

Efektifitas Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Kecukupan ASI pada Bayi Usia 0-3 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Binanga Kabupaten Mamuju Tahun 2021

^{1,2,3}Dia Rejeki Utami¹, Dewi Parwati², Andi Ernawati Manuntungi³
Program Studi Keperawatan, Institut Kesehatan dan Bisnis ST.Fatimah Mamuju
dia.rejeki@gmail.com

Info Artikel	ABSTRACT
Article history: Dikirim 07 Mei, 2021 Direvisi 28 Juli, 2021 Diterima 22 Agustus, 2021	ASI adalah cairan emas kompleks yang mengandung semua nutrisi yang diperlukan untuk tumbuh kembang anak. Terpenuhinya kebutuhan bayi melalui pemberian ASI saja tanpa ada makanan tambahan lain, yang ditandai dengan kenaikan berat badan bayi sebanyak 800-1000 gram setiap bulan. Kecukupan ASI dapat dipengaruhi oleh terapi musik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Efektifitas terapi musik klasik dengan kecukupan ASI pada bayi usia 0-3 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Binanga Kabupaten Mamuju Tahun 2022. Jenis penelitian ini adalah quasi eksperimental dengan pendekatan control group design. Jenis data yang digunakan adalah data primer berupa lembar observasi dan data sekunder dari rekam medik. Total 30 sampel penelitian. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji statistik chi- square. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa ada Efektifitas terapi musik klasik dengan kecukupan ASI pada bayi berdasarkan peningkatan frekuensi BAK setiap harinya ($p=0,001<0.05$). Ada efektifitas terapi musik klasik dengan kecukupan ASI pada bayi berdasarkan peningkatan Berat badan bayi setiap minggunya ($p=0,000<0.05$).
Kata Kunci: Terapi Musik Klasik, Kecukupan ASI	<p style="text-align: center;"><i>This is an open access article under the CC BY-SA license.</i></p> 
Corresponding Author: Nama : Dia Rejeki Utami Address : Jl. Soekarno Hatta No.09 Mamuju Provinsi Sulawesi-Barat Indonesia Email : dia.rejeki@gmail.com	

1. PENDAHULUAN

Salah satu upaya untuk meningkatkan keberhasilan pemberian ASI adalah melalui pelaksanaan Inisiasi Menyusui Dini oleh bayi baru lahir pada ibunya. IMD adalah bayi mulai menyusu sendiri segera setelah lahir, dimana bayi dibiarkan mencari puting susu ibunya sendiri (tidak disodorkan ke puting susu). Cara bayi melakukan inisiasi menyusui dini ini dinamakan *the breast crawl* atau merangkak mencari payudara. IMD akan sangat membantu dalam

keberlangsungan pemberian ASI eksklusif dan lama menyusui. Dengan demikian, bayi akan terpenuhi kebutuhannya hingga usia 2 tahun, dan mencegah anak kurang gizi (Utami, 2018).

Menurut data *World Health Organization* (WHO), AKB (Angka Kematian Bayi) sebagian besar terkait dengan faktor nutrisi yaitu sebesar 53%. Sampai dengan saat ini, faktor tersebut masih menjadi salah satu penyebab tingginya angka kesakitan dan kematian bayi. Menurut penelitian, 13% kematian bayi dapat dikurangi dengan memberikan Air Susu Ibu. ASI berperan penting dan mengandung beberapa nutrisi yang berguna untuk pertumbuhan tubuh dan perkembangan otak bayi. ASI juga mengandung zat-zat yang meningkatkan imunitas dan melindungi bayi dari berbagai penyakit (WHO, 2015).

Menurut data Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 tentang pemberian makanan pada bayi untuk semua anak terakhir yang dilahirkan ibu dalam kurun waktu dua tahun sebelum survei. Data menunjukkan bahwa hanya 27% bayi umur 4–5 bulan mendapat ASI eksklusif (tanpa tambahan makanan atau minuman lain). Selain ASI, 8% bayi pada umur yang sama diberi susu lain dan 8% diberi air putih. Pemberian ASI eksklusif kepada bayi berusia 4–5 bulan dalam SDKI 2012 lebih tinggi dibandingkan dengan hasil SDKI 2007 yang sebanyak 17% umur 4–5 bulan mendapat ASI eksklusif, selebihnya bayi tersebut telah diperkenalkan MP-ASI sebelum usia 6 bulan (SDKI, 2012).

Kenyataan di lapangan masih banyak ibu yang mengalami hambatan / kendala untuk menyusui bayinya secara eksklusif 6 bulan penuh, padahal menyusui merupakan suatu kondisi yang alamiah / natural. Memersiapkan ibu hamil yang akan menyusui memengaruhi keberhasilan menyusui. Salah satu solusi yang dapat membantu mengatasi hambatan dalam pemberian ASI Eksklusif adalah *hypnobreastfeeding* (Nuratri, 2015). *Hypnobreastfeeding* adalah upaya alami menggunakan energi bawah sadar agar proses menyusui berjalan dengan aman dan lancar, dengan cara memasukkan kalimat-kalimat afirmasi atau sugesti positif disaat ibu dalam keadaan sangat rileks atau sangat berkonsentrasi pada suatu hal/keadaan *hipnosis* sehingga Ibu dapat menghasilkan ASI yang mencukupi untuk kebutuhan tumbuh kembang bayi. Terapi musik juga dapat dijadikan pilihan dalam melakukan rileksasi untuk kelancaran menyusui (Kuswandi, 2013).

Di Indonesia, terapi musik sudah diperkenalkan lama oleh masyarakat, bahkan beberapa suku di Nusantara sejak dahulu sudah menggunakan musik sebagai sarana penyembuhan dan di era modern ini terapi musik klasik terutama musik Mozart sudah mulai membudaya di kalangan masyarakat Indonesia, baik untuk upaya penyembuhan penyakit, mengurangi kecemasan pada ibu hamil, mengurangi nyeri pada ibu bersalin, relaksasi pada ibu nifas dan menyusui karena sudah terbukti dapat merangsang endorfin untuk mereleksi ibu saat menyusui sehingga memungkinkan produksi ASI meningkat, serta untuk merangsang kecerdasan anak (Sulistiyorini, 2018).

Penelitian tentang terapi musik klasik yang dilakukan selama ini ditujukan terutama pada ibu hamil dan ibu bersalin, sementara untuk ibu menyusui belum dilakukan. Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk mengetahui bagaimana efektifitas pemberian terapi musik pada ibu menyusui terhadap kecukupan ASI pada bayi usia 0-3 bulan.

2. METODE

Jenis penelitian ini adalah *Quasi eksperimental* dengan pendekatan *control group design*. penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari treatment pada subjek yang diselidiki. Cara untuk mengetahuinya yaitu membandingkan satu atau lebih kelompok eksperimen yang diberi treatment dengan satu kelompok pembanding yang tidak diberi treatment. Penelitian dilakukan di wilayah kerja puskesmas Binanga Kaupaten Mamuju pada bulan September-november tahun 2022, Populasi dalam penelitian ini seluruh responden menyusui yang memiliki bayi usia 0-3 bulan yang melahirkan di Wilayah Kerja Puskesmas Binanga Kabupaten Mamuju. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling, yaitu seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi yaitu sebanyak 30 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok (kelompok yang diberikan terapi musik klasik dan kelompok yang

tidak diberikan terapi musik klasik di Wilayah Kerja Puskesmas Binanga Kabupaten Mamuju dengan jumlah 15 orang tiap kelompok. Data di analisis menggunakan uji *Chi-square*.

3. HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Sampel	F	%
Umur Bayi		
<1 bulan	4	13.3
1-2 bulan	18	60.0
3 bulan	8	26.7
Total	30	100.0
Jenis Kelamin Bayi		
Perempuan	11	36.7
Laki-Laki	19	63.3
Total	30	100.0
Jumlah Kelahiran		
Anak ke-1	8	26.7
Anak ke-2	15	50.0
Anak ke-3	6	20.0
Anak ke-4	1	3.3
Total	30	100.0
Usia Ibu		
<25 tahun	5	16.7
25-30 tahun	12	40.0
>30 tahun	13	43.3
Total	30	100.0

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas bayi berumur antara 1-2 bulan yaitu sebanyak 18 orang (60,0%). Berdasarkan jenis kelamin mayoritas Laki-laki sebanyak 19 orang (63,3%), mayoritas bayi anak ke-2 yaitu sebanyak 15 orang (50,0%), dan mayoritas usia ibu >30 tahun yaitu sebanyak 13 orang(43,3%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Kecukupan ASI pada Bayi Usia 0-3 Bulan

Kecukupan ASI	F	%
Frekuensi BAK		
Kurang	13	43.3
Cukup	17	56.7
Total	30	100.0
Kenaikkan BB		
Kurang	14	46.7
Cukup	16	53.3
Total	30	100.0

Tabel 2 diketahui bahwa dari 30 responden penelitian, mayoritas responden dengan ASI cukup yaitu sebanyak 17 orang (56,7%) dan 13 orang (43,3%) memiliki ASI kurang berdasarkan frekuensi BAK. Mayoritas responden dengan ASI yang cukup yaitu sebanyak 16 orang (53,3%) sedangkan ASI yang kurang sebanyak 14 orang (46,7%) berdasarkan kenaikan BB bayi.

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Terapi Musik Klasik

Terapi Musik	N	%
Tidak Rutin	12	40.0
Rutin	18	60.0
Total	30	100.0

Tabel 3 memperlihatkan bahwa dari 30 sampel penelitian, 12 orang(40,0%) mendapatkan terapi musik klasik tidak rutin dan 18 orang (60,0%) lebih banyak yang mendapat terapi musik klasik rutin. Terapi musik yang dilakukan dalam penelitian ini dikategorikan ke dalam 2 bagian yakni rutin (>5 kali per minggu) dan tidak rutin (<5 kali per minggu).

Tabel 4. Tabulasi Silang Antara Terapi Musik Klasik Dengan Kecukupan ASI Berdasarkan Frekuensi BAK

Terapi Musik	Kecukupan ASI Berdasarkan Frekuensi BAK				Total	P Value	Rp	CI 95%	
	Cukup		Kurang						
	N	%	N	%					
Rutin	15	83.3	3	16.7	18	100.0	0.001	5.000	1.388-

Tidak	2	16.7	10	83.3	12	100.0	18.018
Total	17	56.7	13	43.3	30	100.0	

Tabel 4 memperlihatkan bahwa dari 30 responden ada 15 orang (83,3%) responden rutin mendengarkan musik klasik dengan ASI cukup berdasarkan frekuensi BAK dan 3 orang (16,7%) rutin mendengar musik klasik dengan ASI kurang berdasarkan frekuensi BAK. Sedangkan responden yang tidak rutin mendengarkan terapi musik klasik dan ASI kurang sebanyak 10 orang (83,3%) dan 2 orang (16,7%) responden tidak mendengar musik klasik dengan ASI cukup berdasarkan frekuensi BAK bayi. Hasil uji chi-square memperlihatkan bahwa pada table contingency 2x2, tidak ada yang memiliki nilai harapan (expected value E) kurang dari 5, sehingga nilai p value yang dipergunakan adalah nilai continuity correction yaitu p value = 0,001 < 0,05, yang berarti ada hubungan yang bermakna antara terapi musik klasik dengan kecukupan ASI berdasarkan frekuensi BAK bayi. Nilai Ratio Prevalensi (RP) adalah 5,000 yang berada antara 1,388-18,018 yang berarti bahwa responden yang tidak rutin mendapat terapi musik klasik maka 5 kali kemungkinannya memiliki kecukupan ASI yang kurang.

Tabel 5. Tabulasi Silang Antara Terapi Musik Klasik Dengan Kecukupan ASI Berdasarkan Penambahan BB Bayi

Terapi Musik	Kecukupan ASI Berdasarkan Penambahan BB				Total	P Value	Rp	CI 95%	
	Cukup		Kurang						
	N	%	N	%					
Rutin	15	83.3	3	16.7	18	100.0	0.000	10.000	1.514-
Tidak	1	8.3	11	91.7	12	100.0			66.052
Total	17	56.7	13	43.3	30	100.0			

Tabel 5 memperlihatkan bahwa dari 30 responden ada 15 orang (83,3%) responden rutin mendengarkan musik klasik dengan ASI cukup berdasarkan penambahan BB bayi dan 3 orang (16,7%) rutin mendengar musik klasik dengan ASI kurang berdasarkan penambahan BB bayi. Sedangkan responden yang tidak rutin mendengarkan terapi musik klasik dan ASI kurang sebanyak 11 orang (91,7%) dan 1 orang (8,3%) responden tidak mendengar musik klasik dengan ASI cukup berdasarkan penambahan BB bayi. Hasil uji chi-square memperlihatkan bahwa pada table contingency 2x2, tidak ada yang memiliki nilai harapan (expected value E) kurang dari 5, sehingga nilai p value yang dipergunakan adalah nilai continuity correction yaitu p value = 0,000 < 0,05, yang berarti ada hubungan yang bermakna antara terapi musik klasik dengan kecukupan ASI berdasarkan penambahan BB bayi. Nilai Ratio Prevalensi (RP) adalah 10,000 yang berada antara 1,514- 66,052 yang berarti bahwa responden yang tidak rutin mendapat terapi musik klasik maka 10 kali kemungkinannya memiliki kecukupan ASI yang kurang.

4. PEMBAHASAN

Hasil analisis deskriptif memperlihatkan bahwa mayoritas sampel memiliki ASI cukup berdasarkan BAK yaitu 17 orang (56,7%), dan mayoritas sampel mendapat terapi musik klasik rutin yaitu sebanyak 18 orang (60,0%). Hal ini berarti ada hubungan linear antara terapi musik klasik dengan kecukupan ASI berdasarkan frekuensi BAK yaitu semakin rutin terapi musik ibu dapatkan, maka ibu akan memiliki kecukupan ASI yang cukup dilihat dari frekuensi BAK ≥ 8 kali per hari.

Hal ini juga dikonfirmasi oleh hasil uji statistik chi-square dimana dari 18 sampel yang rutin mendapatkan musik klasik, ada 15 orang (83,3%) dengan ASI cukup sedangkan dengan ASI kurang yaitu 3 orang (16,7%) berdasarkan frekuensi BAK bayi. Dan dari 12 sampel yang tidak rutin mendapatkan musik klasik, ada 2 orang (16,7%) dengan ASI cukup sedangkan ASI kurang sebanyak 10 orang (83,3%) berdasarkan frekuensi BAK bayi. Hasil uji chi-square memperlihatkan bahwa hasil *p value* = 0,001 < 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi musik klasik memiliki hubungan signifikan dengan kecukupan ASI berdasarkan BAK.

Menurut asumsi peneliti dari hasil penelitian ini bahwasanya terapi musik klasik berhubungan dengan kecukupan ASI pada bayi jika dinilai dari frekuensi BAK bayi. Semakin sering atau rutin ibu mendengarkan musik klasik maka semakin cukup ASI yang ibu miliki karena

musik mempengaruhi tubuh ibu menjadi lebih rileks, pikiran ibu menjadi lebih tenang. Pikiran yang tenang dan tubuh yang santai akan membantu meningkatkan pengeluaran hormone oksitosin dalam fungsinya menghasilkan ASI ibu. Dengan demikian ibu akan memiliki ASI yang cukup dinilai dari frekuensi BAK bayi lebih sering yaitu minimal 8 kali sehari.

Hasil analisis deskriptif memperlihatkan bahwa mayoritas sampel penelitian memiliki ASI cukup berdasarkan penambahan BB bayi yakni sebanyak 16 orang (63,3%) dan mayoritas sampel mendapat musik klasik rutin yakni sebanyak 18 orang (60,0%). Hal ini berarti ada hubungan linear antara terapi musik klasik dengan kecukupan ASI berdasarkan penambahan BB bayi yaitu semakin rutin terapi musik ibu dapatkan, maka ibu akan memiliki kecukupan ASI yang cukup dilihat dari BB bayi bertambah paling sedikit 500 gram setiap bulan, atau 125 gram setiap minggu.

Hal ini juga dikonfirmasi oleh hasil uji statistik chi-square dimana dari 18 sampel yang rutin mendapatkan musik klasik, ada 15 orang (83,3%) dengan ASI cukup sedangkan dengan ASI kurang yaitu 3 orang (16,7%) berdasarkan penambahan BB bayi per minggu. Dan dari 12 sampel yang tidak rutin mendapatkan musik klasik, hanya ada 1 orang (8,3%) dengan ASI cukup sedangkan ASI kurang sebanyak 11 orang (91,7%) berdasarkan penambahan BB bayi. Hasil uji chi-square memperlihatkan bahwa hasil $p\text{ value} = 0,000 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi musik klasik memiliki hubungan signifikan dengan kecukupan ASI berdasarkan penambahan BB bayi.

Hal ini juga sesuai dengan teori Campbell (2007) yang mengatakan bahwa musik-musik klasik Mozart memiliki keunggulan akan kemurnian dan kesederhanaan bunyi yang dimunculkannya. Irama, melodi dan frekuensi tinggi yang terkandung dalam musik klasik Mozart merangsang dan memberi daya tersendiri pada daerah-daerah kreatif dan motivasi dalam otak sesuai dengan pola sel otak manusia. Penelitian Natalia (2006) tentang pengaruh musik gamelan terhadap emosi bayi baru lahir menunjukkan bahwa terdapat perbedaan berat badan dan pola tidur yang bermakna antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Sedangkan penelitian Arlina (2009) menunjukkan pemberian musik klasik pada senam bayi mempengaruhi kemampuan motorik kasar pada bayi.

Hal ini sesuai dengan penjelasan bahwa bayi yang cukup ASI setidaknya harus mengalami peningkatan berat badan sebanyak 500 gram/bulan atau 125 gram/minggu. Namun, jumlah ASI yang dihasilkan pada minggu pertama kelahiran memang tidak banyak, sehingga hal yang normal jika bayimu tidak mengalami kenaikan berat badan atau bahkan menurun pada awalnya. Hal yang perlu diperhatikan adalah berat badan bayi tidak boleh turun $>10\%$ berat badan lahir dan berat badan bayi kembali atau telah melebihi berat badan lahir saat usia 2 minggu.

Menurut asumsi peneliti dari hasil penelitian ini bahwasanya terapi musik klasik berhubungan dengan kecukupan ASI pada bayi jika dinilai dari penambahan BB bayi. Semakin sering atau rutin ibu mendengarkan musik klasik maka semakin cukup ASI yang ibu miliki karena musik mempengaruhi tubuh ibu menjadi lebih rileks, pikiran ibu menjadi lebih tenang. Pikiran yang tenang dan tubuh yang santai akan membantu meningkatkan pengeluaran hormon oksitosin dalam fungsinya menghasilkan ASI ibu. Dengan demikian ibu akan memiliki ASI yang cukup dinilai dari penambahan BB bayi minimal 125gr/minggu atau 500gram/bulan.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan tentang Efektifitas terapi musik klasik dengan peningkatan kecukupan ASI bayi usia 0-3 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Binanga Kabupaten Mamuju diketahui Efektifitas terapi musik klasik yang signifikan antara terapi musik klasik dengan kecukupan ASI berdasarkan frekuensi BAK, dimana nilai $p\text{ value} = 0,001 < 0,05$. dan Efektifitas terapi musik klasik yang signifikan antara terapi musik klasik dengan kecukupan ASI berdasarkan penambahan BB bayi, dimana nilai $p\text{ value} = 0,000 < 0,05$.

ACKNOWLEDGMENT

Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh peserta yang telah mengikuti studi ini dan terima kasih kepada Institut Kesehatan dan Bisnis ST. Fatimah Mamuju yang telah memberikan dana.

REFERENCES

- Alina Budi, Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Kemampuan Motorik Bayi Fakultas Kesehatan Diploma IV Fisioterapi Universitas Muhammadiyah, Surakarta. 2009.
- Anik, M, dkk. 2011. *Senam Hamil, Senam Nifas dan Theraphy Music*. Jakarta: Trasn Info Media.
- Ariani. 2010. *Ibu Susui Aku*. Bandung: Intelektual.
- Awawan. 2011. *Teori Pengukuran Pengetahuan dan Sikap dan Prilaku Manusia*. Yogyakarta: Muha medika.
- Cadwel. 2011. *Buku Saku Manajemen Laktasi*, Jakarta :EGC.Campbell, 2007. *Efek Musik Mozart*, Gramedia Jakarta.
- Feher, S.D.K., Berger. L.R., Johnson, J.D. & Wilde, J.B (1989) Increasing Breast Milk Production for Premature Infants With a Relaxation/Imagery Audiotape. *Pediatrics*
- Frovera, AW. 2010. *ASI dan Menyusui*. Yogyakarta : Mulia medika.
- Nasir, dkk. 2011. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Muha medika.
- Natalia. 2006. Pengaruh Musik Gamelan Terhadap Emosi Bayi Baru Lahir, Jurnal ANIMA (Vol. 15).
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Rineka cipta.
- Nuratri A.E, dkk. 2015. Pengaruh *Hypnobreastfeeding* Terhadap Keberhasilan Pemberian Asi Eksklusif Di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta. UGM. Yogyakarta.
- Prasetyono, 2012. *Buku Pintar ASI Eksklusif*. Yogyakarta : Disaper.Rivani, R. 2013. *Keajaiban ASI*. Jakarta : Dunia sehat.
- Setiawan, A. 2010. *Metodologi Penelitian Kebidanan*. Yogyakarta: Numed.
- Sulistiawati.A. 2009. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas*. Yogyakarta:Andi.
- Utami, R. 2008. *Inisiasi Menyusui Dini Plus ASI Eksklusif*. Jakarta : Pustaka Bunda
- Wangsa T., 2010, *Mukjizat Musik. Terapi Jitu Kecerdasan Anak Melalui Musik*, Lintang Aksara, Yogyakarta.
- WHO, 2015. *Status Gizi Anak Balita di Dunia*. http://www.who.int/who/status_gizi_anak_di_dunia