JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 6 Nomor 2
Tahun 2026
Hal. 334-342

EFEKTIVITAS GYMNASTIC ZIL GREI DAN MUSIK KLASIK TERHADAP KEMAJUAN PERSALINAN KALA I PADA IBU PRIMIGRAVIDA DI WILAYAH KERJA UNIT PELAKSANA TEKNIS PUSKESMAS KECAMATAN MEDAN TUNTUNGAN

Serly Monika Br Sembiring[1,*], Lusiana Lusia Sirait [2], Monika Hutabarat[3]

[1234] Institut Kesehatan Sumatera Utara, Kota Medan, Indonesia
Email : [1,*]serlykembaren25@gmail.com, [2]uchiesirait@gmail.com,
[3]monikahutabarat71@gmail.com

Abstrak

Persalinan lama merupakan salah satu masalah yang sering di hadapi oleh ibu bersalin yang dapat menyebabkan mortalitas pada ibu karena penanganan yang tidak adekuat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya Efektivitas *Gymnastic Zil Grei* Dan Musik Klasik Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Unit Pelaksana Teknis Puskesmas Kecamatan Medan Tuntungan. Jenis penelitian ini adalah penelitian *quasi-experimental design* dengan rancangan *two-group design posttest only*. Populasi yang digunakan adalah sebanyak 20 orang yaitu 10 orang pada kelompok intervensi yang diberikan perlakuan *gymnastic zil grei* dan musik klasik serta 10 orang pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan *gymnastic zil grei* dan musik klasik. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar partograf. Berdasarkan hasil penelitian dari uji man whitney bahwa p-*valume sig.*(2-*tailaed*) = 0,01 < 0,05 maka Ho ditolak dan Ha diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya Efektivitas *Gymnastic Zil Grei* Dan Musik Klasik Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Unit Pelaksana Teknis Puskesmas Kecamatan Medan Tuntungan. Diharapkan *gymnastic zil grei* dan musik klasik ini dapat diterapkan dan ditingkatkan pelaksanaannya pada pelayanan ibu bersalin yang tersedia di Praktek Mandiri Bidan.

Kata kunci : G*ymnastic Zil Grei,* Musik Klasik, Persalinan Kala 1, Ibu Primigravida

Abstract

Prolonged labor is a common issue faced by women in labor that can lead to maternal mortality due to inadequate management. This study aimed to determine the effectiveness of Zil Grei gymnastics and classical music on the progress of the first stage of labor among primigravida mothers in the working area of the Medan Tuntungan District Community Health Center (Puskesmas). This study employed a quasi-experimental design with a two-group posttest-only approach. The study population consisted of 20 participants: 10 in the intervention group (receiving Zil Grei gymnastics and classical music) and 10 in the control group (not receiving the intervention). Data were collected using a partograph. The Mann-Whitney test results showed a p-value (2-tailed) of 0.01 (< 0.05); thus, the null hypothesis (Ho) was rejected and the alternative hypothesis (Ha) was accepted. It is concluded that Zil Grei gymnastics and classical music are effective in influencing the progress of the first stage of labor among primigravida mothers in the Medan Tuntungan District Community Health Center area. It is recommended that the implementation of Zil Grei gymnastics and classical music be adopted and expanded within maternity care services provided by independent midwife practices.

Keywords : Gymnastics Zil Grei, Classical Music, First Stage of Labor, Primigravida Mother

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 6 Nomor 2
Tahun 2026
Hal. 334-342

Pendahuluan

Persalinan lama merupakan salah satu masalah yang sering dihadapi oleh ibu bersalin. Hal ini menjadi rintangan terbesar dalam persalinan dan jika tidak di atasi akan berdampak pada kemajuan persalinan (Primihastuti & Romadhona, 2021). Selain itu, persalinan lama juga berpotensi memicu terjadinya komplikasi pada tahapan persalinan itu sendiri dimana ketika dalam tahapan persalinan terjadi hambatan berpotensi mengakibatkan kematian baik pada ibu dan bayi (Yuniarti&Ivantarina, 2022).

Data *World Organization Health* (WH0,2014) di dalam penelitian Kumalasari & Rusella, (2022) menunjukkan bahwa terdapat sekitar 529.000 perempuan meninggal karena faktor-faktor yang berhubungan dengan kehamilan setiap tahunnya dan hampir semua (99%) dari ini kematian ibu terjadi di negara berkembang.

Penyebab kematian ibu termasuk perdarahan postpartum, eklampsia, persalinan lama, dan sepsis. Salah satu dari penyebab kematian yaitu partus lama dengan jumlah rata-rata di dunia sebesar 8% dan di Indonesia sebesar 9%. Hasil studi awal yang dilakukan peneliti pada beberapa PMB (Praktik Mandiri Bidan) masih ditemukan adanya pemanjangan lama waktu persalinan yang dialami oleh ibu hamil.

Persalinan yang diikuti dengan kejadian memanjangnya waktu pada kala mempunyai dampak kepada ibu dan janin.Partus lama merupakan penyebab kesakitan dan kematian maternal dan perinatal terutama kala I memanjang. Kala I memanjang adalah persalinan yang fase latennya berlangsung lebih dari 8 jam dan pada fase aktif laju pembukaannya tidak adekuat atau bervariasi, kurang dari 1 cm setiap jam selama sekurangkurangnya 2 jam setelah kemajuan persalinan, kurang dari 1,2 cm per jam pada primigravida dan kurang dari 1,5 cm per jam pada multipara, lebih dari 12 jam sejak pembukaan 4 cm sampai pembukaan lengkap (rata-rata 0,5 cm per jam). Insiden ini terjadi pada 5% persalinan dan pada primigravida insidennya dua kali lipat lebih besar dari pada multigravida (Syaifuddin, 2019).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kala I lama atau kala I memanjang adalah kelainan letak janin seperti (letak sungsang, letak lintang, presentasi muka, dahi dan puncak kepala), kelainan-kelainan panggul seperti *cephalopelvic disproportion* (CPD), kelainan his seperti (inersia uteri, incoordinate uteri 2 action), janin besar atau ada kelainan kongenital, primitua dan ketuban pecah dini (KPD) (Syaifuddin, 2019).

Penyebab kala I secara psikologis, yaitu: ketakutan, kecemasan, kesendirian, stres atau kemarahan yang berlebihan dapat menyebabkan pembentukan katekolamin (hormon stres) dan menimbulkan kemajuan persalinan melambat, kelelahan dan putus asa adalah akibat dari prapersalinan yang panjang (Simkin, 2019).

Dampak yang terjadi pada ibu dengan kala I lama adalah kelelahan sehingga mengakibatkan dehidrasi, infeksi pada ibu terutama jika sudah terjadi pecahnya selaput ketuban, perdarahan karena atonia uteri, dan ruptur uteri (Mathew et al, 2012; Hidayati & Ulfah, 2019).

Dampak memanjangnya waktu pada kala I ini menimbulkan morbiditas tinggi pada ibu bahkan dapat menyebabkan mortalitas pada ibu karena penanganan yang tidak adekuat pada ibu bersalin dengan kala I lama (Mercier & Kwan, 2018).

Mortalitas dan morbiditas ibu hamil, ibu bersalin dan nifas masih merupakan masalah besar terutama di negara berkembang termasuk Indonesia.Seperti yang telah kita ketahui bersama bahwa angka kematian ibu merupakan tolak ukur status kesehatan di suatu negara (WHO, 2018).

Pada ibu bersalin dengan kala I lama mungkin akan dilakukan induksi persalinan apabila ibu dan janin dalam kondisi baik, proses induksi ini yang juga dapat menimbulkan kesakitan pada ibu karena kontraksi buatan setelah kontraksi alami telah dirasakan ibu

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 6 Nomor 2
Tahun 2026
Hal. 334-342

dengan waktu yang lama. Apabila induksi gagal, persalinan dengan cara seksio sesarea juga dapat dilakukan dengan pertimbangan kondisi janin dan juga ibu (Oxorn, 2010; Utami & Putri, 2020).

Dari penelitian Sabat & Rahayu, (2019) dengan judul"Kala II Pada Primi Gravida (*The Correlation of Zilgrei Gymnastic and Second Stages of LaborPrimigravida*)" menyatakan ada korelasi antara latihan pernafasan dengan *gymnastic zil grei* pada percepatan persalinan kala II dengan nilai (0,001< 0,005), sebanyak 21 responden latihan lebih dari 10 kali mengalami kala II (< 30 menit) 52,5%, 13 responden latihan kurang dari 10 kali lama inpartu kala II nya berlangsung normal (> 30-60 menit) 32,5%. Artinya semakin cukup latihan *gymnastic zilgrei* dilakukan maka lama kala II semakin cepat.

Gymnastic zilgrei adalah salah satu cara alternatif untuk membantu mewujudkan persalinan normal. Pelaksanaan *gymnastic zilgrei* saat inpartu kala I dapat memberikan kontribusi pada kala II, yaitu waktu yang dibutuhkan pada persalinan kala II berlangsung tidak terlalu lama sehingga tidak melebihi batas waktu (tidak lebih dari 60 menit) untuk dilakukan rujukan.

Dalam gerakan senam juga dipadukan dengan latihan pernapasan. Adanya latihan pernapasan dimungkinkan terdapat cadangan O2 yang sangat diperlukan untuk terjadinya kontraksi. Energi yang dibutuhkan selama his berasal dari *adenosinetrifosfat* (ATP) dan *adenosine difosfat* (ADP) hasil pengolahan dari metabolisme glucose atau glycogen menjadi CO dan H2O, proses metabolisme tersebut membutuhkan O2. His yang adekuat akan menghasilkan tenaga untuk mendorong janin ke jalan lahir (Danuatmaja, 2019).Selain itu, proses persalinan juga dipengaruhi oleh psikologi ibu. Semakin lama waktu persalinan akan menyebabkan kelelahan serta meningkatkan rasa nyeri pada ibu bersalin dan menyebabkan peningkatan tegangan otot dan gangguan aliran darah menuju otak maupun otot. Ketegangan yang lama akan menurunkan kemampuan ibu untuk mengontrol rasa nyeri. Sehingga hal tersebut dapat memperlambat proses persalinan kala II (Danuatmaja, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian Santi Sofiyanti & Suzelva Ladyfiora,(2022) dengan judul "*Evidance Based Case Report (Ebcr): The Effect Of Music Therapy On Labor Pain In The Latent Phase I At* UPTD Puskesmas Sukarasa menyatakan pemberian terapi musik terbukti efektif karena ibu merasa lebih rileks ,nyaman, dan otot-otot tidak terlalu kaku sehingga persalinan kala I mengalami kemajuan, dimana terapi musik dapat menjadi salah satu terapi nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri dan juga memenuhi syarat penting sebagai salah satu teknik yaitu mudah, aman dan tidak mengganggu homoestatis janin.

Berdasarkan hasil survey yang telah dilakukan pada beberapa Praktek Mandiri Bidan di wilayah kerja kecamatan Medan Tuntungan diantaranya pada Pratek Mandiri Bidan Juwita masih menggunakan oksitosin guna merangsang kontraksi Rahim untuk mempercepat proses kala I persalinan meskipun dalam 60 langkah APN tidak lagi menggunakan suntik oksitosin dalam kala I persalinan. Berdasarkan data dari Januari 2023-Maret 2024 ada sekitar 28 Ibu yang melahirkan, diantaranya 17 Ibu melahirkan normal dan 11 Ibu melakukan rujukan. Adapun faktor dilakukan rujukan yaitu KPD sebanyak 2 orang ,Partus Tak Maju sebanyak 3 orang,repeat caesarean seanyak 5 orang dan letak sungsang sebanyak 1 orang.

Pada Pratek Mandiri Bidan Helen Maret 2024 ada sekitar 153 Ibu yang melahirkan, diantaranya melahirkan normal sebanyak 113 Ibu dan melakukan rujukan sebanyak 40 Ibu. Adapun faktor dilakukan rujukan yaitu hypertensi sebanyak 12 orang, permintaan pasien sebanyak 10 orang, *repeat caesarean* sebanyak 20 orang dan KPD sebanyak 3 orang. Untuk Ibu yang melahirkan secara normal ada sebanyak 113 orang.

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 6 Nomor 2
Tahun 2026
Hal. 334-342

Pada Praktek Mandiri Bidan Pera juga masih menggunakan oksitosin guna merangsang kontraksi Rahim untuk mempercepat proses kala I persalinan.Berdasarkan data dari Januari 2023-Maret 2024 ada sekitar 23 Ibu yang melahirkan.Untuk Ibu melahirkan normal ada sekitar 11 orang.Untuk rujukan ada sekitar 12 orang dengan KPD sebanyak 3 orang,Partus Tak Maju sebanyak 3 orang dan Permintaan pasien sebanyak 6 orang.Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti "Efektivitas *Gymnastic Zil Grei* dan Musik Klasik terhadap Kemajuan Persalinan Kala I pada Ibu Primigravida di Wilayah Kerja Unit Pelaksana Teknis Puskesmas Kecamatan Medan Tuntungan ". Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan tingkat kemajuan persalinan pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi di wilayah Kerja Unit Pelaksana Teknis Puskesmas kecamatan Medan Tuntungan.

Metode Penelitian

Metode penelitian yang diambil merupakan jenis penelitian eksperimen yaitu *quasi-experimental design* dengan rancangan *two-group design posttest only*. Desain penelitian eksperimen pada penelitian ini yaitu *two group posttestonly design* yang merupakan salah satu bentuk dari *true experimental design*. Dalam penelitian ini kelompok Intervensi adalah kelompok yang diberi perlakuan *gymnastic zil grei* dan musik. Kemudian kelompok kontrol adalah kelompok yang tidak diberi perlakuan *gymnastic zil grei* dan musik. Populasi sasaran dalam penelitian ini yaitu 20 Ibu Primigravida Kala I Persalinan yang akan melahirkan di Praktek Mandiri Bidan (PMB) Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kecamatan Medan Tuntungan. Metode pengambilan sampel adalah *purposive sampling* yaitu populasi yang memenuhi kriteria penelitian yaitu sebanyak 10 Ibu Primigravida Kala I fase aktif yaitu kelompok intervensi yang akan diberikan perlakuan Gymnastic Zil Grei dan Musik Klasik dan 10 Ibu Primigravida Kala I fase aktif kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan Gymnastic Zil Grei dan Musik Klasik.

Hasil dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Tabel 1.Karakteristik Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

No	Karakteristik	Intervensi		Kontrol	
	Umur Ibu	**f**	**%**	**f**	**%**
1	< 20 Tahun	0	0	2	20
2.	20-35 Tahun	10	100	8	80
3.	>35 Tahun	0	0	0	0
	Total	**10**	**100**	**10**	**100**
	Pendidikan Ibu				
1.	SMA	6	60	7	70
2.	Perguruan Tinggi	4	40	3	30
	Total	**10**	**100**	**10**	**100**

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN
E-ISSN 2774-4671
Vol 6 Nomor 2
Tahun 2026
Hal. 334-342

	Pekerjaan Ibu				
1.	Tidak Bekerja	4	40	3	20
2.	Bekerja	6	60	7	80
Total		**10**	**100**	**10**	**100**

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi kelompok intervensi berdasarkan umur dengan jumlah terbanyak berada pada umur 20-35 tahun yang berjumlah 10 ibu primigravida dengan persentase (100%). Kemudian pekerjaan pada kelompok intervensi dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan status pekerjaan dengan jumlah terbanyak yaitu bekerja yang berjumlah 6 orang dengan persentase (60%). Sedangkan dari status pendidikan responden dapat ditinjau bahwa distribusi frekuensi berdasarkan status pendidikan terbanyak yaitu pendidikan SMA/SMK sebanyak 6 orang dengan persentase (60 %). Sedangkan untuk kelompok kontrol dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi berdasarkan umur dengan jumlah terbanyak berada pada umur 20-35 tahun yang berjumlah 8 ibu pekerjaan responden dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi berdasarkan status pekerjaan dengan jumlah terbanyak yaitu bekerja yang berjumlah 7 orang dengan persentase (70%). Sedangkan dari status pendidikan responden dapat di tinjau bahwa distribusi frekuensi berdasarkan status pendidikan dengan jumlah terbanyak yaitu perguruan tinggi sebanyak 7 orang dengan presentase (70%).

Table 2. Distribusi Frekuensi Kemajuan Persalinan kala I Fase Aktif pada Ibu Primigravida Kelompok Intervensi.

No	Kemajuan Persalinan	N	(%)
1	Cepat (<6 jam)	7	70
2	Normal(6-8 jam)	2	20
3	Lambat(>8 jam)	1	10
	Total	10	100

Dapat diketahui berdasarkan dari tabel diatas bahwa dari 10 Ibu Primigravida persalinan kala I pada kelompok intervensi yang diberikan perlakukan *Gymnastic zil grei* dan musik klasik mengalami kemajuan persalinan paling cepat yaitu sebanyak 7 orang (70%), normal sebanyak 2 orang(20%) dan lambat adalah sebanyak 1 orang (10%).

Table 3. Distribusi Frekuensi Kemajuan Persalinan kala I Fase Aktif pada Ibu Primigravida Kelompok Kontrol

No	Lama Persalinan	N	(%)
1	Cepat (<6 jam)	2	20
2	Normal(6-8 jam)	5	50
3	Lambat(>8 jam)	3	30
	Total	10	100

Dapat diketahui dari tabel diatas bahwa pada 10 Ibu Primigravida kelompok Kontrol yang tidak diberikan perlakukan *Gymnastic zil grei* dan musik klasik mengalami kemajuan persalinan paling cepat yaitu sebanyak 2 orang(20%), mengalami kemajuan persalinan normal sebanyak 5 orang(50%) dan mengalami ,kemajuan lambat yaitu sebanyak 3 orang(30%).

Tabel 4. Uji Normalitas Data

Jenis Kelompok	Normalitas				
	Min	Max	Mean	Statistic	Sig
Intervensi	**4,45**	**8,05**	**5,77**	**0,731**	**0,002**
Kontrol	**4,55**	**8,33**	**6,87**	**0,832**	**0,015**

**)Uji Shapiro Wilk*

Dapat diketahui dari tabel diatas bahwa uji normalitas yang dilakukan pada Shapiro wilk. Uji Shapiro wilk adalah sebuah metode sebaran data yang dibuat oleh Shapiro dan eilk dimana ukuran sampel yang digunakan adalah kecil yaitu <50 sampel.Berdasarkan data diatas maka data kelompok intevensi dan kelompok kontol tidak berdistribusi normal karena nilai signifikan lebih kecil dari nilai signifikan normal sebesar 0,05.

Tabel 5. Kemajuan persalinan kala I pada kelompok intervensi yang diberikan perlakuan *gymnastic zil grei* dan musik klasik dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan *gymnastic zil grei* dan musik klasik di wilayah kerja Unit Pelaksana T eknis Puskesmas kecamatan Medan Tuntungan

Kelompok	Posttest	Deviation
	Mean	
Intervensi	7,40	1,150
Kontrol	13,60	1,252

**)Uji Man Whiteney*

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa mean pada kelompok intervensi yang diberikan *gymnastic zil grei* dan musik klasik yaitu 7,40 dengan kategori kemajuan persalinan normal (6-8 jam) sedangkan mean pada kelompok kontrol yang tidak diberikan *gymnastic zil grei* dan musik klasik yaitu 13,60 dengan kategori persalinan lambat (>8 jam).

Maka dapat dikatakan bahwa ada nya atau terdapat efektivitas *gymnastic zil grei* dan musik klasik pada kelompok intervensi dimana nilai mean 7,40 kategori persalinan normal (6-8 jam) dibanding kelompok kontrol dengan nilai mean 13,60 kategori persalinan lambat(>8 jam).

Tabel 6. Perbedaan Kelompok Intervensi Dengan Kelompok Kontrol

Lama persalinan	Z	sig
	-2.344	0,01

**)Uji Man Whiteney*

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa p-*value* pada sig. (2-*tailaed*) = 0,01<0,05 maka Ho ditolak Ha diterima. Maka dapat dikatakan terdapat perbedaan antar kelompok intervensi yang diberikan perlakuan *gymnastic zil grei* dan musik klasik dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan *gymnastic zil grei* dan musik klasik. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa ada efektivitas *gymnastic zil grei* dan musik klasik terhadap kemajuan persalinan kala 1 pada ibu primigravida di wilayah kerja Unit Pelaksana Teknis Puskesmas kecamatan Medan Tuntungan.

Pembahasan

Efektivitas *Gymnastic Zil Grei* Dan Musik Klasik Pada Persalinan Kala I

Berdasarkan tabel uji Mann Whiteney Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,01<0,05.maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima. Maka dapat dikatakan terdapat perbedaan a ntar kelompok intervensi dan kelompok kontrol sehingga dapat disimpulkan bahwa ada efektivitas*gymnastic zil grei* dan musik klasik pada persalinan kala I.

G*ymnastic zil grei* merupakan salah satu teknik mengurangi nyeri persalinan. Hal ini dikarenakan 85% penyebab sakit punggung maupun nyeri persalinan sama, yaitu asimetri tubuh. Bukan hanya itu, 70% kehamilan "macet" akibat janin sungsang atau janin terlalu besar sehingga divonis untuk operasi caesar, tetapi dapat diatasi dengan metode ini ibu hanya berpikir logis, mudah mengikuti intruksi, dan memiliki disiplin tinggi menjalani hidup berpeluang besar mendapatkan manfaat optimal terapi ini (Arif dkk, 2021).

Gymnastic zil grei dikombinasikan dengan musik klasik yang mana dapat mengurangi ketegangan otot serta menekan keluarnya produksi hormon stress sehingga ibu menjadi rileks dan tenang, pikirannya akan kembali ke mode primitif dan oksitosin akan mengalir. Akan segera dibanjiri dengan endorfin yang dapat meredakan atau menghilangkan rasa nyeri terutama dalam proses pembukaan 0 sampai lengkap dalam persalinan Kala I agar tidak memanjang. Musik diberikan pada saat ibu datang untuk bersalin. Ibu bersalin mencoba rileks selama kontraksi berlangsung dan khususnya diantara kontraksi. Sebagian ibu – ibu membiarkan otot – otot lemas selama kontraksi, rileks dan beristirahat diantara kontraksi,dalam hal ini pembukaan akan lebih cepat tanpa rasa nyeri yang mengakibatkan Lama pada kala I persalinan (Henny Sulistyawati,2020).

Selain itu, proses persalinan juga dipengaruhi oleh psikologi ibu. Semakin lama waktu persalinan akan menyebabkan kelelahan serta meningkatkan kecemasan dan rasa nyeri pada ibu bersalin, cemas dan takut menyebabkan peningkatan tegangan otot dan gangguan aliran darah menuju otak maupun otot. Ketegangan yang lama akan menurunkan kemampuan ibu untuk mengontrol rasa nyeri. Sehingga hal tersebut dapat memperlambat proses persalinan kala II. (Danuatmaja, 2019).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data perbedaan pada kelompok intervensi yang diberikan *gymnastic zil grei* dan musik klasik dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan *gymnastic zil grei* dan musik klasik hasil analisis uji mann whiteney yaitu Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,01<0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima. Maka dapat dikatakan terdapat perbedaan antar kelompok intervensi dan kelompok control di wilayah kerja unit pelaksana teknis puskesmas Medan Tuntungan. Ada pengaruh *gymnastic zil grei* dan musik klasik terhadap kemjauan persalinan kala I pada ibu primigravida di wilayah kerja unit pelaksana teknis puskesmas Medan Tuntungan dengan hasil sebesar 0,01<0,05 mmaka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima.

Referensi

Arif, Sulistiyanti A, Farida S. (2021). *Hypnobrithing dalam Upaya Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida di Klinik Pratama Annur Karanganyar*. Jurnal Kebidanan Indonesia. 2022;11(2):11 – 20.

Danuatmaja. 2019. *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit* No.10 (1):13.16

Kumalasari, I., & Rusella, Z. (2022*). Risiko Kejadian Asfiksia Neonatorum Pada Persalinan Kala II Memanjang, Air Ketuban Bercampur Mekonium Dan Usia Ibu.* Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI), 7(2), 91–97

Mathew et al. (2012); Hidayati & Ulfah. (2019*) Penerapan Metode Zilgrei Pada Ibu Inpartu Primigravida Terhadap Kemajuan Persalinan Kala I Fase Aktif. Puskesmas Mirit.* Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhamadiyah Gombong. Jurnal Kebidanan dan kesehatan Indonesia. Retrieved from http://elib.stikesmuhgom bong.ac.id /446/1/

Mercier, R. J., & Kwan, M. (2018) *Impact of peanut ball device on the duration of active labor: A randomized control trial*. American Journal of Perinatology, 35(10), 1006–1011. *Primigravida Di PMB Wilayah Kerja Puskesmas Sidorejo.* An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat.

Primihastuti, D., & Romadhona, S. W. (2021). *Penggunaan Peanut Ball untuk Mengurangi Nyeri Persalinan dan Memperlancar Proses Penurunan Kepala Janin pada Persalinan Kala I di BPM Wilayah Surabaya.* Journal of Ners Comunity, 12(1), 1–11

Sabat, A., & Rahayu, R. (2019). *Kala II Pada Primi Gravida (The Correlation of Zilgrei Gymnastic and Second Stages of Labor Primigravida*).Jurnal vol 3(1), 59–62.

Saifuddin, (2018) *Several Previous Studies Have Tested The Use Of Kaffir Lime Leaf Extract*. Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan. Tradisional, Volume 3, No 1, Maret 2018: 51-56; 2018.Ferdous, J.

Santi Sofiyanti & Suzelva Ladyfiora, (2022) *Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Kelurahan Simpang Rumbio Wilayah Kerja Puskesmas KTK Kota Solok*. Menara Ilmu Vol. Xii No. 3

Simkin, (2019). *Determinan of Sectio Caesarea delivery on Birth Mother in A Hospital in Pekanbaru city* Vol 6 No.1:Journal of Community Health

Utami & Putri.(2022). *Literature Review:Komplikasi Maternal dan Neonatal Akibat Persalinan Macet. SEHATMAS*: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat, 1(3), 334–348.

WHO (2022). *Maternal Mental Health and Child Health and Development in Low and Middle Income Countries. Geneva, Switzerland. Available from* Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional (SIKesNas Yulizawati Et Al (2019). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil*,Jurnal vol VI No 2.