

TERAPI MUSIK EFEKTIF DALAM MENURUNKAN KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI

Nani Fidayanti¹, Wenny Savitri¹, Paulus Subiyanto²

¹STIKES A.Yani Yogyakarta

²AKADEMI KEPERAWATAN Panti Rapih Yogyakarta

ABSTRACT

Background: Surgery is one of the medical interventions, which can cause fear, anxiety, and stress due to its effects toward the body and soul integrity. Nurses have significant roles in pre-operative care by helping patients to decrease pre-operative anxiety. One of the methods is by using complementary therapy. The use of music therapy is not common in Indonesia. Therefore, scientific studies to prove the role of this therapy to decrease the level of anxiety of preoperative patients is needed.

Objective: To investigate the effects of music therapy in reducing anxiety levels of preoperative patients.

Methods: The study was a quasi experimental study with pre and post-test design. The samples were selected with a non-probability sampling along with a purposive sampling technique. The amount of samples in this study was 50 respondents.

Results: Statistical test used in this research was paired sample t-tests involved the control and intervention groups. The control group showed the average value of the increased of anxiety level of 0.8 without any intervention of music therapy with $t = -1503$, $df = 24$, $p < 0.05$. Whereas the average value of the decreased of anxiety level was -5.52 with $t=5.081$, $df=24$, $p<0.05$. Meanwhile the independent t- test results for both groups showed a significant difference between mean value of the anxiety level ($t= 3,373$, $df = 48$, $p < 0.05$).

Conclusion: Music therapy has a significant effect in reducing preoperative anxiety levels of patients.

Keywords: *anxiety, preoperative, music therapy*

PENDAHULUAN

Prosedur operasi merupakan salah satu bentuk terapi medis yang dapat menimbulkan rasa takut, cemas hingga stress, Karena dapat mengancam integritas tubuh, jiwa dan dapat menimbulkan rasa nyeri. Perawat mempunyai peran yang sangat penting dalam setiap tindakan operasi, yaitu salah satunya untuk membantu pasien mendapatkan informasi tentang tindakan-tindakan yang akan dilakukan agar dapat mengurangi rasa cemas yang dialami pasien. Banyak kecemasan yang terjadi pada pasien preoperasi di Rumah Sakit Umum Cibabat Terdapat 30 responden prebedah

mayor, pasien yang mengalami tingkat kecemasan ringan 1 responden, yang mengalami tingkat kecemasan sedang 2 responden, mengalami tingkat kecemasan berat 19 responden, dan yang mengalami panik 8 responden.⁽¹⁾ Penelitian yang sama dilakukan di Rumah Sakit Islam Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan dari 30 reponden preoperasi didapat 6 reponden mengalami kecemasan ringan, 22 reponden mengalami kecemasan sedang dan 2 responden mengalami kecemasan berat ⁽²⁾. Sedangkan pada penelitian di RSUD Kupang membuktikan bahwa 100% pasien preoperasi mengalami kecemasan dengan tingkatan

yang berbeda dan hasilnya dari 60 responden yang mengalami kecemasan ringan 5 responden, kecemasan sedang 45 responden, dan kecemasan berat 10 responden⁽³⁾. Pada penelitian di RSUD Wates Yogyakarta dari 16 responden yang mengalami kecemasan ringan 6, kecemasan sedang 10.⁽⁴⁾

Jika kecemasan tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan adanya perubahan secara fisik maupun psikologis yang akhirnya dapat meningkatkan saraf simpatis dan akan terjadi peningkatan denyut jantung, frekuensi napas, tekanan darah, keringat dingin, merasa mulas, gangguan perkemihan, dan secara umum mengurangi tingkat energy pada pasien sehingga merugikan pasien itu sendiri.⁽⁵⁾ Untuk menurunkan efek dari penggunaan obat-obatan diperlukan terapi komplementer atau terapi pelengkap yang dapat menangani tingkat kecemasan. Terapi komplementer merupakan terapi holistik atau terapi nonbiomedis⁽⁶⁾. Salah satu dari terapi *sampling* dan jumlah sampel 50 komplementer yang sedang banyak dikembangkan di bidang kesehatan saat ini adalah terapi musik. Namun di Indonesia terapi musik masih jauh tertinggal dari Negara- Negara lain. Masih kurangnya pemanfaatan musik di Indonesia sebagai terapi menimbulkan pertanyaan dan motivasi bagi peneliti untuk mengangkat musik sebagai salah satu alternatif terapi komplementer dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien preoperasi.

BAHAN DAN CARA PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yaitu *Quasi eksperimen* dengan menggunakan desain penelitian *Pre-test and Post-test design*⁽⁷⁾. Penelitian ini dilakukan di Bangsal Bedah Ruang Melati Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta pada bulan Juni 2014. Populasi penelitian ini yaitu pasien yang mengalami kecemasan pre bedah mayor yang pertama kali. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik sampling *Purposive Responden*.

Variabel penelitian ini yaitu terapi musik yang menggunakan MP3 dengan jenis musik yaitu: musik klasik, *new age* dan *chilled pop*. sedangkan variabel terikatnya yaitu tingkat kecemasan yang diukur menggunakan kuesioner tingkat kecemasan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS).

Data yang telah terkumpul, diolah dengan menggunakan uji statistik *t- test* melalui dua jenis analisa data yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui atau memperoleh persentase data distribusi frekuensi demografik karakteristik responden dan analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui atau memperoleh perbedaan nilai rata-rata tingkat kecemasan antara kelompok kontrol dan intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Uji *Independent Sample t-test* Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi di RSUD Panembahan

Katagori	N	Mean	S.D.	t-test	
				t	p
Kontrol	25	21,64	11,833	3,373	0,002
Intervensi	25	15,92			

Hasil perhitungan statistik menggunakan uji *Independent Sample t-test* diperoleh $p < 0,05$ artinya ada pengaruh terapi musik terhadap tingkat kecemasan pasien preoperasi di Bangsal Bedah Ruang Melati Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta.

Tabel : 2 Distribusi frekuensi karakteristik responden (N=50)

Karakteristik	Kelompok kontrol		Kelompok Intervensi	
	F	%	F	%
Umur (tahun)				
12 - 25	10	40	11	44
26 - 45	7	28	7	28
46 - 64	5	20	5	20
>65 tahun	3	12	2	8
Total	25	100	25	100
Jenis Kelamin				
Laki-laki	11	44	12	48
Perempuan	14	56	13	52
Total	25	100	25	100
Pendidikan				
Pendidikan dasar	18	72	15	60
Pendidikan menengah	7	28	9	36
Perguruan tinggi	0	0	1	4
Total	25	100	25	100

Berdasarkan dari table 2 menunjukkan bahwa karakteristik umur responden sebagian besar adalah remaja, karakteristik jenis kelamin menunjukkan bahwa responden dengan jenis kelamin terbanyak adalah perempuan, karakteristik pendidikan terakhir responden menunjukkan bahwa dengan

jenjang pendidikan terakhir terbanyak adalah pendidikan dasar.

Tabel 3. Hasil uji *Paired sample t-test tingkat kecemasan pre-test dan post-test pada kelompok kontrol (N=25)*

Variabel	Mean	N	t	Df	p
Pre-test	20,84	25	-	24	0,000
Post-test	21,64		1,503		

Tabel 3 menunjukkan bahwa hasil perhitungan statistik menggunakan *paired sample t-test* pada kelompok kontrol ada peningkatan tingkat kecemasan yang bermakna secara statistik pada responden kelompok kontrol ($t = -1,503$ $df = 24$, $p < 0,05$).

Tabel 4 Hasil uji *Paired sample t-test tingkat kecemasan pre-test dan post-test pada kelompok Intervensi (N=25)*

Variabel	Mean	N	t	Df	p
Pre-test	21,44	25	5,081	24	0,000
Post-test	15,92				

Tabel 4 menunjukkan bahwa hasil perhitungan statistik menggunakan *paired sample t-test* pada kelompok intervensi ada penurunan tingkat kecemasan yang bermakna secara statistic pada responden kelompok intervensi ($t = 5,08$, $df = 24$, $p < 0,05$).

Pengaruh pemberian terapi musik terhadap tingkat kecemasan pasien preoperasi di Bangsal Bedah Ruang Melati RSUD Panembahan Senopati Bantul didapat hasil analisis statistik dengan *independent sample t-test* menunjukkan bahwa adanya perbedaan yang signifikan terhadap tingkat kecemasan pasien preoperasi ($t = 3,373$, $df = 48$, $p < 0,05$). Dengan demikian peneliti

membuktikan bahwa adanya penurunan tingkat kecemasan pada kelompok intervensi setelah diberikan terapi musik.

Terapi musik yang berupa suara diterima oleh saraf pendengaran, diubah menjadi vibrasi yang kemudian disalurkan ke otak melalui sistem limbik. Dalam sistem limbik (Amigala dan hipotalamus) memberikan stimulus kesistem saraf atonom yang berkaitan erat dengan sistem endrokrin yang dapat menurunkan hormon-hormon yang berhubungan dengan stress dan kecemasan, kemudian stimulus mengaktifkan hormon endorphin untuk membantu meningkatkan rasa rileks dalam tubuh seseorang⁽⁸⁾. Sistem saraf otonom terbagi menjadi dua yaitu: sistem saraf simpatik dan parasimpatik. Kedua saraf ini memiliki fungsi yang berbeda dan bertentangan. Sistem saraf simpatik akan lebih aktif dalam menghadapi situasi yang dapat mencangam diri. Sedangkan sistem parasimpatik akan berkerja lebih aktif dalam keadaan yang normal. Seseorang dalam keadaan cemas maka sistem saraf simpatik akan meningkatkan kerja detak jantung, tekanan darah, dan pernafasan. Sebaliknya ketika seseorang dalam keadaan santai, berbaring, nafas menjadi pelan teratur maka sistem parasimpatik yang berkerja lebih aktif.⁽¹⁹⁾ Dalam terapi ini musik sebagai fasilitator untuk membuat keadaan seseorang menjadi rileks dan nyaman sehingga kerja sistem saraf parasimpatik akan berkerja lebih dominan. Hasil penelitian ini juga didukung

dari hasil penelitian sebelumnya, bahwa terapi musik dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien yang akan menjalani operasi^(2-3, 9-10).

Tingkat kecemasan pasien preoperasi di Ruang Melati Panembahan Senopati Bantul sangat jelas dirasakan oleh responden. Peneliti membuktikan bahwa adanya kecemasan yang dirasakan pasien preoperasi pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang mengungkapkan bahwa pasien preoperasi akan mengalami kecemasan dengan nilai kecemasan yang berbeda.⁽¹¹⁾ Kecemasan yang terjadi pada pasien preoperasi dipengaruhi beberapa faktor yaitu faktor internal meliputi: umur, jenis kelamin, status pendidikan & ekonomi, keadaan fisik, dan tipe kepribadian. Sedangkan dari faktor eksternal yaitu potensial stressor, sosial budaya dan dukungan dari keluarga. Penelitian ini menunjukkan bahwa umur responden terbanyak pada kelompok kontrol dan intervensi antara 12-25 remaja. Hasil ini didukung bahwa seseorang dengan umur remaja atau masih muda lebih cenderung mengalami cemas dibandingkan dengan tingkat umur yang semakin dewasa dan lebih tua. semakin meningkatnya umur seseorang maka frekuensi kecemasan seseorang makin berkurang saat menjalani operasi.⁽¹²⁾

Faktor internal lainnya yaitu jenis kelamin. Dalam hasil penelitian didapat bahwa

sebagian besar responden yang mengalami kecemasan adalah perempuan. Tingkat kecemasan pada perempuan lebih tinggi dari pada tingkat kecemasan yang dialami laki-laki.⁽¹¹⁾ Perempuan lebih cenderung emosional, mudah meluapkan perasaannya, sementara laki-laki bersifat obyektif dan dapat berfikir rasional sehingga mampu berfikir dan dapat mengendalikan emosi.⁽¹⁰⁾ Kecemasan lebih sering dialami perempuan dari pada laki-laki, karena perempuan sering kali menggunakan perasaan untuk menyikapi dan menghadapi sesuatu dalam hidupnya sedang laki-laki selalu menggunakan pikiran dalam menghadapi situasi yang akan mengancam dirinya.⁽¹⁴⁾ Sedangkan faktor pendidikan dalam hasil penelitian didapat bahwa sebagian besar responden yang mengalami kecemasan dengan tingkat pendidikan dasar.⁽¹¹⁾ Status pendidikan yang rendah rentan sekali mengalami kecemasan dibandingkan dengan pendidikan yang tinggi. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka dapat berfikir secara rasional dan dapat mengatasi emosi dengan baik sehingga kecemasan yang dialami seseorang akan berkurang.⁽¹⁵⁾

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol didapatkan nilai rata-rata *pre-test* 20,84 dan *post-test* 21,64 dengan nilai ($t = -1,503$, $df = 24$ $p < 0,05$) berarti ada perbedaan yang signifikan terhadap tingkat kecemasan pasien preoperasi pada kelompok kontrol. Hal ini terjadi karena adanya faktor-faktor yang

memperngaruhi terjadinya kecemasan seperti kurangnya dukungan keluarga akan mengakibatkan seseorang mengalami kecemasan. Pada saat peneliti melakukan penelitian ada responden keluarga yang ditunggu oleh keluarganya tetapi ada juga responden yang tidak ditunggu oleh anggota keluarganya. Faktor lainnya yang dapat menyebabkan terjadinya kecemasan yaitu tipe kepribadian, orang dengan tipe kepribadian A akan lebih mudah mengalami kecemasan di bandingkan dengan orang tipe kepribadian B.⁽¹¹⁾

Sedangkan pada kelompok intervensi berdasarkan hasil uji *paired sample t-test* didapat rata-rata *pre-test* 21,44 menjadi *post-test* 15,92 dengan nilai ($t = 5,081$, $df = 24$, $p < 0,05$) berarti ada perbedaan signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien preoperasi. Penurunan tingkat kecemasan pada kelompok intervensi dapat terjadi karena adanya intervensi terapi musik. Terapi music dapat membantu mengekspresikan perasaan dan memberi pengaruh positif terhadap kondisi suasana hati dan emosi seseorang.⁽¹⁶⁾ Terapi musik dapat memberikan efek yang menenangkan bagi responden, dapat mengurangi kegelisahan, membuat perasaan menjadi rileks, santai serta dapat menstabilkan emosional. Hal-hal yang harus diperhatikan dalam pemberian terapi musik yaitu memilih jenis musik yang tidak terlalu cepat dan keras.⁽¹⁷⁾ Beat 60-80/menit yang mempunyai nada yang teratur dan tetap, pasien

memilih musik dengan arahan seorang terapis, maksimum volume 60 dB, harmonisasi yang selaras serta didukung dengan ruangan yang nyaman, tenang, dan jauh dari kebisingan sehingga membuat seseorang dapat berkontrasi pada musik yang diberikan.^(6;17-18) Sesuai dengan dengan keadaan di lapangan saat dilakukan penelitian bahwa pasien dihadapkan pada situasi yang sama, yaitu akan menjalani operasi. Sehingga secara uji statistic ada perbedaan terhadap tingkat kecemasan pasien *pre-test* dan *post-test* pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi.

Berdasarkan evaluasi dari pasien di Bangsal Bedah Ruang Melati RSUD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta setelah diberikan intervensi terapi musik. Respon responden sangat baik, dan tidak ada responden yang menolak untuk berpartisipasi dalam penelitian. Responden mengatakan bahwa mereka merasa rileks dan lebih tenang setelah mendengarkan terapi musik. Ada 2 responden perempuan yang menangis saat mendengarkan terapi musik. Mereka mengatakan emosi dapat terluapkan saat mendengarkan musik, sakit kepala menjadi hilang, dan tidak mual lagi. 1 responden setelah menjalani prosedur operasi ingin mendengarkan terapi musik lagi, responden tersebut mengatakan bahwa terapi musik dapat membuat dirinya rileks dan pikiran menjadi tenang. Ada responden yang menanyakan jenis musik yang akan diperdengarkan dan responden menanyakan

jenis musik yang disukainya tersedia dalam pilihan musik atau tidak. Tetapi responden tidak menolak untuk tetap menjadi responden dan memilih salah satu jenis musik yang digunakan sebagai terapi untuk menurunkan tingkat kecemasan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi musik dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien preoperasi di RSUD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta. Institusi pelayanan rumah sakit dalam memberikan pelayanan yang baik kepada pasien khususnya untuk pasien yang akan menjalani operasi perlu dipersiapkan dan diperhatikan tingkat kecemasannya. Membuat protap terapi musik untuk dijadikan salah satu intervensi dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien preoperasi.

KEPUSTAKAAN

1. Bolla, N.I. (2008). *Gambaran tingkat kecemasan pada klien pra bedah mayor di Ruang rawat inap Medikal Bedah Gedung D lantai 3 Rumah Sakit Umum Cibabat Cimahi. Jurnal kesehatan kartika STIKES A yani.*
2. Faradisi, F. (2012) *Efektifitas terapi murotal dan terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pra operasi di Pekalongan. Jurnal ilmiah kesehatan. Vol. V, No. 2.*
3. Mau, A & Kedang, S.B. (2013) *Pengaruh*

- terapi musik terhadap kecemasan pasien pre operasi di Ruang Anggrek, Cempaka, Dan Asoka RSUD. Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang. Jurnal kesehatan. Vol. 1, No. 1.*
4. Sanjaya, R.S. & Sulistyarningsih. (2012). *Tapas acupressure technique (TAT) intervensi tepat untuk menurunkan kecemasan pada pasien preoperasi. Jurnal media ilmu kesehatan. Vol.1, No.3.*
 5. Muttaqin, A & Sari, K. (2009). *Asuhan keperawatan perioperatif konsep, proses, dan aplikasi.* Jakarta: Salemba Medika.
 6. Setyoadi & Kushariyadi. (2011). *Terapi modalitas keperawatan pada klien psikogeriatik.* Jakarta: Salemba Medika.
 7. Nursalam. (2011). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan, pedoman skripsi, tesis, dan instrument penelitian keperawatan.* Jakarata: Salemba Medika.
 8. Stuart, G.W. & Laraia, M.T. (2005). *Principles and practice of psychiatric nursing.* (8thed). St. Louis: Mosby.
 9. Arslan, S. Ozer, N. dan Ozyurt, F. (2007). Effect of musik on preoperative anxiety in men undergoing urogenital surgery. *Australian journal of advanced nursing.* Vol. 26, No. 2.
 10. Qulsum, A.lismonah, Meikawati, W. (2013). Perbedaan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi sebelum dan sesudah pemberian terapi musik klasik di RSUD Tugurejo Semarang.
 11. Stuart, G.W. (2007). Terjemahan Ramona, P. Kapoh., Yudha, E.K. *Buku saku keperawatan jiwa.* Edisi 5. Jakarta : EGC.
 12. Jafar, M.F. & Khan F.A. (2009). *Frequency of preoperative anxiety in pakistani surgical patients.* Vol.59, No.6.
 13. Trisnawati. (2012). Perbedaan tingkat kecemasan pria dan wanita akseptor kontrasepsi mantap di RSUD Dr. Sardjito Yogyakarta. *Jurnal Psyche.* Vol.1, No 1.
 14. Halgin, R.P. & Withbourne. S.K. (2010). *Abnormal psychology clinical perspectives on psychological disorder* Jakarta: Salemba Humanika.
 15. Pawatte, I. Pali, C & Opod, H. (2013). Perbedaan tingkat kecemasan pada ibu pre seksio caesarea di RSIA kasih ibu dan RSUP.Prof.Dr.R.D. Kandou Manado. *Jurnal kedokteran komunikasi dan tropik.* Vol.1, No.3.
 16. Djohan (2006). *Terapi musik teori dan aplikasi* Yogyakarta: Galang Press.
 17. Elliott, d. Pollman, R. Mcgregor, R. (2011). Relaxing musik for anxiety control. *Journal of musik therapy.*48, 3
 18. Nilson, U. (2008). The enxiety and pain reducing effects of musik interventions: a systematic review. *AORN Journal.* Vol. 87, No.4.
 19. Kahija, Y.L. (2007). *Hipnoterapi: Prinsip-prinsip dasar pratik psikoterapi.* Jakarta: Gramedia Purtaka utama.