

**PENERAPAN TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN  
TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI**

Yaffi Adhitya Nugraha

**ABSTRAK**

**Latar belakang:** World Health Organization (WHO), diperkirakan perbandingan populasi masyarakat dunia dengan gangguan kecemasan pada tahun 2015 sebesar 3,6% dengan peningkatan sebesar 14,9% sejak tahun 2005. Manajemen berfokus pada penurunan tingkat kecemasan dengan memberikan terapi music klasik.

**Skenario kasus:** Subjek: Pasien perempuan usia 55 tahun, didiagnosa dengan Chronic Kidney Disease (CKD). Masuk ke ruang Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Indriati Solo Baru pada 09 Agustus 2023, pukul 17.00 WIB. Keluhan utama: pasien mengatakan mengalami gangguan pola tidur. Tanda-tanda vital: TD 150/94 mmHg, N 90x/menit.

**Strategi penelurusan bukti:** Intervensi keperawatan untuk Ansietas berhubungan dengan ancaman terhadap konsep diri (D.0080) melibatkan pemberian terapi music klasik. Evaluasi menunjukkan penurunan kecemasan. Pre kecemasan berat skor 22 dan Post menjadi Kecemasan sedang dengan skor 15 jadi didapatkan penurunan kecemasan sedang menjadi ringan

**Pembahasan:** Kecemasan menurun melalui pemberian terapi music klasik selama 20 menit Intervensi ini untuk menurunkan tingkat kecemasan.

**Kesimpulan:** Evaluasi pada tanggal 09 Agustus 2023, menunjukkan adanya penurunan kecemasan dengan pemberian terapi music klasik dan relaksasi. Terdapat perbaikan objektif dalam skor kecemasan melalui kuesioner HARS. Masalah diselesaikan dengan menggunakan Terapi music (I.08250). Disarankan: intervensi yang berkelanjutan, berikan terapi music sesuai indikasi.

Kata kunci: Chronic Kidney Disease (CKD), Kecemasan, Terapi musik.

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

**IMPLEMENTATION OF CLASSICAL MUSIC THERAPY IN REDUCING  
ANXIETY LEVEL IN PRE-PREOPERATIVE PATIENTS**

Yaffi Adhitya Nugraha

**ABSTRACT**

**Background of the Study:** World Health Organization (WHO) estimated that the ratio of the world's population with anxiety disorders in 2015 was 3.6% with an increase of 14.9% since 2005. Management focused on reducing anxiety level by providing classical music therapy.

**Case Scenario:** Subject: Female patient aged 55 years old diagnosed with chronic kidney disease (CKD). She entered the Central Surgical Installation room in Indriati Solo Baru Hospital on August 9 2023 at 5 PM. Main complaint: the patient said she had sleep disorder. Vital sign: BP 150/94 mmHg, N 90x/minute.

**Evidence tracking strategy:** Nursing intervention for Anxiety related to threat to self-concept (D.0080) involves providing classical music therapy. The evaluation showed a decrease in anxiety. Pre severe anxiety had a score of 22 and post mild anxiety reduced to 15, therefore there is a decrease in anxiety from moderate to mild.

**Discussion:** Anxiety is reduced through providing classical music therapy for 20 minutes. This intervention is to reduce anxiety level.

**Conclusion:** Evaluation on August 9, 2023 showed a reduction in anxiety by providing classical music and relaxation therapy. There is an objective improvement in anxiety score via the HARS questionnaire. The problem is solved using Music therapy (I.08250). Recommendation: ongoing intervention, providing music therapy as indicated.

Keywords: Chronic Kidney Disease, Anxiety, Music Therapy

## PENDAHULUAN

Chronic kidney disease (CKD) atau penyakit ginjal kronis didefinisikan sebagai kerusakan ginjal untuk sedikitnya 3 bulan dengan atau tanpa penurunan glomerulus filtration rate (GFR) (Nahas & Levin, 2015). CKD atau gagal ginjal kronis (GGK) didefinisikan sebagai kondisi dimana ginjal mengalami penurunan fungsi secara lambat, progresif, irreversibel, dan samar (insidius) dimana kemampuan tubuh gagal dalam mempertahankan metabolisme, cairan, dan keseimbangan elektrolit, sehingga terjadi uremia atau azotemia (Smeltzer, 2016). Gagal ginjal kronik merupakan gangguan fungsi ginjal yang progresif dan irreversible, yang menyebabkan kemampuan tubuh gagal untuk mempertahankan metabolisme dan keseimbangan cairan maupun elektrolit, sehingga timbul gejala uremia (retensi urea dan sampah nitrogen lain dalam darah).

Menurut World Health Organization (WHO), tingkat stres dan kecemasan yang tinggi dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, antara lain gangguan tidur, gangguan pencernaan, peningkatan risiko penyakit jantung, depresi, penurunan produktivitas, dan penurunan kualitas hidup (Liunima, Sutriningsih, & A.F, 2017). Stres dan kecemasan merupakan hal umum yang dialami banyak orang dalam kehidupan sehari-hari (Muslim, 2020). Stres yang tinggi dan kecemasan yang berlebihan dapat berpengaruh bagi kesehatan fisik dan mental sesesor.

Menurut World Health Organization (WHO), diperkirakan perbandingan populasi masyarakat dunia dengan gangguan kecemasan pada tahun 2015 sebesar 3,6% dengan peningkatan sebesar 14,9% sejak tahun 2005. Pada region Asia Tenggara sebanyak 23% atau 60,05 juta mengalami gangguan cemas.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 prevalensi gangguan emosional di Indonesia sebanyak 6%, dengan prevalensi pada daerah Nusa Tenggara Timur (NTT) 7,8%. Penduduk perkotaan cenderung lebih banyak dengan angka 8% sedangkan pedesaan 5%.

Stres dan kecemasan adalah kondisi psikologis yang dapat muncul dalam berbagai situasi dalam kehidupan sehari-hari (Panjaitan, 2020). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mendengarkan musik yang tenang, merdu, dan mengikuti ritme yang stabil dapat menimbulkan produksi hormon endorfin dan melatonin yang bertanggung jawab untuk menghasilkan perasaan nyaman dan rileks (Hayati, 2017). Musik juga dapat mengalihkan perhatian orang dari pikiran stres atau cemas, memberikan kesempatan untuk fokus pada hal-hal yang lebih positif dan menyenangkan.

Dalam ilmu psikologis, orang sudah lama mengetahui bahwa musik memiliki pengaruh yang besar terhadap suasana hati dan emosi seseorang (Khoiriyah & Sinaga, 2017). Hal ini karena musik memiliki kemampuan untuk menyentuh hati dan jiwa seseorang melalui stimulasi sensorik yang unik (Suryana, 2012). Ritme, melodi, harmoni, lirik musik semuanya menciptakan emosi yang kuat dan dalam (Panjaitan, 2020).

Dalam ilmu saraf, penelitian telah menunjukkan terapi musik dapat mempengaruhi dan bahkan mengubah aktivitas otak dan pola gelombang otak (Pambudi, Dewi, & Anggraeni, 2020). Saat mendengarkan musik yang menyenangkan, seperti musik klasik atau meditasi, otak menghasilkan gelombang alpha dan theta yang berhubungan dengan perasaan tenang dan rileks. Selain itu, musik menimbulkan pelepasan hormon dopamin, yang dapat meningkatkan suasana hati dan

menimbulkan perasaan bahagia (Yuliana & Arofah, 2023).

Ada beberapa cara untuk mengatasi stres dan kecemasan, salah satu cara yang praktis untuk mengatasi stres dan kecemasan adalah dengan terapi musik. Menggunakan terapi musik sebagai metode pengobatan alternatif yang ampuh untuk mengurangi tingkat stres dan kecemasan (Taslim & Cahyani, 2021). Terapi musik dapat menciptakan suasana hati yang lebih tenang dan mengurangi ketegangan yang dirasakan oleh individu

Terapi musik juga tersedia dan tidak memerlukan banyak uang (Berek & Fouk, 2020), sehingga dapat menciptakan pengalaman yang efektif dan terjangkau bagi individu yang ingin mengatasi stres dan kecemasan. Namun, terapi musik juga memiliki keterbatasan dan tidak cocok untuk semua orang. Terapi musik mungkin tidak efektif bagi individu yang memiliki gangguan pendengaran atau alergi terhadap jenis musik tertentu (Yunita, 2022)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis pada tanggal 31 Juli 2023 sampai dengan tanggal 02 Agustus 2023 di *recovery room* Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Indriati Solo Baru. Penulis melakukan observasi dan wawancara dengan pasien didapatkan hasil bahwa 5 pasien pemasangan *av shunt* mengalami kecemasan.

## **RANCANGAN STUDI KASUS**

Studi kasus ini adalah untuk mengeksplorasi penerapan terapi music klasik untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi. Subjek studi kasus ini adalah pasien CKD yang mengalami kecemasan sedang. Fokus studi dalam studi kasus ini adalah penerapan terapi music klasik untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi. Instrumen yang

digunakan dalam studi kasus Karya Ilmiah Akhir ini yaitu berupa SOP pemberian terapi music. Studi kasus Karya Ilmiah Akhir ini dilakukan di ruang Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Indriati Solo Baru pada tanggal 09 Agustus 2023. Pengumpulan data dalam studi kasus Karya Ilmiah Akhir ini didapatkan melalui wawancara.

## **HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN**

Studi kasus ini memilih satu pasien dengan diagnose medis *Chronid Kidney Disease* (CKD) sebagai subyek studi kasus dengan kriteria yang sudah ditentukan. Subyek bernama Ny.S berusia 55 tahun.

Hasil pengkajian pada Ny.S tanggal 09 Agustus 2023 pukul 17.00 WIB pasien Ny.S 55 Tahun datang ke ruang IBS pasien mengatakan mengalami gangguan pola tidur pada saat jam 10.00 WIB pasien sudah tidur tetapi pada saat tengah malam pasien terbangun dan mulai susah untuk tidur, pasien mulai cuci darah rutin dengan memakai CDL pada dada sebelah kanan pasien cuci darah pada bulan mei 2023 pasien mencucidarlah 2x/minggu pada hari senin dan kamis di rumah sakit Indriati Solo baru, pasien mempunyai riwayat DM dan minum obat rutin yang diberikan oleh dokter. Dengan tanda tanda vital TD 150/94 mmHg, N 90x/m.

Diagnosis yang diangkat dalam studi kasus ini yaitu Ansietas berhubungan dengan ancaman terhadap konsep diri. Data hasil pengkajian yang mendukung penegakan diagnosis keperawatan tersebut dibuktikan dengan pasien merasa khawatir dengan akibat dari kondisi yang di alami, pasien takut akan pikirannya sendiri, pasien tampak gelisah, dan tampak tegang. Berdasarkan hasil data subjektif yaitu pasien mengatakan merasa khawatir dengan akibat dan kondisi yang dihadapi.

Berdasarkan hasil data objektif yaitu pasien tampak gelisah, dan tampak tegang, mengeluh berdebar debar.

Intervensi keperawatan yang dilakukan pada masalah keperawatan tersebut yaitu mengidentifikasi perubahan perilaku atau fisiologis yang akan dicapai (mis. relaksasi, konsentrasi) Berikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi kecemasan (Terapi Musik Klasik), posisikan dalam posisi yang nyaman, batasi rangsangan eksternal selama terapi dilakukan (mis. suara, pengunjung) Ajarkan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi kecemasan, Anjurkan rileks selama mendengarkan musik. Pasien dapat mengetahui terapi nonfarmakologis untuk mengurangi kecemasan (Terapi Musik Klasik).

Implementasi yang dilakukan pada jam 17.00 WIB saat akan menjalani operasi pemasangan *Av Shunt* yaitu penulis mengidentifikasi perubahan perilaku atau fisiologis yang akan dicapai (mis. relaksasi, konsentrasi), Kemudian melihat respon dari pasien bahwa Ny.S kooperatif, lalu memberikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi kecemasan (Terapi Musik Klasik) kecemasan diukur menggunakan HARS terapi dilakukan selama 20 menit dengan diukur menggunakan kuesioner kecemasan HARS sebelum dilakukan terapi musik klasik dan setelah dilakukan terapi musik klasik.

Sebelum dilakukan tindakan keperawatan nonfarmakologis yang akan diberikan kepada Ny.S untuk mengurangi kecemasan yaitu terapi musik klasik pasien diberikan *informed consent* sebagai bukti persetujuan dilakukannya tindakan. Sebelum dilakukan operasi pasien akan diberikan terapi musik klasik yang sebelumnya akan diukur untuk kecemasan terlebih dahulu kemudian diberikan terapi musik klasik setelah diberikan terapi 20 - 30

menit kemudian diukur kembali untuk kecemasannya dan dibuktikan untuk kecemasannya adanya penurunan atau tidak setelah diberikan terapi Musik klasik.

Setelah melakukan implementasi keperawatan, tahap selanjutnya yang akan dilakukan penulis adalah mengevaluasi terhadap implementasi atau tindakan keperawatan yang sudah dilakukan terhadap pasien Ny.S selama 1x tindakan untuk mengetahui perkembangan setelah pasien diberikan intervensi dan implementasi keperawatan dengan terapi Musik Klasik dengan hasil dari Kecemasan berat skor 22 dan Post menjadi Kecemasan sedang dengan skor 15 jadi didapatkan penurunan kecemasan sedang menjadi ringan

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Fretien Jiliamarch Supardi, I Made Artawan, Prisca Deviani Pakan (2020). yang menyimpulkan bahwa Pada kelompok perlakuan responden diberikan terapi musik selama 20 menit yang didengarkan menggunakan headphone. Hasil pengukuran terhadap 15 responden, tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi musik didapatkan sebanyak 13 orang dengan kecemasan ringan, 1 orang dengan kecemasan sedang, dan 1 orang dengan kecemasan berat. Setelah responden didengarkan musik klasik terdapat perubahan tingkat kecemasan yaitu sebanyak 15 orang mengalami kecemasan ringan.

Musik klasik disebut juga sebagai musik simfoni ataupun musik opera bahkan sebagian orang menyebutnya sebagai musik orkestra (Vidyawati & Hasanah, 2019). Musik klasik lahir sebagai budaya bangsa Eropa sejak abad ke-7 (Efendi, 2021). Mendengarkan instrumen musik klasik dengan ciri khas nada dan iramanya yang rendah berkisar antara 60-80 bpm dapat menurunkan frekuensi jantung dan memberikan efek rileksasi (Lee et al., 2017). Selain itu,

terapi musik klasik terbukti memberikan efek positif seperti memberikan efek sedasi, menurunkan frekuensi denyut jantung, frekuensi napas, tekanan darah, dan skor kecemasan (Waryanuarita & Ruri, 2018).

Terapi musik klasik mempengaruhi otak melalui sistem limbik. Amigdala dan hipotalamus menstimulus sistem saraf otonom untuk memproduksi hormon endorphin yang dapat membuat seseorang lebih rileks. Sistem saraf otonom terbagi menjadi dua yaitu sistem saraf simpatis dan parasimpatis. Sistem saraf simpatis yang bekerja aktif pada kondisi yang dapat mengancam diri seseorang sedangkan parasimpatis aktif bekerja saat tubuh dalam kondisi normal. Saat seseorang mengalami kecemasan maka sistem saraf simpatis yang bekerja dengan meningkatkan tekanan darah, frekuensi pernapasan, dan frekuensi nadi. Terapi musik klasik yang didengarkan akan menstimulus otak bagian hipotalamus yang akan merangsang hipofisis untuk menghasilkan hormon endorphin yang diteruskan oleh sistem saraf otonom sehingga terjadi peningkatan sistem saraf parasimpatis yang mengakibatkan terjadi penurunan tekanan darah, denyut jantung, dan frekuensi pernapasan sehingga pasien lebih tenang dan terjadi penurunan kecemasan pada pasien (Baehr M 2017).

## KESIMPULAN

Hasil studi kasus tentang penerapan terapi music klasik untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi didapatkan hasil bahwa ada penurunan kecemasan dari sebelum diberikan terapi kecemasan yang dirasakan pasien kecemasan berat dengan skor 22 dan setelah diberikan terapi Musik kecemasan menurun menjadi skor 15.

## SARAN

1. Bagi Penulis  
Sebagai saran untuk mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang telah diperoleh selama mengikuti masa perkuliahan dan sebagai tambahan pengalaman untuk meningkatkan pengetahuan tentang asuhan keperawatan pada pasien Chronic kidney disease (CKD) pemasangan *Av Shunt* di ruang IBS di Rumah Sakit Indriati Solo Baru.
2. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan (Rumah Sakit)  
Diharapkan rumah sakit khususnya Rumah Sakit Indriati Solo Baru dapat meningkatkan mutu pelayanan kesehatan yang meningkat dan mempertahankan hubungan baik antar tim kesehatan dan klien secara optimal dan professional
3. Bagi Tenaga Kesehatan  
Diharapkan tenaga kesehatan khususnya perawat dapat memberikan pelayanan yang baik dan meningkatkan komunikasi terapeutik kepada klien, sehingga asuhan keperawatan yang diberikan dapat mendukung mempercepat kesembuhan klien.
4. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan  
Diharapkan dapat meningkatkan mutu dalam pembelajaran untuk menghasilkan perawat-perawat yang profesional, inovatif dan lebih berkualitas dalam memberikan asuhan keperawatan nantinya.
5. Bagi Pembaca  
Diharapkan dapat menambah wawasan serta pengalaman tentang pelaksanaan terapi Musik Klasik pada pasien untuk pengurangi kecemasan

## DAFTAR PUSTAKA

Baehr M. Diagnosis Topik Neurologi DUUS. Edisi 5. Lestari WA, editor. Penerbit Buku Kedokteran EGC; 2017.

- Stuart, G. W & Sudden, S. J. (2012). Buku Saku Keperawatan Jiwa. Jakarta: EGC
- Black, Hawk. Keperawatan Medikal Bedah Manajemen Klinis Untuk Hasil Yang Diharapkan Edisi 8 Buku 1. Singapore: Elsevier; 2014.
- Sugiyono, 2018. Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif. Alfabeta : Bandung.
- Savitri, W., dkk. (2016). Terapi Musik dan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi. Media Ilmu Kesehatan Vol, No 1 April 2016. Diakses dari [https://www.researchgate.net/profile/wenny\\_savitri/publication/31668184](https://www.researchgate.net/profile/wenny_savitri/publication/31668184) Diakses pada tanggal 16 September 2017
- Muttaqin. A. (2021). Asuhan Keperawatan Perioperatif: Konsep, Proses, dan Aplikasi. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2016). Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 3. Jakarta : Salemba medika.
- Sugiyono. 2019. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Nurhayati, N., Fadilah, S., & Mutmainah, M. (2014). Penerapan Metode Demonstrasi Berbantu Media Animasi Software Phet Terhadap Hasil Belajar Siswa Dalam Materi Listrik Dinamis Kelas X Madrasah Aliyah Negeri 1 Pontianak. *Jurnal Penelitian Fisika Dan Aplikasinya (JPFA)*, 4(2).
- Malamed SF. Handbook of Local Anesthesia, 6th Edition. Anesthesia Progress. elsevier; 2013
- Sugiyono PD. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta; 2016. 187–191 p.
- Maisyarah, J. L. (2008) *Blok Anestesi Untuk Rahang Atas*. Universitas Sumatera Utara.
- Nasution, M. A. (2014) *Gambaran Keberhasilan Pati Rasa Pada Anestesi Lokal Blok Mandibula dan Metode Fischer di Klinik Bedah Mulut RSGMP USU*. Universitas Sumatera Utara.
- Darma, P. H. (2015) *Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Kepaniteraan Klinik Terhadap Pencegahan Komplikasi Lokal Pada Penggunaan Anestesi Lokal di Departemen Bedah Mulut FKG USU Periode Mei 2015-Juni 2015*. Universitas Sumatera Utara.
- Ghufron, M. dan Risnawati, N.R. (2014). Teori - Teori Psikologi. Yogyakarta: ArRuzz Media.
- Hayat, 2017. Manajemen Pelayanan Publik. PT Raja Grafindo Persada, Depok.
- Yusuf, Ahmad Dkk. 2015. Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat, A. I., & Siwi, A. S. (2019). Manajemen Kecemasan pada Pasien Pre Operasi: Literature Review. *Journal of Bionursing*, 1(1), 111-121.
- Fitriana Y, Nurwiandani W. 2020. Asuhan Persalinan Konsep Persalinan secara Komprehensif dalam Asuhan Kebidanan. I. Umayyah Luatul N, editor. Yogyakarta: Pustaka Baru Press. 208 p.