

PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA IBU PRE OPERASI *SECTIO CAESAREA*

THE EFFECT OF CLASSICAL MUSIC THERAPY TOWARDS REDUCING ANXIETY LEVELS IN PRE OPERATIONS OF SECTIO CAESAREA MOTHERS

Emilda AS

¹Prodi Kebidanan Langsa Poltekkes Kemenkes Aceh

*E-mail : emilda@poltekkesaceh.ac.id

Phone : 0853-2807-1546

ABSTRAK

Operasi *sectio caesarea* mempunyai komplikasi infeksi, perdarahan, luka pada kandung kencing, embolisme paru-paru, ruptur uteri, dan kematian janin perinatal, sehingga dapat menimbulkan kekhawatiran dan kecemasan. Terapi relaksasi merupakan salah satu alternatif yang dapat diberikan untuk mengurangi respon kecemasan. Musik telah terbukti dapat mengendalikan tingkat neurofisiologis yang dapat membuat efek relaksasi melalui respon saraf sentral dan otonom.

Untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu per operasi *sectio caesarea* di RSUD Kota Langsa.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi Eksperimen* yaitu eksperimen yang belum atau tidak memiliki ciri-ciri rancangan eksperimen yang sebenarnya. Pendekatan yang dipilih adalah *One Group Pre Test – Post Test Design* yaitu penelitian yang menggunakan satu kelompok subyek, pengukuran dilakukan sebelum diberikan intervensi dan setelah diberikan intervensi. Jumlah sampel dalam penelitian adalah 21 orang yang diperoleh dengan *Accidental Sampling*.

Hasil uji statistik didapatkan nilai $Pvalue = 0,000$, yang berarti $Pvalue < \alpha$ ($0,000 < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi musik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu pre operasi *sectio caesarea*.

Terapi musik klasik dapat menurunkan tingkat kecemasan pada ibu pre operasi *sectio caesarea*.

Kata Kunci : Terapi Musik Klasik, Tingkat Kecemasan, *Sectio Caesarea*

ABSTRACT

Sectio caesarea surgery has complications of infection, bleeding, bladder injury, pulmonary embolism, uterine rupture, and perinatal fetal death, which can cause concern and anxiety. Relaxation therapy is an alternative that can be given to reduce the anxiety response. Music has been shown to control neurophysiological levels that can create a relaxing effect through central and autonomic nervous responses.

To determine the effect of classical music therapy on reducing anxiety levels in mothers per sectio caesarea operation at Langsa City Hospital.

The research design used in this study is a quasi-experimental experiment, which is an experiment that does not or does not have the characteristics of an actual experimental design. The approach chosen is One Group Pre Test – Post Test Design, namely research that uses one group of subjects, measurements are taken before being given the intervention and after being given the intervention. The number of samples in the study were 21 people obtained by Accidental Sampling.

The results of statistical tests obtained $P value = 0.000$, which means $P value < (0.000 < 0.05)$, it can be concluded that there is an effect of giving music therapy to decrease anxiety levels in preoperative sectio caesarea mothers.

Keywords : *Classical Music Therapy, Anxiety Levels, Sectio Caesarea*

PENDAHULUAN

Menurut RISKESDAS tahun 2018, jumlah persalinan dengan metode SC pada perempuan usia 10-54 tahun di Indonesia mencapai 17,6% dari keseluruhan jumlah persalinan. Terdapat pula beberapa gangguan/komplikasi persalinan pada perempuan usia 10-54 tahun di Indonesia mencapai 23,2% dengan rincian posisi janin melintang/sungsang sebesar 3,1%, perdarahan sebesar 2,4%, kejang sebesar 0,2%, ketuban pecah dini sebesar 5,6%, partus lama sebesar 4,3%, lilitan tali pusat sebesar 2,9%, plasenta previa sebesar 0,7%, plasenta tertinggal sebesar 0,8%, hipertensi sebesar 2,7%, dan lain-lainnya sebesar 4,6% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Persalinan dengan menggunakan metode sectio cesaria (SC) bukanlah tanpa resiko, terbukti resiko kematian ibu akibat Sectio Caesarea (SC) adalah 4-6 kali lebih besar dari kelahiran pervaginam. Prosedur sectio caesarea sering menimbulkan kecemasan bagi pasien (Widyastanti, 2019).

Kecemasan merupakan suatu respon terhadap situasi tertentu yang mengancam dan juga hal yang norma menyertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru yang belum pernah dilakukan, serta dalam menentukan identitas diri dan arti hidup. Kecemasan menjadi reaksi yang dapat dialami siapapun. Namun, cemas yang berlebihan apalagi yang sudah gangguan akan menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya (Kaplan & Saddock, 2010).

Kecemasan yang tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan adanya perubahan secara fisik maupun psikologis yang akhirnya dapat meningkatkan kerja saraf simpatis dan akan terjadi peningkatan denyut jantung, frekuensi nafas, tekanan darah, keringat dingin,

merasa mulas, gangguan perkemihan, dan secara umum mengurangi tingkat energi pada pasien sehingga merugikan pasien itu sendiri (Savitri, Fidayanti, & Subiyanto, 2016).

Terapi nonfarmakologis yang dapat membantu memberikan efek ketenangan sehingga haemodinamik dan tanda-tanda vital ibu dengan sectio caesarea tetap stabil. Terapi yang dapat digunakan yaitu dengan terapi musik. Musik dapat mempengaruhi ambang munculnya stress dan tekanan secara psikis yang lain, meningkatkan terjadinya relaksasi otot dan menekan emosi sehingga menimbulkan efek ketenangan (Musbikin, 2009).

Musik merupakan satu sarana yang sangat bermanfaat dan mudah diperoleh. Musik dapat menenangkan, mengangkat spirit, membuat sedih. Dengan mempelajari jenis-jenis musik yang berbeda dan merasakan efek-efek musik tertentu terhadap tubuh, seseorang dapat secara efektif memilih musik pada saat membutuhkannya musik dengan frekuensi sedang (musik klasik) dapat berpengaruh terhadap emosi karena musik klasik dapat membuat otak menjadi lebih santai. Saat ini banyak jenis musik yang dapat diperdengarkan namun musik yang menempatkan kelasnya sebagai musik bermakna medis adalah musik klasik karena musik ini magnitude yang luar biasa dalam perkembangan ilmu kesehatan, diantaranya memiliki nada yang lembut dan teratur, memberikan stimulasi gelombang alfa, ketenangan, dan membantu pendengarnya lebih rileks (Campbell, Doman, & Bon, 2011).

Beberapa penelitian yang telah dilakukan menyebutkan bahwa terapi musik klasik memberikan efek yang signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien, pasien tampak lebih tenang dalam mengelola setiap kecemasan yang sedang dialami.

Berdasarkan uraian diatas, terapi musik klasik memiliki potensi untuk menurunkan tingkat kecemasan ibu *pre sectio caesarea*.

METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi eksperiment* yaitu dengan pendekatan yang dipilih adalah *one group pre test – post test design* yaitu penelitian yang menggunakan satu kelompok subyek, pengukuran dilakukan sebelum diberikan intervensi dan setelah diberikan intervensi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu primigravida pre operasi *sectio caesarea* di RSUD Kota Langsa. Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan *accidental sampling* dan memenuhi dua kriteria yaitu inklusi dan eksklusi sejak bulan Mei 2019 sampai dengan bulan Juni 2019 di ruang bersalin RSUD Kota Langsa berjumlah 21 responden ibu primipara pre operasi *sectio caesarea*. Responden dikaji tingkat kecemasan kemudian diberi perlakuan terapi musik klasik selama 30 menit menggunakan *MP3 Player* dan diperdengarkan melalui *headset* kemudian pengamatan kembali tingkat kecemasan responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data hasil penelitian yang telah dilakukan, hasil uji statistik menggunakan *Paired-Samples T Test* tingkat kecemasan *pre test* dan *post test* disajikan dalam tabel berikut :

Tabel 1
Perbedaan Tingkat Kecemasan *Pretest* dan *Posttest*

Tingkat Kecemasan	Mean	SD	SE	<i>p value</i>	N
Sebelum	68,29	5,676	1,239	0,000	21
Sesudah	27,38	4,466	0,975		

Tabel 1 menunjukkan nilai rerata sebelum diberikan perlakuan 68,29 adalah cemas sedang (50-69) nilai rerata sesudah diberikakan perlakuan 27,38 adalah tidak

cemas (20-30), dan didapatkan nilai *pvalue* = 0,000, yang berarti *pvalue* < α (0,000 < 0,05), maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi musik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu pre operasi *sectio caesarea*.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian lain yang menunjukkan *p value* = 0.00, dan $0.00 < 0,05$ yang berarti ada pengaruh yang signifikan dari pemberian terapi musik klasik pada uji T yaitu sebelum diberikan terapi musik didapat hasil uji T (*t* hitung) 382,5 menjadi (*t* Hitung) 301,3 dengan perolehan *p value* 0.00 (nilai ini lebih kecil dari 0.05), dimana terdapat selisih *t* hitung (382,5- 301,3 = 81,2). Hal ini menunjukkan ada hubungan pemberian terapi musik untuk menurunkan kecemasan pasien pre operasi (Basri, Lingga, 2019).

Tindakan atau asuhan untuk menangani kecemasan pasien yaitu berupa tindakan mandiri, contohnya seperti teknik relaksasi dan distraksi. Distraksi merupakan tindakan mengalihkan perhatian dan bekerja memberikan pengaruh yang baik untuk jangka waktu yang singkat. Salah satu teknik distraksi yang digunakan untuk mengatasi kecemasan adalah dengan mendengarkan musik klasik (Perry, 2010).

Terapi musik merupakan aktivitas terapeutik karena mampu memperbaiki, memelihara, mengembangkan mental, fisik, dan kesehatan emosi. Musik klasik dengan frekuensi alfa dan betha 5000-8000 Hz dapat merangsang tubuh dan pikiran menjadi rileks sehingga merangsang otak menghasilkan hormon serotonin dan endorphin yang akan berdampak menjadikan tubuh rileks dan membuat detak jantung menjadi stabil. Peningkatan kadart serotonin menjadi hormon melatonin memiliki efek regulasi terhadap relaksasi tubuh sehingga dapat memperbaiki suasana hati (*mood*), baik itu menciptakan suasana tenang, rileks, aman, maupun menyenangkan, sehingga mampu membuat

pasien merasa nyaman (Trappe, 2012).

KESIMPULAN DAN SARAN

Terapi musik klasik dapat menurunkan tingkat kecemasan pada ibu primigravida pre operasi *sectio caesarea*. Terapi musik klasik dapat dijadikan sebagai salah satu terapi nonfarmakologi untuk menangani kecemasan pada ibu pre operasi *sectio caesarea*.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Rumah Sakit Umum Daerah Langsa dan Prodi Kebidanan Langsa Poltekkes Kemenkes Aceh yang telah memberikan dukungan terhadap penyelesaian penelitian ini.

REFERENCES

- Basri, Lingga, D. L. (2019). Pasien Pre Operasi Di Instalasi Bedah Pusat Rsup H . Adam Malik Medan Tahun 2018. *Keperawatan Priority*, 2(2), 41–50.
- Campbell, D., Doman, A., & Bon, J. (2011). *Healing at the Speed of Sound: How What We Hear Transforms Our Brains and Our Lives*. USA: Hudson Street.
- Kaplan, & Saddock. (2010). *Sinopsis Psikiatri*.

- Tangerang: Binarupa Aksara.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Profil Kesehatan Indonesia 2017. In *Kemendes RI*. Jakarta.
- Musbikin. (2009). *Kehebatan Musik untuk Mengasah Kecerdasan Anak*. Yogyakarta: Power Books (Ihdina).
- Perry, P. (2010). *Fundamental Of Nursing : Konsep, Proses dan Practice. Edisi 7 Vol. 3*. Jakarta: EGC.
- Savitri, W., Fidayanti, N., & Subiyanto, P. (2016). Terapi Musik Dan Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi. *Media Ilmu Kesehatan*, 5(1), 1–6. <https://doi.org/10.30989/mik.v5i1.44>
- Trappe, H.-J. (2012). Role of music in intensive care medicine. *International Journal of Critical Illness and Injury Science*, 2(1), 27–31. <https://doi.org/10.4103/2229-5151.94893>
- WHO. (2019). Maternal mortality Evidence brief. *Maternal Mortality*, (1), 1–4.
- Widyastanti, F. (2019). Terapi Musik Klasik Terhadap Kecemasan Pasien Sectio Caesarea Selama Operasi. *Skripsi*.