

**TERAPI MUSIK *NATURAL SOUNDS* UNTUK MENURUNKAN
KECEMASAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III
DI PUSKESMAS KECAMATAN KRAMAT JATI**

KARYA TULIS ILMIAH AKHIR

Oleh
NINGSI SUSANTI PAYON
2263030026



**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN
FAKULTAS VOKASI
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2025**

**TERAPI MUSIK *NATURAL SOUNDS* UNTUK MENURUNKAN
KECEMASAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III
DI PUSKESMAS KECAMATAN KRAMAT JATI**

KARYA TULIS ILMIAH AKHIR

Diajukan untuk memenuhi persyaratan akademik guna memperoleh gelar Ahli Madya
Keperawatan (A.Md.Kep) pada Program Studi Diploma Tiga Keperawatan
Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia

Oleh
NINGSI SUSANTI PAYON
2263030026



**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN
FAKULTAS VOKASI
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2025**



PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ningsi Susanti Payon
NIM : 2263030026
Program Studi : Diploma Tiga Keperawatan
Fakultas : Vokasi

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Tulis Akhir yang berjudul
“Terapi Musik *Natural Sounds* Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Ibu

Primigravida Trimester III Di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan sendiri dengan menggunakan hasil studi kasus, tinjauan lapangan, buku-buku dan jurnal acuan yang tertera didalam refensi pada karya tugas akhir saya.
2. Bukan merupakan aplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar ahli madya di Universitas lain, kecuali pada bagian sumber informasi yang dicantumkan dengan cara referensi yang semestinya.
3. Bukan merupakan karya terjemahan dari kumpulan buku atau jurnal acuan yang tertera didalam daftar pustaka.

Kalau terbukti saya tidak memenuhi apa yang dinyatakan diatas, maka karya tulis ilmiah akhir ini dianggap batal.

Jakarta, 01 juli 2025



Ningsi Susanti Payon



**UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
FAKULTAS VOKASI**

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING KARYA TULIS ILMIAH AKHIR

**“TERAPI MUSIK *NATURAL SOUNDS* UNTUK MENURUNKAN
KECEMASAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI
PUSKESMAS KECAMATAN KRAMAT JATI”**

Nama : Ningsi Susanti Payon
NIM : 2263030026
Program Studi : Diploma Tiga Keperawatan
Peminatan : Keperawatan Maternitas
Telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan dan dipertahankan dalam sidang Karya Tulis Ilmiah Akhir (KTIA) guna mencapai gelar Ahli Madya (A.Md.Kep) pada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia.

Jakarta, 01 Juli 2025

Menyetujui:
Dosen Pembimbing

Ns. Erita Sitorus, S.Kep., M. Kep
NUPTK 6358744645237003

Mengetahui
Ketua Program Studi DIII Keperawatan

Ns. Erita Sitorus, S.Kep., M.Kep
NUPTK 6358744645237003



**UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
FAKULTAS VOKASI**

PERSETUJUAN TIM PENGUJI KARYA TULIS ILMIAH AKHIR

Pada tanggal 01 juli 2025 telah diselenggarakan Sidang Karya Tulis Ilmiah Akhir (KTIA) untuk memenuhi sebagai persyaratan akademik guna memperoleh gelar Ahli Madya (A.Md.Kep) pada Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Fakultas Vokasi, Universitas Kristen Indonesia.

Nama : Ningsi Susanti Payon

NIM : 2263030026

Program Studi : Diploma Tiga Keperawatan

Fakultas : Vokasi

Termasuk ujian Karya Tulis Ilmiah Akhir yang berjudul “*TERAPI MUSIK NATURAL SOUNDS* UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI PUSKESMAS KECAMATAN KRAMAT JATI ” oleh tim penguji yang terdiri dari:

Nama penguji	Jabatan dalam Tim menguji	Tanda tangan
1. <u>Ns. Sri Melfa Damanik, M.Kep., Sp. Kep. An</u> NUPTK 1352768669230403	Ketua Penguji	
2. <u>Ns. Dely Maria P. M.Kep., Sp. Kep.Kom</u> NUPTK 1557756657230163	Anggota Penguji I	
3. <u>Ns. Erita Sitorus, S.Kep., M.Kep</u> NUPTK 6358744645237003	Anggota Penguji II	

Jakarta, 01 Juli 2025



**UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
FAKULTAS VOKASI**

PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH AKHIR

KTIA ini diajukan oleh:

Nama : Ningsi Susanti Payon
NIM : 2263030026
Program Studi : Diploma Tiga Keperawatan
Fakultas : Vokasi
Judul KTIA : "TERAPI MUSIK *NATURAL SOUNDS* UNTUK
MENURUNKAN KECEMASAN PADA IBU
PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI PUSKESMAS
KECAMATAN KRAMAT JATI"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar ahli Madya pada program Studi Keperawatan, Fakultas Vokasi, Universitas Kristen Indonesia disetujui pada...Juli 2025.

Dosen Pembimbing

Ketua Program Studi DIII Keperawatan

Ns. Erita Sitorus, S. Kep. M.Kep

Ns. Erita Sitorus, S. Kep. M.Kep

NUPTK 6358744645237003

NUPTK 6358744645237003

Mengetahui

Dekan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia

Assoc. Prof. Dr. Maksimus Bisa, SKM., SSt.Ft., M.Fis

NUPTK 5761749650130102



UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA FAKULTAS VOKASI

PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan dibawah ini;

Nama : Ningsi Susanti Payon
NIM : 2263030026
Fakultas : Vokasi
Program Studi : DIII Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis ilmiah yang berjudul "TERAPI MUSIK *NATURAL SOUNDS* UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI PUSKESMAS KECAMATAN KRAMAT JATI"

Menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir tersebut adalah benar karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah di publikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar akademik di perguruan tinggi manapun.
2. Tugas akhir tersebut bukan merupakan plagiat dari hasil karya pihak lain dan apabila saya/kami mengutip dari karya orang lain maka akan dicantumkan sebagai referensi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.
3. Saya memberikan Hak Non-eksklusif Tanpa Royalti kepada Universitas Kristen Indonesia yang berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilih hak cipta.

Apabila dikemudian hari ditemukan pelanggaran Hak cipta dan Kekayaan Intelektual atau Peraturan Perundang-undangan Republik Indonesia lainnya dan integritas akademik dalam karya saya tersebut, maka saya bersedia menanggung secara pribadi segala bentuk tuntutan hukum dan sanksi akademis yang timbul serta membebaskan Universitas Kristen Indonesia dari segala tuntutan hukum yang berlaku.

Jakarta, 01 Juli 2025



Ningsi Susanti Payon

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, kasih, dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah akhir dengan judul “Terapi musik *natural sounds* untuk menurunkan kecemasan pada ibu primigravida trimester III di puskesmas kecamatan kramat jati”. Karya tulis ilmiah Akhir ini di buat dan disusun sebagai tugas akhir, serta syarat yang harus dipenuhi untuk menempuh sidang ujian Ahli Madya dan mendapat gelar Ahli Madya Keperawatan (Amd. Kep) Pada Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia Tahun 2025.

Dalam Penyusunan karya tulis ilmiah akhir ini, penulis menyadari tidak sedikit kendala yang di hadapai penulis dan menyadari bahwa karya tulis ilmiah akhir ini masih jauh dari kata sempurna dan masih terdapat banyak kekurangan dan keterbatasan kemampuan yang di miliki oleh penulis. Penyusunan karya tulis ilmiah akhir ini dapat terselesaikan tepat waktu pada waktu yang di tentukan berkat bantuan dan kontribusi dari berbagai pihak dan kemampuan yang diberikan oleh Tuhan Yesus Kristus.

Pada kesempatan ini dengan segala kerendahan dan ketulusan hati, penulis ingin mengucapkan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Cinta pertama dan panutan penulis, Bapak Simson Payon dan pintu surga penulis Mama Serly Sefriana Ta'Ek. Terimakasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih yang diberikan. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan, namun mereka mampu senantiasa memberikan yang terbaik, tak kenal lelah bekerja, mendoakan serta memberikan perhatian dan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan karya tulis ilmiah akhir ini. Dan kedua saudara saya, Dimas Payon, Dirson Payon. Terimakasih sudah ikut serta dalam proses menempuh pendidikan selama ini, terimakasih atas semangat, doa, dan cinta yang selalu di berikan kepada penulis. Kakek Gomer, Teo Esti, Tii Fredik, Tena Hila, Tena Boy, Om yunus, Mama pendeta Naomi S. D Henuk Sodakain S. Th, Ka Widya, Ka Novita tersayang dan terkasih yang selalu memberikan dukungan, motivasi,

selama perkuliahan penulis, dan selalu siap menemani dan mendengarkan keluhan penulis, menuntun dan menyemangati penulis dari awal perkuliahan hingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah Akhir sehingga proses Karya Tulis Ilmiah Akhir ini dapat berjalan dengan baik.

2. Prof. Dr. Dhaniswara K. Harjono, S.H., MBA selaku Rektor Universitas Kristen Indonesia.
3. Assoc Profesor Dr. Maksimus Bisa, S.K.M., SSt.Ft., M.Fis selaku Dekan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia.
4. Ns. Erita, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia. Penulis ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala arahan, dukungan, dan kesempatan yang diberikan kepada penulis selama menjalani kuliah di UKI hingga proses penyusunan tugas akhir. Kehadiran ibu sangat berarti dalam perjalanan akademik penulis.
5. Ns. Anggrayeni Purba, M.Kep., Sp.Kep.M selaku dosen pembimbing yang selalu sabar, meluangkan waktu, tenaga, pikiran untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam Menyusun Karya Tulis Ilmiah Akhir ini.
6. Ns. Sri Melfa Damanik, M.Kep., Sp.Kep.An selaku penguji utama yang telah meluangkan waktunya dalam menguji penyusun Karya Tulis Ilmiah Akhir ini.
7. Ns. Dely Maria P, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku penguji yang telah memberikan waktu dalam menguji proposal Karya Tulis Ilmiah Akhir ini.
8. Seluruh dosen dan seluruh staf Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia yang ikut memberikan dukungan dan bantuan dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah Akhir ini.
9. Sahabat tersayang Stella Benu terimakasih atas dukungan dan semangat yang di berikan dan terimakasih sudah mau mendengarkan keluh kesah dari penulis. Terimakasih juga buat temann-teman terkasih Yosika Tantriana, Monika Ritonga, Rosalina Malau, Miranda, Maria, Sofia terimakasih atas kesenangan, kebersamaan, suka duka, tangis, canda tawa, yang membahagiakan yang selama ini sudah dilalui bersama selama perkuliahan dan selama proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah Akhir.

10. Seluruh teman-teman seperjuangan angkatan 2022 Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu namanya. Terimakasih telah menjadi teman berbagi cerita serta berjuang bersama dalam menempuh pendidikan selama tiga tahun.
11. Perpustakaan Nasional RI dan Perpustakaan Universitas Kristen Indonesia yang di gunakan penulis sebagai referensi untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah akhir.
12. Terimakasih untuk diri penulis sendiri yang telah berjuang tanpa henti, melewati tantangan, dan keraguan penulis. Penulis bangga pada diri penulis karena mampu menyelesaikan karya tulis ilmiah akhir ini tepat pada waktunya, walaupun kadang terdapat kendala namun penulis mampu menyelesaikan dengan baik. Ini adalah bukti bahwa setiap usaha tidak pernah sia-sia. Seperti tertulis pada Mazmur 55:22 “Serahkanlah kuatirmu kepada Tuhan, maka ia akan memelihara engkau! Tidak untuk selama-lamanya dibiarkan-Nya orang benar itu goyah” dan Filipi 4:13 “Segala sesuatu dapat kutanggung di dalam dia yang memberi kekuatan kepadaku”. Kiranya penelitian ini bermanfaat serta memberikan ilmu yang baru dan lebih lagi bagi pembaca. Akhirkata dengan segala rasa syukur dan hormat penulis mengucapkan terimakasih. Tuhan Yesus Memberkati.

Jakarta, 04 Februari 2025

Ningsi Susanti Payon

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI	iii
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Studi Kasus	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Studi Kasus	6
1.4.1 Bagi Pasien	6
1.4.2 Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan	6
1.4.3 Bagi Puskesmas	6
1.4.4 Bagi Institusi Pendidikan	6
1.4.5 Bagi Penulis	6
BAB II TINJAUAN TEORI	7
2.1 Konsep Kehamilan	7

2.2.Konsep Dasar Kecemasan.....	23
2.3.Konsep Terapi Musik <i>Natural Sonds</i>	30
2.4.Konsep Asuhan Keperawatan Pada Kehamilan	31
 BAB III METODE STUDI KASUS	42
3.1 Rencana Studi Kasus	42
3.2 Subjek Studi Kasus	42
3.3 Fokus Studi Kasus	43
3.4 Definisi Operasional	43
3.5 Instrumen Studi Kasus	44
3.6 Metode Pengumpulan Data	44
3.7 Lokasi Dan Waktu Studi Kasus	45
3.8 Analisa Data	45
3.9 Etika Studi Kasus	45
 BAB VI PEMBAHASAN	47
4.1 Hasil Studi Kasus	47
4.2 Pembahasan	62
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	68
5.1 Kesimpulan	68
5.2 Saran	70
 DAFTAR PUSTAKA	71

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Intervensi Keperawatan	34
Tabel 4.1 Identitas Pasien	47
Tabel 4.2 Riwayat Keperawatan	48
Tabel 4.3 Riwayat Kebiasaan Sehari-Hari Sebelum Dan Selama Kehamilan	49
Tabel 4.4 Riwayat Psikososial	50
Tabel 4.5 Pemeriksaan Fisik	51
Tabel 4.6 Pemeriksaan Penunjang	52
Tabel 4.7 Penatalaksanaan	53
Tabel 4.8 Analisa Data Pasien 1	53
Tabel 4.9 Analisa Data Pasien 2	54
Tabel 4.10 Diagnosa Keperawatan Pasien 1	54
Tabel 4.11 Diagnosa Keperawatan Pasien 2	55
Tabel 4.12 Intervensi Keperawatan	55
Tabel 4.13 Tindakan Keperawatan Hari Pertama Pasien	56
Tabel 4.14 Tindakan Keperawatan Hari Kedua Pasien	57
Tabel 4.15 Tindakan Keperawatan Hari Ketiga Pasien	59
Tabel 4.16 Evaluasi Keperawatan Pasien	60

DAFTAR GAMBAR

2.1 Tinggi Fundus Uteri	9
2.2 Anatomi Reproduksi Wanita	9
2.3 Struktur Anatomi Payudara	10
2.4 Pemeriksaan Leopold I	21
2.5 Pemeriksaan Leopold II	22
2.6 Pemeriksaan Leopold III	22
2.7 Pemeriksaan Leopold IV	23



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Pathway</i> Kehamilan	74
Lampiran 2. SOP Terapi Musik <i>Natural Sounds</i>	75
Lampiran 3. <i>Leaflet</i> Terapi Musik <i>Natural Sounds</i>	77
Lampiran 4. <i>Informed Consent</i> Pasien 1	78
Lampiran 5. Observasi <i>Pretest</i> Kecemasan Pasien 1	79
Lampiran 6. Observasi <i>Posttest</i> Kecemasan Pasien 1	81
Lampiran 8. <i>Informed Consent</i> Pasien 2	83
Lampiran 9. Observasi <i>Pretest</i> Kecemasan Pasien 2	84
Lampiran 10. Observasi <i>Posttest</i> Kecemasan Pasien 2	86
Lampiran 12. Video Terapi Musik <i>Natural Sounds</i>	88



TERAPI MUSIK *NATURAL SOUNDS* UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI PUSKESMAS KECAMATAN KRAMAT JATI

¹ Ningsi S. Payon, ² Anggrayeni Purba, ³ Erita Sitorus

¹ Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Universitas Kristen Indonesia

² Dosen Prodi DIII Keperawatan Universitas Kristen Indonesia

³ Dosen Prodi DIII Keperawatan Universitas Kristen Indonesia

Jl. Mayjen Sutoyo No.2, RT.9/RW.6, Cawang, Kec. Kramat Jati, Kota Jakarta Timur
Daerah Khusus Ibukota Jakarta 13630

Email: susantipayon@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Ibu hamil primigravida trimester III sering kali mengalami kecemasan yang dapat berdampak pada kondisi fisik dan psikologis ibu serta janin. Kecemasan yang tidak ditangani dapat memengaruhi proses persalinan dan kesejahteraan ibu. Salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan adalah terapi musik, khususnya musik dengan unsur *natural sounds* (suara alam) seperti suara gemericik air, burung berkicau, atau angin semilir. Studi kasus ini **Bertujuan:** untuk mengetahui pengaruh terapi musik *natural sounds* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu primigravida trimester III. Penelitian menggunakan **Metode:** deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Dua responden menjalani terapi musik *natural sounds* selama 30 menit setiap hari selama tiga hari berturut-turut. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, serta pengisian kuesioner kecemasan. **Hasil:** menunjukkan bahwa terapi musik *natural sounds* efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil. Responden melaporkan perasaan lebih tenang, rileks, dan berkurangnya ketegangan setelah mendengarkan terapi tersebut. Dengan demikian, terapi musik *natural sounds* dapat menjadi alternatif terapi non-invasif yang efektif untuk membantu mengelola kecemasan pada ibu primigravida trimester III.

Katakunci: Terapi Musik, *Natural Sounds*, Kecemasan, Primigravida, Trimester III

NATURAL SOUNDS MUSIC THERAPY TO REDUCE ANXIETY IN PRIMIGRAVID MOTHERS IN THE THIRD TRIMESTER AT THE KRAMAT JATI DISTRICT PUBLIC HEALTH CENTER

¹ Ningsi S. Payon, ² Anggrayeni Purba, ³Erita Sitorus

¹*Students of DIII Nursing Study Program, Universitas Kristen Indonesia*

²*Lecturers of DIII Nursing Study Program, Universitas Kristen Indonesia*

³*Lecturers of DIII Nursing Study Program, Universitas Kristen Indonesia*

*Jl. Mayjen Sutoyo No.2, RT.9/RW.6, Cawang, Kramat Jati District, East Jakarta City,
Special Capital Region of Jakarta 13630*

Email: susantipayon@gmail.com

ABSTRACT

Primigravida mothers in the third trimester often experience anxiety, which can negatively impact both maternal and fetal well-being. Unmanaged anxiety may interfere with the labor process and maternal health. One non-pharmacological intervention that can help reduce anxiety is music therapy, particularly music that incorporates natural sounds such as flowing water, birdsong, or gentle wind. This study aims to determine the effect of natural sounds music therapy on reducing anxiety levels in third-trimester primigravida mothers. A descriptive case study approach was used. Two respondents received natural sounds music therapy for 30 minutes each day over three consecutive days. Data were collected through interviews, observations, and anxiety questionnaires. The results showed that natural sounds music therapy effectively reduced anxiety levels in pregnant women. Respondents reported feeling calmer, more relaxed, and less tense after the sessions. Thus, natural sounds music therapy can serve as an effective, non-invasive alternative to help manage anxiety in third-trimester primigravida mothers.

Keywords: Music Therapy, Natural Sounds, Anxiety, Primigravida, Third Trimester