujuan dapat membandingkan efektifitas *birthing ball* dan musik klasik untuk meredakan nyeri persalinan.

3.3 Definisi Operasional

Definisi opsional merupakan suatu pernyataan yang jelas dan tepat berdasarkan variable dan karakteristik yang menyediakan pemahaman yang sama terhadap keseluruhan data sebelum dikumpulkan atau sebelum materi dikembangkan (Pertiwi, 2018).

3.3.1 *Birthing Ball* dan Musik Klasik

Birthing ball adalah sebuah bola terapi fisik yang dapat membantu kemajuan persalinan dan dapat meredakan nyeri. Teknik ini akan diberikan pada 2 subjek ibu bersalin yang sudah memasuki persalinan kala 1 fase aktif. Dengan pengimplementasian yang berbeda yaitu ibu pertama akan diberikan Teknik *birthing ball* dan terapi musik klasik sedangkan untuk ibu kedua akan diberikan

terapi musik klasik saja. Dengan itu penulis akan membandingkan berapa skala nyeri yang dapat turun dari ibu pertama dan kedua. Penulis akan mengukur skala nyeri yang dirasakan ibu sebelum dilakukan terapi *birthing ball* dan terapi musik klasik dan sesudah dilakukan terapi.

3.3.2 Nyeri Melahirkan

Nyeri melahirkan merupakan sensasi tidak nyaman atau rasa sakit yang dialami oleh ibu selama proses persalinan, yang umumnya muncul akibat kontraksi uterus, dilatasi serviks, serta tekanan janin terhadap struktur panggul dan jaringan sekitarnya. Nyeri ini bersifat fisiologis, artinya merupakan bagian normal dari proses biologis tubuh dalam memfasilitasi kelahiran. Meskipun intensitasnya dapat sangat tinggi, nyeri melahirkan bersifat intermiten—datang dan pergi mengikuti pola kontraksi—dan cenderung meningkat seiring dengan kemajuan tahap persalinan.

3.3.3 Ibu Bersalin Kala I

2 subjek ibu bersalin yang sudah masuk ke kala 1 fase aktif, 1 subjek ibu primipara dan 1 subjek ibu multipara.

3.4 Metode Pengambilan Data

Metode pengumpulan data pada studi kasus ini menggunakan teknik sebagai berikut :

Wawancara (hasil riwayat kesehatan meliputi identitas klien, keluhan utama, keluhan yang diteliti, riwayat kehamilan, riwayat kelahiran, dan sumber data berasal dari (pasien dan keluarga). Peralatan atau alat pengumpul data dalam studi kasus ini menggunakan format pengkajian 13 Domain NANDA. Analisa data yang digunakan dalam studi kasus ini adalah analisa deskriptif yang disajikan dalam format teks/naratif.

Amati dan periksa fisik tubuh klien (menggunakan pendekatan IPPA : inspeksi, palpasi, perkusi, auskultasi).

Penerapan atau tindakan pemberian asuhan keperawatan khususnya berupa implementasi *birthing ball* dan musik klasik untuk mengurangi nyeri persalinan kala 1.

Tabel 3.1 Kegiatan studi kasus

No	Kegiatan	Kunjungan
1.	Perkenalan, menjelaskan maksud dan tujuan melakukan persetujuan tindakan dengan menggunakan informed consent	
2.	Melakukan pengkajian wawancara, observasi, serta meminta klien mengisi kuisioner Rhodes pada klien, merumuskan diagnose dan Menyusun rencana keperawatan	
3.	Melakukan implementasi aplikasi birthing ball dan terapi musik klasik	
4.	Melakukan evaluasi tindakan	
5.	Melakukan dokumentasi asuhan keperawatan	
6.	Melakukan implementasi dan mengevaluasi tindakan serta mendokumentasikan nya	

Intervensi *birthing ball* dan musik klasik dilakukan saat ibu sudah masuk ke kala 1.

3.5 Instrumen Studi Kasus

Instrument pengumpulan data yang dilakukan adalah :

- Format pengkajian 13 Domain NANDA.
- SOP *birthing ball* dan Terapi Musik Klasik
- VAS (*Visual Analog Scale*)

3.6 Lokasi dan Waktu Studi Kasus

Studi kasus ini adalah studi kasus individu yang dilakukan di Kramat Utara Magelang Utara.

3.7 Etika Studi Kasus

Dicantumkan etika yang mendasari penyusunan studi kasus yang terdiri dari:

Universitas Muhammadiyah Magelang

3.8 *Informed consent*

Informed consent merupakan bentuk persetujuan antara penulis dan kedua pasien dengan memberikan lembar persetujuan. *Informed consent* tersebut diberikan sebelum penulis melakukan aplikasi dengan memberikan lembar persetujuan untuk menjadi pasien. Tujuan diberikan lembar persetujuan yaitu memberi pengetahuan kepada pasien maksud dan tujuan penulis dan mengetahui dampaknya. Subjek bersedia, maka penulis menghormati hak pasien.

3.9 *Anonymity*

Anonymity merupakan lembar pengumpulan data yang dijamin kerahasiaannya karena penulis memberikan lembar tersebut tanpa nama pasien. Pada studi kasus ini nama pasien dirahasiakan dengan diinisial untuk menjaga privasi pasien.

3.10 *Confidentiality*

Metode ini merupakan etika dengan memberikan jaminan kerahasiaan hasil, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh penulis dan hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil penulis.

3.11 *Ethical Clearence*

Ethical Clearence atau kelayakan etik merupakan keterangan penulis untuk riset yang melibatkan makhluk hidup serta menyatakan bahwa suatu proposal riset layak dilaksanakan setelah memenuhi persyaratan tertentu yang diberikan oleh Komisi Etik Penelitian 0102/KEPK-FIKES/II.3.AU/F/2025

BAB 5

PENUTUP

8.1 Kesimpulan

8.1.1 Pengkajian

Pengkajian pada ibu bersalin menggunakan pengkajian 13 domain NANDA yang difokuskan pada *comfort* (gangguan rasa nyaman : nyeri), dengan menggunakan kuesioner VAS (visual analogue scale) untuk mengukur Tingkat nyeri pada kedua pasien yaitu Ny. H skala nyeri 8 dan Ny. D skala nyeri 6.

8.1.2 Diagnosis

Diagnosis yang muncul pada kasus ini adalah nyeri melahirkan berhubungan dengan dilaktasi serviks.

8.1.3 Intervensi

Intervensi yang direncanakan pada kedua klien yaitu tindakan non farmakologis dengan penerapan *birthing ball* dan terapi musik klasik.

8.1.4 Implementasi

Implementasi yang dilakukan pada kedua klien yaitu penerapan *birthing ball* dan terapi musik klasik yang dilakukan selama 3 kali dengan durasi 30 menit setiap tindakan.

8.1.5 Evaluasi

Evaluasi keperawatan yang telah dicapai menunjukkan bahwa masalah nyeri melahirkan teratasi dengan menerapkan *birthing ball* dan terapi musik klasik serta didapatkan hasil dari pengkajian form kuesioner VAS (*visual analogue scale*) yaitu pada Ny. H dari skor 8 menjadi 6 dan pada Ny. D dari skor 6 menjadi 5.

8.2 Saran

Berdasarkan hasil karya tulis ilmiah ini, maka saran yang dapat penulis berikan adalah sebagai berikut :

8.2.1 Bagi Institusi Kesehatan

Sebagai referensi untuk mengembangkan tentang penerapan birthing ball dan terapi musik klasik untuk meredakan nyeri persalinan.

8.2.2 Bagi Profesi Keperawatan

Sebagai masukan atau perkembangan atau perkembangan praktik bidang keperawatan khusus nya untuk mengatasi nyeri melahirkan.

8.2.3 Bagi Masyarakat

Sebagai acuan masyarakat umum dan khususnya untuk ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan.

8.2.4 Bagi penulis

Sebagai tambahan wawasan serta pengetahuan khususnya untuk metode penerapan birthing ball dan terapi musik klasik untuk meredakan nyeri persalinan kala 1.

DAFTAR PUSTAKA

- Agatha Pasaribu, (2023). *Effectiveness Of Using A Birth Ball With Classical Music Therapy On The Pain Level Of Mother In The 1ST Stage Of Birth*.
- Anggraeni, (2021). Pengaruh Terapi *Birthball* Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Primipara Kala I Fase Aktif. 7(2), 2021. www.lppm-mfh.com
- Asmara, (2017). Efektifitas Hipnoterapi dan Terapi Musik Klasik terhadap Kecemasan Ibu Hamil Resiko Tinggi di Puskesmas Magelang Selatan Tahun 2017.
- Aprilia, (2021). Terapi Musik Klasik Pada Ibu Hamil Trimester III dalam Mengurangi Kecemasan Terhadap Persalinaan. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(2), 132–141.
- Dirgahayu, (2023). *Birth Ball Exercises* Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I: *Literature Review*. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Darma, (2022). *Technique Active Birth (Birth ball and hypnobirthing)*, Vol. 3, No. 2.
- Dede, (2019). Gambaran Lama Persalinan Kala I Fase Aktif Pada *Primigravida* Dengan Posisi Merangkak Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya. *Jurnal Bimtas*, Vol. 3(2).
- Desyanti, (2023). Pengaruh Penggunaan *Birth Ball*. *Jurnal Health Sains*, Vol. 4(2), 2. <https://doi.org/10.46799/jhs.v4i2.828%0A2722-5356> Ridwan
- Faranina, (2024). Terapi Birth Ball dengan Kemajuan Persalinan dan Pengurangan Nyeri *Birth Ball Therapy with Labor Progress Progression and Pain Reduction* (Vol. 2, Issue 2).
- Fariktahma, (2025). *Birth Ball* Dapat Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif. In *Jurnal Penelitian Sains dan Kesehatan Avicenna* (Vol. 4, Issue 1).
- Gemini, (2019). Pengaruh *Birthing Ball* terhadap lama kala I Fase Aktif pada Primigravida. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, Vol. 8(2), 164.
- Irawati, (2019). Mengurangi Nyeri Persalinan dengan Teknik *Birthing Ball*. *Jurnal Bidan Cerdas (JBC)*, Vol. 2(3), 129. <https://doi.org/10.33860/jbc.v2i3.282>
- Marsela, (2024). Penerapan Kombinasi Terapi *Birthing Ball* dan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Nyeri Persalinan. *Zona Kebidanan: Program Studi Kebidanan Universitas Batam*, 14(3). <https://doi.org/10.37776/zkeb.v14i3.1481>

- Prastyoningsih, (2024). Pengaruh Teknik *Birthing Ball* Terhadap Kemajuan Persalinan Kala 1 Primigravida di Pmb Sri Mulyatun Kabupaten Murung Raya. In *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan* (Vol. 11, Issue 12). <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kesehatan>
- Rahayu, (2020). Efektivitas *Music Therapy* terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan: Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 5(2), 83.
- Septina, (2024). Efektifitas Terapi Musik Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif. *Midwifery Journal*, 4(1), 1–4.
- Sulistyowati, (2023). *Music Therapy Reduces Pain In Labor*. *Jurnal EduHealth*, 14(02), 940–943. <https://doi.org/10.54209/jurnaeduhealt.h.v14i02.2310>
- Widowati, (2022). Pengaruh Terapi *Birthball* Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Primipara Kala 1 Fase Aktif. 7(2), 2021. www.lppm-mfh.com
- Warlinda, (2024). Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap Intensitas Nyeri pada Inpartu Fase Aktif Kala I Persalinan di Praktek Mandiri Bidan Pertiwi Sengkang Kabupaten Wajo. *OBAT: Jurnal Riset Ilmu Farmasi Dan Kesehatan*, 2(1), 113–121. <https://doi.org/10.61132/obat.v2i1.157>
- Widiyanti, (2023). Penggunaan *Birth Ball* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif.
- Widi, (2022). Pengaruh Terapi *Birthball* Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Primipara Kala 1 Fase Aktif. 7(2), 2021. www.lppm-mfh.com
- Winda, (2024). Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap Intensitas Nyeri pada Inpartu Fase Aktif Kala I Persalinan di Praktek Mandiri Bidan Pertiwi Sengkang Kabupaten Wajo. *OBAT: Jurnal Riset Ilmu Farmasi Dan Kesehatan*, 2(1), 113–121. <https://doi.org/10.61132/obat.v2i1.157>
- Widyawati, (2022). Penggunaan *Birth Ball* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif.
- Wijayanti, (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>