



**PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PREOPERASI BPH  
SEBELUM DAN SESUDAH PEMBERIAN TERAPI MUSIK  
ALAM DI RSUD AMBARAWA**

**ARTIKEL**

**OLEH :  
VISTA NUGRAHANTI WISMARIDA  
NIM. 010216A057**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO  
UNGERAN  
2018**

**HALAMAN PENGESAHAN**

Artikel berjudul :

**PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PREOPERASI BPH  
SEBELUM DAN SESUDAH PEMBERIAN TERAPI MUSIK  
ALAM DI RSUD AMBARAWA**

Oleh :

**VISTA NUGRAHANTI WISMARIDA**

**NIM. 010216A057**

Telah diperiksa dan disetujui oleh Pembimbing Skripsi  
Program Studi Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Ungaran, Maret 2018

**PembimbingUtama**



**Ns. Priyanto, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.MB**  
NIDN. 0625047601

**PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PREOPERASI BPH SEBELUM DAN SESUDAH PEMBERIAN TERAPI MUSIK ALAM DI RSUD AMBARAWA**  
*Vista Nugrahanti Wismarida\*) Priyanto\*\*) Abdul Wakhid\*\*)*

*\*Mahasiswa Program Studi S 1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo*

*\*\* Dosen Program Studi S 1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo*

*Email : vistanw@yahoo.com*

---

**ABSTRAK**

Tindakan operasi atau pembedahan merupakan pengalaman yang sulit bagi hampir semua individu. Prosedur pembedahan yang asing akan membuat seseorang mengalami berbagai stressor, seperti rasa takut dan kecemasan. Kecemasan pada pasien dengan operasi harus segera diatasi karena dapat menimbulkan perubahan-perubahan lanjut secara fisik yang akan menghambat dilakukannya tindakan operasi sehingga dapat memperlambat proses penyembuhan pasien. Terapi musik yang tepat dapat menurunkan kecemasan pada individu yang akan menjalani operasi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi sebelum dan sesudah pemberian terapi musik alam di RSUD Ambarawa

Jenis penelitian ini adalah *pre experimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest* menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpul data. Populasi dalam penelitian ini seluruh pasien pre operasi BPH di RSUD Ambarawa, Kabupaten Semarang. Teknik sampling yang digunakan adalah *accidental sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 21 orang. Pengumpulan data menggunakan instrumen data dianalisis menggunakan analisis uji *t-test dependent*

Hasil penelitian, diketahui sebelum diberi terapi musik alam sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan dalam kategori sedang yaitu sejumlah 11 orang (52,4 %) dan setelah diberi terapi musik alam sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan dalam kategori ringan yaitu sejumlah 13 orang (61,9 %). Hasil analisis menggunakan uji *t test dependent* didapatkan hasil ada perbedaan yang signifikan pada tingkat kecemasan pada pasien pre operasi BPH sebelum dan sesudah pemberian terapi musik alam di RSUD Ambarawa p value 0,0001.

Hasil penelitian ini diharapkan pihak rumah sakit untuk menjadikan teknik ini sebagai salah satu standar operasional prosedur terapi untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien dengan tindakan operasi

Kata kunci : Tingkat kecemasan, pre operasi, terapi musik

Kepustakaan : 23 kepustakaan (2006 -2016)

## ABSTRACT

**Background:** Surgery is a difficult experience for almost all individuals. An unfamiliar surgical procedure will make a person experience various stressors, such as fear and anxiety. Anxiety in patients with surgery should be addressed immediately because it may lead to further physical changes that will inhibit surgery so that it can slow the healing process of the patient. Appropriate music therapy can reduce anxiety in individuals who will undergo surgery.

**Objective:** The purpose of this study was to determine the difference in anxiety levels in pre-operative patients before and after the provision of natural music therapy in Ambarawa hospital.

**Method:** This type of research was pre experimental with one group pretest-posttest approach using questionnaire as data collecting tool. Population in this study was all pre operative patients of *Benigna Prostate Hyperplasia* (BPH) at Ambarawa Hospital, Semarang regency. The sampling technique used accidental sampling with total samples of 21 people. Data collecting used data instrument analyzed by using t-test dependent.

**Result:** The results of the study showed that before the therapy of natural music, most of the respondents experienced anxiety level in the moderate category as many as 11 people (52.4%) and after being given natural music therapy most respondents experienced anxiety levels in the light category as many as 13 people (61, 9%).

**Conclusion:** The result of the analysis using t test dependent shows that there is a significant difference in anxiety level in preoperative *Benigna Prostate Hyperplasia* (BPH) patients before and after getting natural music therapy at Ambarawa Hospital with p value 0.0001.

**Suggestion:** The results of this study expect the hospital to make this technique as an alternative therapy to reduce the levels of anxiety of patients having surgery

**Keywords** : Level of anxiety, preoperative, music therapy

**Literatures** : 23 literatures (2006 -2016)

## PENDAHULUAN

Pembedahan atau operasi adalah cara dokter untuk mengobati kondisi yang sulit atau tidak mungkin disembuhkan hanya dengan obat-obatan sederhana. Tahapan pada pembedahan atau operasi dimulai dari prabedah (*preoperatif*), bedah (*intraoperatif*), dan pasca bedah (*postoperative*) (Hidayat, 2012). Tindakan operasi atau pembedahan merupakan pengalaman yang sulit bagi hampir semua individu. Berbagai kemungkinan buruk bisa saja terjadi yang dapat membahayakan bagi individu tersebut. Prosedur pembedahan yang asing akan membuat seseorang mengalami berbagai stressor, seperti rasa takut dan kecemasan yang menghubungkan pembedahan dengan adanya nyeri,

kemungkinan terjadi kecacatan sehingga menyebabkan ketergantungan dengan orang lain bahkan sampai kematian (Potter & Perry, 2006).

Pada tahap pre operasi merupakan tahap yang seringkali meningkatkan kecemasan bagi individu dan keluarga, karena seringkali mereka tidak memahami atau mempercayai alasan untuk dilakukan pembedahan. Pandangan setiap orang dalam menghadapi pembedahan berbeda, sehingga respon pun akan berbeda, yang mana respon pembedahan pada umumnya menimbulkan ketakutan dan kecemasan (Maryunani, 2014).

Individu yang mengalami kecemasan pre operasi salah satunya dapat terjadi pada pasien *Benigna Prostate Hyperplasia* (BPH).

BPH adalah pembesaran kelenjar prostat non kanker BPH dapat menyebabkan penekanan pada uretra di tempat uretra menembus prostat sehingga berkemih menjadi sulit, mengurangi kekuatan aliran urine, atau menyebabkan urine menetes (Corwin, 2009). Menurut data WHO (2007), jika pria berumur lebih dari 50 tahun, kemungkinan akan mengalami pembesaran prostat adalah 50%, dan ketika berusia 80-85 tahun, resiko menderita BPH akan meningkat menjadi 90%. Insidensi BPH secara epidemiologi di dunia, pada usia 40an, kemungkinan seseorang itu menderita penyakit BPH sebesar 40%, dan setelah meningkatnya usia, yakni dalam rentang usia 60-70 tahun presentasinya meningkat menjadi 50% dan diatas 70 tahun presentase kejadiannya hingga 90% (Brahmantia& Huriah, 2016).

Kecemasan (ansietas/ anxiety) adalah gangguan alam perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realistik (*reality testing ability*), kepribadian masih tetap utuh, perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal. Kecemasan yang tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan adanya perubahan baik secara fisik maupun psikologis yang akhirnya dapat meningkatkan kerja syaraf dan akan terjadi peningkatan denyut jantung, keringat dingin, nafsu makan berkurang, dada sesak dan kepala pusing.

*Anxiety and Deression Association of Amerca* (ADAA, 2014), kecemasan diperkirakan mempengaruhi 1 dari setiap 25 orang. Perempuan lebih banyak dari pada laki-laki, dan kondisi ini lebih sering terjadi pada orang usia antara 35-55. *American Psychiatri Association* (APA), kecemasan mempengaruhi 8,3% dari populasi dan biasanya terjadi pada wanita 55-60% (Simbolon, 2015).

Survei komunitas menunjukkan sekitar 3-5% orang dewasa mengalami kecemasan, dengan prevalensi seumur hidup lebih dari

25%. Sekitar 15% pasien yang akan dioperasi dan 25% yang berobat biasanya gelisah. Gangguan kecemasan biasanya dimulai pada awal masa dewasa, antara 15 dan 25 tahun, akan semakin meningkat setelah usia 35 tahun. Perempuan lebih sering terkena daripada laki-laki dengan rasio 2:1 pada beberapa survei (Simbolon, 2015).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dino Apriyanto pada tahun 2013 di RS RA Kartini Jepara bahwa pasien yang mengalami kecemasan pre operasi sebanyak 60 responden yang terdiri dari cemas ringan sebanyak 3 orang (5,0%), cemas sedang sebanyak 28 orang (46,7%) dan cemas berat sebanyak 29 orang (48,3%). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di RSUD Ambarawa pada pasien pre operasi BPH diperoleh hasil bahwa 3 pasien mengalami tingkat kecemasan sedang, 2 pasien mengalami tingkat kecemasan berat, dan 2 pasien mengalami tingkat kecemasan ringan.

Kecemasan pada pasien pre operasi harus segera diatasi karena dapat menimbulkan perubahan-perubahan lanjut secara fisik yang akan menghambat dilakukannya tindakan operasi sehingga dapat memperlambat proses penyembuhan pasien. Secara fisik kecemasan dapat memicu kelenjar adrenalin untuk melepas hormon-hormon epinefrin yang kemudian menggerakkan hormon tubuh tersebut untuk mengatasi situasi yang mengancam. Hormon-hormon tersebut akan meningkatkan detak jantung, frekuensi pernafasan dan tekanan darah.

Menurut ahli fisiologis dan psikologis Edmund Jacobson pada tahun 1930 an, terapi musik yang tepat dapat menurunkan kecemasan pada individu yang akan menjalani operasi, terapi ini dapat diterapkan secara sederhana tidak membutuhkan ruang lingkup yang besar dalam pelaksanaannya dan tidak menimbulkan efek samping.

Terapi musik adalah suatu bentuk terapi dengan menggunakan musik secara

sistematis, terkontrol dan terarah didalam menyembuhkan, merehabilitasi, mendidik dan melatih orang dewasa yang menderita gangguan fisik, mental dan emosional. Musik dapat berfungsi sebagai alat terapeutik, karena ritme internal yang tercipta bagi pendengarnya akan dapat mempengaruhi metabolisme tubuh menjadi lebih baik (Sukaryati & Maryunani, 2011).

Sebagaimana kita ketahui bahwa alam memiliki sumber daya potensial untuk memenuhi kebutuhan hidup manusia, termasuk dalam bidang kesehatan. Sampai saat ini sumber daya alam, baik hewan, tumbuhan, energy alam atau gejala alam banyak digunakan manusia untuk membantu dalam proses penyembuhan. Jenis terapi yang dimanfaatkan salah satunya adalah terapi musik alam (Sudarma, 2008).

Mendengarkan suara desir angin dan gemericik air di sungai, suara rintik air hujan dan juga suara kicauan burung di pagi hari adalah terapi musik yang disediakan melimpah oleh alam. Manusia memiliki hubungan yang erat dan kontak dengan alam yang bermanfaat bagi kesehatan. Manfaat musik sebagai obat depresan juga diterapkan pada rumah sakit di luar negeri, akan tetapi di Indonesia terapi musik sebelum menjalani operasi masih belum begitu familiar (Aizid, 2011).

Dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Virgianti Nur Faridah pada tahun 2015 yang berjudul “ Terap Murottal (Al Qur’an) Mampu Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Laparotomi” dalam hasil penelitiannya menunjukkan pasien pre operasi laparotomi sebelum diberikan terapi murottal (Al Qur’an) mengalami kecemasan sedang sebesar 56,2% dan kecemasan berat sebesar 43,8%. Setelah diberikan terapi murottal (Al Qur’an) didapatkan sebagian besar (65,6%) mengalami tingkat kecemasan ringan. Hasil uji statistik *Wilcoxon* didapatkan nilai  $Z = -5,185$  dan  $P = 0,000$  artinya ada pengaruh

pemberian terapi murottal (Al Qur’an) terhadap penurunan tingkat kecemasan.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Esra Akin Korhan, Leyla Khorshid dan Mehmet Uyar pada tahun 2010 dengan judul “*The Effect of Music Therapy on Physiological Signs of Anxiety in Patients Receiving Mechanical Ventilatory Support*” hasil penelitiannya menunjukkan bahwa kelompok intervensi memiliki tingkat pernafasan yang jauh lebih rendah, dan tekanan darah sistolik dan diastolik yang rendah dibandingkan kelompok kontrol. Penurunan ini meningkat secara progresif pada menit ke 30, 60, dan menit ke 90.

Dari penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa pemberian terapi musik dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi, tetapi tidak semua jenis musik dapat dijadikan terapi sehingga berdasarkan pemaparan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang perbedaan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi sebelum dan sesudah pemberian terapi musik alam di RSUD Ambarawa.

### **Tujuan Penelitian**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan pasien pre operasi sebelum dan sesudah pemberian terapi musik alam di RSUD Ambarawa.

### **Manfaat Penelitian**

Dapat dijadikan referensi dalam pemberian keperawatan terutama untuk penanganan kasus kecemasan pada klien pre operasi.

### **METODE PENELITIAN**

Metode Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan eksperimen atau penelitian intervensi dengan *pre experimental design*. Dalam rancangan ini peneliti menerapkan *one group pre-test post-test design* karena

mencakup satu kelompok yang diobservasi pada tahap *pre-test* yang kemudian dilanjutkan dengan *treatment* dan *post-test*

### HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Distribusi frekuensi tingkat kecemasan pasien pre operasi BPH sebelum diberi terapi musik alam di RSUD Ambarawa

Tingkat kecemasan	F	%
Berat	2	9,5
Sedang	11	52,4
Ringan	8	38,1
Total	21	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebelum diberi terapi musik alam sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan dalam kategori sedang yaitu sejumlah 11 orang (52,4 %).

Tabel 2 Distribusi frekuensi tingkat kecemasan pasien pre operasi BPH sesudah diberi terapi musik alam di RSUD Ambarawa

Tingkat kecemasan	F	%
Sedang	1	4,8
Ringan	13	61,9
Tidak cemas	7	33,3
Total	21	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa setelah diberi terapi musik alam sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan dalam kategori ringan yaitu sejumlah 13 orang (61,9 %).

Tabel 3 Perbedaan tingkat kecemasan pasien pre operasi BPH sebelum dan sesudah diberi terapi musik alam di RSUD Ambarawa.

Variabel	Perlakuan	n	Mean	SD	T	P-value
Kecemasan	Sebelum	21	21,48	4,389	7,806	0,0001
	Sesudah	21	14,00			

Berdasarkan tabel 3, dapat diketahui bahwa tingkat kecemasan responden sebelum dan sesudah diberikan terapi musik alam mengalami penurunan sebesar 7,476. Berdasarkan uji *t dependent*, didapatkan nilai *t* hitung 7,806 dengan *p-value* sebesar 0,0001. Terlihat bahwa  $p\text{-value } 0,0001 < \alpha$

(0,05), ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang bermakna pada tingkat kecemasan pasien pre operasi BPH sebelum dan sesudah diberi terapi musik alam di RSUD Ambarawa

### PEMBAHASAN

1. Gambaran tingkat kecemasan pasien pre operasi BPH sebelum diberi terapi musik alam di RSUD Ambarawa

Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya perasaan cemas dalam kategori sedang dilihat dari sisi psikologis yang dialami oleh sebagian besar responden sebelum dilakukan operasi BPH dalam penelitian ini. Adanya perasaan cemas pada sebagian besar responden sebelum melakukan operasi BPH tersebut merupakan cerminan dari suasana hati responden yang diaplikasikan dalam bentuk respon perilaku serta psikologis responden.

Respon psikologis secara umum berhubungan adanya ansietas menghadapi anestesi, diagnosa penyakit yang belum pasti, keganasan, nyeri, ketidaktahuan tentang prosedur operasi dan sebagainya (Long, 2006). Hal tersebut juga sesuai dengan pendapat Muttaqin & Kumala, (2009), yang menyatakan bahwa cemas disebabkan oleh hal-hal yang tidak jelas, termasuk di dalamnya pasien yang akan menjalani operasi karena tidak tahu konsekuensi operasi dan takut terhadap prosedur operasi itu sendiri. Perasaan yang tidak menyenangkan ini umumnya menimbulkan gejala-gejala psikologis (seperti panik, tegang, bingung, tak dapat berkonsentrasi dan sebagainya). Perbedaan intensitas kecemasan tergantung pada keseriusan ancaman dan kemampuan dari mekanisme keamanan yang dimiliki seseorang. Perasaan-perasaan tertekan dan tidak berdaya akan muncul apabila orang tidak siap menghadapi ancaman.

Berdasarkan psikoneuroimunologi, kecemasan merupakan stresor yang akan mempengaruhi sistem limbik sebagai pusat pengatur emosi yang terjadi melalui serangkaian yang diperantarai oleh HPA-axis (Hipotalamus, Pituitari dan Adrenal). Stres akan merangsang hipotalamus untuk meningkatkan produksi Corticotropin Releasing Hormone (CRF). CRF ini selanjutnya akan merangsang kelenjar pituitari anterior untuk meningkatkan produksi Adrenocorticotropin Hormone (ACTH). Hormon ini yang akan meningkatkan sekresi kortisol dan aksi katekolamin (epinefrin dan norepinefrin). Pelepasan hormon tersebut merangsang peningkatan kerja sistem parasimpatis dan simpatis susunan saraf otonom sehingga mempengaruhi kerja metabolik seperti mengeluh sering kencing atau susah kencing, mulas, mencret, kembung, perih di lambung, keringat dingin, jantung berdebar-debar, hipotensi atau hipertensi, sakit kepala dan sesak nafas (Muttaqin & Sari, 2009).

Berdasarkan hasil penelitian juga diketahui bahwa sebagian besar responden yang mengalami kecemasan dalam kategori sedang juga mengalami gangguan dalam hal tidur dimana sebagian besar responden menyatakan bahwa mereka tidak pulas saat tidur (80,0%) dan mengalami perasaan depresi seperti kehilangan minat (40,0%) dan merasa sedih (33,3%). Hal tersebut sesuai dengan pendapat Mubarak (2012), yang menyatakan bahwa kecemasan sering kali mengganggu tidur seseorang. Kondisi ansietas dapat meningkatkan kadar norepinefrin darah melalui stimulasi sistem saraf simpatis. Kondisi ini menyebabkan berkurangnya siklus tidur NREM tahap IV dan tidur REM serta seringnya terjaga saat tidur. Hal tersebut

juga sejalan dengan apa yang dikemukakan Sabiston (2005) dalam Nurlela, dkk (2010), bahwa gangguan psikologis sebelum tindakan operasi karena depresi dapat menyebabkan pasien mengalami insomnia. Diakibatkan karena pasien cemas, depresi, stress yang berkelanjutan, sehingga menyebabkan kebiasaan tidur yang buruk karena sulit untuk tidur dan akibatnya kualitas tidur terganggu. Kemudian Bukit (2009) dalam Nurlela (2010) juga mengemukakan bahwa cemas, depresi dan stres mempengaruhi kualitas tidur pasien.

## 2. Gambaran tingkat kecemasan pasien BPH sesudah diberi terapi musik alam di RSUD Ambarawa

Berdasarkan hasil penelitian dan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini mengalami kecemasan dalam kategori sedang sebelum dilakukan operasi BPH dengan ditandai beberapa gejala psikologis dan fisiologis yang dialami oleh responden seperti susah tidur, adanya perasaan takut, adanya gejala somatik seperti mulut kering, sering kencing dan gejala lainnya yang menunjukkan adanya kecemasan sedang yang dialami oleh sebagian besar responden dalam penelitian ini.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zuchra (2014), tentang pengaruh terapi musik religi terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi di Ruang Bedah RSUP. Dr. M. Djamil Padang tahun 2014. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai  $p = 0,005$  ( $p < 0,05$ ) yang berarti bahwa terapi musik religi memiliki pengaruh bermakna terhadap tingkat kecemasan sedang dan berat pada pasien pre operasi.

Menurut pendapat peneliti bahwa kondisi kecemasan pada pasien pre



operasi disebabkan oleh kondisi rawat inap dimana pasien akan direncanakan untuk tidak operasi. Tindakan pembedahan biasanya memicu ketegangan seseorang dalam menghadapi pembedahan tersebut. Kondisi tubuh yang mengalami kecemasan akan menimbulkan gejala yang beraneka ragam seperti perasaan frustrasi, rasa marah, dan dendam (kebencian), sensitif dan sebagainya. Hal tersebut sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Smeltzer & Bare (2013) menyatakan bahwa seseorang yang mengalami kecemasan dalam kategori sedang akan mengalami beberapa respon perilaku dan emosi seperti gerakan tersentak-sentak, banyak bicara dan perasaan tidak nyaman.

Kecemasan sedang yang dialami oleh sebagian besar responden sebelum dilakukan operasi menurut asumsi peneliti merupakan hal yang wajar dan sering terjadi pada seseorang yang akan menjalani operasi. Kecemasan yang timbul diakibatkan oleh kurangnya pengetahuan responden tentang hal-hal yang berhubungan dengan operasi dan hal-hal yang akan dialami oleh responden setelah operasi tersebut dilakukan. Selain itu kecemasan yang timbul pada sebagian besar responden pre operasi juga diakibatkan adanya pikiran-pikiran yang sering timbul sebelum maupun akibat yang akan di timbulkan setelah operasi tersebut selesai terhadap kondisi fisik responden khususnya yang berhubungan dengan fungsi seksual pada responden. Sebagian besar responden merasakan cemas dan khawatir terhadap fungsi seksual mereka setelah menjalani operasi ini. Hal tersebut dikarenakan operasi yang dilakukan berada di organ vital yang berhubungan dengan seksualitas responden sehingga sebagian besar responden merasa cemas dan khawatir

apabila mereka mengalami gangguan fungsi seksual dan tidak dapat menjalankan fungsi seksualnya dengan baik.

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Effendy (2010), yang menyatakan bahwa kecemasan pada masa preoperasi merupakan hal yang wajar. Beberapa pernyataan yang biasanya terungkap misalnya, ketakutan munculnya rasa nyeri setelah pembedahan, ketakutan terjadi perubahan fisik (menjadi buruk rupa dan tidak berfungsi secara normal), takut keganasan (bila diagnosa yang ditegakkan belum pasti), takut/cemas mengalami kondisi yang sama dengan orang lain yang mempunyai penyakit yang sama, takut memasuki ruang operasi, menghadapi peralatan bedah dan petugas, takut mati saat dilakukan anestesi, serta ketakutan apabila operasi akan mengalami kegagalan.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa setelah diberi terapi musik alam sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan dalam kategori ringan yaitu sejumlah 13 orang (61,9 %). Kecemasan ringan berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lahan persepsinya seperti melihat, mendengar dan gerakan menggenggam lebih kuat.

Pada studi yang dilakukan oleh Raymond Bahr (2013) dalam waktu satu setengah jam mendengarkan musik yang lembut memiliki efek terapi yang sama seperti dengan menggunakan obat penenang Valium 10 mg. Menurut Campbell (2010) jenis musik impresionis seperti Debussy, faure dan ravel yang diberikan selama seperempat jam yang diikuti dengan beberapa menit peregangan dapat membuat impuls-impuls kreatif dan membuat kita

bersentuhan dengan alam tak sadar (IHA, 2010). Musik alam sendiri mempunyai durasi 5-6 menit per lagu, sehingga pendengar akan mulai merasakan keharmonisan musik ini dalam kurun waktu 6 menit.

Musik sebagai gelombang suara diterima dan dikumpulkan oleh daun telinga masuk ke dalam meatus akustikus eksternus sampai dengan membran timpani. Telinga mengubah gelombang suara di udara menjadi gerakan-gerakan berosilasi membrana basilaris yang membengkokkan pergerakan maju mundur rambut-rambut di sel reseptor. Perubahan bentuk mekanis rambut-rambut tersebut menyebabkan pembukaan dan penutupan (secara bergantian) saluran di sel reseptor yang menimbulkan perubahan potensial berjenjang di reseptor, sehingga mengakibatkan perubahan kecepatan pembentukan potensial aksi yang merambat ke otak.

Hasil penelitian Shakarashvili (2015) yang berjudul "*Music Therapy*" hasil penelitian ini adalah terapi musik memberikan bukti bahwa musik dapat digunakan secara efektif selama perawatan dengan berbagai kondisi termasuk kondisi sistem saraf, masalah kesehatan mental, hipertensi, gangguan sistem mikrosirkulasi dan hemodinamik, kondisi kardiovaskular, disfungsi sistem vegetatif, pencernaan dan pernafasan, kemampuan adaptasi dan resistensi berkurang, nyeri dan autisme. Terapi ini bisa bermanfaat untuk rehabilitasi.

3. Perbedaan tingkat kecemasan pasien pre operasi BPH sebelum dan sesudah diberi terapi musik alam di RSUD Ambarawa.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa diketahui bahwa tingkat kecemasan responden sebelum dan sesudah diberikan terapi musik alam mengalami penurunan sebesar 7,476. Berdasarkan uji *t dependent*, didapatkan

nilai *t* hitung 7,806 dengan *p-value* sebesar 0,0001. Terlihat bahwa *p-value*  $0,0001 < \alpha$  (0,05), ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang bermakna pada tingkat kecemasan pasien pre operasi BPH sebelum dan sesudah pemberian terapi musik alam di RSUD Ambarawa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perubahan sebelum dan sesudah diberikan terapi musik alam dari tingkat kecemasan berat menjadi sedang, tingkat kecemasan sedang menjadi ringan dan tingkat kecemasan ringan menjadi tidak cemas, hal ini dikarenakan salah satu penanganan untuk mengatasi kecemasan yaitu dengan terapi mendengarkan musik alam.

Sebuah studi yang pernah dilakukan oleh Wenny Safitri (2016) untuk menyelidiki efek musik pada tingkat kecemasan pada pasien yang akan menjalani operasi memiliki temuan serupa. Pengaruh pemberian terapi musik terhadap tingkat kecemasan pasien preoperasi di Bangsal Bedah Ruang Melati RSUD Panembahan Senopati Bantul didapat hasil bahwa adanya perbedaan yang signifikan terhadap tingkat kecemasan pasien preoperasi ( $t=3,373$ ,  $df=48$ ,  $p<0,05$ ). Dengan demikian membuktikan bahwa adanya penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi.

Di zaman dimana semakin banyak orang berpaling pada metode penyembuhan holistik, terapi musik merupakan media yang ampuh dan tidak berbahaya. Terapi musik berhasil diterapkan pada individu dari berbagai usia dan berbagai permasalahan

Musik merupakan getaran udara yang harmonis yang ditangkap oleh saraf koklearis dan diteruskan ke otak. Di otak, musik mempengaruhi hipofisis untuk melepaskan endorfin yaitu zat alami yang dapat mengubah mood

tubuh yang memberikan rasa senang dan rileks sehingga dapat mengurangi nyeri dan kecemasan (Djohan, 2010). Berdasarkan laporan *Joanna Briggs Institute* musik digunakan untuk penanganan pasien dalam hal penurunan kecemasan ketika dirawat, membantu untuk rileks, mengurangi rasa nyeri, meningkatkan fungsi kognitif, meningkatkan perasaan bahagia dan meningkatkan toleransi seseorang terhadap tindakan yang tidak menyenangkan.

Musik menghasilkan rangsangan ritmis yang kemudian ditangkap melalui organ pendengaran dan diolah didalam sistem saraf tubuh dan kelenjar pada otak yang selanjutnya ritme internal ini mempengaruhi metabolisme tubuh manusiasehingga prosesnya berlangsung dengan lebih baik (Satiadarma, 2014). Potter & Perry (2010), menambahkan distraksi bekerja memberi pengaruh yang baik untuk jangka waktu yang singkat, salah satu distraksi yang efektif adalah musik, yang dapat menurunkan nyeri fisiologis, stres dan kecemasan dengan mengalihkan perhatian. Musik terbukti menunjukkan efek yaitu menurunkan frekuensi denyut jantung, mengurangi kecemasan dan depresi, menghilangkan nyeri dan menurunkan tekanan darah.

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

1. Sebelum diberi terapi musik alam sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan dalam kategori sedang yaitu sejumlah 11 orang (52,4 %)
2. Setelah diberi terapi musik alam sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan dalam kategori ringan yaitu sejumlah 13 orang (61,9 %).
3. Ada perbedaan yang bermakna pada tingkat kecemasan pasien pre operasi BPH sebelum dan sesudah diberi terapi

musik alam di RSUD Ambarawa dengan *p-value* 0,0001.

### **Saran**

Hasil ini tentunya bisa menjadi rekomendasi pihak rumah sakit untuk menetapkan teknik ini sebagai salah satu standart operasional prosedur terapi untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien dengan tindakan operasi. Salah satu langkah yang perlu dilakukan adalah meningkatkan sarana dan prasarana untuk menunjang terapi musik alam ini, seperti : *central speaker* di ruang rawat inap dan memberikan variasi terhadap jenis musik untuk menciptakan ketenangan dan menurunkan kecemasan pasien.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aizid, Rizem. 2011. *Sehat dan Cerdas dengan Terapi Musik*. Jakarta: Trans Media
- Brahmantia., Huriah. 2016. Pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Techniques (SEFT)* terhadap Penurunan Nyeri dan Kecemasan pada Pasien Pasca Bedah *Transurethral Resection Prostate (TURP)* di RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya [20 Mei 2017]
- Corwin, J Elizabeth. 2009. *Buku Saku Patofisiologi*. Edisi 3. Jakarta: EGC
- Dino Aprianto. 2013. Efektifitas Teknik Relaksasi Imajinasi Terbimbing dan Nafas Dalam terhadap Penurunan Kecemasan pada Pasien Pre Operasi [10 Mei 2017]
- Djohan. 2009. *Terapi musik teori dan aplikasi*. Yogyakarta: Galang Press;
- Djohan. 2010. *Terapi Musik Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Galangpress (Anggota IKAPI)

- Effendy, M.M, Bowden.R.V, Jones.G.E (2010). *Buku ajar keperawatan keluarga riset, teori dan praktik edisi 5*, Jakarta: Penerbit buku kedokteran EGC.
- Esra Akin Korhan, Leyla Khorshid and Mehmet Uyar. 2010. The effect of music therapy on physiological signs of anxiety in patient sreceiving mechanical ventilatory support [28 Mei 2017]
- Hidayat, A. Aziz Alimul. 2012. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Long, Barbara C. 2006. *Perawatan Medikal Bedah (Suatu Pendekatan Proses Keperawatan) Jilid 3*. Bandung: Yayasan Ikatan Alumni Pendidikan Keperawatan
- Manurung, Nixson. 2016. *Terapi Reminiscence Solusi Pendekatan sebagai Upaya Tindakan Keperawatan dalam Menurunkan Kecemasan Stres dan Depresi*. Jakarta: Trans Info Media
- Maryunani, Anik.2014.*Asuhan Keperawatan Perioperatif-Pre Operasi (Menjelang Pembedahan)*. Jakarta: Trans Info Media
- Mubarak, W. I. 2012. *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Komunitas 2 : Teori &Aplikasi dalam Praktik dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan Komunitas, Gerontik dan Keluarga*. Jakarta: Sagung Seto.
- Muttaqin A, Sari K. 2009. *Asuhan keperawatan perioperatif: konsep, proses, dan aplikasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Potter & Perry. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan. Konsep, Proses, dan Praktik. Edisi 4*.Jakarta : EGC
- Potter,P.A.,Perry,A.G. 2006. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik (Edisi 4) Volume 2*. (Yasmin Asih et al., Penerjemah). Penerbit Buku Kedokteran. Jakarta: EGC.
- Priyoto. 2015. *Nursing Intervention Classification (NIC) dalam Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Salemba Medika
- Satiadarma, M. P & Zahra. (2014), *Cerdas dengan musik*. Jakarta: Puspa Suara.
- Simbolon, Pomarinda. 2015. Pengaruh Terapi Musik terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi di Ruang Rawat Bedah RS Santa Elisabeth Medan Tahun 2015 [17 Mei 2017]
- Smeltzer, Suzanne C. 2013. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedal Edisi 8 Vol. 5*.Jakarta : EGC
- Sudarma, Momon. 2008. *Sosiologi untuk Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Sukaryati,Y.,Maryunani,A.2011.*Senam Hamil Senam Nifas dan Terapi Musik*.Jakarta: CV Trans Info Media
- Virgianti Nur Faridah. 2015.*Terapi Murottal (Al qur'an) Mampu Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Laparatomi* [14 Mei 2017]