

Pengaruh Terapi Musik terhadap Kecemasan pada Pasien Pre Operasi di Ruang Instalasi Bedah Sentral RS Bhayangkara TK.1 Puskokkes Polri

Seven Sitorus^{1*)}, Ayu Centya Elita²⁾

¹⁾²⁾ Dosen Program Studi Ners, Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad Husni Thamrin

Correspondence Author: sevensitorus2013@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.37012/jkmp.v4i2.2511>

Abstrak

Latar belakang: Kecemasan pre-operasi merupakan masalah umum yang dialami pasien sebelum menjalani pembedahan. Hal ini dapat mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis pasien, seperti peningkatan denyut jantung, tekanan darah, dan gangguan tidur. Salah satu metode non-farmakologis yang terbukti efektif untuk mengurangi kecemasan adalah terapi musik. Musik dapat memberikan efek relaksasi melalui pengaturan hormon yang terkait dengan stres, seperti peningkatan endorfin yang dapat menurunkan rasa sakit dan ketegangan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi musik terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre-operasi di RS Bhayangkara Tk.1 Puskokkes Polri. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *quasi-experimental* dengan pendekatan *pre-test post-test* tanpa kelompok kontrol. Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 85 pasien yang akan menjalani operasi. Instrumen penelitian ini menggunakan lembar kuesioner APAIS (*Amsterdam Pre Operative Anxiety and Information Scale*) dengan analisis data menggunakan uji *parametrik paired t test*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh terapi musik terhadap kecemasan pada pasien pre operasi secara signifikan mengurangi kecemasan pada pasien dengan hasil nilai *p-value* 0,001 (α : >0,05). Dari 85 responden, sebanyak 95% diyakini rata-rata responden mengalami kecemasan. **Kesimpulan:** Pemberian terapi musik efektif dalam mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi.

Kata Kunci: Terapi Musik, Kecemasan

Abstract

Background : Pre-operative anxiety is a common issue experienced by patients before undergoing surgery. It can affect both the physical and psychological conditions of the patients, such as increased heart rate, blood pressure, and sleep disturbances. One non-pharmacological method proven effective in reducing anxiety is music therapy. Music can provide a relaxing effect by regulating stress-related hormones, such as increasing endorphins, which can reduce pain and tension. The purpose of this study is to evaluate the effect of music therapy on the anxiety levels of pre-operative patients at Bhayangkara Tk.1 Puskokkes Polri Hospital. **Method:** This study used a quasi-experimental design with a pre-test post-test approach without a control group. The sample consisted of 85 patients scheduled for surgery. The research instrument used the APAIS (Amsterdam Pre Operative Anxiety and Information Scale) questionnaire, and data analysis was conducted using the paired t-test parametric test. **Results:** The study results showed that the effect of music therapy on pre-operative anxiety significantly reduced patient anxiety, with a *p-value* result of 0.489 (α : >0.05). Among the 85 respondents, 95% were found to experience anxiety on average. **Conclusion:** Providing music therapy is effective in reducing anxiety in preoperative patients.

Keywords: Music Therapy, Anxiety

PENDAHULUAN

Pembedahan atau operasi adalah tindakan yang menggunakan cara invasif dengan membuka bagian tubuh dengan dibuat sayatan (Sriharyanti, 2014). Preoperatif adalah fase dimulai ketika keputusan untuk menjalani operasi atau pembedahan dibuat dan berakhir ketika pasien dipindahkan ke meja operasi (Smeltzer dan Bare, 2017). Keperawatan pre-operasi merupakan tahapan awal dari keperawatan perioperatif. Preoperatif akan dimulai ketika keputusan untuk melakukan intervensi pembedahan (Lestari & Yuswiyanti, 2018). Ketika keputusan untuk operasi dilaksanakan umumnya respon pasien akan mengalami kecemasan.

Berdasarkan angka kejadian gangguan kecemasan praoperasi di Amerika Serikat, yang mencapai 28% atau lebih, wanita lebih berisiko mengalami kecemasan dibandingkan laki-laki. Selain itu, diperkirakan 20% dari populasi dunia mengalami kecemasan sebelum menjalankan operasi, dan data tentang prevalensi kecemasan di Indonesia berkisar antara 9% dan 12% (WHO, 2020). Di Indonesia, jumlah operasi mayor sangat tinggi, sebanyak 75% dari semua kasus bedah abdomen, pediatrik, dan onkologi. Ada beberapa tingkat risiko bagi pasien yang terkait dengan prosedur operasi besar. Pasien pra-operasi dapat mengalami kecemasan karena tingkat risiko yang tinggi ini. Ini termasuk kecemasan tentang efek anestesi, luka yang terjadi selama operasi, kecemasan tentang perubahan fisik yang menyebabkan mereka tidak dapat berfungsi secara normal atau bekerja secara teratur, dan lainnya (Kemenkes RI, 2019).

Pada pasien Pre Operasi Data dari RS Bhayangkara TK.1 Puskokkes Polri ada sebanyak 40% pasien mengalami kecemasan saat pre operasi, ditandai dengan adanya kenaikan tekanan darah pada pasien tersebut sebanyak 25% orang pasien dan memerlukan bantuan obat untuk menurunkan tekanan darahnya, selain itu ada juga pasien yang mengalami gelisah dan tidak bisa tidur pada malam hari menjelang waktunya operasi sebanyak 30%, dan sisanya tidak mengalami kecemasan.

Kecemasan merupakan rasa takut yang tidak jelas disertai dengan perasaan ketidakpastian, ketidakberdayaan, isolasi dan ketidaknyamanan (Stuart, 2017). Kecemasan mulai timbul ketika pasien sudah berada di tahap pre-operatif dimana pasien mengantisipasi pembedahannya, perubahan citra tubuh dan fungsi tubuh, menggantungkan diri pada orang lain, kehilangan kendali, perubahan pada pola hidup dan masalah finansial (ADA, 2014).

Dampak yang ditimbulkan dari kecemasan bila kecemasan tersebut tidak segera ditatasi adalah: Pertama adalah pasien tidak akan mampu berkonsentrasi dan memahami kejadian

selama perawatan dan prosedur. Kedua, dapat menimbulkan penyakit-penyakit fisik. Ketiga, orang yang mengalami kecemasan tidak bisa tidur dan dapat menyebabkan sifat yang mudah marah. Keempat, pasien tidak dapat menyesuaikan diri pada situasi, gagal mengetahui terlebih dahulu bahayanya dan mengambil tindakan pencegahan yang mencukupi menurut Fatmawati (2016), sedangkan menurut Nisa et al, (2019) menyatakan bahwa dampak kecemasan pada pasien pre operasi dapat menimbulkan perubahan fisik dan psikologis yang akhirnya membuat saraf otonom simpatis dapat meningkatkan denyut jantung, meningkatkan tekanan darah, dan meningkatkan frekuensi nafas, dan pada akhirnya membuat pasien berkurangnya energi dan dapat merugikan pasien tersebut pada pelaksanaan operasi. Adapun dampak lain yaitu gelisah, susah tidur, menanyakan hal yang sama secara berulang-ulang, dan sering BAK.

Beberapa hal yang dapat digunakan perawat dalam mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi antara lain adalah dengan teknik distraksi dan relaksasi, komunikasi terapeutik, psikofarma, psikoterapi, psikoreligius (Fatmawati, 2016). Muttaqin & Sari (2019) menjelaskan penatalaksanaan pada pasien yang mengalami kecemasan antara lain adalah dengan terapi non farmakologi dan farmakologi. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat diterapkan pada pasien pre operasi guna mengatasi kecemasan adalah terapi musik. Terapi musik adalah suatu kegiatan yang menggunakan musik untuk media terapi, terapi yang dimaksud dapat berupa aspek fisik, emosional, mental, sosial, estetika dan spiritual untuk meningkatkan atau mempertahankan kesehatan mereka (Larasati, 2017). Terapi musik terdiri dari dua kata yaitu “terapi” dan “musik”. Terapi memiliki arti serangkaian upaya atau usaha yang dirancang untuk membantu dan menolong orang lain. Sedangkan kata musik dalam “terapi musik” memiliki arti media yang digunakan dalam memberikan terapi.

Dengan mendengarkan terapi musik maka saraf pendengaran menghubungkan telinga dalam dengan semua otot dalam tubuh, mempengaruhi denyut jantung, denyut nadi, pernapasan, tekanan darah, dan daya tahan tubuh; musik juga dapat mengatur hormon-hormon yang berkaitan dengan stres, meningkatkan tingkat endorfin, yang dapat mengurangi rasa sakit, mengurangi ketegangan otot, dan memperbaiki gerak dan koordinasi tubuh. Melalui sistem saraf otonom, musik juga dapat mengatur hormon-hormon yang berkaitan dengan stres, meningkatkan tingkat endorfin (Siti, 2020).

Suwarningsih (2022) dalam penelitiannya menyatakan bahwa ada pengaruh terapi musik terhadap tingkat ansietas pada pasien pre operasi di ruang rawat inap RSAU dr. Esnawan Antariksa Jakarta Timur. Penelitian oleh Ida Rahmawati (2020) juga membuktikan bahwa

penggunaan terapi musik klasik sangat bermanfaat dalam mengurangi tingkat kecemasan pada pasien pre-operasi. Namun pemberian terapi musik untuk mengurangi kecemasan pada pasien operasi belum pernah dilakukan di ruang IBS RS Bhayangkara Tk.1 Puskokkes Polri.

Fakta membuktikan bahwa covid-19 utamanya ditularkan dari orang yang bergejala (simptomatik) ke orang lain yang berada jarak dekat melalui droplet hal ini dibuktikan berdasarkan studi epidemiologi dan virologi. Droplet bisa menularkan seseorang ketika seseorang itu berada pada jarak dekat (dalam 1 meter) dengan seseorang yang memiliki gejala pernapasan (misalnya batuk atau bersin) sehingga droplet beresiko mengenai mukosa (mulut dan hidung) atau konjungtiva (mata). Adanya risiko penularan yang cukup tinggi inilah yang menjadi dasar diperlukan ketersediaan APD bagi tenaga kesehatan, yang mencakup handscoon (sarung tangan), masker medis, kacamata pelindung, pakaian pelindung diri (Melanadri & Afifah, 2014). Perilaku penggunaan alat pelindung diri yang baik merupakan salah satu unsur dalam kewaspadaan standar PPI diharapkan dapat menurunkan risiko penularan virus melalui darah dan droplet. Kepatuhan dalam menggunakan alat pelindung diri merupakan langkah awal dalam pencegahan dan pengendalian infeksi yang harus dilaksanakan di setiap fasilitas pelayanan kesehatan (Prasetyo, 2015).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *quasi experiment*, yaitu penelitian yang mengungkapkan adanya hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok eksperimen saja tanpa ada kelompok kontrol. Dalam penelitian ini intervensi yang diberikan adalah terapi musik. Pendekatan yang digunakan adalah *Pre Test -Post Test without Control Group Design*, yaitu penelitian yang didapat dengan cara membandingkan data pre test dan post test pada kelompok intervensi. Pendekatan ini digunakan guna mengetahui dan menguji apakah terdapat pengaruh antara variabel independent (terapi musik) terhadap variabel dependen (tingkat kecemasan) (Fadjarajani, 2020). Penelitian ini dilaksanakan di Instalasi Bedah Sentral RS Bhayangkara TK I Puskokkes Polri selama 4 bulan lamanya, yaitu pada bulan April hingga Juli 2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Hasil penelitian ditemukan frekuensi masing – masing variabel dapat di lihat dari tabel di bawah berikut ini :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, Pendidikan, Pengalaman Operasi pada Pasien Pra Operasi di Ruang Instalasi Bedah Sentral RS Bhayangkara TK 1 PUSDOKKES POLRI (n-85)

Variabel	Frekuensi (n)	Presentasi (%)
1. Jenis Kelamin		
a. Laki-laki	33	38.8%
b. Perempuan	52	61.2%
2. Usia		
a. Remaja Akhir	15	17.6%
b. Dewasa Awal	35	41.2%
c. Dewasa Akhir	25	29.4%
d. Lansia Awal	10	11.8%
3. Pendidikan		
a. SD	6	7.1%
b. SMP	27	31.8%
c. SMA	43	50.6%
d. Perguruan Tinggi	9	10.6%
4. Pengalaman Operasi		
a. Ya	35	41.2%
b. Tidak	50	58.8%
Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Perilaku Pencegahan dan Pengendalian Infeksi (PPI)		
Buruk	78	37,7
Baik	129	62,3
Total	207	100,0

Tabel 1 menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya berjenis kelamin perempuan yaitu 52 orang dengan persentase 61,2%, sebagian besar responden berusia dewasa awal yaitu sebanyak 35 orang dengan persentase 41,2%, mayoritas responden memiliki pendidikan SMA yaitu sebanyak 43 orang dengan persentase 50,6%, dan terkait dengan pengalaman operasi responden mayoritas tidak memiliki pengalaman operasi yaitu sebanyak 50 orang dengan persentase 58,8%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Skor Tingkat Kecemasan Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi Terapi Musik pada Pasien Pre Operasi di Ruang Instalasi Bedah Sentral RS Bhayangkara TK 1 PUSDOKKES POLRI (n=85)

Variabel	Mean	SD	Mean Diff (95% CI)	Min-Maks
Skor Tingkat Kecemasan Sebelum Intervensi	20,67	2,670	2,058 : 3,448	15 – 27
Skor Tingkat Kecemasan Setelah Intervensi	17,92	2,513		11 – 23

Tabel 2 Hasil analisis, rerata skor tingkat kecemasan responden sebelum intervensi adalah $20,67 \pm 2,670$ dan setelah intervensi didapatkan $17,92 \pm 2,513$. Sebelum dilakukan intervensi skor tingkat kecemasan responden terendah adalah 15 dan tertinggi 27, namun setelah dilakukan intervensi skor tingkat kecemasan responden terendah adalah 11 dan tertinggi 23. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini rata-rata responden mengalami kecemasan adalah antara 2,058 – 3,448.

Analisis Bivariat

Tabel 3. Analisis Pengaruh Pemberian Terapi Musik terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi di Ruang Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Bhayangkara TK 1 PUSDOKKES POLRI (n=85)

Variabel Dependen	Mean±SD	t	Mean diff (95% CI)	P-value
Skor tingkat kecemasan sebelum intervensi	20,67±2.670	0,228	2,058 : 3,448	0,001
Skor tingkat kecemasan setelah intervensi	17,92±2.513			

Tabel 3. Hasil analisis rerata skor tingkat kecemasan sebelum intervensi adalah $20,67 \pm 2,670$ dan setelah intervensi adalah $17,92 \pm 2,513$, dilihat dari rerata tersebut maka terjadi peningkatan sebesar 2,75 (CI 95% : 2,058 : 3,448). Berdasarkan hasil uji statistik, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan skor tingkat kecemasan yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi diberikan (p value: 0,001, α : 0,05). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan rerata tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi musik yaitu 20,67 dan sesudah diberikan terapi musik yaitu 17,92. Nilai korelasi menunjukkan 0,228 (P -value <0,05) artinya terdapat hubungan yang kuat antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi musik pada pasien pre operasi di Ruang Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Bhayangkara TK 1 PUSDOKKES POLRI. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi

musik menunjukkan perbedaan (peningkatan) yang bermakna.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Handayani Yahya, dkk (2023) mengenai pengaruh pemberian terapi musik terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi di ruang rawat inap bedah RS Elim Rantepao Kabupaten Toraja Utara yang memiliki hasil *p-value* 0,004 ($<0,05$) menggunakan uji *Wicoxone sign rank test*, yang artinya H_a diterima atau ada pengaruh signifikan setelah dilakukan pemberian terapi musik terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi di ruang rawat inap bedah RS Elim Rantepao Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022. Dimana setelah pemberian terapi musik, pasien merasa rileks, hal ini disebabkan karena terapi musik dapat menstimulus ritme nafas lebih teratur, menurunkan ketegangan tubuh, memberikan gambaran positif pada visual imageri relaksasi dan meningkatkan mood yang positif.

Terapi musik klasik dapat memberikan efek yang menenangkan bagi responden, dapat mengurangi kegelisahan, membuat perasaan menjadi rileks, santai dapat menstabilkan emosional. Hal-hal yang harus diperhatikan dalam pemberian terapi musik yaitu memilih jenis musik yang tidak terlalu cepat dan keras (Elliot, 2017). Beat 60 15/menit yang mempunyai nada yang teratur dan tetap. Pasien mendengarkan musik dengan arahan seorang terapis, maksimum volume 60dB, harmonis yang selaras (Nilson, 2020 dan Elliot, 2017).

Terapi musik adalah proses yang menggabungkan antara aspek penyembuhan musik itu sendiri dengan kondisi dan situasi: fisik/tubuh, emosi, mental, spiritual, kognitif dan kebutuhan sosial (Natalina, 2019). Terapi musik adalah keahlian menggunakan musik atau elemen musik untuk meningkatkan, mempertahankan dan mengembalikan kesehatan mental, fisik, emosional dan spiritual (Aizid, 2019).

Terapi musik dapat disebut sebagai ilmu perilaku yang berkaitan dengan pemakaian musik sistematis untuk menimbulkan relaksasi dan perubahan emosi, perilaku dan fisiologis yang diinginkan. Musik mampu mengatur hormone yang mempengaruhi cemas dan stress serta bisa meningkatkan daya ingat pada otak, selain itu musik juga mempunyai kekuatan untuk mempengaruhi detak jantung dan tekanan darah sesuai frekuensi, tempo dan volume. Makin lambat tempo musik, detak jantung makin lambat serta tekanan darah menurun hingga akhirnya pendengar terbawa dalam suasana santai baik pikiran maupun tubuh. Music yang tenang dan menenangkan tanpa lirik sering kali digunakan untuk menginduksi relaksasi.

Potter juga mendefinisikan terapi musik sebagai teknik yang digunakan untuk penyembuhan suatu penyakit yang menggunakan bunyi atau irama tertentu. Jenis musik yang digunakan

dalam terapi musik dapat disesuaikan dengan keinginan seperti musik klasik, instrumental dan slow musik (Erfandi, 2019).

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Pemberian terapi musik menunjukkan adanya perbedaan (peningkatan) yang bermakna, dimana responden sebelum diberi terapi musik mengalami kecemasan berat dengan nilai rerata 20,67 dan setelah diberikan terapi musik responden mengalami kecemasan sedang dengan nilai rerata 17,92. Berdasarkan hasil uji statistik, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan skor tingkat kecemasan yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi diberikan (p value: 0,001, α : 0,05).

REFERENSI

1. American Diabetes Association (ADA). (2014). Diagnosis and classification of diabetes mellitus. *Diabetes Care* Vo. 27.
2. Elliot, d. Polman, R. Mcgregor, R. (2017). Relaxing music for anxiety control. *Journal of music therapy*. 48, 3.
3. Fatmawati. (2016). Pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan karir siswa kelas XI akuntansi di SMK Negeri 1 Bantul. *Jurnal E-journal Bimbingan dan Konseling*, 534-543.
4. Fadjarajani, Siti, dkk (2020). *Metodologi Penelitian, Pendekatan Multidisipliner*. Gorontalo: Ideas Publishing.
5. Handayani, Y., Allo, O. A., & Kala, S. (2023). Pengaruh Pemberian Terapi Musik terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi di Ruang Rawat Inap Bedah RS Elim Rantepao Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif*, 7(2), 267–283.
6. Ida Rahmawati, dkk (2020). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Kecemasan pada Pasien Pra Operasi di RSSUD Dr. M. Yunus Bengkulu. 6(2), hal. 111-122.
7. Kemenkes. (2019). Infoundation Situasi Kesehatan Jiwa di Indonesia. In Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (p. 12). <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/InfoDatinKesehatan-Jiwa.pdf>

8. Larasati, DM (2017). *Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan Sebelum Bertanding Pada Atlet Futsal Tim Muara Enim Unyted* [Skripsi]. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
9. Lestari K, & Yuswiyanti, A. (2018). *Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi di Ruang Wijaya Kusuma RSUD DR. R Soeprapto Cepu*. Jurnal Keperawatan Maternitas, 3(1), hal. 27-32. Dapat diakses pada: <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKMat/article/view/4017>
10. Muttaqin & Sari (2019). *Asuhan Keperawatan Gangguan Sistem Perkemihan*. Jakarta: Salemba Medika.
11. Nilsson. 2020. *Carring Music: Musik Intervention for Improved Healt*. Dibuka tanggal 18 Oktober. Dikutip dari website www.ureproll.se/uso/page2436.aspx.
12. Nisa et al (2019). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Ansietas Pre Operasi Mayor*. Jurnal Keperawatan Jiwa, 6(2), hal. 116.
13. Smeltzer, S.C. & Bare, B.G. (2017). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC.
14. Sriharyanti (2016). *Pengaruh Mobilisasi Dini Rom Pasif Terhadap Pemulihan Peristaltik Usus Pada Pasien Paska Pembedahan Dengan Anestesi Umum Di Smc Rs Telogorejo*. Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan. Vol. 2, No.5.
15. Stuart & Sundeen (2017). *Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
16. Suwarningsih, S., Febrianti, D., & Herawati, T. M. (2022). *Pengaruh Terapi Musik terhadap Tingkat Ansietas pada Pasien Pre Operasi di Ruang Rawat Inap RSAU Dr Esnawan Antariksa Jakarta Timur*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Perkotaan*, 2(2), 48-58.