BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan hal penting yang dinantikan oleh seorang wanita dalam daur kehidupan berumah tangga. Dalam prosesnya seorang wanita hamil tidak hanya mengalami proses-proses somatik, tetapi juga mengalami perubahan psikologis yang mendalam dan membekas. Kehamilan trimester III pada ibu menyebabkan perubahan baik secara fisiologis, psikologis, dan sosial. Ketika usia kehamilan meningkat, juga akan terjadi ketidak nyamanan pada ibu hamil salah satunya kurangnya waktu tidur (Paramita, I. R,2020).

Ada beberapa Permasalahan yang muncul pada ibu hamil trimester ketiga antara lain nyeri pada punggung, gelisah dan sering buang air kecil, karena meningkatnya beban berat yang dibawa dalam rahim, jumlah dursi tidur menurun karena ibu sulit untuk tidur (insomnia). Sekitar 60% wanita hamil selama trimester terakhir mengeluh lelah, dan lebih dari 75% mengeluh kurangnya waktu tidur, penurunan kewaspadaan, dan kebutuhan untuk tidur siang hari. Dampak dari durasi tidur pendek atau kurangnya tidur dapat beresiko pada janin, kehamilan dan saat melahirkan. Oleh karena itu, ibu hamil yang mengalami durasi tidur yang bermasalah selama kehamilan dianjurkan untuk mendapat pantauan khusus (Paramita, I. R,2020).

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2022-2023 ibu hamil trimester III lebih cenderung mengalami gejala insomnia sebanyak 95% dikarenakan cemas, dan 1.63,95% takut melahirkan *(National Sleep*

foundation, 2023). WHO menyatakan bahwa kematian ibu di negara berkembang hampir mencapai 20% disebabkan oleh berkurangnya waktu istirahat (corry *al at.,* 2016). Di Indonesia prevelensi kekurangan waktu tidur cukup tinggi yaitu 64%. Ibu hamil yang mengalami sleep apnea sebanyak 65% terpaksa melakukan bedah caesar dan sebayak 42% preeklamsi (Putri *at el.*, 2021).

Kurangnya durasi tidur pada ibu hamil trimeter III bisa mengakibatkan resiko komplikasi pada kehamilan, seperti preeklamsi, kadar Hb ibu menurun, Anemia, dan kemungkinan timbulnya penyulit pada saat persalinan (El Sita, *et al.,* 2018). Kurangnya durasi tidur pada ibu hamil bisa diatasi dengan cara farmakologis yaitu dengan mengkonsumsi obat-obatan seperti Benzodiasepin, Ramelton, namun jika dikonsumsi terus-menurus bisa menimbulkan ketergantungan obat dan efek samping lainnya terhadap janin (Paliviana, *et al.*, 2018).

Terapi non farmakologis dapat digunakan untuk mengatasi gangguan tidur pada ibu hamil trimester III salah satunya yaitu Teknik Coping. Teknik Coping terbagi menjadi dua cara yaitu teknik distrak dan relaksasi. Teknik distrak merupakan pengalihan fokus perhatian ke stimulus yang lain, seperti mendengarkan musik (terapi musik) (Afni, R. 2021).

Terapi musik merupakan terapi yang dilakukan menggunakan musik dan aktivitas musik untuk memfasilitasi proses terapi dalam membantu kliennya. Sebagaimana halnya terapi yang merupakan upaya yang dirancang untuk membantu orang dalam konteks fisik dan mental, terapi musik mendorong

klien untuk berinteraksi, improvisasi, mendengarkan atau aktif bermain musik (Afni, R.2021).

Salah satu metode terapi musik yang telah digunakan untuk meningkatkan durasi tidur adalah terapi musik klasik. Terapi musik klasik jenis *(mozart)* merupakan musik yang memiliki nada yang lembut, tenang dan harmonis untuk menciptakan suasana yang santai dan menenangkan. Terapi musik klasik *(mozart)* telah terbukti efektif dalam mengurangi stres, meningkatkan suasana hati, dan menginduksi relaksasi pada individu yang mengalami durasi tidur pendek. Salah satu penanganan untuk mencapai durasi tidur normal dan istirahat yaitu dengan cara terapi musik klasik mendengarkan musik klasik setiap hari sebelum tidur malam (Paramita, I. R, 2020).

Berdasarkan penelitian oleh Paramita, I. R (2020) tentang Pengaruh Terapi Musik Klasik *(mozart)* Terhadap Durasi Tidur Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III di dapatkan ada pengaruh pemberian terapi musik terhadap tingkat durasi tidur ibu hamil trimester III dengan *p value* = 0,003 (p<0,05). Berdasarkan penelitian oleh Zuraida (2018) tentang Pengaruh musik klasik terhadap durasi tidur ibu hamil di wilayah kerja puskesmas tigo baleh di kota bukit tinggi didapatkan *p-value* =0,00. Berdasarkan penelitian penelitian oleh Aulia, N. P dkk 2020 tentang pengaruh terapi musik intrumental terhadap durasi tidur pada pasien *post* operasi yang mengalami gangguan tidur di dapatkan hasil bahwa adanya pengaruh terapi musik intrumental terhadap kualitas tidur dengan *p-value* <(0,050).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Padang, diwilayah kerja Puskesmas Andalas adalah terbanyak ibu trimester III yaitu 1.282 orang yang terbagi dari 7 Wilayah Kerja yaitu Sawahan, Jati Baru, Jati, Sawahan Timur, Andalas, Simpang Haru, dan Gantiang Parak Gadang. Berdasarkan data dari Puskesmas Andalas kota padang pada bulan Maret tahun 2024 didapatkan data ibu hamil trimester III terbanyak terdapat di Kelurahan Gantiang Parak Gadang sebanyak 45 orang (Dinkes kota Padang, 2022).

Berdasarkan survey awal di Kelurahan Ganting Parak Gadang pada tanggal 27 maret 2024 menggunakan format pengumpulan data durasi tidur ibu hamil dengan 10 orang ibu hamil trimester III terdapat 5 orang ibu hamil yang durasi tidurnya pendek, dan 3 orang ibu hamil yang tidurnya normal dan 2 orang ibu hamil yang durasi tidurnya panjang.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Terapi Musik Klasik *(mozart)* Terhadap Durasi Ttidur Ibu Hamil Trimester III Di Kelurahan Ganting Parak Gadang Di Wilayah Kerja Puskeksmas Andalas Kota Padang Tahun 2024".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumus masalah pada penelitian ini adalah "Apakah ada pengaruh terapi musik klasik *(mozart*) terhadap durasi tidur pada ibu hamil trimester III di Kelurahan Ganting Parak Gadang Wilayah Puskesmas Andalas Kota Padang?

C. Tujuan Penalitian

1. Tujuan Umum

   Tujuan umum dari peneliti ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik *(mozart*) terhadap durasi tidur terhadap ibu hamil Trimester III

2. Tujuan khusus

   a. Diketahui rata-rata durasi tidur ibu hamil trimester III sebelum diberikan Terapi Musik Klasik *(mozart)* di Kelurahan Ganting Parak Gadang tahun 2024.

   b. Diketahui rata-rata durasi tidur ibu hamil trimester III sesudah diberikan Terapi Musik Klasik *(mozart)* di Kelurahan Ganting Parak Gadang tahun 2024.

   c. Diketahui pengaruh terapi musik klasik *(mozart*) terhadap durasi tidur ibu hail trimester III di Kelurahan Ganting Parak Gadang tahun 2024.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

a. Bagi peneliti/manfaat keilmuan

   Menambah wawasan dalam ilmu dan pengetahuan khususnya dalam bidang kehamilan dan sebagai sarana belajar untuk kedepannya.

b. Bagi peneliti lain

   Hasil peneliti ini dapat digunakan sebagai acuan untuk peneliti selanjutnya berhubungan dengan pengetahuan pengaruh terapi musik klasik (*mozart*) terhadap durasi tidur ibu hamil trimester III

2. Praktis

a. Bagi STIKes Alifah Padang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan dijadikan pedoman oleh mahasiswa Stikes Alifah Padang untuk menambah pengetahuan pengaruh terapi musik klasik (*mozart*) terhadap durasi tidur ibu hamil trimester III.

b. Bagi Puskesmas Andalas Kota Padang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bahwa pentingnya durasi tidur yang baik pada ibu hamil trimester III

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik *(mozart*) terhadap durasi tidur ibu hamil trimester III di Kelurahan Gantiang Parak Gadang Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang 2024. Dimana Variabel Independenya yaitu Terapi Musik Klasik *(mozart*) dan Variabel Dependenya Durasi Tidur. Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian Kuantitatif dengan menggunakan desain *Pre-Eksperimen* dengan menggunakan rancangan *one grup pre-test* dan *pos-test.* Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni-Agustus 2024. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III di Kelurahan Gantiang Parak Gadang Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2024 yaitu 31 orang dengan sampel 31 orang, pengambilan sampel menggunakan *Total sampling.* Pengumpulan data menggunakan kuesioner.

Selanjutnya menggunakan analisis univariat untuk mengetahui karakteristik ibu hamil trimester III dan frekuensi durasi tidur ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah diberikan Terapi Musik Klasik *(mozart)* dan bivariat untuk melihat pengaruh terapi musik klasik *(mozart*) terhadap durasi tidur ibu hamil trimester III dengan menggunakan uji *wilcoxon.*