

**TERAPI MUSIK DAN GUIDED IMAGERY DALAM MENURUNKAN KECEMASAN PADA****IBU HAMIL DENGAN PREEKLAMPSIA DI RSUP PROF. KANDOU MANADO***Music Therapy and Guided Imagery in Reducing Anxiety in Pregnant Women**with Preeclampsia at Prof. Kandou Hospital Manado***Yourisna Pasambo\*, Marchelina Benediktin Kaunang, Esther Tamunu,****Dorce Sissifani Sarimin, Johana Tuegeh****Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Manado****\*E-mail korespondensi: [yourisna84@gmail.com](mailto:yourisna84@gmail.com)****ABSTRACT**

*Introduction: Preeclampsia is hypertension in pregnancy which is characterized by an increase in blood pressure of more than or equal to 140/90 mmHg after 20 weeks of gestation, accompanied by proteinuria of more than 300 milligrams per 24 hours. Preeclampsia can cause anxiety in the mother about the impact that can be caused by preeclampsia, conversely anxiety can also increase blood pressure in the mother. The purpose of this study was to provide an overview of the effectiveness of music therapy and guided imagery in reducing the anxiety level of pregnant women with preeclampsia. The research method is descriptive qualitative with a case study approach. Researchers carry out nursing care to pregnant women with preeclampsia and implement music therapy and guided imagery to reduce maternal anxiety. Determination of the sample using a purposive sampling technique with the inclusion criteria of pregnant women with severe preeclampsia accompanied by proteinuria and undergoing the program to completion, so that a sample of four pregnant women was obtained. Results: after being given music therapy intervention and guided imagery for three times, there was a decrease in anxiety levels in the four pregnant women who had preeclampsia. The anxiety level of the first responders decreased from a score of 27 (moderate anxiety) to 14 (mild anxiety). The second respondent decreased from a score of 25 (moderate anxiety) to 14 (mild anxiety). The third respondent decreased from a score of 26 (moderate anxiety) to 13 (mild anxiety). The fourth respondent decreased from a score of 26 (moderate anxiety) to 14 (mild anxiety). The results of the case study research illustrate that the application of music therapy and guided imagery can reduce the anxiety level of pregnant women with preeclampsia after being given three interventions.*

**Keywords:** Guided Imagery, Pregnant women, Anxiety, Preeclampsia, Music Therapy

**ABSTRAK**

Pendahuluan: Preeklamsia merupakan hipertensi pada kehamilan yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah lebih dari atau sama dengan 140/90 mmHg setelah umur kehamilan 20 minggu, disertai dengan proteinuria lebih dari 300 milligram per 24 jam. Preeklamsia dapat menimbulkan kecemasan pada ibu akan dampak yang dapat ditimbulkan dari preeklamsia, sebaliknya kecemasan juga dapat meningkatkan tekanan darah pada ibu. Tujuan penelitian ini adalah memberikan gambaran efektifitas terapi musik dan *guided imagery* dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil dengan preeklamsia. Metode penelitian adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Peneliti melaksanakan asuhan keperawatan kepada ibu hamil dengan preeklamsia dan meimplementasikan terapi musik dan *guided imagery* untuk mengurangi kecemasan ibu. Penetapan sampel menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria inklusi ibu hamil dengan preeklamsia berat disertai proteinuria serta menjalani program hingga selesai, sehingga didapatkan sampel sebanyak empat ibu hamil. Hasil: setelah diberikan intervensi terapi musik dan *guided imagery* selama tiga kali, terjadi penurunan tingkat kecemasan pada keempat ibu hamil yang mengalami preeklamsia. Tingkat kecemasan responden pertama menurun dari skor 27 (kecemasan sedang) menjadi 14 (kecemasan ringan). Responden kedua menurun dari skor 25 (kecemasan sedang) menjadi 14 (kecemasan ringan). Responden ketiga menurun dari skor 26 (kecemasan sedang) menjadi 13 (kecemasan ringan). Responden keempat menurun dari skor 26 (kecemasan sedang) menjadi 14 (kecemasan ringan). Hasil penelitian studi kasus memberikan gambaran bahwa penerapan terapi musik dan *guided imagery* dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil dengan preeklamsia setelah diberikan intervensi sebanyak tiga kali.

**Kata Kunci :** Guided Imagery, Ibu hamil, Kecemasan, Preeklamsia, Terapi Musik

**PENDAHULUAN**

Preeklamsi adalah kondisi spesifik kehamilan, yang ditandai hipertensi dan proteinuria pada kehamilan lebih dari usia 20 minggu dan sebelum kehamilannya tidak ada gangguan pada tekanan darahnya. Preeklamsia dan ekklamsia bertanggung jawab atas 10-15% kematian ibu di seluruh dunia. Hipertensi dalam kehamilan lebih dari atau sama dengan sistol 140 dan diastole 90 mmHg yang berdampak serius pada kehamilan seperti gawat janin, seperti kematian bayi perinatal, perdarahan pasca

persalinan, solusio plasenta (Yüksekol & Başer, 2019).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar 2018, gangguan kehamilan atau komplikasi dalam kehamilan diantaranya hipertensi dengan presentase 3.3% (Kemenkes, 2018). Dalam data Profil kesehatan Indonesia 2019, ditemukan sebanyak 1.066 kasus Hipertensi Dalam kehamilan dengan kasus preeklamsi juga berpengaruh pada kehamilan dengan presentase sekitar 2% sampai 8% di seluruh dunia (Sudarman et al., 2021). Angka

Kematian Ibu (AKI) di Sulawesi Utara tahun 2012-2016 mencapai 309 jiwa dengan penyebab AKI diantaranya perdarahan 22 kasus, preeeklamsia 13 kasus, infeksi dan lain - lain 31 kasus (Kalalo, 2017).

Preeeklamsia dapat menimbulkan kecemasan karena rasa takut dan khawatir yang dirasakan oleh ibu terhadap dirinya maupun terhadap bayinya. Depresi serta kecemasan saat kehamilan dapat menyebabkan perubahan sekresi hormon vasoaktif, menyebabkan peningkatan risiko hipertensi gestasional. Pada kehamilan, kecemasan menyebabkan vasokonstriksi arteri yang merangsang sistem saraf otonom, sehingga mengurangi aliran darah uteroplasenta dan suplai oksigen. Sebaliknya, kecemasan juga dapat meningkatkan tekanan darah pada ibu hamil. Pada preeklamsi, menjaga tekanan darah terkendali sangat penting mencegah kemungkinan komplikasi yang lebih berat (Yüksekol & Bašer, 2019).

Mengonsumsi obat merupakan salah satu penanganan untuk hipertensi dan kecemasan. Namun perlu memikirkan efek samping yang mungkin terjadi pada ibu dan janinnya, sehingga salah satu alternatif yang dapat dilakukan yaitu terapi non farmakologi yang dikenal dengan istilah terapi komplementer. Terapi ini dapat menjadi alternatif yang tepat karena telah melewati proses penelitian, efek samping yang ditimbulkan sangat rendah, serta bermanfaat dalam meningkatkan kesehatan (NCCIH, 2021; Van Der Watt et al., 2008).

Dalam kondisi kritis, seperti dalam komplikasi kehamilan preeklamsia, perawat dapat melakukan beberapa intervensi terapi komplementer untuk menurunkan kecemasan, antara lain memberi informasi pentingnya istirahat tidur, melakukan *health education*, membina kepercayaan dengan pasien, memberi waktu menemani pasien, mengajarkan terapi kognitif, latihan pernapasan dalam, terapi psikologi energy, terapi spiritualitas, memberikan humor, pijat, aroma terapi, terapi sentuhan, dan juga bisa dengan terapi musik dan *guided imagery* (Ahmarniyah & Indriyani, 2020; Burk, 2010; Church et al., 2012; Morton & Fontaine, 2009; Salas et al., 2011).

Musik bersifat menenangkan yang dapat membuat rileks serta memberikan

kenyamanan. Menginterpretasikan musik tidak memerlukan otak untuk bekerja keras sehingga ketika diberikan rangsangan musik, saraf di otak (sistem limbik) yang mengatur emosi akan memprosesnya. Saat musik dimainkan bisa menjadi sebuah terapi yang memberikan efek positif terhadap kesehatan baik fisik, mental maupun emosional (Ahmarniyah & Indriyani, 2020).

*Guided imagery* mewakili prinsip dasar psikofisiologi dimana setiap pikiran memiliki respons fisiologis. Ketika gambaran mental dialami, ada emosi terkait yang dikirim sebagai pesan dan informasi dari otak ke sistem saraf pusat yang menghubungkan keadaan perasaan dengan pikiran dan tubuh yang akan mengarah ke perubahan fisiologis. Terapi ini dapat mengurangi stres dan kecemasan yang dirasakan dan dapat memberikan pengaruh positif pada faktor neuroendokrin seperti hormon pelepas kortikotropin yang memainkan peran utama dalam respon fisiologis terhadap stress (Jallo et al., 2014).

*Guided imagery* dilakukan dengan menggunakan sistem indera yang ada pada manusia dengan membayangkan waktu atau kejadian menenangkan atau tempat yang disukai (Wulandari et al., 2019).

Berdasarkan penelitian Yüksekola dan Bašerb (2020) menunjukkan hasil bahwa musik memiliki efek jangka pendek dalam mengurangi kecemasan dan memiliki efek terhadap penurunan tekanan darah arteri pada wanita hamil dengan preeklamsi meskipun mempunyai batasan intervensi hanya satu hari dalam penelitian. Hasil penelitian Wulandari et al (2019) menunjukkan bahwa ada pengaruh *guided imagery* terhadap tingkat kecemasan pada responden sehingga mengalami penurunan kecemasan. Kombinasi terapi yang diberikan tentu saja memiliki efek positif terhadap kecemasan dan tekanan darah sehingga dapat digunakan sebagai praktik keperawatan mandiri.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada perawat ruangan, didapatkan bahwa semua perawat mengatakan pasien yang datang dengan keluhan obstetrik paling sering dirujuk dengan diagnosa preeklamsi. Saat dilakukan observasi selama dua hari, terdapat lebih dari tiga pasien yang datang dengan diagnosa preeklamsi dan dalam

pelaksanaan terapi non farmakologi, perawat ruangan belum pernah melaksanakan terapi *guided imagery* dan terapi musik di ruangan.

## METODE

### Desain, tempat dan waktu

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan metode studi kasus (*case study*). Peneliti melaksanakan asuhan keperawatan kepada ibu hamil dengan preeklamsia dan meingimplementasikan terapi musik dan *guided imagery* untuk mengurangi kecemasan ibu. Penelitian dilaksanakan di Ruang Instalasi Gawat Darurat Obstetri dan Ginekologi RSUP. PROF. Dr. R.D. Kandou Manado tanggal 17 Januari s.d 04 Maret 2022.

### Jumlah dan cara pengambilan subjek

Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu hamil dengan preeklamsia yang menjalani perawatan di RSUP. Prof. Dr. R.D. Kandou Manado. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, dengan kriteria inklusi ibu hamil dengan preeklamsia berat disertai proteinuria serta menjalani program hingga selesai, sehingga didapatkan sampel sebanyak empat ibu hamil.

### Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen pengkajian asuhan keperawatan. Pengukuran tingkat kecemasan menggunakan skala HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) (Hamilton, 1959) dengan terjemahan bahasa Indonesia oleh (Nursalam, 2003).

Ibu hamil dengan preeklamsia terlebih dahulu dikaji menggunakan instrument pengkajian asuhan keperawatan, selanjutnya tingkat kecemasannya diukur menggunakan skala HARS. Setelah mengetahui tingkat kecemasan ibu, peneliti memberikan intervensi keperawatan berupa terapi musik dan *guided imagery*. Setelah terapi diberikan, peneliti kembali mengukur tingkat kecemasan ibu menggunakan skala HARS. Intervensi diberikan kepada masing – masing responden sebanyak tiga kali.

Intervensi terapi musik dan *guided imagery* menggunakan Standar Operasional

Prosedur (SOP) (Murni et al., 2014; Yüksekol & Bašer, 2019). Teknik *guided imagery* dan terapi musik diberikan secara berurutan, dimana *guided imagery* diberikan terlebih dahulu selama 30 menit kemudian selang 20 – 30 menit kemudian dilanjutkan dengan terapi musik selama 30 menit.

### Pengolahan dan analisis data

Data hasil pengukuran tingkat kecemasan diberikan kategori sesuai dengan jumlah skor jawaban responden dan hasil observasi peneliti. Jika skor kurang dari 6, dikategorikan tidak ada kecemasan. Jika skor 7 – 14, kategori kecemasan ringan. Skor 15 – 27 kategori kecemasan sedang. Dan skor lebih dari 27 dikategorikan kecemasan berat.

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari komisi etik penelitian Poltekkes Kemenkes Manado Nomor KEPK.01/09/185/2022.

## HASIL

Responden dalam penelitian ini terdiri dari empat ibu hamil dengan preeklamsia. Responden pertama adalah Ny.S.H berusia 37 tahun dengan G<sub>1</sub>P<sub>0</sub>A<sub>0</sub> usia kehamilan 36 minggu. Responden kedua adalah Ny.A.K berusia 35 tahun dengan G<sub>2</sub>P<sub>1</sub>A<sub>0</sub> usia kehamilan 38 minggu. Responden ketiga adalah Ny.L.M berusia 28 tahun dengan G<sub>1</sub>P<sub>0</sub>A<sub>0</sub> usia kehamilan 37 minggu. Responden keempat adalah Ny.M.N berusia 36 tahun dengan G<sub>1</sub>P<sub>0</sub>A<sub>0</sub> usia kehamilan 38 minggu. Hasil pengukuran tekanan darah (TD) pada responden pertama adalah 150/90 mmHg, TD responden kedua 150/78 mmHg, responden ketiga 140/90 mmHg, serta responden keempat 147/72 mmHg.

Hasil pengkajian pada keempat responden menunjukkan data responden mengatakan cemas dengan kehamilannya, takut dengan pikirannya sendiri terlebih saat mengetahui tekanan darahnya naik, responden mengatakan akhir-akhir ini lebih mudah menangis dan mudah tersinggung, merasa tegang menghadapi persalinannya, mudah terkejut dan takut jika hanya sendiri. Wajah tampak gelisah dan sering bertanya keadaan dan persalinan yang akan dilakukan bagaimana. Hasil pengkajian menggunakan skala HARS ditemukan tingkat kecemasan responden pertama

berada pada skor 27 (kecemasan sedang), responden kedua skor 25 (kecemasan sedang), responden ketiga skor 26 (kecemasan sedang), dan responden keempat dengan skor 26 (kecemasan sedang).

Setelah diberikan intervensi *guided imagery* dan terapi musik selama tiga kali, maka didapatkan penurunan tingkat kecemasan pada keempat responden.

Responden pertama pada intervensi pertama menurun dari skor 27 (kecemasan sedang) menjadi 20 (kecemasan sedang), pada intervensi kedua menurun dari 20 menjadi 16 (kecemasan sedang), serta pada intervensi ketiga menurun dari 16 menjadi 14 (kecemasan ringan).

Responden kedua pada intervensi pertama menurun dari skor 25 (kecemasan sedang) menjadi 21 (kecemasan sedang), pada intervensi kedua menurun dari 21 menjadi 15 (kecemasan sedang), serta pada intervensi ketiga menurun dari 15 menjadi 14 (kecemasan ringan).

Responden ketiga pada intervensi pertama menurun dari skor 26 (kecemasan sedang) menjadi 22 (kecemasan sedang), pada intervensi kedua menurun dari 22 menjadi 17 (kecemasan sedang), serta pada intervensi ketiga menurun dari 17 menjadi 13 (kecemasan ringan).

Responden keempat pada intervensi pertama menurun dari skor 26 (kecemasan sedang) menjadi 20 (kecemasan sedang), pada intervensi kedua menurun dari 20 menjadi 15 (kecemasan sedang), serta pada intervensi ketiga menurun dari 15 menjadi 14 (kecemasan ringan).

## PEMBAHASAN

Data keempat responden menunjukkan tanda dan gejala yang tidak jauh berbeda, mengingat keempat pasien merupakan ibu hamil dengan preeklamsia usia kehamilan memasuki trimester ketiga.

Pengkajian yang dilakukan pada klien menggunakan pengkajian asuhan keperawatan ibu hamil. Secara umum keempat responden mengungkapkan perasaan cemasnya dengan mengatakan cemas dengan kehamilan pertamanya, takut dengan pikirannya sendiri terlebih saat mengetahui tekanan darahnya naik.

Responden mengeluh akhir - akhir ini lebih mudah menangis dan tersinggung, merasa tegang menghadapi persalinannya, mudah terkejut dan takut bila sendirian. Pada observasi peneliti ditemukan tampak gelisah dan sering bertanya keadaan dan persalinan yang akan dijalannya.

Perubahan kadar hormon dalam tubuh selama kehamilan memicu munculnya kecemasan pada ibu hamil. Kadar hormon yang berubah mempengaruhi zat kimia di otak yang mengatur perasaan ibu. Selain kadar hormon, komplikasi kehamilan juga dapat memicu ibu hamil mengalami kecemasan, salah satunya komplikasi berupa preeklamsia (Nareza, 2021).

Dari data hasil pengkajian di atas, dirumuskan masalah keperawatan yaitu ansietas (kecemasan) (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017). Untuk mengatasi masalah keperawatan ansietas, peneliti perlu melakukan beberapa intervensi, baik mandiri maupun kolaborasi (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018). Luaran utama dari intervensi tersebut adalah penurunan tingkat ansietas (Tim Pokja SLKI DPP PPNI, 2019).

Dari hasil pengukuran tingkat kecemasan menggunakan skala HARS ditemukan bahwa skor kecemasan pada keempat responden berada pada kategori kecemasan sedang. Setelah diberikan intervensi kepada masing - masing responden, terjadi penurunan skor kecemasan hingga mencapai tingkat kecemasan ringan setelah diberikan terapi musik dan *guided imagery* sebanyak tiga kali.

Terapi musik dan *guided imagery* merupakan teknik yang tepat untuk membantu menurunkan kecemasan klien. Pengurangan kecemasan dengan relaksasi dilakukan dengan cara memutuskan lingkaran kecemasan. Bila seseorang tegang karena menghadapi situasi yang khusus, maka otot-otot dan organ-organ tubuh akan menjadi tegang, dan orang akan merasa cemas, sehingga latihan relaksasi bermanfaat pada ibu hamil karena memberikan rasa nyaman dan rileks (Murni et al., 2014).

*Guided imagery* (imajinasi terbimbing) adalah salah satu bentuk relaksasi dengan memanfaatkan imajinasi seseorang imajinasi untuk memperoleh efek

positif tertentu (Murni et al., 2014).

*Guided imagery* dilakukan dengan berkonsentrasi pada suara, objek, ataupun pengalaman spesifik untuk menenangkan pikiran. Pada terapi ini, seseorang dibantu untuk menurunkan kecemasan dengan membayangkan atau memikirkan tempat atau peristiwa yang paling disenangi. Jika seseorang memikirkan kondisi yang dapat memicu stress, maka tubuh pun akan menjadi tegang dan diikuti oleh peningkatan denyut nadi, jantung berdebar, serta perasaan gelisah dan kesulitan berkonsentrasi. Sementara jika seseorang membayangkan kondisi atau tempat yang menyenangkan, maka pikiran pun akan menjadi rileks dan tenang (Molina, 2022).

*Guided imagery* dalam penelitian ini dilakukan dengan beberapa tahap, sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP). Pertama responden ditempatkan pada lingkungan yang tenang dan nyaman. Selanjutnya peneliti menjelaskan tujuan dilakukannya tindakan. Peneliti memberikan posisi yang nyaman kepada responden, selanjutnya meminta responden secara perlahan menarik napas dalam sebanyak tiga kali sambil memejamkan mata. Setelah itu, peneliti menginstruksikan responden mulai membayangkan situasi atau pengalaman yang sangat menyenangkan baginya. Selama responden berimajinasi, peneliti memandu responden dengan mengajukan beberapa pertanyaan untuk semakin memperdalam imajinasi, yaitu objek yang dibayangkan, dengan siapa responden mengalami peristiwa yang menyenangkan tersebut, kapan dan dimana peristiwa tersebut. Bimbingan imajinasi ini diberikan selama 30 menit dan setelah itu responden dipandu untuk keluar dari imajinasinya.

*Guided imagery* mewakili prinsip dasar psikofisiologi dimana setiap pikiran memiliki respons fisiologis. Ketika gambaran mental dialami, ada emosi terkait yang dikirim sebagai pesan dan informasi dari otak ke sistem saraf pusat yang menghubungkan keadaan perasaan dengan pikiran dan tubuh yang mengarah pada perubahan fisiologis. Musik bersifat menenangkan yang dapat membuat rileks serta memberikan kenyamanan. Saat musik dimainkan bisa menjadi sebuah terapi yang memberikan efek positif terhadap kesehatan

baik fisik, mental maupun emosional (Ahmaniyyah & Indriyani, 2020).

Untuk intervensi terapi musik, terlebih dahulu peneliti menyiapkan alat dan bahan yang dibutuhkan serta mempersiapkan lingkungan yang nyaman dan kondusif bagi responden sehingga dapat menikmati terapi musik yang diberikan.

Jenis musik yang digunakan dalam terapi ini disesuaikan dengan jenis musik yang disenangi oleh responden. Setelah alat, bahan, dan responden siap, peneliti mulai memutar musik sesuai keinginan responden. Hal ini dilakukan selama 30 menit dan responden dianjurkan untuk memejamkan mata.

Musik adalah menyatunya ritme, suara, dan melodi yang mampu membangkitkan emosi dari orang yang mendengarnya, seperti menjadi bahagia ataupun sedih. Orang dengan masalah emosional, seperti cemas maupun stress akan cenderung menjadi tenang dan rileks jika mendengarkan musik (Aizid, 2011).

Penulis memberikan teknik *guided imagery* dan terapi musik pada keempat klien secara berurutan, setelah melaksanakan *guided imagery* selama 30 menit, responden diberikan waktu selama 20-30 menit sehingga dapat menikmati terapi musik yang diberikan tanpa gangguan. Setelah terapi diberikan, responden dievaluasi, dan didapatkan data bahwa responden mengatakan tidak merasa tegang seperti sebelumnya, mengatakan lebih rileks dan tenang, serta wajah responden yang terlihat rileks.

Menurut Raley (2006), psikoterapi *guided imagery* juga dapat dilakukan sambil mendengarkan musik dalam suasana santai, hal ini bermanfaat dalam meningkatkan aktualisasi diri serta imajinasi seseorang. Kombinasi *guided imagery* dan terapi musik memberikan efek relaksasi yang lebih kuat bagi individu. Dalam hal ini, petugas dapat lebih mudah mengarahkan responden / pasien untuk berimajinasi serta menerima sugesti (Beebe & Wyatt, 2009).

Kefektifan teknik relaksasi *guided imagery* dan terapi musik yang diberikan pada keempat responden sejalan dan didukung dengan hasil penelitian Wulandari (2019), yang menunjukkan bahwa ada pengaruh *guided imagery* terhadap tingkat

kecemasan pada responden sehingga mengalami penurunan kecemasan.

Penelitian Yüksekol dan Baser juga menunjukkan hasil bahwa musik memiliki efek jangka pendek dalam mengurangi kecemasan dan memiliki efek terhadap penurunan tekanan darah arteri pada wanita hamil dengan preeklamsi meskipun mempunyai batasan intervensi hanya satu hari dalam penelitian (Yüksekol & Bašer, 2019).

## KESIMPULAN

Hasil penelitian studi kasus memberikan gambaran bahwa penerapan terapi musik *dan guided imagery* pada ibu hamil dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil dengan preeklamsia setelah diberikan intervensi sebanyak tiga kali. Hal ini terlihat dari menurunnya tingkat kecemasan keempat ibu hamil dari kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan.

Keterbatasan penelitian ini adalah terbatasnya jumlah kasus yang dijadikan sampel penelitian, yaitu hanya empat kasus. Selain itu perlu dilakukan kontrol terhadap faktor lain dianggap dapat memberikan pengaruh terhadap hasil intervensi.

## SARAN

Disarankan kepada tenaga kesehatan, khususnya perawat agar dapat menerapkan terapi musik *dan guided imagery* pada ibu hamil dengan komplikasi dan mengalami masalah keperawatan ansieta.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmaniyyah, A., & Indriyani, R. (2020). Literatur Review: Terapy Musik Terhadap Hipertensi Kehamilan. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 5(1), 37–41. <https://doi.org/10.24929/jik.v5i1.945>
- Aizid, R. (2011). *Sehat dan Cerdas dengan Terapi Musik* (Cetakan 1). Transmedia.
- Beebe, L. H., & Wyatt, T. H. (2009). Guided Imagery and Music: Using the Bonny Method to Evoke Emotion and Access the Unconscious. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 47(1), 30–33.

- <https://doi.org/10.3928/02793695-20090101-02>
- Burk, L. (2010). Single Session EFT (Emotional Freedom Techniques) for Stress-Related Symptoms After Motor Vehicle Accidents. *Energy Psychology Journal*, 2(1). <https://doi.org/10.9769/EPJ.2010.2.1>.
- Church, D., Yount, G., & Brooks, A. J. (2012). The Effect of Emotional Freedom Techniques on Stress Biochemistry: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 200(10), 891–896. <https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e31826b9fc1>
- Hamilton, M. (1959). The Assessment of Anxiety States by Rating. *The British Journal of Medical Psychology*, 32(1), 50–55. <https://doi.org/10.1111/J.2044-8341.1959.TB00467.X>
- Jallo, N., Ruiz, R. J., Elswick, R. K., & French, E. (2014). Guided Imagery for Stress and Symptom Management in Pregnant African American women. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 1–13. <https://doi.org/10.1155/2014/840923>
- Kalalo, D. (2017). *Buku Profil Kesehatan Sulut 2016*. Dinas Kesehatan Provinsi Sulwesi Utara. <https://www.scribd.com/document/382799405/Buku-Profil-Kesehatan-Sulut-2016#>
- Kemenkes, R. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*.
- Molina, S. (2022, June). *Relaksasi Guided Imagery*. Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. <https://rsj.babelprov.go.id/content/relaksasi-guided-imagery>
- Morton, P. G., & Fontaine, D. K. (2009). Critical Care Nursing, a Holistic Approach. *Scientific Research Publishing*, 9th Edition. <https://scirp.org/reference/references.aspx?referenceid=1172069>
- Murni, N. N. A., Suherni, T., & Suhartono. (2014). Pengaruh Latihan Relaksasi Guided Imagery and Music (GIM) Pada Kelas Ibu Terhadap Derajat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Pertama: Studi Di

- Puskesmas Meniting Kabupaten Lombok Barat. *Jurnal Kesehatan Prima*, 8(1), 1197–1206.
- Nareza, M. (2021). *Penyebab dan Gejala Kecemasan Saat Hamil yang Perlu Diwaspadai* -. Alodokter. <https://www.alodokter.com/penyebab-dan-gejala-kecemasan-saat-hamil-yang-perlu-diwaspadai>
- NCCIH. (2021). *Complementary, Alternative, or Integrative Health: What's In a Name?* National Center for Complementary and Integrative Health. <https://www.nccih.nih.gov/health/complementary-alternative-or-integrative-health-whats-in-a-name>
- Nursalam. (2003). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Salemba Medika.
- Raley, S. (2006). The Experience Of Healing In The Bonny Method Of Guided Imagery And Music. *Proquest*, 1.
- Salas, M. M., Brooks, A. J., & Rowe, J. E. (2011). The Immediate Effect of a Brief Energy Psychology Intervention (Emotional Freedom Techniques) on Specific Phobias: A Pilot Study. *Explore (New York, N.Y.)*, 7(3), 155–161. <https://doi.org/10.1016/J.EXPLOR.2011.02.005>
- Sudarman, Tendean, H. M. M., & Wagey, F. W. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Preeklampsi. *E-CliniC*, 9(1), 68–80. <https://doi.org/10.35790/ecl.v9i1.3196>
- 0
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik*. DPP PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia* (Cetakan Kedua). Dewan Pengurus Pusat PPNI .
- Van Der Watt, G., Laugharne, J., & Janca, A. (2008). Complementary and Alternative Medicine in The Treatment of Anxiety and Depression. *Current Opinion in Psychiatry*, 21(1), 37–42. <https://doi.org/10.1097/YCO.0B013E3282F2D814>
- Wulandari, P., Sofitamia, A., & Kustriyani, M. (2019). The Effect of Guided Imagery to The Level of Anxiety of Trimester III Pregnant Woman in The Working Area of Mijen Health Center in Semarang City. *Media Keperawatan Indonesia*, 2(1), 29. <https://doi.org/10.26714/mki.2.1.2019.29-37>
- Yüksekol, Ö. D., & Başer, M. (2019). The Effect Of Music On Arterial Blood Pressure And Anxiety Levels In Pregnant Women Hospitalized Due To Mild Preeclampsia: A Pilot Randomized Controlled Trial. *European Journal of Integrative Medicine*, 35(November 2019). <https://doi.org/10.1016/j.eujim.2020.101093>