

Pengaruh Pemberian Terapi Musik Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pasien Di Ruang Icu: *Case Report*

Marsono¹, Haryaning Ismerini²

¹ Program Studi Profesi Ners/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Perawat Ruang ICU, Rumah Sakit PKU Aisyiyah Boyolali

*Email: marsono055055@gmail.com, luthfiyah.am@gmail.com

Keywords:

Kecemasan; terapi musik; pasien ICU; musik tradisional

ABSTRAK

Latar Belakang : Kecemasan merupakan respon individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan, kecemasan yang berlebihan dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan. Salah satu cara mudah untuk mengurangi kecemasan pada pasien adalah dengan menggunakan terapi musik.

Tujuan : Tujuan Laporan kasus ini adalah untuk menunjukkan pengaruh keberhasilan terapi musik dalam mengurangi kecemasan pada pasien di ICU. Dua pasien yang dirawat di ICU yang mengalami kecemasan menjalani terapi musik selama 15-30 menit.

Metode: Metode yang digunakan penulis adalah studi kasus dan pengamatan lapangan yang ditulis dalam bentuk case report

Kesimpulan: Hasil dari tindakan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi musik dapat menurunkan kecemasan pada pasien yang dirawat di ICU

1. PENDAHULUAN

Rumah sakit adalah institusi pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan pelayanan kesehatan perorangan secara paripurna yang menyediakan pelayanan rawat inap, rawat jalan dan gawat darurat (Ella Mayasari, N Munaa, et al., 2020).

Intensive Care Unit (ICU) adalah bagian dari bangunan rumah sakit dengan kategori pelayanan kritis, selain instalasi bedah dan instalasi gawat darurat. Ruang perawatan intensif merupakan instalasi pelayanan khusus di rumah sakit yang menyediakan pelayanan yang komprehensif dan berkesinambungan selama 24 jam (Natalia et al., 2021).

Pasien adalah setiap orang yang melakukan konsultasi masalah kesehatannya untuk memperoleh pelayanan kesehatan yang diperlukan baik secara langsung maupun tidak langsung kepada Dokter (Tiraihati, 2018).

Pasien ICU (Intensive Care Unit) memerlukan perawatan secara intensif sehingga sangat bergantung pada orang lain dalam pemenuhan segala kebutuhannya. Kondisi pasien ICU banyak menimbulkan dampak psikologis pada pasien dan keluarga. Dampak dari kondisi tersebut menimbulkan ketidakberdayaan dan keputusan dalam proses penyembuhan yang disebut

dengan distress spiritual. Distress spiritual adalah kondisi pasien ICU merasa tidak berdaya, pasien merasa bersalah pada dirinya, tidak berharga dan hidupnya tidak berarti. Distress spiritual yang dialami oleh pasien menyebabkan penurunan kekebalan tubuh yang memperberat kondisinya (Rasmita et al., 2021).

Kecemasan (ansietas) merupakan respon individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kehidupan sehari-hari. Kecemasan dikomunikasikan secara interpersonal dan merupakan bagian dari kehidupan sehari-hari, menghasilkan peringatan yang berharga dan penting untuk upaya memelihara keseimbangan diri dan melindungi diri (Rahmayati & Handayani, 2017).

Kecemasan yang berlebihan tersebut dapat menimbulkan berbagai gejala-gejala seperti ketegangan otot, tertekan, kelelahan, sulit berkonsentrasi, dan memiliki gangguan tidur yang dampak memengaruhi kehidupan individu sehari-hari dalam berbagai aspek kehidupan (Novianti & Yudianto, 2021).

Musik adalah kesatuan dari kumpulan suara melodi, ritme, dan harmoni yang dapat membangkitkan emosi. Musik bisa membuat suasana hati menjadi bahagia atau bahkan menguras air mata. Musik juga bisa mengajak seseorang untuk turut bernyanyi dan

menari atau mengantar pada suasana santai dan rileks (Putri et al., 2017).

Musik memiliki tiga komponen penting yaitu beat, ritme, dan harmoni. Beat atau ketukan mempengaruhi tubuh, ritme mempengaruhi jiwa, sedangkan harmoni mempengaruhi roh. mengungkapkan bahwa musik berfungsi untuk meningkatkan vitalitas fisik, menghilangkan kelelahan, meredakan kecemasan dan ketegangan, meningkatkan konsentrasi, memperdalam hubungan, memperkaya persahabatan, merangsang kreativitas, kepekaan, dan memperkuat karakter serta perilaku positif (Putri et al., 2017).

Terapi musik adalah terapi yang menggunakan musik atau terapi yang bersifat nonverbal. Selain itu terapi musik adalah proses yang menggunakan musik untuk terapi aspek-fisik, emosional, mental, sosial, estetika dan spiritual untuk meningkatkan atau mempertahankan kesehatan mereka. Terapi musik juga mempunyai tujuan untuk membantu mengekspresikan perasaan, membantu rehabilitasi fisik, memberi pengaruh positif terhadap kondisi suasana hati dan emosi serta mengurangi tingkat kecemasan pada pasien. Terapi musik digunakan untuk berbagai kondisi termasuk gangguan kejiwaan, masalah medis, cacat fisik, gangguan sensorik, cacat perkembangan, masalah penuaan, meningkatkan konsentrasi belajar, mendukung latihan fisik, serta mengurangi stres dan

kecemasan (A Nashruddin & W Wiwin 2020).

Studi tentang kesehatan jiwa, telah menunjukkan bahwa terapi musik sangat efektif dalam meredakan kegelisahan dan stress, mendorong perasaan rileks serta meredakan depresi. Terapi musik membantu orang yang memiliki masalah emosional dalam mengeluarkan perasaan, membuat perubahan positif dengan suasana hati, membantu memecahkan masalah. Terapi musik juga termasuk salah satu penanganan dalam menangani stres dan kecemasan. Manfaat musik adalah meningkatkan intelegensi, refreshing, menenangkan, menyegarkan, motivasi, sebagai terapi kanker, stroke, demensia, penyakit jantung, nyeri, gangguan belajar, dan sebagai alat komunikasi. Musik selain dapat meningkatkan kesehatan seseorang juga dapat meringankan dari rasa sakit, perasaan-perasaan dan pikiran yang kurang menyenangkan serta membantu untuk mengurangi rasa cemas (Putri et al., 2017)

2. METODE

Metode yang digunakan penulis adalah studi kasus dan pengamatan lapangan yang ditulis dalam bentuk case report. Studi kasus dilakukan di ruang ICU, dikarenakan keterbatasan jumlah pasien di ruang ICU maka penulis menggunakan sebanyak dua orang pasien yang sesuai dengan karakteristik inklusi dan eksklusi untuk dilakukan Analisis. Pengambilan pasien ini sesuai dengan

kriteria inklusi yang telah ditentukan yaitu: Pasien sadar, terpasang ifus, terpasang monitir, terpasang oksigen, cemas, gelisah susah tidur dan suka dengan musik tertentu. Sedangkan untuk kriteria eksklusi sebagai berikut : Pasien atau keluarga pasien yang tidak bersedia menjadi sampel, untuk dilakukan penelitian. Alat penumpul data melakukan pengkajian dengan metode pengamatan dan wawancara yang sesuai dengan kriteria inklusi.

Selanjutnya pasien di berikan terapi musik, musik yang di gunakan dalam terapi ini adalah musik yang di sukai pasien, sebelumnya pasien di lakukan wawancara pasien menyukai musik apa setelah itu di berikan musik yang di sukai, pemberian musik menggunakan hp yang di hubungkan ke youtube untuk memudahkan untuk mencari lagu. Dalam pemberian terapi musik hp juga di hubungkan ke hadsad untuk mengantisipasi mengganggu pasien yang lain. Pemberian terapi musik kurang lebih dalam waktu 15-30 menit. Sebelumnya pasien di posisiakan dulu dengan posisi yang nyaman. Setelah di lakukan terapi musik, di lakukan pengamatan dan wawancara lagi jika pasien tampak rileks dan cemas menurun di nyatakan terapi yang di berikan berhasil.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pasien 1

Pasien Tn.X dibawa ke IGD dengan keluarga pada tanggal 20 Juni 2022 jam

08.45 Pasien merasakan pusing dengan tanda-tanda vital: TD : 184/99, S : 36,7 °C, HR : 94 x/menit, RR : 32x/menit.

Pasien mengatakan pusing selama 3 hari. Keluarga pasien mengatakan Tn.T mempunyai riwayat Darah tinggi dan stroke, Tn.T juga tidak rutin menontrolkan penyakitnya. Pada tanggal 20 Juni 2022 jam 11.00 Pasien di pindah di bangsal, pasien di rawat di bangsal selama 2 hari tiba-tiba mengalami penurunan kesadaran dan di pindah di ruang ICU pada tanggal 20 Juni 2022 jam 11.00. sesampai di ICU pasien di pasang monitor dengan tanda-tanda vital TD : 190/79, S: 36,9°C, HR : 84 x/menit, RR : 30x/menit. Selain itu pasien juga terpasang NGT, Kateter, Siring pump, Infus pump. Sesudah di rawat di ICU pasien sudah sadar dengan kondisi lemah, dan cemas, pasien tampak gelisah dan tidak bisa tidur. Setelah wawancara dengan keluarga pasien dan mendapat izin dari keluarga, pasien di berikan terapi musik, musik yang di berikan adalah musik campursari karena keluarga pasien mengatakan sebelum sakit di rumah pasien suka mendengarkan musik campursari, setelah di beri terapi musik selama 2x kali pasien tampak rileks dan bisa tidur.

Pasien 2

Pasien Tn.Y di bawa ke IGD pada tanggal 22 Juni 2022 jam 15.30 dengan 2 hari setelah post kll, keluarga pasien mengatakan pasien tiba-tiba tidak sadarkan diri setelah Sholat Ashar

sebelumnya pasien mengeluh keluar keringat dingin, lemas dan sesak nafas. Tanda-Tanda vital TD : 160/79, S: 35,8°C, HR: 95 x/menit, RR : 35 x/menit. Di IGD pasien terpasang NRM 15 lpm. Pasien di pindah ke ruang ICU pada tanggal 22 Juni 2022 jam 18.00 diruangICU pasien di pasang NGT, Katerer, Monitor dengan tanda-tanda TD: 140/78, S: 36,1°C, HR : 93 x/menit, RR : 29x/menit. Setelah di rawat selama 3 hari di ruang ICU pasien mengalami kesadaran. Setelah dilakukan pengamatan pasien mengalami susah tidur dan tampak cemas, setelah dilakukan wawancara dengan keluarga, keluarga bersedia untuk di lakukan terapi musik dan pasien menyukai musik campursari karena di rumah sering mendengarkan musik campursari. Setelah di lakukan terapi musik selama 3x selama 20 menit pasien tampak bisa tidur.

Dari hasil di atas dapat di simpulkan bahwa terapi musik dapat di jadikan terapi untuk pasien yang sedang mengalami kecemasan dan susah tidur. Pernyataan tersebut sesuai dengan (Donsu & R.Amini,2017). Teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik merupakan teknik untuk mengalihkan perhatian seseorang baik dari kecemasan maupun nyeri, teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik juga mempunyai efek sama-sama memberikan rangsangan ke saraf simpatis yang menghasilkan respon relaksasi sehingga efektif bisa

mengurangi kecemasan, mengurangi nyeri fisiologis, dan menurunkan tekanan darah. Teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik juga berhubungan dengan sensasi menyenangkan sehingga kecemasan yang dialami pasien bisa berkurang.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Gutiérrez & Camarena (2015); Goldbeck & Ellerkamp (2012); Tan dkk. (2010); Guétin dkk. (2009); Bibb dkk. (2015); dan lain-lain. Dalam (Novianti & Yudiarso, 2021) yang mengatakan bahwa terapi musik dapat menurunkan atau mengatasi gangguan kecemasan. Hal ini dikarenakan terapi musik menyebabkan individu mengalami perasaan rileks sehingga mengurangi gejala-gejala yang ada pada penderita gangguan kecemasan yang mungkin dialami oleh individu terutama jika musik yang digunakan dipilih berdasarkan pengalaman pribadi mereka. Hal tersebut dapat memunculkan ingatan positif yang kemudian

memberikan perasaan positif bagi individu yang sedang mengalami kecemasan.

Hasil tersebut juga sependapat dengan (Muzaki, A. I., & Dian, 2020) Musik sebagai terapi untuk menurunkan kecemasan sudah dipelajari dan dilakukan sejak lama karena manfaatnya yang besar dalam pengobatan. Musik dapat menstimulasi sistem saraf pusat untuk memproduksi endorfin, dimana endorfin ini dapat menurunkan tekanan darah, heart rate dan respiratory rate dan menciptakan suasana yang menyenangkan sehingga dapat meminimalkan rasa takut dan cemas. Selain itu musik dapat memberikan perasaan yang positif dan meningkatkan mood sehingga secara otomatis dapat meningkatkan kemampuan memperbaiki diri secara klinis seperti nyeri dan kecemasan.



Gambar 1 Pasien Terapi Musik

4. KESIMPULAN

Dari hasil pemberian terapi musik pada pasien cemas yang di rawat di ruang ICU yang telah dilakukan dapat diambil suatu kesimpulan yaitu cemas dapat berkurang setelah diberikan terapi music, kualitas tidur pasien meningkat setelah diberikan terapi music, pemutaran musik sesuai kesukaan pasien dapat menjadikan pasien lebih rileks.

REFERENSI

- Amir Nashruddin, M., & Wayan Wiwin, N. A. (n.d.). *Pengaruh Pemberian Terapi Musik Tradisional Terhadap Status Hemodinamik Pasien Anak yang Terpasang Ventilasi Mekanik Diruang PICU RSUD AWS Samarinda* (Vol. 2, Issue 3).
- Donsu dan Rida Amini Jurusan Keperawatan, J. D., & Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta, P. (2017). Perbedaan Teknik Relaksasi Dan Terapi Musik Terhadap Kecemasan Pasien Operasi Sectio Caesarea. In *JVK* (Vol. 3, Issue 2). <http://ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id/index.php/JVK>
- Ella Mayasari, Nihayatul Munaa, Lailatul Kodriyah, Ida Herawati, R. S. A. (n.d.). 317-Article Text-1713-1-10-20201201. 2020.
- Muzaki, A. I., & Dian, H. (2020). Penerapan Terapi Musik pada Pasien di Ruang Intensive Care Unit: A Literature Review. *Seminar Nasional Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta, 16–24*. <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/xmlui/handle/11617/12346>
- Natalia, D., Idris, T., Kurnia, E., & Napitu, A. A. (2021). *Pengkajian Nyeri Pada Pasien Terpasang Ventilator (Alat Ukur Nyeri Sebagai Aplikasi Pengkajian dalam Asuhan Keperawatan Kritis)* Penerbit Cv. Eureka Media Aksara.
- Novianti, A. C., & Yudiarso, A. (2021). Terapi musik sangat efektif untuk menurunkan perilaku atau gangguan kecemasan (anxiety disorder): Studi meta analisis. *Jurnal Psikologi Udayana*, 8(1), 58. <https://doi.org/10.24843/jpu.2021.v08.i01.p06>
- Putri, F., Larasati, D. M., Prihatanta, H., Dina, O. :, Larasati, M., Hadwi, D., Jurusan, P., Kesehatan, P., Rekreasi, D., & Uny, F. (2017). *Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan Sebelum Bertanding pada Atlet Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan Sebelum Bertanding Pada Atlet Futsal Putri*.

- Rahmayati, E., & Handayani, R. S. (2017). *Perbedaan Pengaruh Terapi Psikoreligius dengan Terapi Musik Klasik terhadap Kecemasan Pasien Pre Operatif di RSUD dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung*.
- Rasmita, D., Zahara Nasution, S., Rusdi, I., & Keperawatan, F. (2021). Karakteristik Pemenuhan Kebutuhan Spiritualitas Pada Pasien Yang Dirawat Di Ruang Icu. *Jurnal Keperawatan Priority*, 4(2).
- Tiraihati, Z. W. (2018). Analisis Promosi Kesehatan Berdasarkan Ottawa Charter Di Rs Onkologi Surabaya. *Jurnal PROMKES*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.20473/jpk.v5.i1.2017.1-12>