

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

**PEMBERIAN TERAPI MUSIK INSTRUMEN TERHADAP KUALITAS
TIDUR PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK (GGK) DI RUANG
HEMODIALISA RSUD Dr.SOEDIRAN MANGUN SUMARSO
WONOGIRI**

Wafiq Faneisyah Winingsih¹⁾, Sahuri Teguh Kurniawan²⁾

¹⁾Mahasiswa Program Profesi Ners Program Profesi

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

**²⁾Dosen Program Profesi Ners Program Profesi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Kusuma Husada Surakarta**

faneswafiq@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Gagal ginjal kronik merupakan suatu penyakit yang menyebabkan fungsi organ ginjal mengalami penurunan. Penderita gagal ginjal yang sudah pada stadium akhir atau *end stage renal disease* (ESDR) memerlukan terapi hemodialisis. Pasien yang menjalani hemodialisis banyak menghadapi permasalahan psikologis dan fisik salah satunya gangguan tidur. Salah satu terapi dalam mengatasi gangguan pola tidur pada pasien gagal ginjal kronik yaitu terapi musik. Musik terdiri dari berbagai macam *genre*, salah satunya adalah terapi musik instrumental.

Tujuan : Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui pemberian terapi musik instrumental terhadap kualitas tidur pada pasien gagal ginjal kronik.

Hasil : Nilai pre test sebelum diberikan intervensi terapi musik instrumental adalah 10 (kategori buruk) dan nilai post test setelah diberikan intervensi terapi musik instrumental adalah 4 (kategori baik).

Kesimpulan : Berdasarkan studi kasus yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa penerapan terapi musik instrumental terbukti efektif untuk meningkatkan kualitas tidur pasien.

Kata Kunci : Gagal ginjal kronik, hemodialisis, gangguan tidur, kualitas tidur, musik instrumental

Daftar Pustaka : 9 (2016-2023)

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

**PROVISION OF INSTRUMENTAL MUSIC THERAPY ON SLEEP
QUALITY IN PATIENTS WITH CHRONIC KIDNEY FAILURE (CKD) IN
THE HEMODIALYSIS ROOM OF Dr. SOEDIRAN MANGUN SUMARSO
HOSPITAL OF WONOGIRI**

Wafiq Faneisyah Winingsih¹⁾, Sahuri Teguh Kurniawan²⁾

**¹⁾Student of Nursing Professional Study Program in Faculty of Health Sciences of
Kusuma Husada University of Surakarta**

**²⁾Lecturer of Nursing Professional Study Program in Faculty of Health Sciences of
Kusuma Husada University of Surakarta**

faneswafiq@gmail.com

ABSTRACT

Introduction: Chronic kidney failure is a disease that causes kidney function to decrease. End stage renal disease (ESDR) patients need hemodialysis therapy. Many patients undergoing hemodialysis face psychological and physical problems, one of which is sleep disorder. One of therapies for treating sleep pattern disorder in chronic kidney disease patients is music therapy. Music has various genres, one of them is instrumental music therapy.

Purpose: This case study aimed to know the provision of instrumental music therapy on sleep quality in patients with chronic kidney disease.

Result: The pre-test score before being provided instrumental music therapy intervention was 10 (bad category) and the post-test score after being provided instrumental music therapy intervention is 4 (good category).

Conclusion: Based on the case study conducted, it can be concluded that the application of instrumental music therapy has proven effective in improving patients' sleep quality.

Keywords : Chronic kidney disease, hemodialysis, sleep disorder, sleep quality, instrumental music

Bibliography : 9 (2016-2023)

PENDAHULUAN

Gagal ginjal kronik merupakan gangguan renal yang progresif dan irreversible dimana kemampuan tubuh gagal mempertahankan metabolisme dan keseimbangan elektrolit yang ditandai dengan penurunan fungsi ginjal yang irreversible dengan waktu >3 bulan disertai dengan penurunan laju filtrasi glomerulus (LFG) (Hamita et al., 2022). Gagal ginjal kronik merupakan suatu penyakit yang menyebabkan fungsi organ ginjal mengalami penurunan hingga dimana tubuh gagal untuk mempertahankan metabolisme dan keseimbangan cairan dan elektrolit sehingga menyebabkan retensi urea dan sampah nitrogen lain dalam darah (Masi & Kundre, 2018).

Penderita gagal ginjal yang sudah pada stadium akhir atau *end stage renal disease* (ESDR) memerlukan terapi hemodialisis. Jumlah pasien hemodialisis di Jakarta dari tahun ke tahun semakin meningkat, dan pada tahun 2016 terdapat 25.446 pasien baru yang menjalani hemodialisis dan 52.835 pasien yang aktif menjalani hemodialisis (Kemenkes, 2018). Hemodialisis merupakan suatu cara untuk mengganti fungsi ginjal dengan mengeluarkan produk sisa metabolisme tubuh, air, dan menjaga keseimbangan elektrolit melalui membran semipermeabel yang disebut dializer. Hemodialisis dapat menurunkan risiko kerusakan organ-organ vital lainnya dan akumulasi zat toksik dalam sirkulasi darah, tetapi hemodialisis tidak dapat mengembalikan fungsi ginjal secara permanen (Putri & Hisni, 2023).

Pasien yang menjalani hemodialisis banyak menghadapi permasalahan psikologis dan fisik. Permasalahan psikologis yang banyak dialami seperti depresi, perilaku bunuh diri, delirium, gejala panik dan kecemasan. Sedangkan permasalahan fisik yang sering dialami oleh pasien hemodialisis meliputi kelelahan,

gangguan tidur, disfungsi seksual, hipertensi, penurunan nafsu makan, anemia, sulit berkonsentrasi, gangguan kulit, nyeri otot dan tulang, infeksi pada fistula (Fitria et al., 2018).

Tiap individu memiliki kebutuhan tidur yang berbeda baik dari kuantitas maupun kualitas. Kualitas tidur merupakan suatu bagian yang penting bagi kualitas hidup seseorang. Banyak hal yang mempengaruhi kualitas tidur diantaranya adalah lingkungan, gaya hidup, latihan fisik, stress sosial, serta konsumsi makanan tertentu (Ernawati & Haisah, 2017).

Terapi yang dapat digunakan untuk mengatasi kualitas tidur terdiri dari terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi non farmakologi untuk mengatasi gangguan tidur yaitu terapi pengaturan diri, terapi psikologi, dan terapi relaksasi. Terapi relaksasi untuk meningkatkan kualitas tidur diantaranya relaksasi benson, relaksasi otot progresif, latihan pasrah diri, terapi musik, dan aromaterapi (Putri & Hisni, 2023). Salah satu terapi dalam mengatasi gangguan pola tidur pada pasien gagal ginjal kronik yaitu terapi musik.

Musik adalah getaran udara harmonis yang diterima oleh organ pendengaran melalui syaraf didalam tubuh dan disampaikan oleh susunan syaraf pusat sehingga menimbulkan efek didalam diri seseorang yang mendengarkannya sehingga berperan dalam pengaturan emosi individual. Terapi musik ini menggunakan media musik dimana tujuannya untuk memperbaiki atau meningkatkan kondisi fisik, kognitif dan sosial bagi individu. Musik terdiri dari berbagai macam *genre* diantaranya musik klasik, musik instrumental, musik jazz, musik pop, dan lain-lain (Prabasari, 2016).

Musik instrumental merupakan rangkaian nada-nada dari suara yang disusun sedemikian rupa dan

dikombinasikan dari berbagai sumber suara yang diambil dari satu alat musik atau lebih tanpa ada vokal. Musik instrumental juga melibatkan hati, jiwa, dan pikiran baik bagi para pendengar atau pemain musik itu sendiri (Majid & Sidik, 2017).

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul Pemberian “Terapi Musik Instrumen Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Di Ruang Hemodialisa RSUD dr.Soediran Mangun Sumarso”.

METODE PENELITIAN

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam studi kasus ini adalah lembar *informed consent* untuk persetujuan menjadi responden, kuesioner PSQI, serta *tools* yang berisi langkah-langkah pemberian terapi musik instrumental.

Kriteria inklusi dalam studi kasus ini adalah responden yang menandatangani *informed consent* untuk berpartisipasi dalam penelitian, lebih dari 3 bulan terdiagnosa CKD, rutin hemodialisa 2 kali dalam seminggu, responden mengalami gangguan tidur lebih dari 1 minggu, usia < 60 tahun, dan tingkat kesadaran composmentis. Kriteria eksklusi dalam studi kasus ini adalah responden yang tidak mengikuti proses penelitian hingga selesai dan responden yang mengalami depresi.

Terapi musik diberikan selama 30 menit dan diberikan minimal sebanyak 3 kali (Fitria, dkk, (2018), Hamita, dkk (2022)). Kualitas tidur pasien diukur menggunakan kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). PSQI memiliki 18 pertanyaan dengan waktu pengisian 5-10 menit yang terbagi dalam 7 komponen.. Jumlah skor disesuaikan dengan kriteria penilaian, kualitas tidur baik : ≤ 5 dan kualitas tidur buruk : > 5 .

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Nilai *Pre* dan *Post Test*

<i>Pre Test</i>	10 (kategori buruk)
<i>Post Test</i>	4 (kategori baik)

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan kategori kualitas tidur pasien sebelum dan sesudah diberikan terapi musik instrumental. Sebelum diberikan terapi musik instrumental pasien mempunyai kualitas tidur yang buruk dengan skor 10, dan setelah diberikan terapi musik instrumental pasien mempunyai kualitas tidur yang baik dengan skor 4.

Terapi musik diberikan kepada Ny.W selama 30 menit dan diberikan minimal sebanyak 3 kali (Fitria, dkk, (2018), Hamita, dkk (2022)). Kualitas tidur pasien diukur menggunakan kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). PSQI memiliki 18 pertanyaan dengan waktu pengisian 5-10 menit yang terbagi dalam 7 komponen.. Jumlah skor disesuaikan dengan kriteria penilaian, kualitas tidur baik : ≤ 5 dan kualitas tidur buruk : > 5 . Setelah diberikan terapi musik sebanyak 4 kali pasien mengatakan Pasien mengatakan dirinya lebih rileks karena bisa tidur ketika proses hemodialisa. Pasien mengatakan di rumah juga mendengarkan terapi musik instrumental ketika malam hari sebelum tidur. Pasien mengatakan tidurnya menjadi lebih nyenyak dan tidak mudah terbangun.

Penelitian yang dilakukan oleh Hamita et al., (2022) menunjukkan bahwa Masalah keperawatan utama pada pasien Tn.I dengan CKD adalah gangguan pola tidur. Kesimpulan dari penelitian tersebut responden menunjukkan bahwa dengan pemberian terapi instrument musik selama 3 x 24 jam dapat meningkatkan kualitas dan kuantitas tidur pasien. Sebelum diberikan terapi musik instrumen pasien tidur dengan durasi <4 jam, namun

setelah diberikan terapi musik instrumen pasien tidur dengan durasi 8 jam. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Laily et al., (2017) menunjukkan bahwa pemberian terapi instrument music dapat meningkatkan kualitas tidur pasien secara signifikan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa (kelompok intervensi) sedangkan kelompok control yang tidak di beri terapi instrument music tidak mengalami perubahan yang signifikan terhadap kualitas tidurnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Fitria et al., (2018) menunjukkan hasil uji paired t-test menunjukan gangguan tidur pada kedua kelompok sebelum dan sesudah diberikan intervensi mengalami kualitas tidur buruk. Setelah diberikan intervensi kualitas tidur untuk kedua kelompok intervensi dan kontrol sama-sama memiliki hubungan signifikan setelah diberikan intertervi dengan $p=0,000$. Artinya terdapat hubungan signifikan sebelum dan setelah diberikan intervensi pada kedua kelompok. Tetapi terdapat perbedaan antara kedua kelompok intervesi dengan kontrol. Hasil penelitian ini menunjukan bahwa kualitas tidur pada kelompok sesudah intervensi lebih baik dibandingkan kualitas tidur pada kelompok kontrol. Analisis lebih lanjut dengan mean kelompok intervensi $-6,03$ lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol $-4,50$ dengan $p= 0,037$ yang menunjukan ada hubungan signifikan kualitas tidur lebih baik dari pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol.

Musik instrumental merupakan rangkaian nada-nada dari suara yang disusun sedemikian rupa dan dikombinasikan dari berbagai sumber suara yang diambil dari satu alat musik atau lebih tanpa ada vokal. Musik instrumental juga melibatkan hati, jiwa, dan pikiran baik bagi para pendengar atau pemain musik itu sendiri. Musik lembut dan teratur seperti instrumental merupakan musik yang dapat digunakan

untuk terapi. Vibrasi atau getaran dari bunyi yang dihasilkan dari alat musik bermanfaat untuk mempengaruhi perubahan fisiologi, menurunkan tekanan darah, detak jantung, ketegangan otot, ACTH, sehingga akan menjadi lebih rileks (Majid & Sidik, 2017). Penggunaan terapi musik instrumental untuk menurunkan tingkat insomnia pada seseorang adalah untuk mengurangi resiko penggunaan farmakoterapi yang efek sampingnya sangat negatif. Menurut seorang ahli dari pusat gangguan tidur di Amerika menyatakan pemberian terapi musik yang diberikan 30 menit sampai satu jam setiap hari menjelang waktu tidur, secara efektif mampu mengurangi gangguan tidur (Laily et al., 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Majid & Sidik, (2017) didapatkan hasil bahwa sebelum dilakukan intervensi terapi musik instrumental diperoleh nilai median yaitu 10,00 dengan standar deviasi 2,354, dan sesudah diberikan intervensi diperoleh nilai median yaitu 5,00 dengan standar deviasi 1,622. Hasil analisis uji wilcoxon skor kualitas tidur global sesudah intervensi di peroleh nilai $p=0,001$ ($p<0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan terapi musik instrumental dapat meningkatkan kualitas tidur. Respon reaksi yang didapatkan dari terapi musik instrumental membuat responden merasa lebih tenang, lebih rileks, dan nyaman. Vibrasi dari musik instrumental dapat mempengaruhi peningkatan hormon serotonin. kemudian serotonin akan berperan sebagai neurotransmitter yang membawa sinyal ke otak untuk menstimulus kelenjar pineal untuk memproduksi hormon melatonin. Kemudian hormon melatonin ini akan mempengaruhi suprachiasmatic nucleus (SCN) di hipotalamus anterior otak dalam pengaturan ritme sirkadian sehingga lansia akan mengalami peningkatan pada tahap tidur NREM 3

dan 4, atau tidur yang dalam (Djohan, 2016).

Penelitian yang dilakukan Su et al., (2012) pemberian terapi musik yang dilakukan di Intensif Care Unit di Taiwan menunjukkan musik dapat meningkatkan kualitas tidur pada pasien kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Seperti penelitian yang dilakukan Setyoadi et al., (2016) bahwa musik dengan relaksasi otot progresif dapat meningkatkan kualitas tidur. Dimana sebanyak 17 orang (100%) mengalami kualitas tidur buruk sebelum diberikan terapi relaksasi otot progresif dengan musik. Dan sesudah diberikan terapi sebanyak 12 responden (71%) mengalami kualitas tidur. Dengan hasil $p=0,000$ yang menunjukkan ada hubungan signifikan relaksasi progresif dengan musik terhadap kualitas tidur. Musik adalah suatu cara penanganan penyakit (pengobatan) dengan menggunakan nada atau suara yang semua instrument musik dihasilkan melalui alat musik disusun sedemikian rupa sehingga mengandung irama, lagu dan keharmonisan (Putri & Hisni, 2023).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Putri & Hisni, (2023) juga menunjukkan bahwa peningkatan kualitas tidur dengan terapi musik instrumental dapat digunakan sebagai pemulihan, merelaksasi, menjaga, memperbaiki emosi, fisik, psikologis, dan kesehatan sehingga dapat menurunkan aktivitas sistem saraf simpatik serta kecemasan, denyut jantung, laju pernafasan, dan tekanan darah yang berkontribusi pada perbaikan kualitas tidur pada klien dengan diagnosa medis chronic kidney disease yang menjalani hemodialisis.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus dapat disimpulkan bahwa :

1. Nilai pre test sebelum diberikan intervensi terapi musik instrumental

adalah 10 (kategori buruk) dan nilai post test setelah diberikan intervensi terapi musik instrumental adalah 4 (kategori baik).

2. Berdasarkan studi kasus yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa penerapan terapi musik instrumental terbukti efektif untuk meningkatkan kualitas tidur pasien.

SARAN

1. Bagi Responden
Diharapkan responden dapat mengetahui serta meningkatkan keterampilan mengenai pemberian terapi musik instrumental untuk menunjang peningkatan kualitas tidur.
2. Bagi Perawat
Diharapkan perawat dapat melakukan pemberian terapi musik instrumental untuk menunjang peningkatan kualitas tidur sesuai dengan SOP.
3. Bagi Instansi Rumah Sakit
Diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan informasi kesehatan kepada pasien untuk melakukan perawatan pasien CKD yang menjalani hemodialisa dengan gangguan tidur dengan pemberian terapi musik instrumental.
4. Bagi Ilmu Keperawatan
Diharapkan dapat menjadi acuan dalam mengembangkan penelitian-penelitian selanjutnya dengan variabel yang berbeda dan menggunakan berbagai metode pendidikan kesehatan.
5. Bagi Instansi Pendidikan
Diharapkan dapat memberikan informasi bagi pengembangan ilmu keperawatan serta menambah wawasan dan pengetahuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Djohan. (2016). *Terapi Musik Teori Dan Aplikasi*. Galaupress.

- Ernawati, S., & Haisah, S. (2017). *Gambar Kualitas Tidur dan Gangguan Tidur pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi*. 1–11.
- Fitria, P. N., Permana, I., & Yuniarti, F. A. (2018). Pengaruh Musik Instrument Dan Sleep Hygiene Terhadap Gangguan Tidur Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. *Dinamika Kesehatan*, 9(2), 467–480.
- Hamita, S., Sari, N., & Susanti, I. H. (2022). *ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR PADA PASIEN CHRONIC KIDNEY DISEASE (CKD) DENGAN INTERVENSI TERAPI INSTRUMEN MUSIK DI RUANG EDELWEIS ATAS*. 3(4), 5713–5716.
- Kemenkes. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kemenkes RI. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
http://www.depkes.go.id/Resources/Download/Infoterkini/Materi%0A_Rakorpop_2018/Hasil_riskesdas_2018.Pdf
- Majid, Y. A., & Sidik, M. A. (2017). *PENGARUH TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL TERHADAP KUALITAS TIDUR PENDERITA INSOMNIA PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA TERATAI PALEMBANG* Yudi Abdul Majid , M . Ali Sidik Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Palembang. VII(12), 23–34.
- Masi, G. N., & Kundre, R. (2018). Perbandingan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik dengan Comorbid Faktor Diabetes Melitus dan Hipertensi di RSUP Prof.Dr.R.D. Kandou Manado. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 5(2), 1–9.
- Prabasari, N. A. (2016). *Literature Review: Pengaruh Terapi Musik Terhadap Agitasi Pada Lansia Demensia*. 4(1).
- Putri, O. D., & Hisni, D. (2023). *INTERVENSI TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA KLIEN DENGAN DIAGNOSA MEDISCHRONIC KIDNEY DISEASE STAGE V YANG MENJALANI HEMODIALISIS DI RS UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA*. *JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)*, 6(3), 1238–1246.