

## **PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PASIEN PRA PEMBEDAHAN *SECTIO CAESAR* DI RUMAH SAKIT IBU DAN ANAK PUSURATEGALSARI, SURABAYA**

**Bethari Pradnya Paramita**

Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Malang,  
betharibe@gmail.com

**Fattah Haurawan**

Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Malang  
fattah.hanurawan.fpsi@um.ac.id

**Ike Dwi Astuti**

Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Malang  
ikedwiastuti@gmail.com

### **Abstrak**

Penelitian ini dilakukan untuk melihat efek terapi musik terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pra pembedahan *sectio caesar* di RSIA Pusura Tegalsari Surabaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis rancangan penelitian eksperimen *Randomized Controlled Trial*. Populasi penelitian ini adalah seluruh wanita dewasa yang akan menjalani pembedahan *sectio caesar* di RSIA Pusura Tegalsari Surabaya. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 40 subjek yang terbagi dalam 2 kelompok melalui teknik *Simple Random Sampling*. Instrumen untuk mengukur kecemasan 1 & 2 dalam penelitian ini menggunakan *State Trait Anxiety Inventory form Y* (STAI) berbahasa Indonesia sebanyak 20 item *state anxiety* dan 20 item *trait anxiety* dengan tingkat reliabilitas 0,895 untuk *state anxiety* dan 0,901 untuk *trait anxiety*. Hasil analisis data dengan anakova menunjukkan bahwa terapi musik berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien. Dinamika pengaruhnya dibahas dalam bagian diskusi.

**Kata Kunci:** terapi musik, kecemasan pasien, pra pembedahan, *sectio caesar*.

### **Abstract**

This research was held to see if music therapy might affect anxiety among pre *sectio caesar* in *The Pusura Hospital* in Surabaya. This research was a randomized controlled trial experiment research. The population was all the adult female who were going to have *sectio caesar* operation session in the hospital. There were 40 female participated in this research and they were grouped into experiment and control group through simple random sampling technique. The instruments was *State Trait Anxiety Inventory form Y* (STAI), Indonesian version, and it contains 20 items of *state anxiety* and 20 items of *trait anxiety*. *The reliability value were 0,895 for the state anxiety and 0,901 for the trait anxiety*. The result of data analysis showed that music therapy lessened the patients' anxiety level. Further information was discussed.

**Keywords:** music therapy, anxiety, pre-operation session, *sectio caesar*.

Kecemasan adalah respon adaptif yang normal terhadap stres karena pembedahan. Rasa cemas biasanya timbul pada tahap praoperatif ketika pasien mengantisipasi pembedahan (Baradero, 2009). Sehingga sebelum menjalani pembedahan pasien disarankan untuk mempersiapkan diri dengan baik

karena hasil akhir pembedahan sangat bergantung pada kondisi pasien ketika akan menghadapi pembedahan, terlebih dalam pembedahan *sectio caesar* karena keselamatan ibu dan anak menjadi taruhannya.

Kecemasan (*anxiety*) itu sendiri merupakan suatu perasaan takut yang tidak menyenangkan yang sering disertai dengan gejala fisiologis, yang dirasakan oleh pasien pra operatif (Tomb, 2003). Mc Caffery dalam Cooke *et al.* (2005) berargumentasi bahwa musik adalah salah satu teknik sensori paling efektif untuk mengalihkan

perhatian yang dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan relaksasi.

Musik adalah bahasa universal bagi manusia yang sangat efektif dilakukan dalam perawatan, karena pasien dapat melakukan sendiri dan memilih musik yang disenangi sambil menunggu operasi. Terapi musik sudah banyak digunakan untuk meredakan kecemasan (Gutierrez dan Camarena, 2015). Salah satunya dilakukan oleh Jasemi dkk (2016) yang meneliti penggunaan terapi musik untuk menurunkan depresi dan kecemasan pasien kanker di Iran.

Berdasarkan observasi awal peneliti, pasien yang dirawat di rumah sakit ibu dan anak

Pusura Tegalsari Surabaya ini adalah golongan ekonomi menengah ke bawah dan tingkat pendidikan yang sedang. Rata-rata hanya tamatan sekolah menengah. Peneliti mengambil lokasi penelitian di rumah sakit tersebut karena menurut Aryasatiani (dalam Pratiwi, 2011)

kecemasan yang dialami oleh ibu bersalin antara lain adalah akibat dari nyeri persalinan, keadaan fisik ibu, riwayat pemeriksaan kehamilan, kurangnya pengetahuan tentang proses persalinan, dukungan dari lingkungan sosial seperti suami, keluarga dan teman-teman. Serta

latar belakang psikososial dari wanita bersangkutan, seperti tingkat pendidikan, status perkawinan dan kehamilan yang tidak diinginkan, dan tingkat sosial ekonominya.

Suhartini (2008) pernah meneliti tentang kecemasan pasien dalam penelitiannya yang berjudul "*Effectiveness Of Music Therapy Toward Reducing Patient's Anxiety In Intensive Care Unit*". Dari penelitian tersebut disimpulkan bahwa terapi musik efektif untuk menurunkan perubahan respon fisiologis terhadap kecemasan pasien yang dirawat di ruang ICU. Karena kecemasan pasien sebelum operasi sering kurang mendapat perhatian (Wetsch *et al.*, 2009) maka peneliti terdorong untuk melakukan penelitian mengenai efektifitas terapi musik untuk mengurangi kecemasan pasien sebelum operasi pembedahan *sectio caesar*.

## METODE

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan jenis rancangan penelitian eksperimen *Randomized Controlled Trial*. Sampel penelitian adalah pasien wanita dewasa yang hendak menjalani pembedahan *sectio caesar*, berusia 18-80 tahun, menyukai musik serta dapat membaca dan menulis. Ada 40 orang wanita sebagai sample dan mereka diambil menggunakan metode sampling *simple random sampling* dan dibagi ke kelompok eksperimen dan kelompok kontrol juga secara random.

Alat pengumpul Data Kecemasan menggunakan kuesioner baku/standar yaitu *The State-Trait Anxiety Inventory (STAI) Form Y* yang diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Primusanto (2000) dengan reliabilitas 0,895 untuk *state anxiety* dan 0,901 untuk *trait anxiety*. Alat ukur ini telah digunakan pada tatanan pelayanan klinik sejak tahun 1980 (Wetsch *et al.*, 2009). Kuesioner ini berisi 20 item perasaan untuk mengkaji *trait anxiety* dan 20 items untuk *state anxiety*.

Penelitian ini di laksanakan selama 14 hari pada tanggal 27 April – 10 Mei 2015 di RSIA Pusura Tegalsari Surabaya. Selama rentang waktu penelitian tidak setiap hari peneliti

memperoleh subjek penelitian, dikarenakan tidak setiap hari ada pasien yang menjalani pembedahan *sectio caesar* di RSIA Pusura Tegalsari Surabaya. Maksimal peneliti memperoleh 6 orang per hari. Setiap subjek dalam kelompok eksperimen mendengarkan musik selama 30 menit. Musik yang di dengarkan sesuai dengan minat subjek terhadap aliran

musik. Ada 5 aliran musik yang disediakan yaitu pop, jazz, religi, dangdut, dan nostalgia yang dapat dipilih oleh subjek. Dalam setiap aliran, peneliti memberikan 10 judul lagu yang bisa di nikmati oleh subjek selama waktu yang di sediakan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji hipotesis yang digunakan adalah uji anakova. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan diperoleh signifikansi 0,000 dimana  $0,000 < 0,05$  dan itu berarti hipotesis terbukti signifikan. Ada perbedaan tingkat kecemasan pasien sebelum dan sesudah di beri terapi musik. Jadi, terapi musik berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pra pembedahan *sectio caesar* di RSIA Pusura Tegalsari Surabaya.

Kecemasan yang timbul dalam diri subjek adalah karena adanya rasa khawatir akan pembedahan *sectio caesar* yang akan ia jalani. Pembedahan *sectio caesar* adalah prosedur pembedahan yang dilakukan untuk melahirkan janin yang sudah mampu hidup (berserta plasenta dan selaput ketuban) secara *transabdominal* melalui insisi uterus (Benson & Pernoll, 2009). Pembedahan itu sendiri menurut Smeltzer (2001) adalah peristiwa kompleks yang menegangkan yang biasanya dilaksanakan di ruang operasi sebuah rumah sakit atau klinik.

Kecemasan adalah respon adaptif yang normal terhadap stres karena pembedahan. Rasa cemas biasanya timbul pada tahap praoperatif ketika pasien mengantisipasi pembedahan (Baradero, 2009). Sehingga kecemasan subjek sebelum menjalani pembedahan *sectio caesar* dinilai sangat wajar dan realistis jika dialami oleh subjek.

Meskipun tergolong wajar, namun kecemasan pasien sebelum menjalani pembedahan

harus tetap diminimalisir. Karena jika subjek mengalami kecemasan, menurut Nevid (2005)

secara fisik dia gelisah, gugup, gemetar, banyak berkeringat, mulut atau kerongkongan terasa kering, sulit berbicara, sulit bernafas, detak jantung meningkat, pusing, lemas, sering buang air kecil, sensitif atau mudah marah.

Secara behavioral kecemasan dapat dilihat melalui perilaku menghindar, perilaku dependen dan perilaku terganggu. Serta secara kognitif akan mengalami kekhawatiran tentang sesuatu, perasaan terganggu, ketakutan akan masa depan, keyakinan akan sesuatu yang mengerikan akan terjadi tanpa alasan yang jelas, merasa tidak dapat fokus dan berkonsentrasi. Hal yang dialami secara fisik oleh subjek tentunya akan berpengaruh terhadap keberhasilan pembedahan *sectio caesar*.

Terapi musik adalah sebuah aktivitas terapeutik yang menggunakan musik sebagai media untuk memperbaiki, memelihara, mengembangkan mental, fisik, dan kesehatan emosi

(Djohan, 2006). Nicholas & Humenick (2002) mengatakan bahwa unsur-unsur musik yakni irama, nada dan intensitasnya masuk ke kanalis *auditorius* telinga luar yang disalurkan ke tulang-tulang pendengaran. Musik tersebut akan dihantarkan sampai ke thalamus. Musik mampu mengaktifkan memori yang tersimpan di limbik dan mempengaruhi sistem syaraf otonom melalui neurotransmitter yang akan mempengaruhi *hypothalamus* lalu ke hipofisis.

Musik yang telah masuk ke kelenjar hipofisis mampu memberikan tanggapan terhadap emosional melalui *feedback* negatif ke kelenjar adrenal untuk menekan pengeluaran hormon epinefrin, norepinefrin dan dopa yang disebut hormon stress. Masalah mental seperti stress berkurang, ketenangan dan menjadi rileks. Senada dengan itu, dalam penelitian ini terapi musik terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien sebelum menjalani proses pembedahan *sectio caesar* di RSIA Pusura Tegalsari Surabaya. Hal tersebut di buktikan dari hasil penelitian yaitu terjadi penurunan tingkat kecemasan subjek setelah diberi terapi musik.

Durasi terapi musik yang diberikan selama 30 menit, sesuai dengan pernyataan Bellavia dalam Djohan (2006) penggunaan waktu ideal bagi tiap pasien dalam melakukan terapi musik tidak kurang 30 menit hingga satu jam tiap harinya.

Dalam penelitian ini terapi musik dapat digunakan sebagai *coping* kecemasan subjek yang akan menjalani pembedahan *sectio caesar*. Menurut Lazarus & Folkman (dalam Sarafino, 2006) *Coping* adalah suatu proses dari individu yang mencoba mengatur kesenjangan persepsi antara tuntutan situasi yang menekan dengan kemampuan mereka dalam memenuhi tuntutan tersebut.

Terapi musik tergolong *coping strategy* sesuai dengan pendapat Lipowski (dalam Nursalam, 2009) *Coping strategy* merupakan coping yang digunakan individu secara sadar dan terarah dalam mengatasi sakit atau stressor yang dihadapinya. Terbentuknya mekanisme *coping* bisa diperoleh melalui proses dalam pengertian yang luas dan relaksasi. Dalam hal ini terapi musik dapat digunakan sebagai *emotion-focused coping* sebagai mana pengertiannya adalah kondisi dimana individu melibatkan usaha-usaha untuk mengatur emosinya dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang penuh tekanan.

Musik yang didengarkan oleh subjek penelitian akan membentuk mekanisme *coping* melalui proses relaksasi. Seperti yang dikatakan oleh Mc Caffery dalam Cooke *et al.* (2005)

musik adalah salah satu teknik sensori paling efektif untuk mengalihkan perhatian untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan kondisi relaks.

## DAFTAR RUJUKAN

- Baradero, Mary. Mary Wilfrid. Yakabus Siswandi. 2009. *Prinsip & Praktik Keperawatan Perioperatif*. Jakarta : EGC.
- Benson, Ralph C & Pernoll, Martin L. 2009. *Buku Saku Obstetri dan Ginekologi*. Jakarta:EGC
- Cooke M., Chaboyer W. Sluter P. & Hiratos M. 2005. *The Effect of music on preoperative anxiety in Day Surgery. Journal of Advanced Nursing* 52 (1); 47-55.
- Djohan. 2006. *Terapi Musik, Teori dan Aplikasi*. Editor. Lidia Laksana H., Cetakan II. Yogyakarta: Galang Press.
- Doengoes, Marilynn E. 2006. *Rencana Asuhan Keperawatan Psikiatri Edisi 3*. Jakarta: EGC.
- Gutierrez, Enrique Octavio Flores dan Camarena, Victor Andres Teran. 2015. Music Therapy in Generalized Anxiety Disorder. *The Arts in Psychotherapy*. Vol.44. July 2015, p.19-24. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2015.02.003>
- Isaac, Ann. 2004. *Panduan Belajar Keperawatan Kesehatan dan Psikiatrik Edisi 3*. Jakarta: EGC.
- Jasemi, Madineh., Aazami, Sanaz., dan Zabihi, Roghaieh Esmaili. 2016. The Effects of Music Therapy on Anxiety and Depression of Cancer Patients. *Indian Journal of Palliative Care*. Oct – Dec. 22 (4), p.455-458. DOI: [10.4103/0973-1075.191823](https://doi.org/10.4103/0973-1075.191823)
- Marlina, Uning. 2007. *Tingkatan Kualitas Penelitian*, (Online), (<http://uningmarlina.wordpress.com/category/ebm/>), diakses 30 oktober 2014.
- Nevid, Jeffrey S, dkk. 2005. *Psikologi Abnormal edisi kelima Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Nicholas & Humenick. 2002. *Cara Kerja Musik Sebagai Terapi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. 2009. *Manajemen Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pedak, Mustamir. 2009. *Metode Supernol Menaklukan Stres*. Jakarta: Hikmah Publishing House.
- Pratiwi, Rachmika Dian. 2011. *Psikologi Ibu Bersalin*. Online. [www.mikarachmika.blogspot.com](http://www.mikarachmika.blogspot.com).
- Primusanto, T. A. Tyas. 2000. *Hubungan Tipe Kepribadian Mahasiswa Dengan Tingkat Kecemasannya Dalam Pembuatan Skripsi*. Skripsi. Depok: Fakultas Psikologi UI.
- Sarafino, E.P. (2006). *Health Psychology : Biopsychosocial Interactions. Fifth Edition*. USA : John Wiley & Sons.

- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhartini, 2008. *Effectiveness of music therapy toward reducing patient's anxiety in intensive care unit*. Semarang : Undip.
- Tim MGBK. 2010. *Bahan Dasar Untuk Pelayanan Konseling Pada Satuan Pendidikan Menengah Jilid I*. Jakarta: PT.Grasindo.
- Tomb, David A. 2003. *Buku Saku Psikiatri*. Edisi 6. Jakarta: EGC.
- Wetsch W. A., et al., 2009. Preoperative stress and anxiety in day-care patients and inpatients undergoing fast-track surgery. *British Journal of Anaesthesia*; 1-7.
- Widhiarso, Wahyu. 2011. *Aplikasi Analisis Kovarian dalam Penelitian Eksperimen*. Jurnal. Yogyakarta : Universitas Gadjah Mada.