

Penerapan Terapi Musik Terhadap Penurunan Gejala Postpartum Blues Pada Ibu Primipara Dengan Sectio Caesaria Di Ruang Ayyub 1 RS Roemani Muhammadiyah Semarang

Olivia Putri Melyana

Email : oliviaputri880@gmail.com

Abstrak

Postpartum *blues* adalah gangguan emosional yang dialami oleh ibu setelah melahirkan anak pertamanya yang biasanya berlangsung selama 14 hari dengan masa puncak pada hari ke-5. Intervensi holistik bisa dilakukan salah satunya terapi musik untuk menurunkan gejala postpartum *blues*. Terapi musik dapat menurunkan gejala postpartum *blues* karena musik mempengaruhi sistem limbik di otak yang menekan fungsi poros hipotalamus, hipofisis dan kelenjar adrenal sehingga menghambat pengeluaran hormon stress. Tujuan studi kasus ini untuk mengetahui penurunan gejala postpartum *blues* setelah diberikan terapi musik. Desain studi kasus yang digunakan yaitu *descriptive study*, dengan pendekatan *pre and post test design*. Sampel studi kasus ini adalah pasien ibu primipara postpartum dengan *sectio caesaria* di RS Roemani Semarang. Sampel studi kasus terdiri dari 2 responden wanita dewasa dengan score *EPDS (Edinburgh Postnatal Depression Scale)* lebih dari 10. Terapi musik diberikan 3 hari selama 15 – 30 menit. Hasil yang didapat pada pasien mengalami penurunan rata – rata 2 score. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian terapi musik efektif untuk menurunkan gejala postpartum *blues*. Terapi musik dapat dijadikan salah satu intervensi untuk menurunkan gejala postpartum *blues*.

Kata Kunci : postpartum blues, *EPDS*, penurunan gejala postpartum blues.

Abstract

Postpartum *blues* is an emotional disorder experienced by the mother after giving birth to her first child which usually lasts for 14 days with a peak period on day 5. Holistic intervention can reduce the symptoms of postpartum *blues* which one of them is music therapy. Music therapy can reduce the symptoms of postpartum *blues* because music affects the limbic system in the brain which suppresses the function of the hypothalamus, pituitary and adrenal axis so that it inhibits the release of stress hormones. The purpose of this case study was to determine the decrease in symptoms of postpartum *blues* of music therapy. The design of this case study was descriptive study, with the pre and post test design approach. The samples of this case study was postpartum primiparous patients with *sectio caesaria* in the Roemani hospital Semarang. The samples consisted of 2 adult female respondents with a score of *EPDS (Edinburgh Postnatal Depression Scale)* more than 10. Music therapy is given 3 days for 15 – 30 minutes. The results obtained in patients was it experienced a decrease in the average 2 score. These results indicate that music therapy is effective for reducing symptoms of postpartum *blues*. Music therapy can be used as an intervention to reduce the symptoms of postpartum *blues*.

Keywords : postpartum blues, *EPDS (Edinburgh Postnatal Depression Scale)*, decreased symptoms of postpartum blues.