

**Penerapan Terapi Musik Alam Terhadap Kecemasan Pada Pasien
Hemodialisa Di Rsud Bung Karno Surakarta**

GALLIH DHIO ARDHIMAS

ABSTRAK

Penyakit ginjal kronis atau Chronic Kidney Disease (CKD) adalah kondisi progresif yang mempengaruhi >10% populasi di seluruh dunia atau sekitar lebih 800 juta orang. Tingginya jumlah yang terkena dampak buruk dari CKD harus segera meningkatkan upaya untuk pencegahan dan perawatan yang lebih baik. Hemodialisis merupakan salah satu terapi pengganti ginjal yang paling umum untuk mempertahankan kehidupan pasien gagal ginjal stadium akhir. Hemodialisis dapat menurunkan gejala gagal ginjal kronis dan meningkatkan harapan hidup pasien, akan tetapi pasien dapat menghadapi masalah psikologis serta berbagai perubahan fisiologis yang mempengaruhi kualitas hidup mereka. Kecemasan digambarkan dengan perasaan yang mengganggu sebagai respon yang dialami saat seseorang berada dalam situasi ketakutan ataupun terancam. Sensasi kecemasan dapat terdiri dari jantung berdebar, tremor, gugup, dan sesak napas. Terapi musik adalah suatu metode terapi dengan cara mendengarkan musik dan/atau elemen musik (suara, ritme, melodi dan harmoni) yang dirancang untuk memfasilitasi komunikasi, hubungan, pembelajaran, mobilisasi, ekspresi dan tujuan terapeutik lain untuk memenuhi kebutuhan fisik, emosional, mental, sosial dan kognitif. Terapi musik diaplikasikan untuk mengurangi fluktuasi tekanan darah, mengurangi kecemasan dan depresi, meningkatkan kenyamanan, mengurangi pikiran yang jenuh selama perawatan dialisis.

Metode yang digunakan dalam Karya Tulis Ilmiah penulis deskriptif dengan pendekatan studi kasus.

Dapat disimpulkan bahwa hasil dari penulis sejalan dengan beberapa peneliti dengan hasil terdapat penurunan tingkat kecemasan pada pasien intra operasi saat diberikan relaksasi terapi musik.

Kata kunci : Musik alam, *Chronic Kidney Disease* (CKD), Hemodialisa
Daftar pustaka : 2013-2023

Application of Natural Music Therapy for Anxiety in Hemodialysis

Patients at Bung Karno Hospital, Surakarta

GALLIH DHIO ARDHIMAS

ABSTRACT

Chronic kidney disease (CKD) is a progressive condition that affects >10% of the population worldwide or around 800 million people. The high number of those adversely affected by CKD should immediately increase efforts for better prevention and treatment. Hemodialysis is one of the most common kidney replacement therapies to maintain the life of patients with end-stage renal failure. Hemodialysis can reduce symptoms of chronic kidney failure and increase patient life expectancy, however, patients can face psychological problems and various physiological changes that affect their quality of life. Anxiety is described as a disturbing feeling as a response experienced when someone is in a situation of fear or threat. Anxiety sensations can consist of palpitations, tremors, nervousness, and shortness of breath. Music therapy is a therapeutic method by listening to music and/or musical elements (sound, rhythm, melody and harmony) designed to facilitate communication, relationships, learning, mobilization, expression and other therapeutic purposes to meet physical, emotional, mental, social and cognitive. Music therapy is applied to reduce blood pressure fluctuations, reduce anxiety and depression, increase comfort, reduce boredom during dialysis treatment.

The method used in the writer's scientific writing is descriptive with a case study approach.

It can be concluded that the author's results are in line with several researchers with the results that there is a decrease in anxiety levels in intraoperative patients when given relaxation music therapy.

Keywords: Natural music, Chronic Kidney Disease (CKD), Hemodialysis

Bibliography: 2013-2023

PENDAHULUAN

Penyakit ginjal kronis atau Chronic Kidney Disease (CKD) adalah kondisi progresif yang mempengaruhi >10% populasi di seluruh dunia atau sekitar lebih 800 juta orang. Penyakit ini lebih sering terjadi pada perempuan, orang tua dan orang yang memiliki riwayat penyakit diabetes melitus dan hipertensi. CKD telah muncul sebagai salah satu penyebab utama kematian di seluruh dunia, dan merupakan salah satu sejumlah kecil penyakit tidak menular yang menunjukkan peningkatan kematian selama 2 dekade terakhir. Tingginya jumlah individu yang terkena dampak buruk dari CKD harus segera meningkatkan upaya untuk pencegahan dan perawatan yang lebih baik (Kovesdy, 2022).

Hemodialisis merupakan salah satu terapi pengganti ginjal yang paling umum untuk mempertahankan kehidupan pasien gagal ginjal stadium akhir. Data dari Kementerian Kesehatan RI (2018) mengungkapkan bahwa sebesar 98% penderita gagal ginjal menerima perawatan terapi hemodialisis. Data ini didukung oleh Indonesian Renal Registry (2018) yang mengungkapkan bahwa terjadi peningkatan dua kali lipat lebih banyak pasien baru yang menjalani terapi hemodialisis dibandingkan dengan tahun sebelumnya. Sementara itu, Sumatera Utara menjadi kota ke-5 terbanyak kasus pasien baru hemodialisis selama tahun 2018.

Hemodialisis memang dapat menurunkan gejala gagal ginjal kronis dan meningkatkan harapan hidup pasien, akan tetapi pasien dapat

menghadapi masalah psikologis serta berbagai perubahan fisiologis yang mempengaruhi kualitas hidup mereka (Momennasab et al., 2018). Salah satu masalah psikologis yang sering terjadi pada pasien hemodialisis yaitu kecemasan. Kecemasan selama hemodialisis adalah umum, namun seringkali diabaikan dan ditangani. Akibatnya pasien akan memiliki kualitas hidup yang lebih rendah dibandingkan pasien yang mendapatkan penanganan psikiatri. Kecemasan digambarkan dengan perasaan yang mengganggu sebagai respon yang dialami saat seseorang berada dalam situasi ketakutan ataupun terancam. Sensasi kecemasan dapat terdiri dari jantung berdebar, tremor, gugup, dan sesak napas (Ibrahimet al., 2022).

Mosleh et al., (2020) melaporkan bahwa prevalensi pasien hemodialisis di Saudi Arabia mengalami kecemasan yakni 19,7% yang mempengaruhi kesehatan mental serta kualitas hidup yang buruk. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa rata-rata pasien CK yang menjalani terapi hemodialisis mengalami kecemasan sebesar 12-52%. Sedangkan (Semaan et al., 2018) melaporkan terjadi peningkatan prevalensi kecemasan pasien hemodialisis yang lebih tinggi di Lebanon yaitu 39,6% dan hanya 2,4% pasien yang mendapatkan pengobatan ansiolitik. Temuan ini menunjukkan bahwa gangguan kecemasan yang terjadi pada pasien tidak terdiagnosis dan mendapatkan penanganan yang baik oleh tenaga profesional.

Kecemasan yang dialami pasien hemodialisis dapat diatasi secara farmakologi dengan menggunakan obat ansiolitik. Akan tetapi, obat-obatan ini hanya bersifat sementara dan efektif dalam jangka waktu pendek (Momennasabetal., 2018). Sedangkan secara nonfarmakologi, saat ini telah banyak dilakukan penelitian terkait metode alternatif pada pengobatan kecemasan pada pasien hemodialisis untuk meningkatkan kenyamanan. Beberapa diantaranya seperti relaksasi progresif, latihan pernafasan dalam, meditasi, terapi tertawa, imajinasi terbimbing dan terapi musik yang telah digunakan sebagai salah satu asuhan keperawatan mandiri untuk memenuhi kebutuhan fisik, emosional dan psikologis pasien (Fernandes & D'silva, 2019).

Terapi musik adalah suatu metode terapi dengan cara mendengarkan musik dan/atau elemen musik (suara, ritme, melodi dan harmoni) yang dirancang untuk memfasilitasi komunikasi, hubungan, pembelajaran, mobilisasi, ekspresi dan tujuan terapeutik lain untuk memenuhi kebutuhan fisik, emosional, mental, sosial dan kognitif. Terapi musik diaplikasikan untuk mengurangi fluktuasi tekanan darah, mengurangi kecemasan dan depresi, meningkatkan kenyamanan, mengurangi pikiran yang jenuh selama perawatan dialisis (Burrai et al., 2020).

Hagemann et al., (2019) menjelaskan terapi musik secara efektif dapat mengurangi kecemasan pada pasien hemodialisis. Selain tidak memiliki efek samping, terapi musik juga merupakan terapi noninvasif,

mudah, sederhana dan menyenangkan serta dapat mengurangi komplikasi dan biaya perawatan (Burrai et al., 2020; Momennasab et al., 2018). Salah satu jenis musik yang sudah diaplikasikan oleh terapis profesional dan terbukti secara klinis mampu mengurangi tingkat kecemasan pasien yaitu suara alam.

Terapi musik alam telah dipakai sejak tahun 1984 untuk mengurangi dan mengontrol kecemasan pada pasien dengan berbagai jenis penyakit (Farzaneh et al., 2019). Terapi musik alam adalah salah satu metode terapi yang berasal dari fenomena alam seperti angin, hujan, sungai, kicauan burung dan hewan lainnya (Akarsu et al., 2019). Bahonar et al., (2019) mengungkapkan bahwa terapi musik alam lebih direkomendasikan karena pada dasarnya manusia memiliki hubungan dan daya tarik yang erat dengan alam sehingga menghasilkan efek terapeutik. Thenmozhi & Indumathi (2019) mengungkapkan dalam penelitiannya bahwa mendengarkan terapi musik berbasis suara alam selama 30 menit sebelum dilakukan tindakan ekstubasi ventilator mekanik dapat menurunkan kecemasan serta memudahkan dan mencegah komplikasi pada pasien di ruang ICU.

Berdasarkan hasil penelusuran literatur yang telah dilakukan, peneliti menemukan bahwa masih sedikit studi yang mengungkapkan tentang terapi musik alam, khususnya terkait efektivitasnya bagi pasien hemodialisis. Di sisi lain, kecemasan merupakan salah satu masalah yang seringkali dialami oleh pasien

hemodialisis. Oleh karena itu, pada studi ini peneliti melakukan analisis tentang pengaruh terapi musik alam terhadap kecemasan pada pasien hemodialisis. Pemberian intervensi ini diharapkan dapat meningkatkan kenyamanan pasien saat hemodialisis dan meningkatkan kualitas hidup pasien yang lebih sehat.

Dari hasil observasi pada tanggal 20-31 Mei 2024 terdapat banyak pasien yang mengatakan cemas saat akan dilakukan tindakan Hemodialisa pasien tampak gelisah. penerapan terapi musik untuk menurunkan kecemasan belum diterapkan di ruang Hemodialisa RSUD Bung Karno Kota Surakarta.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh pemberian terapi musik terhadap tingkat kecemasan pasien Gagal Ginjal Kronik di ruang Hemodialisa RSUD Bung Karno Kota Surakarta.

METODE PENELITIAN

Metode Studi kasus ini mengeksplorasi tentang asuhan keperawatan pada pasien yang menjalani hemodialisa di RSUD Bung Karno Surakarta. Pada proses pengkajian yang telah dilakukan di ruang hemodialisa ditemukan bahwa pasien yang menjalani terapi hemodialisa mengalami kecemasan sehingga penulis akan memberikan implementasi untuk mengurangi tingkat kecemasan yang dialami pasien.

Subjek dalam studi kasus ini yaitu satu pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSUD Bung Karno Surakarta.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah Standar Operasional Prosedur terapi musik alam dilakukan pada saat sesi awal menjalani terapi hemodialisa dengan frekuensi 10-15 menit selanjutnya dilakukan evaluasi apakah ada penurunan kecemasan dengan menggunakan terapi musik alam, dengan menggunakan lembar Kuesioner State Trait Anxiety Inventory (STAI) form Y dan terakhir peneliti mengucapkan terimakasih atas keterlibatan responden dalam penelitian. serta melakukan proses perekapan data responden dari lembar kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan dari hasil pengkajian didapatkan hasil bahwa pasien menderita gagal ginjal kronik yang diharuskan dilakukan terapi hemodialisa. Setelah dilakukan terapi hemodialisa selama 4 jam pada tanggal 11 Juni 2024 di ruang hemodialisa RSUD Bung Karno Bahwa terapi musik Alam memiliki pengaruh untuk dapat menurunkan kecemasan pasien gagal ginjal kronik.

Setelah dilakukan pengkajian didapatkan bahwa Ny.S mengeluh bingung, merasa khawatir, pasien tampak gelisah dan tampak tegang setelah itu dilakukan penegakan diagnosa keperawatan dengan hasil Ansietas berhubungan dengan Ancaman terhadap konsep diri dibuktikan dengan merasa khawatir dengan akibat dari kondisi yang dialami, pasien sulit berkonsentrasi.

Setelah ditegakan diagnosa keperawatan dilakukan perencanaan tindakan keperawatan yang akan dilakukan pada Ny.S yaitu Berikan teknik nonfarmakologis untuk

mengurangi kecemasan dan Ajarkan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi kecemasan (Terapi Musik Alam).

Berdasarkan dengan hasil penerapan pemberian terapi nonfarmakologis untuk mengurangi kecemasan menggunakan terapi Musik Aam pada pasien selama 10 - 15 menit didapatkan hasil bahwa ada penurunan kecemasan dari sebelum diberikan terapi kecemasan yang dirasakan pasien kecemasan sedang dengan skor 57 dan setelah diberikan terapi Musik kecemasan menurun menjadi ringan dengan skor 46 .

KESIMPULAN

Setelah melakukan implementasi keperawatan, tahap selanjutnya yang akan dilakukan penulis adalah mengevaluasi terhadap implementasi atau Tindakan keperawatan yang sudah dilakukan terhadap Ny.S untuk mengetahui perkembangan setelah diberikan Intervensi dan Implementasi dengan terapi musik dengan hasil post test didapatkan penurunan kecemasan dari sedang (score 57) menjadi kecemasan ringan (score 46). Jadi dapat disimpulkan bahwa hasil dari penulis sejalan dengan beberapa peneliti dengan hasil terdapat penurunan tingkat kecemasan pada pasien intra operasi saat diberikan relaksasi terapi musik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Prihananda,2016) yang menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan terapi musik Alam terhadap kecemasan pada pasien hemodialisa, dimana terjadi penurunan rata-rata skala kecemasan

pada kelompok musik Alam dari angka 29,67 menjadi 17,33. Pasien hemodialisa dengan program terapi dua kali seminggu lebih mudah mengatasi kecemasannya dibanding dengan pasien yang baru menjalani program terapi hemodialisa termasuk yang satu kali seminggu, dalam penelitian ini musik klasik yang digunakan untuk terapi adalah musik alam. Proses berkurangnya kecemasan pada pasien hemodialisa yang disebabkan oleh terapi musik alam dimulai dengan rangsangan musik alam yang didengar oleh pasien yang dapat mengaktifasi jalur-jalur spesifik di dalam beberapa area otak, seperti sistem limbik yang berhubungan dengan perilaku emosional.

Mahatadinar dan Nisa (2017) mengatakan bahwa musik alam adalah esensi keteraturan dan membaca pada semua hal yang baik, adil dan indah. Berdasarkan pengertian musik secara umum, musik klasik diartikan sebagai suatu cipta, rasa, dan karsa manusia yang indah dan dituangkan dalam bentuk bunyibunyian, suara melodi, ritme dan harmoni yang dapat membangkitkan emosi, dan bisa membuat mood menjadi bahagia, menghilangkan stress, pengiring selama proses pembelajaran dan bisa untuk mengurangi nyeri.

SARAN

1. Bagi Instansi Rumah Sakit
Diharapkan dapat memberikan informasi kesehatan non farmakologi kepada pasien Gagal Ginjal Kronik di ruang Hemodialisa yang mengalami kecemasan.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan
Diharapkan rumah sakit khususnya RSUD Bung Karno Kota Surakarta dapat meningkatkan mutu pelayanan kesehatan yang meningkat dan mempertahankan hubungan baik antar tim kesehatan dan klien secara optimal dan profesional.
3. Manfaat Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan
Diharapkan dapat meningkatkan mutu dalam pembelajaran untuk menghasilkan perawat-perawat yang profesional, inovatif dan lebih berkualitas dalam memberikan asuhan keperawatan nantinya.
4. Bagi Institusi Pendidikan
Diharapkan dapat menjadi bahan acuan dalam kegiatan proses belajar dan bahan pustaka tentang tindakan keperawatan relaksasi terapi musik dapat mengurangi tingkat kecemasan pasien Hemodialisa.
5. Bagi Pembaca
Diharapkan dapat menambah wawasan serta pengalaman tentang pelaksanaan terapi Musik Alam pada pasien untuk pengurangi kecemasan

DAFTAR PUSTAKA

Adira, A. (2018) 'Chronic Kidney Disease (CKD) Dan Kelebihan Volume Cairan', *Journal Of Physical Therapy Science*, 9 (1), Pp. 1–11. Available At: <http://dx.doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2015.07.010>

[1016/J.Visres.2014.07.001%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.humov.2018.08.006%0Ahttp://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24582474%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.gaitpost.2018.12.007%0Ahttps://](http://dx.doi.org/10.1016/j.visres.2014.07.001)

- Ariani, S. 2016. *Stop Gagal Ginjal Dan Gangguan Ginjal Lainnya*. Yogyakarta: Sitana Media.
- Black, J.M.,&Hawks, J.H. (2018). *Medical Surgical Nursing Clinical Managemen For Positive Outcome*. (8thed). St. Louis: Elsevier
- Corwin, Elizabeth J. (2015). *Buku Saku Patofisiologi*, Ed. 3. Jakarta: EGC
- Dadang Hawari. (2018). *Manajemen Stres, Cemas Dan Depresi*. Jakarta: Gaya Baru.
- Gusti, J. (2014). *Pengaruh Distraksi Audio Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Anestesi Spinal Di Rumah Sakit Dr. Tadjuddin Chalid Makassar*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Keperawatan Anestesi Dan Reanimasi. Skripsi
- Handini, Y. S. And Hunaifi, I. (2021) 'Gangguan Fungsi Kognitif Pada Pasien Chronic Kidney Disease', 10(4), Pp. 712–721.
- Haruman. 2013. *Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Kecemasan Atlet Sebelum Menghadapi Pertandingan*. Skripsi. Universitas Diponegoro Semarang

Ivi Marie Blackburn & Kate M. Davidson. (2013). Terapi Kognitif Untuk Depresi Dan Kecemasan Suatu Petunjuk Bagi Praktisi. Alih Bahasa: Rusda Koto Sutadi. Semarang: IKIP Semarang Press.

National Kidney Foundation. High Blood Pressure And Chronic Kidney Disease. Newyork: National Kidney Foundation ; (2017)

Notoatmojo, S. (2014). Metodologi Penelitian Kesehatan. Cetakan Ketiga. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Tangian, Ainivi F, L.F.J Kandou, Herdy Munayang. (2015). Hubungan Lamanya Menjalani Hemodialisis Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasangan Hidup Pasien Yang Menderita Penyakit Ginjal Kronik Di RSUP Prof. Dr. R. D Kandaou Manado. Diakses Pada 23 Maret 2017

Wiyanna Mathofani & Dkk. Eektivitas Terapi Musik Alam Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa (2022)