

Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Motivasi Melakukan Stimulasi Musik Klasik bagi Ibu Hamil di Puskesmas Jaten I Kab. Karanganyar

**Arista Apriani¹⁾, Deny Eka Widyastuti²⁾, Yunia Renny Andhikatis³⁾,
Megayana Yessy Mareta⁴⁾**

¹²³⁴⁵Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta
email: aristaapriani30@gmail.com¹, denkawidyastuti88@gmail.com²,
rennyandhie@ukh.ac.id³, megapastibisa@ukh.ac.id⁴

Abstrak

Stimulasi Ibu pada masa kehamilan dapat menentukan kualitas sel otak janin, salah satunya dengan mendengarkan musik klasik. Kelas ibu hamil merupakan dasar dalam pemberian pendidikan kesehatan dan sebagai upaya peningkatan kesehatan ibu dan anak. Puskesmas Jaten I Wilayah Kerja Dinkes Kab. Karanganyar rutin mengadakan kelas ibu hamil 5 kali dalam setiap bulan. Menurut bidan koordinator Puskesmas Jaten I, belum pernah ada pembahasan tentang manfaat musik klasik bagi ibu hamil. Manfaat pengabdian masyarakat ini bertujuan sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan motivasi melakukan stimulasi musik klasik pada ibu hamil di Puskesmas Jaten I Kab. Karanganyar. Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan September 2020 – Agustus 2021 dengan sasaran 33 ibu hamil. Metode yang digunakan meliputi pretest, kemudian diberikan pendidikan kesehatan dengan ceramah dan diberikan booklet yang berisi tentang musik klasik pada ibu hamil untuk dibawa pulang, post-test dan monitoring evaluasi. Hasil pengabdian masyarakat pada pengetahuan tentang musik klasik, yaitu pretest rata-rata 19,00 dalam kategori cukup, post test mengalami peningkatan pada pengetahuan tentang musik klasik rata-rata 22,85 dalam kategori cukup, serta monitoring dan evaluasi akhir rata-rata 31,24 dalam kategori baik. Serta, pada motivasi ibu hamil pretest rata-rata 111,61 dalam kategori setuju, post-test rata-rata 119,12 dalam kategori sangat setuju, monitoring dan evaluasi pada akhir pengabdian masyarakat ini didapatkan skor rata-rata 137,30 dalam kategori sangat setuju.

Kata kunci: kehamilan, stimulasi, musik klasik, pertumbuhan, perkembangan.

1. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses bersatunya ovum dan sperma dan berlanjut sampai proses nidasi [1]. Kehamilan terbagi menjadi, trimester pertama yaitu nol sampai 12 minggu usia kehamilan, terjadinya proses penyesuaian tubuh ibu hamil secara fisiologis dan emosional. Trimester kedua dengan usia kehamilan 13 – 28 minggu, ibu hamil mulai menyadari tentang kehamilannya [2]. Trimester ketiga yaitu usia kehamilan 38-42 minggu, terjadi penyempurnaan sistem organ [3]. Terbentuknya otak janin dimulai sejak usia tiga sampai empat bulan usia kehamilan dan sel otak akan terhubung dan berfungsi mulai usia kehamilan 6 bulan. Setelah proses persalinan sel otak bayi bertambah dengan sangat cepat sampai usia 3 tahun. Stimulasi yang dilakukan ibu ataupun lingkungan terhadap janin atau bayi dapat menentukan fungsi kemampuan dan kualitas sel otak [4].

Musik klasik sangat bermanfaat sebagai stimulasi janin yang dapat dilakukan oleh ibu hamil karena dapat menyeimbangkan fungsi otak kanan dan kiri sehingga dapat merangsang gerakan motorik pada janin dan bayi baru lahir, menurunkan tingkat stress pada ibu hamil

dimana stres dapat mengganggu pertumbuhan otak janin [5]. Menurut beberapa penelitian berikut, musik klasik dapat menstimulasi dan dikenali otak janin serta setelah lahir dapat menstimulasi secara kognitif dan psikomotorik, dapat meningkatkan saturasi oksigen, mempersingkat perawatan BBLR [6]. Pengetahuan ibu hamil berhubungan secara signifikan dengan motivasi mendengarkan musik klasik [7]. Pengetahuan dapat mempengaruhi manfaat pelayanan kesehatan, seperti status kesehatan masyarakat [8]. Pengetahuan dapat ditingkatkan dengan pemberian booklet sebagai media pendidikan kesehatan [9].

Layanan kesehatan pada ibu hamil mengalami keterbatasan serta terdampak pada kualitasnya di masa Pandemi COVID-19 karena adanya anjuran penundaaan kelas ibu hamil dan antenatal care, sehingga perlu adaptasi baru untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan. Salah satu pelayanan terdampak yaitu kelas ibu hamil di Termasuk kelas ibu hamil di Puskesmas Jaten I Wilayah Kerja Dinkes Kab. Karanganyar yang diadakan rutin 5 kali dalam setiap bulan tetapi dimasa pandemi COVID kelas ibu hamil tertunda pelayanannya. Menurut bidan koordinator Puskesmas Jaten I belum pernah dilakukan pembahasan mengenai musik klasik sehingga ibu hamil belum memahaminya sehingga perlu adanya upaya Upaya peningkatan pengetahuan dan motivasi melakukan stimulasi musik klasik bagi ibu hamil di Puskesmas Jaten I Kab. Karanganyar. Perumusan masalah berdasarkan latar belakang diatas adalah Bagaimana keefektifan upaya peningkatan pengetahuan dan motivasi melakukan stimulasi musik klasik bagi ibu hamil di Puskesmas Jaten I Kab. Karanganyar?

2. METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini target/sasaran yang dicapai adalah 33 ibu hamil di Puskesmas Jaten I Wilayah Kerja DinKes Kab. Karanganyar pada bulan September 2020 - Agustus 2021. Target yang dicapai setelah dilakukan pengabdian masyarakat ini adalah: 1) Meningkatnya pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Jaten I Wilayah Kerja DinKes Kab. Karanganyar mengenai stimulasi dini tumbuh kembang dengan musik klasik. 2) Sebagai upaya meningkatkan motivasi ibu hamil di Puskesmas Jaten I Wilayah Kerja DinKes Kab. Karanganyar dalam memberikan stimulasi dini tumbuh kembang.

Metode kegiatan, 1) Pre test . untuk mengetahui pengetahuan ibu hamil tentang manfaat musik klasik dan motivasi ibu mendengarkan musik klasik sebelum dilakukan penyuluhan. 2) Pendidikan kesehatan dengan Metode ceramah dan Media Booklet sebagai langkah pemberian materi dan menjelaskan isi booklet. 3) Post test untuk mengetahui pengetahuan ibu hamil tentang manfaat musik klasik dan motivasi ibu mendengarkan musik klasik setelah dilakukan penyuluhan. 4) Diskusi/tanya jawab memungkinkan ibu hamil mengemukakan hal-hal yang belum dimengerti. 5) Monitoring dan Evaluasi melalui Google form untuk mengetahui pengetahuan ibu hamil tentang manfaat musik klasik dan motivasi mendengarkan musik klasik setelah dilakukan pendidikan kesehatan serta sebagai alternatif dimasa pandemi COVID-19 untuk mendukung pelaksanaan *social distancing*.

Alat dan bahan, Kuesioner pengetahuan ibu hamil mengenai terapi musik klasik bagi ibu hamil. Kuesioner motivasi ibu hamil melakukan stimulasi dini tumbuh kembang janin dengan musik klasik. *Booklet* “muni musik“. Analisa data dengan menggunakan SPSS.

Tahapan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan, sebagai berikut: 1) Melaksanakan koordinasi dengan anggota tim pelaksana pengabdian masyarakat baik dosen dan mahasiswa pada hari rabu, 30 September 2020. 2) Kesiapan konsep, materi, instrumen terkait pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari kamis dan jum'at, 1-2 Oktober 2020, kamis dan jum'at, 5 – 6 November 2020, senin dan selasa, 1 – 2 Desember 2020, senin dan selasa, 4 dan 5 Januari 2021, serta senin dan selasa, 1 – 2 Februari 2021. 3) Mengadakan koordinasi dengan Kepala Puskesmas Jaten I terkait izin pelaksanaan pengabdian masyarakat pada hari senin, 2 Maret 2021. 4) Mengadakan koordinasi dengan bidan koordinator yang ditunjuk oleh puskesmas terkait pelaksanaan pengabdian masyarakat serta menggali informasi mengenai pelaksanaan kelas ibu hamil di tempat pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Jum'at, 13 Maret 2021. 5) Mengadakan koordinasi dengan bidan desa yang ditunjuk oleh bidan koordinator puskesmas terkait pelaksanaan pengabdian masyarakat serta menggali informasi mengenai pelaksanaan kelas

ibu hamil di tempat pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Rabu, 24 Maret 2021. 6) Pelaksanaan kegiatan penyuluhan pada 33 ibu hamil dilaksanakan pada hari Kamis, 1 April 2021. 7) Pelaksanaan monitoring dan evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Senin, 3 Mei, 7 Juni dan 5 Juli 2021. 8) Pembuatan laporan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Senin-Selasa, 2-3 Agustus 2021. 9) Pembuatan luaran pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Senin-Selasa, 30-31 Agustus 2021.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Pelaksanaan pengabdian masyarakat tentang Upaya peningkatan pengetahuan dan motivasi stimulasi dini tumbuh kembang dengan booklet “muni musik” pada 33 ibu hamil di Puskesmas Jaten I Wilayah Kerja Dinkes Kab. Karanganyar diawali dengan melaksanakan koordinasi dengan anggota tim pelaksana pengabdian masyarakat baik dosen dan mahasiswa pada hari Rabu, 30 September 2020. Dengan hasil koordinasi jadwal pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat, pembagian tugas dan tanggung jawab.

Kesiapan konsep, materi, instrumen terkait pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Kamis dan Jum'at, 1-2 Oktober 2020, Kamis dan Jum'at, 5 – 6 November 2020, Senin dan Selasa, 1 – 2 Desember 2020, Senin dan Selasa, 4 dan 5 Januari 2021, serta Senin dan Selasa, 1 – 2 Februari 2021. Dengan hasil SAP dan materi, penyusunan booklet dan instrumen pengetahuan tentang musik klasik sebanyak 32 item pernyataan dan motivasi melakukan stimulasi dini tumbuh kembang janin dengan musik klasik bagi ibu hamil sebanyak 28 item pernyataan yang akan digunakan untuk pretest, posttest, monitoring dan evaluasi.

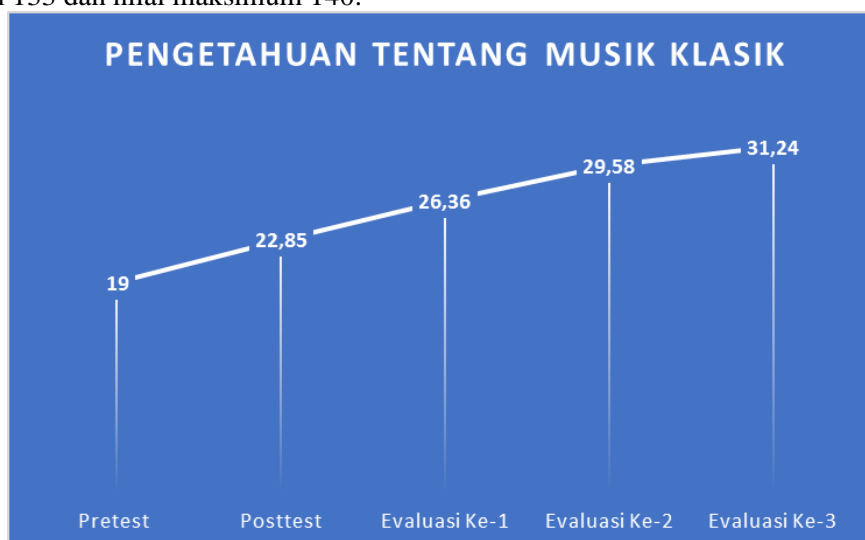
Mengadakan koordinasi dengan Kepala Puskesmas Jaten I terkait izin pelaksanaan pengabdian masyarakat pada hari Senin, 2 Maret 2021. Telah diberikan izin oleh Kepala Puskesmas Jaten I diketahui oleh kepala bagian tata usaha dan Bidan Koordinator Puskesmas Jaten I. Mengadakan koordinasi dengan bidan koordinator yang ditunjuk oleh puskesmas terkait pelaksanaan pengabdian masyarakat serta menggali informasi mengenai pelaksanaan kelas ibu hamil di tempat pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Jum'at, 13 Maret 2021. Mengadakan koordinasi dengan bidan desa yang ditunjuk oleh bidan koordinator puskesmas terkait pelaksanaan pengabdian masyarakat serta menggali informasi mengenai pelaksanaan kelas ibu hamil di tempat pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Rabu, 24 Maret 2021.

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan pada 33 ibu hamil dilaksanakan pada hari Kamis, 1 April 2021. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan sesuai dengan SAP dengan hasil pre test pengetahuan tentang musik klasik rata-rata 19,00 dalam kategori cukup, nilai minimum 13 dan nilai maksimum 25 dan motivasi melakukan stimulasi dini tumbuh kembang janin dengan musik klasik bagi ibu hamil rata-rata 111,61 dalam kategori setuju, nilai minimum 70 dan nilai maksimum 136. Hasil post test mengalami peningkatan pada pengetahuan tentang musik klasik rata-rata 22,85 dalam kategori cukup, nilai minimum 19 dan nilai maksimum 26 dan motivasi melakukan stimulasi dini tumbuh kembang janin dengan musik klasik bagi ibu hamil rata-rata 119,12 dalam kategori sangat setuju, nilai minimum 99 dan nilai maksimum 140.



Gambar 1. Pengabdian Masyarakat upaya peningkatan pengetahuan dan motivasi stimulasi dini tumbuh kembang dengan ceramah dan pemberian booklet “MUNI MUSIK“

Pelaksanaan monitoring dan evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat mendapatkan hasil yang sangat efektif dimana pengetahuan ibu hamil tentang musik klasik dan motivasi melakukan stimulasi dini tumbuh kembang janin terus mengalami peningkatan. Hasil monitoring dan evaluasi pertama yang dilaksanakan pada pada hari senin, 3 mei 2021, didapatkan skor pengetahuan tentang musik klasik rata-rata 26,36 dalam kategori baik, nilai minimum 22 dan nilai maksimum 30 dan motivasi melakukan stimulasi dini tumbuh kembang janin dengan musik klasik bagi ibu hamil rata-rata 129,15 dalam kategori sangat setuju, nilai minimum 114 dan nilai maksimum 140. Hasil monitoring dan evaluasi kedua yang dilaksanakan pada pada hari senin, 7 Juni 2021, didapatkan skor pengetahuan tentang musik klasik rata-rata 29,58 dalam kategori baik, nilai minimum 25 dan nilai maksimum 32 dan motivasi melakukan stimulasi dini tumbuh kembang janin dengan musik klasik bagi ibu hamil rata-rata 134,88 dalam kategori sangat setuju, nilai minimum 127 dan nilai maksimum 140. Hasil monitoring dan evaluasi kedua yang dilaksanakan pada pada hari senin, 5 Juli 2021, didapatkan skor pengetahuan tentang musik klasik rata-rata 31,24 dalam kategori baik, nilai minimum 28 dan nilai maksimum 32 dan motivasi melakukan stimulasi dini tumbuh kembang janin dengan musik klasik bagi ibu hamil rata-rata 137,30 dalam kategori sangat setuju, nilai minimum 133 dan nilai maksimum 140.



Gambar 2. Hasil pengetahuan ibu hamil tentang musik klasik



Gambar 3. Hasil motivasi ibu hamil melakukan stimulasi dini tumbuh kembang janin dengan musik klasik

b. Pembahasan

Upaya peningkatan pengetahuan dan motivasi melalui pendidikan kesehatan dengan booklet musik klasik disertai penjelasan isinya dari tim pengabdian masyarakat pada ibu hamil di Puskesmas Jaten I Wilayah Kerja Dinkes Kab. Karanganyar, dari hasil evaluasi pengetahuan dan motivasi ibu hamil tentang stimulasi musik klasik terus meningkat.

Peningkatan pengetahuan berpengaruh terhadap perilaku yang positif, salah satu upaya meningkatkan pengetahuan yaitu dengan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan dapat dilakukan dengan metode ceramah dimana penerima dapat menyerap materi 11% dan 20% dapat diingat dan juga melalui media booklet dimana sasaran dapat menyerapnya sebesar 83% dan 30% diingat [9].

Musik klasik dalam dunia kesehatan dapat bermanfaat sebagai perawatan yang bersifat holistik, serta dapat mempercepat penyembuhan [10]. Begitu juga bagi ibu hamil musik klasik dapat merangsang gerakan janin, membuat DJJ teratur, menurunkan cemas [11]. Musik klasik dapat menurunkan tingkat stres ibu hamil, meningkatkan bonding dan relaksasi, serta bermanfaat secara ekonomi dalam arti hemat biaya dan bebas obat [12]. Ibu hamil yang mendengarkan musik klasik selama lebih dari empat belas hari bermanfaat mengurangi stres dan cemas sehingga dapat meningkatkan kualitas tidur dan kualitas hidupnya [13]. Motivasi seseorang untuk berperilaku lebih baik dapat dipengaruhi oleh musik, serta dapat meningkatkan rasa bahagia dan kedamaian [14]. Kecemasan dimasa kehamilan dapat dikurangi dengan mendengarkan musik klasik sejak usia kehamilan diatas 14 minggu [15]. Selain itu juga bermanfaat mengurangi rasa nyeri setelah persalinan dan tingkat depresi masa nifas, sehingga terapi musik klasik secara klinis direkomendasikan sebagai terapi nonfarmakologi untuk kesejahteraan ibu dan janin serta bayi [16]. Motivasi yang tinggi berhubungan dengan kesejahteraan dan kepercayaan diri ibu sehingga ibu dapat mengontrol kesusahan dan meningkatkan pemberdayaan pada diri ibu hamil maupun menyusui [17].

4. KESIMPULAN

Dari hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat selama bulan september 2020 sampai dengan agustus 2021 melalui upaya peningkatan pengetahuan dan motivasi melakukan stimulasi musik klasik pada 33 ibu hamil di Puskesmas Jaten I Wilayah Kerja Dinkes Kab. Karanganyar, mendapatkan respon yang baik dan evaluasi menunjukkan pengetahuan tentang musik klasik yang meliputi pengertian musik klasik, manfaat musik klasik bagi dunia kesehatan, manfaat musik klasik bagi ibu hamil dan janin, tehnik dan waktu pemberian musik klasik dan motivasi melakukan stimulasi musik klasik meningkat dengan skor hasil pre test pengetahuan tentang musik klasik rata-rata 19,00 dalam kategori cukup dan motivasi

melakukan stimulasi musik klasik rata-rata 111,61 dalam kategori setuju. Hasil post test mengalami peningkatan pada pengetahuan rata-rata 22,85 dalam kategori cukup dan motivasi melakukan stimulasi musik klasik rata-rata 119,12 dalam kategori sangat setuju. Hasil monitoring dan evaluasi setelah satu bulan pelaksanaan penyuluhan skor pengetahuan rata-rata 26,36 dalam kategori baik, motivasi rata-rata 129,15 dalam kategori sangat setuju. Hasil monitoring dan evaluasi kedua setelah dua bulan pelaksanaan penyuluhan, didapatkan skor pengetahuan rata-rata 29,58 dalam kategori baik, motivasi rata-rata 134,88 dalam kategori sangat setuju. Hasil monitoring dan evaluasi terakhir setelah tiga bulan pelaksanaan penyuluhan, didapatkan skor pengetahuan tentang musik klasik rata-rata 31,24 dalam kategori baik, nilai minimum 28 dan nilai maksimum 32 dan motivasi melakukan stimulasi dini tumbuh kembang janin dengan musik klasik bagi ibu hamil rata-rata 137,30 dalam kategori sangat setuju, nilai minimum 133 dan nilai maksimum 140.

5. SARAN

1. Bagi ibu hamil di Puskesmas Jaten I Wilayah Kerja DinKes Kab. Karanganyar.
Perlunya peningkatan kesadaran ibu terkait pentingnya memahami manfaat mendengarkan musik klasik sebagai bentuk stimulasi sehingga dapat meningkatkan kesehatan ibu dan janin baik dimasa kehamilan, persalinan maupun menyusui.
2. Bagi petugas Kesehatan.
Petugas kesehatan sebaiknya lebih meningkatkan dukungan, dorongan dan pendidikan kesehatan ibu hamil untuk pemberdayaan diri ibu hami; lebih efektif dengan meningkatkan pemahaman ibu tentang manfaat mendengarkan musik klasik, menggunakan intervensi dan media pendidikan kesehatan yang efektif seperti *booklet*. sehingga dapat memberikan rangsangan sejak dini dan meningkatkan kesehatan fisik, kecerdasan dan perilaku motorik bayi baru lahir.
3. Bagi Pelaksana.
Merupakan pelaksanaan tri dharma penguruan tinggi dan sebagai pengembangan diri bagi pelaksana yang meliputi dosen dan mahasiswa. Diharapkan dapat menambah informasi, pengetahuan, dan wawasan dalam memaksimalkan pelayanan kebidanan untuk kesehatan ibu dan anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Jaten I Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Karanganyar yang telah memberikan izin, kerjasama serta dukungan dalam pelaksanaan PkM serta Universitas Kusuma Husada Surakarta yang telah memberi dukungan financial terhadap kegiatan PkM ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Prawirohardjo S., 2009. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- [2] Ronald H. S., 2011. *Pedoman dan perawatan kehamilan yang sehat dan menyenangkan*. Bandung : CV. Nuansa Aulia.
- [3] Sukarni, K. I., 2013. *Kehamilan, persalinan dan nifas*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- [4] IDAI, 2015. *Pentingnya Stimulasi Bermain Untuk Merangsang Kecerdasan Multipel*. <https://www.idai.or.id/artikel/seputar-kesehatan-anak/pentingnya-stimulasi-bermain-untuk-merangsang-kecerdasan-multipel>.

- [5] Ramadhani A. N., 2012. *Pengaruh mendengarkan musik klasik terhadap perkembangan otak bayi*. <https://maatyong.wordpress.com/category/my-scientific-paper/>
- [6] Neill M. R. J., 2008. *Sejarah musik 2: Musik 1760 sampai dengan akhir abad ke-20*. Jakarta : PT. BPK Gunung Mulia.
- [7] Apriani A, Widyastuti D. E., Andhikatiyas Y. R., 2016. *Hubungan antara pengetahuan tentang manfaat musik klasik dengan motivasi mendengarkan musik klasik pada Ibu Hamil di Surakarta Jawa Tengah*. Jurnal KesMasDasKa : Vol. 7 No. 1, Januari 2016.
- [8] Khairurrahman, 2009. *Pengaruh faktor predisposisi, dukungan keluarga dan level penyakit orang dengan HIV/AIDS terhadap pemanfaatan VCT di Kota Medan*. Tesis S2 USU (Unpublished).
- [9] Apriani A, Kumalasari M. F., 2015. *Pengaruh pendidikan kesehatan dengan booklet terhadap pengetahuan dan sikap tentang deteksi dini kanker payudara pada WUS di Surakarta Jawa Tengah*. Jurnal KesMasDasKa : Vol 6, No 1 (2015).
- [10] Solanki, M. S., Zafar, M. and Rastogi, R. (2013) 'Music as a therapy: Role in psychiatry', *Asian Journal of Psychiatry*. Elsevier B.V., 6(3), pp. 193–199. doi: 10.1016/j.ajp.2012.12.001.
- [11] Kafali, H. Derbent, A. Keskin, E. Simavli, S. Gozdemir, E. (2011) 'Effect of maternal anxiety and music on fetal movements and fetal heart rate patterns', 24(March), pp. 461–464. doi: 10.3109/14767058.2010.501122.
- [12] Chang, H. C. *et al.* (2015) 'The effects of music listening on psychosocial stress and maternal-fetal attachment during pregnancy', *Complementary Therapies in Medicine*. Elsevier Ltd, 23(4), pp. 509–515. doi: 10.1016/j.ctim.2015.05.002.
- [13] Liu, Y. H., Lee, C. S., Yu, C. Chen, C. (2015) 'Effects of Music Listening on Stress, Anxiety and Sleep Quality for Sleep Disturbed Pregnant Women', *Women & Health*, 56 (3), pp. 296-311. doi: 10.1080/03630242.2015.1088116.
- [14] Chanda, M. L. and Levitin, D. J. (2013) 'The neurochemistry of music', *Trends in Cognitive Sciences*. Elsevier Ltd, 17(4), pp. 179–193. doi: 10.1016/j.tics.2013.02.007.
- [15] Shin, H. S. and Kim, J. H. (2011) 'Music therapy on anxiety, stress and maternal-fetal attachment in pregnant women during transvaginal ultrasound', *Asian Nursing Research*. Korean Society of Nursing Science, 5(1), pp. 19–27. doi: 10.1016/S1976-1317(11)60010-8.
- [16] Simavli, S. *et al.* (2014) 'Effect of music therapy during vaginal delivery on postpartum pain relief and mental health', *Journal of Affective Disorders*, 156, pp. 194–199. doi: 10.1016/j.jad.2013.12.027.
- [17] Peleg, M. K., Dardikman, M. S., Hermoni, D. Ginzburgh, H. (2015) 'Breastfeeding motivation and Self-Determination Theory', *Social Science & Medicine*, Elsevier Ltd, 8 (9), pp. 19-27. doi: 10.1016/j.socscimed.2015.09.006.