

PROGRAM STUDI PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2023

**PENERAPAN TERAPI MUSIK SUARA ALAM TERHADAP
KUALITAS TIDUR PADA PASIEN KRITIS
DI RUANG ICU RSUD KARANGANYAR**

Sri Lestari

Mahasiswa Program Studi Program Profesi Ners Program Profesi
Universitas Kusuma Husada Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Pasien kritis merupakan pasien yang secara fisiologis tidak stabil, sehingga mengalami respon hipermetabolik kompleks terhadap trauma, sakit yang dialami yang dapat mengubah metabolisme tubuh, hormonal, imunologis dan homeostatis nutrisi. Pasien yang masuk ICU salah satunya terdapat gangguan pada kualitas tidur. Kualitas tidur disebabkan kebisingan, prosedur pengobatan, pencahayaan, ventilasi mekanis, efek obat-obatan, dan karena proses penyakit yang dialami. Terapi musik merupakan suatu terapi yang menggunakan metode alunan melodi, ritme, dan harmonisasi suara dengan tepat. Terapi musik suara alam dapat mempengaruhi kualitas tidur pada manusia bermula dari musik yang kita dengarkan melalui telinga yang kemudian diteruskan ke otak lewat getaran pada gendang telinga untuk selanjutnya disalurkan melalui saraf koklearis.

Tujuan : Mengetahui penerapan terapi musik suara alam terhadap kualitas tidur pasien kritis di ruang ICU RSUD Karanganyar.

Hasil : Didapatkan hasil bahwa terapi musik dapat meningkatkan kualitas tidur pada pasien di Ruang ICU RSUD Karanganyar.

Kesimpulan : Bahwa terapi musik suara alam efektif terhadap kualitas tidur pada pasien kritis di Ruang ICU RSUD Karanganyar .

Kata kunci : Terapi musik, kualitas tidur, kritis dan suara alam

Daftar pustaka : 2014-2021

PROFESSIONAL STUDY PROGRAM NERS PROFESSIONAL
PROGRAM FACULTY OF HEALTH SCIENCES
UNIVERSITY OF KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2023

**APPLICATION OF NATURAL SOUND MUSIC THERAPY TO
SLEEP QUALITY IN CRITICAL PATIENTS IN THE ICU
ROOM OF RSUD KARANGANYAR**

Sri Lestari

Students of Sudi Program Professional Program Ners Program Professional
University Of Kusuma Husada Surakarta

ABSTRACT

Background: Critical patients are physiologically unstable patients, thus experiencing a complex hypermetabolic response to trauma, pain experienced that can alter the body's metabolism, hormonal, immunological and homeostatic nutrition. One of the patients who entered the ICU was impaired in sleep quality. Sleep quality is due to noise, treatment procedures, lighting, mechanical ventilation, the effects of drugs, and due to disease processes experienced. Music therapy is a therapy that uses the method of melody, rhythm, and sound harmonization appropriately. Music therapy Natural sounds can affect sleep quality in humans starting from the music we listen to through the ear which is then transmitted to the brain through vibrations in the eardrum to be further channeled through the cochlear nerve.

Objective: Knowing the application of natural sound music therapy to the sleep quality of critical patients in the ICU room of RSUD Karanganyar.

Results : It was found that music therapy can improve sleep quality in patients in the ICU Room of RSUD Karanganyar

Conclusion: That natural sound music therapy is effective for sleep quality in critical patients in the ICU Room of RSUD Karanganyar

Keywords : Music therapy, sleep quality, critical and natural sounds

Bibliography : 2014-2021

PENDAHULUAN

Pasien kritis merupakan pasien yang secara fisiologis tidak stabil, sehingga mengalami respon hipermetabolik kompleks terhadap trauma, sakit yang dialami yang dapat mengubah metabolisme tubuh, hormonal, imunologis dan homeostatis nutrisi. Pasien dengan sakit kritis yang dirawat di ruang ICU sebagian besar mengalami kegagalan multi organ dan memerlukan support teknologi dalam pengelolaan pasien. Pasien yang masuk ruang perawatan ICU umumnya bervariasi, yaitu pasien elektif pasca operasi mayor, pasien emergency akibat trauma mayor, stress akibat trauma, cedera pembedahan, sepsis atau gagal nafas. Keadaan tersebut dapat mengakibatkan peningkatan metabolisme dan katabolisme yang dapat mengakibatkan malnutrisi (Menerez, 2012).

Kualitas tidur yang buruk ditemukan pada 15 dari 32 pasien dengan penggunaan ventilasi mekanik (47%). Ketidaknyamanan lainnya yang menyebabkan gangguan tidur pada pasien yang dirawat di ruang ICU diantaranya karena pemasangan foley catheter, pemasangan NGT dan alat suction, tes diagnostik lainnya seperti X-Ray, pemeriksaan darah, pencahayaan pada malam hari, pemberian obat injeksi, adaptasi dengan lain, disorientasi waktu, serta percakapan oleh petugas kesehatan (Naik, 2018).

Beberapa penyebab kualitas tidur pada pasien kritis diantaranya kebisingan, prosedur pengobatan, pencahayaan, ventilasi mekanis, efek obat-obatan, dan karena proses penyakit yang dialami (Boyke, 2017). Pasien yang dirawat di ruang ICU cenderung stres karena ketakutan selama perawatan, batasan kunjungan keluarga, adaptasi dengan lingkungan baru, proses penyakit yang dialami yang menyebabkan ketidakstabilan psikologis

sehingga berdampak pada kualitas tidur pasien (Cho Lee, 2017).

Pemenuhan kualitas tidur yang dialami oleh masing-masing individu memiliki ketidaksamaan antara individu dapat memiliki tidur yang berkualitas atau tidak memiliki tidur yang berkualitas, yang disebabkan oleh beberapa faktor. Kualitas tidur dapat dikatakan sangat berperan bagi individu dalam pemulihan kesembuhan. Kualitas tidur seseorang yang kurang baik dapat menimbulkan keseimbangan fisik dan mental. Kualitas tidur yang baik bagi individu berusia dewasa membutuhkan waktu tidur sekitar 6-9 jam, sedangkan untuk kualitas tidur yang baik pada individu berusia lanjut membutuhkan waktu tidur sekitar 5-8 jam. Kurangnya waktu dan kualitas tidur individu mempengaruhi pembentukan sintesis protein yang memiliki peran untuk memperbarui sel dalam tubuh yang rusak. (Iman dkk., 2019).

Terapi musik merupakan suatu terapi yang menggunakan metode alunan melodi, ritme, dan harmonisasi suara dengan tepat. Terapi ini diterima oleh organ pendengaran kita yang kemudian disalurkan ke bagian tengah otak yang disebut sistem limbik yang mengatur emosi. Terdapat manfaat terapi musik dalam bidang kesehatan yaitu, menurunkan tekanan darah melalui ritmik musik yang stabil memberikan irama teratur pada sistem jantung manusia, menstimulasi kerja otak, meningkatkan imunitas tubuh, memberikan keseimbangan pada detak jantung dan denyut nadi (Nesri dkk., 2021).

Mekanisme terapi musik suara alam dapat mempengaruhi kualitas tidur pada manusia bermula dari musik yang kita dengarkan melalui telinga yang kemudian diteruskan ke otak lewat getaran pada gendang telinga untuk selanjutnya disalurkan melalui saraf koklearis. Jadi musik dapat dijadikan sebagai terapi yang memiliki dampak

yang sangat luar biasa dalam menangani gangguan, meningkatkan, memulihkan, dan memelihara kesehatan fisik, mental, emosional, sosial dan spiritual. Terapi musik, khususnya suara alam adalah musik yang bersifat universal dan menenangkan oleh karenanya musik ini cocok di segala kalangan usia (Retty, 2021)

Terapi musik suara alam adalah salah satu terapi komplementer atau terapi kesehatan yang mencapai hasil yang memuaskan antaranya peningkatan kualitas tidur, kondisi fisik dan mental bagi individu itu sendiri (Kurnia, 2016). Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk menerapkan penelitian yang berjudul “Penerapan Terapi Musik Klasik Terhadap Kualitas Tidur Pasien Kritis di Ruang ICU RSUD Karanganyar”

Tujuan umum dalam penelitian adalah untuk mengetahui Penerapan terapi musik suara alam terhadap kualitas tidur pasien kritis di ruang ICU RSUD Karanganyar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di ruang ICU RSUD Karanganyar. Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan pendekatan deskriptif. Tujuan dari pendekatan deskriptif merupakan untuk menjelaskan segala bentuk fenomena penting yang ada saat ini. Studi kasus merupakan penelitian yang mencakup pengkajian, intervensi, implementasi dan evaluasi. Untuk menilai kualitas tidur dengan menggunakan kuisioner. Pemilihan responden dengan menggunakan kriteria berdasarkan inklusi dan eksklusi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil studi kasus

Studi kasus yang dipilih dalam karya ilmiah akhir ini adalah 1 orang sebagai subjek studi yaitu pada pasien dispenia dengan

penyakit TB paru yang mengalami gangguan kualitas tidur dikarenakan pasien gelisah dan batuk terasa nyeri. Pada pasien Ny. S berjenis kelamin perempuan dengan usia 52 tahun, berstatus sudah menikah, beragama islam, pendidikan terakhir SMA bekerja sebagai karyawan swasta dan bertempat tinggal di Pendem Kulon Rt 6/1, Suruh, Tasikmadu. Ny. S didiagnosa medis TB paru dengan dispenia. Identitas penanggung jawab Ny. S adalah Tn. A berusia 29 tahun, pendidikan terakhir SMA dan pekerjaan karyawan swasta, hubungan dengan pasien adalah anak.

b. Pengkajian

Pengkajian pada tanggal 16 Agustus 2023 jam 20.00 WIB mendapatkan data bahwa Ny. S datang ke IGD RSUD Kabupaten Karanganyar pada tanggal 15 Agustus 2023 dengan keluhan batuk sejak ± 1 minggu yang lalu. Batuk disertai dahak berwarna kuning kehijauan. Selain itu, Ny. S merasakan sesak nafas sejak ± 1 minggu yang lalu, namun memberat sejak kemaren dan ketika Ny. S beraktifitas berat. Hasil pemeriksaan TTV : TD : 120/90 mmHg, N : 148 x/m, S : 36,7°C, RR : 26 x/m. Pasien tampak lemas dengan tingkat kesadaran composmentis (GCS 15 / E 4, M6, V5), hasil pemeriksaan laboratorium pada tanggal 15 Agustus 2023 Jam 17.51 menunjukkan hasil HB 157 g/dl, hematokrit 45,2%, leukosit 15,76 ribu/ul, trombosit 293 ribu/ul, eritrosit 5.06 juta/ul, GDS 159 mg/100 ml, SGOT 31 u/l, SGPT 16 u/l, creatinin 0,76 mg/100 ml, ureum 54 mg/dl. Sedangkan hasil foto thoraks AP menunjukkan kesan

COR tidak ada pembesaran dan terdapat gambaran TB paru dengan bronkhopneumonia. Semenjak di IGD Ny. S mendapatkan terapi Oksigen 15 lpm dengan NRM, infus RL 16 tpm, inj santagesik 1 a/12 jam, inj omeprazol 1 a/24 jam, inj solvinet 1 a/8 jam, inj ketorolak 1 a/24 jam, inj ceftriaxon 1 gr/12 jam. Kemudian pada tanggal 16 Agustus 2023 jam 09.00 WIB Ny. S dipindahkan ke ICU untuk diobservasi perbaikan kondisi klinis.

Pada saat dilakukan pengkajian di ICU Ny. S masih mengeluh sesak nafas dan masih batuk dengan dahak berwarna kuning kehijauan. Hasil pemeriksaan TTV : TD : 101/89 mmHg, N : 168 x/m, S : 36,5°C, RR : 26 x/m. Pasien masih tampak lemas dengan tingkat kesadaran composmentis (GCS 15 / E 4, M6, V5) dan pasien juga mengeluh sulit tidur karena batuk merasakan nyeri

c. Diagnosa keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan diagnosa adalah Gangguan pola tidur berhubungan dengan keluarga pasien mengatakan klien mengalami gelisah, cemas dan nyeri saat batuk, tampak klien lemas dan batuk, sulit untuk memulai tidur (D.0055).

d. Intervensi keperawatan

Berdasarkan diagnosa gangguan pola tidur yaitu setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x24 jam, maka pola tidur (L.05045) membaik dengan kriteria hasil : keluhan sulit tidur menurun, keluhan sering terjaga menurun, keluhan tidak puas tidur menurun, keluhan pola tidur berubah menurun, keluhan istirahat tidak cukup menurun, kemampuan

beraktivitas meningkat. Dengan intervensi diberikan Terapi Musik (I. 08250) (Observasi) identifikasi perubahan perilaku atau fisiologi yang akan dicapai (mis. relaksasi, stimulasi, konsentrasi, pengurangan rasa sakit), identifikasi minat terhadap musik, identifikasi musik yang disukai, (Terapeutik) posisikan dalam posisi yang nyaman, sediakan peralatan terapi musik, atur volume suara yang sesuai, berikan terapi musik sesuai indikasi, hindari pemberian terapi musik dalam waktu yang lama, (Edukasi) jelaskan tujuan dan prosedur terapi musik, anjurkan rileks selama mendengarkan musik

e. Impementasi keperawatan

Implementasi adalah tahap ketika perawat mengaplikasikan rencana asuhan keperawatan kedalam bentuk intervensi keperawatan yang dapat berfungsi untuk membantu pasien dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Bruno,2019).

Berdasarkan diagnosa gangguan pola tidur setelah diberikan implementasi observasi : mengidentifikasi perubahan perilaku atau fisiologis yang akan dicapai dan mengidentifikasi minat terhadap musik. Terapeutik : posisikan dalam posisi yang nyaman, Sediakan peralatan terapi musik, Atur volume suara yang sesuai, Berikan terapi musik sesuai indikasi, - Hindari pemberian terapi musik dalam waktu yang lama. Edukasi : Jelaskan tujuan dan prosedur terapi musik.

f. Evaluasi

Evaluasi pada diagnosa gangguan pola tidur berhubungan dengan keluarga klien mengatakan gelisah, cemas dan nyeri saat batuk (D.0055)

Subjek : Klien mengatakan bersedia diberikan terapi musik suara alam gemercik air terjun

Objek : Klien tampak telah diberikan terapi musik suara alam gemercik air terjun, tampak rileks mendengarkan musik sambil memejamkan matanya

Assessment : Gangguan pola tidur belum teratasi

Planning : Intervensi dilanjutkan terapi musik (I. 08250) suara alam gemercik air terjun.

g. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian skor kuesioner PSQI sebelum dilakukan penerapan terapi musik suara alam gemercik air terjun pada Ny. S dilakukan pengukuran kualitas tidur pasien dengan menggunakan kuesioner PSQI. Hasil kualitas tidur pada Ny. S menunjukkan skor 12 dihari pertama dengan interpretasi kualitas tidur buruk. Pada hari kedua menunjukkan skor 7 interpretasi kualitas tidur buruk. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Nur Iman, 2019 sebelum diberikan intervensi kualitas tidur buruk.

Kualitas tidur merupakan salah satu kepuasan seseorang terhadap tidur, sehingga seseorang tersebut tidak memperlihatkan perasaan lelah, mudah terangsang dan gelisah, lesu dan apatis, kehitaman disekitar mata, kelopak mata bengkak, konjungtiva merah, mata

perih, perhatian terpecah-pecah, sakit kepala dan sering menguap atau mengantuk, untuk itu diperlukan sebuah pola tidur yang sehat (Bruno, 2019).

Skor kuesioner PSQI setelah dilakukan penerapan terapi musik suara alam gemercik air terjun pada Ny. S dilakukan pengukuran kualitas tidur pasien dengan menggunakan kuesioner PSQI. Hasil kualitas tidur pada Ny. S menunjukkan skor 9 dihari pertama dengan interpretasi kualitas tidur buruk. Pada hari kedua menunjukkan skor 5 interpretasi kualitas tidur baik. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Kurnia, dkk yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian terapi musik suara alam gemercik air terjun terhadap kualitas tidur pasien kritis selama 30 menit. Tindakan terapi musik suara alam ini bertujuan untuk cara alternatif relaksasi dapat juga mempengaruhi saraf parasimpatis yang dapat menurunkan cemas dan memberikan efek rileks.

Peneliti berasumsi bahwa pemberian terapi musik suara alam gemercik air terjun yang diterapkan pada Ny. S dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas tidur karena musik suara alam gemercik air terjun sebagai terapi meningkatkan kualitas tidur, kondisi fisik, mental dan psikis pada semua usia. Musik suara alam gemercik air terjun memiliki tempo lambat dan tenang hingga dapat menstabilkan tekanan darah, menenangkan pikiran dan melancarkan peredaran sel darah putih yang mampu meningkatkan

kualitas tidur bagi pasien yang mendengarkannya.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa terapi musik alam efektif terhadap kualitas tidur.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

- a. Skor kuesioner PSQI sebelum dilakukan tindakan terapi musik suara alam gemericik air terjun di ruang ICU RSUD Karanganyar Hasil skor sebelum diberikan terapi musik suara alam gemericik air terjun pada hari pertama yaitu 12 dengan kategori kualitas tidur buruk dan hari kedua 7 dengan kategori kualitas tidur buruk.
- b. Skor kuesioner PSQI setelah dilakukan tindakan terapi musik suara alam gemericik air terjun di ruang ICU RSUD Karanganyar Hasil skor setelah diberikan terapi musik suara alam gemericik air terjun pada hari pertama yaitu 9 dengan kategori kualitas tidur buruk dan hari kedua 5 dengan kategori kualitas tidur baik.
- c. Pengaruh penerapan terapi musik suara alam gemericik air terjun terhadap kualitas tidur pasien kritis Dari skor kuesioner PSQI menunjukkan perubahan skor kualitas tidur setelah diterapkan terapi musik suara alam gemericik air terjun dalam 2 hari, pada hari pertama mendapatkan skor 12 kualitas tidur buruk menjadi 9 kualitas tidur buruk penurunan 3 poin. Pada hari kedua mendapatkan skor 7 kualitas tidur buruk menjadi 5 kualitas tidur baik dengan penurunan 2 poin..

Saran

Diharapkan dapat menjadi sumber pengetahuan umum tentang terapi musik suara alam dan dapat diterapkan untuk memperbaiki

kualitas tidur pasien kritis di ruang ICU

DAFTAR PUSTAKA

- Boyko, y. (2017) 'sleep in intensive care unit: the role of environment', *journal of critical care*, 37, pp. 99–105. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.jcrc.2016.09.005>
- Cho, e. H., lee, m. Y., & hur, m. H. (2017). The effects of aromatherapy on intensive care unit patients' stress and sleep quality: a nonrandomised controlled trial. *Evidence-based complementary and alternative medicine*, 2017. <https://doi.org/10.1155/2017/2856592>
- Imardiani1, septiani, m., & wahyudi, j. T. (2021). Pengaruh hipnosis musik klasik mozart terhadap kualitas tidur pasien diruang icu. 9. *Jurnal masker medika*
- Kurnia, w. Dkk. Pengaruh terapi musik suara alam terhadap peningkatan kualitas tidur pada pasien kritis. Semarang. *Jurnal ilmu keperawatan*
- PPNI. 2016a. "Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi Dan Indikator Diagnostik." Edisi 1.
- PPNI. 2016b. "Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi Dan Kriteria Hasil Keperawatan Edisi I Cetakan II."
- PPNI SIKI. 2018. "Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi Dan Tindakan Keperawatan, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI."
- Ndode, dkk.2018. Pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap kualitas tidur pada pasien post operasi di rumah sakit baptis batu. *Nursing news*. Vol 3 no.1
- Nesri, a. P., dkk. 2021. Pengaruh terapi musik instrumental terhadap kualitas tidur pada pasien post

operasi yang mengalami gangguan tidur. Jurnal perawat indonesia. Vol. 5 no. 2. Hal 672-683

