

PERNURUNAN KECEMASAN PADA PASIEN SKIZOFRENIA DI RUMAH SAKIT JIWA MENGGUNAKAN TERAPI MUSIK

Wachidah Yuniartika¹⁾, Catur Novita Santi²⁾, Nur Azizah S²⁾

¹⁾Departemen Keperawatan Jiwa dan Komunitas, Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta Indonesia. ²⁾ Mahasiswa Program studi keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta Indonesia.

E-mail: wachidah.yuniartika@ums.ac.id

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel :
Diterima : 11 Desember 2018
Disetujui : 5 Januari 2019

Kata Kunci :
kecemasan, Skizofrenia,
Terapi Musik.

ABSTRAK

Latar belakang : Pada pasien skizofrenia akan mengalami gangguan alam perasaan yang ditandai ketakutan yang mendalam dan berkelanjutan, sehingga dapat terjadi gangguan dalam menilai kenyataan, kepribadian penuh, perilaku dapat terganggu namun masih dalam batas normal, ini menandakan bahwa mereka mengalami gejala cemas. Salah satu terapi nonfarmakologi yang efektif adalah mendengarkan musik. Musik memiliki kekuatan untuk mengobati penyakit dan meningkatkan kemampuan pikiran seseorang.

Tujuan : Mengetahui efektifitas terapi musik pada pasien skizofrenia sebagai alat mengurangi kecemasan

Metode : penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode *quasi experiment* dengan *pretest-posttest with control group*. Penelitian ini dilaksanakan di Rumah sakit jiwa daerah Surakarta pada bulan Desember 2017. Populasi penelitian pasien Skizofrenia tanpa komplikasi berjumlah 42 di RSJD Surakarta berjenis kelamin laki-laki. Cara pengambilan sampel dengan cara *purposive sampling*, dengan Kriteria inklusi: Pasien skizofrenia yang mengalami cemas ringan dan sedang, Umur 20-35 tahun, lama sakit lebih dari 2 tahun. Dengan menggunakan rumus slovin ditetapkan sampel perlakuan 19 kontrol 19 responden. Instrumen untuk mengetahui tingkat kecemasan dengan *Hamilton Rating Scale For Anxiety (HARS)*, Terapi music menggunakan music klasik yang tenang.

Hasil : Hasil penelitian pada kelompok intervensi kecemasan sebelum intervensi berada dalam kategori kecemasan ringan dengan nilai rata-rata 18.05, setelah diberikan terapi musik terdapat penurunan kecemasan dengan nilai rata-rata 10.32 dalam katagori tidak cemas dengan selisih penurunan 7.73 dan P value 0.001. Sedangkan pada kelompok kontrol P value 0.162.

Kesimpulan : Pemberian terapi musik efektif menurunkan kecemasan secara bermakna.

ARTICLE INFO

Riwayat Artikel :
Received : December 11, 2018
Accepted : January 5, 2019

Key words:
anxiety, schizophrenia,
music therapy

ABSTRACT

Introduction: In Schizophrenic patients will experience a natural feeling disorder characterized with deep and sustained fear. Consequently, it can be disruption in assessing reality and personality. As behavior is disrupted even it is still normal, it indicates that they are suffered with anxiety. One of effective non-pharmacological therapy is listening to music. This Research To determine the effectiveness of music therapy in schizophrenic patients as a tool to reduce anxiety.

Method: this research is quantitative with a quasi-experimental method with pretest-posttest with control group. This research was carried out in the Surakarta mental hospital in December 2017. The sampling was purposive sampling with inclusion criteria: schizophrenic patients who experienced low and moderate anxiety, suffering longer than 2 years. By using the Slovin formula, the treatment sample were determined 19 controls and 19 respondents. The instrument to determine the level of anxiety with *Hamilton Rating Scale For Anxiety (HARS)*, music therapy uses quiet classical music.

Results: The results of the study about the anxiety intervention group before intervention were in the low anxiety category with an average value of 18.05, after being given music therapy there was a decrease in anxiety with an average value of 10.32 in the not-anxious category with a decrease in 7.73 and P value 0.001. Whereas in the control group P value 0.162.

Conclusion: Giving music therapy effectively reduces anxiety significantly..

1. PENDAHULUAN

Gangguan jiwa merupakan salah satu penyakit yang mempunyai kecenderungan untuk menjadi kronis dan sering disertai dengan adanya penurunan fungsi (disability) dibidang pekerjaan, hubungan sosial dan kemampuan merawat diri sehingga cenderung menggantungkan sebagai aspek kehidupannya pada lingkungan sekitar (Keliat et,al.,2005). *World Health Organization (WHO)* menyebutkan tahun 2013 penderita skizofrenia 7 per seribu di dunia dari populasi orang dewasa, khususnya pada sekelompok usia 15-35 tahun. Skizofrenia mempengaruhi 24 juta orang diseluruh dunia.

Pada pasien skizofrenia akan mengalami gangguan alam perasaan yang ditandai ketakutan yang mendalam dan berkelanjutan, sehingga dapat terjadi gangguan dalam menilai kenyataan, kepribadian penuh, perilaku dapat terganggu namun masih dalam batas normal, ini menandakan bahwa mereka mengalami gejala cemas (Hawari, 2007). Dapat disebutkan bahwa pasien skizofrenia mengalami kecemasan dimana gejala kecemasan sendiri baik berat dan sedang merupakan gangguan dari psikiatri. Penyebab cemas biasanya takut tidak teriama pada lingkungan tetentu, pernah pengalaman traumatis, seperti trauma perpisahan, kehilangan atau bencana alam, dan adanya frustrasi kegagalan saat memenuhi kebutuhan (Sadock, et.al.2000).

Pasien Skizofrenia yang mengalami kecemasan dapat diatasi dengan terapi farmakologi dan nonfarmakologi (Keliat, Wiyono, & Susanti, 2011). Terapi nonfarmakologi lebih aman digunakan karena tidak menimbulkan efek samping seperti obat-obatan, karena terapi nonfarmakologi menggunakan proses fisiologis (Zikria, 2012). Salah satu terapi nonfarmakologi yang efektif adalah mendengarkan musik. Musik memiliki kekuatan untuk mengobati penyakit dan meningkatkan kemampuan pikiran seseorang. (Aldridge, 2008) Menurut Djohan (2009) terapi music merupakan sebuah aktivitas terapeutik yang menggunakan music sebagai media untuk memperbaiki, memelihara, mengembangkan mental, fisik, dan kesehatan emosi. Penelitian yang dilakukan oleh Ayu, Arief dan Ulfa (2012) dengan judul efektifitas terapi musik terhadap tingkat depresi pasien isolasi sosial di Rumah

Sakit Jiwa Dr. Amino Gondhohutomo Semarang, didapatkan hasil bahwa terapi musik efektif terhadap penurunan tingkat depresi pasien isolasi sosial. Hal ini berarti terapi musik dapat membantu meningkatkan kesehatan mental pada pasien isolasi sosial.

Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui efektifitas terapi music dalam menurunkan kecemasan pada pasien skizofrenia, tujuan khusus

2. METODE

Penelitian ini menggunakan *quasi experiment* dengan *pretest-posttest with control group*. Tempat di Rumah sakit Jiwa Surakarta. waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 10 Desember 2017.

Populasi penelitian pasien Skizofrenia tanpa komplikasi berjumlah 42 di RSJD Surakarta berjenis kelamin laki-laki. Cara pengambilan sampel dengan cara *purposive sampling*, dengan Kriteria inklusi: Pasien skizofrenia yang mengalami cemas ringan dan sedang, Umur 20-35 tahun, lama sakit lebih dari 2 tahun. Kriteria Eksklusi : Pasien kondisi akut pada waktu penelitian, Tidak dalam terapi medis. Besar sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan rumus *Slovin*, dengan penetapan jumlah sampel sejumlah 38 orang, sampel dibagi menjadi dua kelompok masing-masing terdiri 19 orang untuk kelompok perlakuan dan 19 orang untuk kelompok kontrol.

Tahap Pelaksanaan

Dosen bersama dengan mahasiswa tim peneliti melakukan persamaan persepsi terlebih dahulu. Setelah itu pasien dilakukan *Pretest* sesuai dengan criteria inklusi, pasien yang memenuhi criteria dibagi 2 menjadi kelompok perlakuan dan control, pasien yang tidak memenuhi kriteria diberikan kepada perawat untuk dilakukan terapi bersama perawat. Kelompok perlakuan sebanyak 19 pasien dibagi menjadi 2 kelompok untuk dilakukan terapi musik tiap kelompok secara bergantian, cara pelaksanaan terapi musik pasien diminta tidur rebahan, rileks, tarik nafas dan hembuskan, setelah itu diminta mendengarkan music klasik, dengan cara music didengarkan syair dibaca dan dihayati. Setelah itu 2 minggu kemudian pasien dilakukan *posttest*. Kelompok control

setelah dilakukan post test baru dilakukan tindakan terapi musik.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui efektifitas terapi musik sebagai alat mengurangi kecemasan pada pasien skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta.

1. Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi responden berdasarkan usia, pendidikan, dan status perkawinan di Rumah Sakit Jiwa Daerah surakarta Tahun 2017 (n=36)

No	Karakteristik	Kelompok Intervensi		Kontrol	
		(N=19)	%	(N = 19)	%
1	Usia				
	26-30 th	7	36.8	7	36.8
	31-35 th	4	21.1	5	26.3
	36-40 th	8	42.1	7	36.8
2	Pendidikan				
	SD	1	5.3	1	5.3
	SMP	12	63.2	9	47.4
	SMA	6	31.6	9	47.4
3	Status perkawinan				
	Menikah	8	41.2	11	57.9
	Blm menikah	19	57.9	8	42.1

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa pasien Skizofrenia untuk kelompok Intervensi sebagian besar responden berusia 36-40 tahun

(42.1 %), pendidikan SMP (63,2%), status perkawinan belum menikah (57.9%). Kelompok Kontrol sebagian besar responden berusia 26-30 th dan 36-40 th (36.8%), pendidikan SMP dan SMA (47.4%), status perkawinan sudah menikah (57.9%).

2. Kondisi Kecemasan sebelum dilakukan intervensi

Tabel 2 analisis kondisi kecemasan Pasien Skizofrenia Sebelum dilakukan Intervensi di Rumah sakit jiwa surakarta Tahun 2017 (N = 36)

Kelompok	N	Mean	SD	SE	P Value
Intervensi	19	18.05	3.787	0.869	0.424
Kontrol	19	18.53	4.718	1.082	
Total	36	18.29	4.252	0.975	

Tabel 2 menjelaskan bahwa rata-rata kecemasan pada kedua kelompok pasien Skizofrenia sebelum mendapatkan terapi sebesar 18.29 masuk dalam tingkat cemas ringan. Maka dapat disimpulkan bahwa kedua kelompok pasien Skizofrenia mengalami semas ringan sebelum mendapatkan terapi. Pada alpha 0,05 kecemasan pasien Skizofrenia antara kelompok yang mendapatkan terapi musik dan kontrol setara atau memiliki varian yang sama (P Value > 0,05).

3. Perubahan Kecemasan sebelum dan sesudah mendapatkan terapi Musik

Tabel 3 Analisis perubahan Depresi pada penderita Diabetes Mellitus sebelum dan sesudah diberikan intervensi di Rumah sakit jiwa Surakarta Tahun 2017 (N=36)

Variabel	Kelompok	Terapi	Mean	SD	SE	P Value
kecemasan	Intervensi	belum	18.05	3.787	0.869	0.001
		sudah	10.32	3.391	0.778	
		selisih	7.73	0.396	0.091	
	Kontrol	belum	18.53	4.718	1.082	0.162
		sudah	16.16	4.925	1.130	
		Selisih	2.37	- 0.207	-	
					0.048	

Berdasarkan tabel 3 terlihat bahwa pasien Skizofrenia yang mengalami kecemasan mendapatkan terapi music, kecemasan menurun secara bermakna (p value < 0,05) dari rata-rata

skor 18.05 ke skor 10.32 dengan selisih rata-rata 7.73 yaitu dari kondisi cemas ringan menjadi tidak cemas, sedangkan pada kelompok kontrol kecemasan tidak ada perubahan (P

value $> 0,05$) meskipun nilai rata-rata dari skor 18.53 ke skor 16.16 tetapi nilai P value mencapai 0,162 masih dalam kondisi cemas ringan.

Pembahasan

Pengaruh Terapi Musik terhadap Tingkat Kecemasan

Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberi perlakuan pada kelompok control dan intervensi mengalami cemas ringan sebelum mendapatkan terapi dengan P value $0,424 > 0,05$, artinya setara atau memiliki varian yang sama.

Setelah dilakukan intervensi didapatkan hasil bahwa pasien Skizofrenia yang mengalami kecemasan mendapatkan terapi music, dari rata-rata skor 18.05 ke skor 10.32 dengan selisih rata-rata 7.73 yaitu dari kondisi cemas ringan menjadi tidak cemas, Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rosiana, dkk (2017) dalam jurnalnya yang berjudul Efektivitas terapi musik mozart terhadap penurunan skor Halusinasi Pendengaran pada Pasien Skizofrenia. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu hasil statistik menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna antara skor halusinasi setelah diberikan terapi musik klasik Mozart berarti terapi musik klasik Mozart efektif terhadap penurunan skor halusinasi. Prabowo (2014) bahwa penatalaksanaan pasien dengan skizofrenia dapat dilakukan dengan 2 cara yaitu terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Salah satu dari terapi non farmakologi yang efektif yaitu terapi musik klasik Mozart.

Hasil dari analisa data didapatkan hasil bahwa kecemasan pada kelompok perlakuan menurun secara bermakna dengan P value $0.001 (< 0.05)$, dibandingkan dengan kelompok control yang tidak ada penurunan dengan P value $0.162 (> 0.05)$. Pada dasarnya, musik dapat bersifat preventif dalam usaha penyembuhan terhadap penderita yang mengalami sosial emosional maupun mental intelegensy (Suryana, 2012).

Selain itu terapi musik juga merupakan suatu proses yang menggabungkan antara aspek penyembuhan dengan kondisi dan situasi, fisik/tubuh, emosi, mental, spiritual, kognitif dan kebutuhan sosial seseorang. Musik juga dapat meningkatkan imunitas tubuh, suasana

yang ditimbulkan oleh musik akan mempengaruhi sistem kerja hormon manusia. Jika kita mendengar musik yang baik/positif maka hormon yang meningkatkan imunitas tubuh juga akan berproduksi. Salah satu manfaat musik sebagai terapi adalah self-mastery yaitu kemampuan untuk mengendalikan diri. (Natalina, 2013), sejalan dengan penelitian Purnama & Rahmanisa (2016) bahwa terdapat pengaruh musik klasik dalam mengurangi tingkat kekambuhan penderita skizofrenia di rumah.

Menurut penelitian Gold mengenai efektifitas terapi musik sebagai terapi tambahan pada pasien skizofrenia. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi musik yang diberikan sebagai terapi tambahan pada perawatan standar dapat membantu meningkatkan kondisi mental pasien skizofrenia.(Gold, 2005) Penelitian lain juga telah dilakukan oleh Ulrich,dkk (2007) yaitu menggunakan terapi musik untuk kelompok pasien skizofrenia, didapatkan hasil bahwa terapi musik dapat mengurangi gejala negatif dan meningkatkan kontak interpersonal serta meningkatkan kemampuan pasien untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial di masyarakat.

4. PENUTUP

4.1. Kesiimpulan

- a. Pasien Skizofrenia untuk kelompok Intervensi sebagian besar responden berusia 36-40 tahun (42.1 %), pendidikan SMP (63,2%), status perkawinan belum menikah (57.9%). Kelompok Kontrol sebagian besar responden berusia 26-30 th dan 36-40 th (36.8%), pendidikan SMP dan SMA (47.4%), status perkawinan sudah menikah (57.9%).
- b. Kelompok Perlakuan Rata-rata kecemasan menurun dari kondisi cemas ringan menjadi tidak cemas.

4.2. Saran

Berdasarkan penelitian tersebut diharapkan kepada perawat Rumah sakit melakukan terapi music sebagai intervensi awal jika ada pasien yang mengalami cemas ringan.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Aldridge, D. (2008). *Melody in music therapy: a therapeutic narrative analysis*. London: Jessica Kingsley Publisher
- Ayu, dkk (2012) *Efektifitas terapi musik terhadap tingkat depresi pasien isolasi sosial di Rumah Sakit Jiwa Dr. Amino Gondhohutomo Semarang*. Tidak dipublikasikan
- BPPK, Kemenkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar (2013)* (online). (www.litbang.depkes.go.id, diakses pada tanggal 11 januari 2016)
- Brady, N (2004). *Psychiatric Nursing Made Incredibly Easy*. USA: Lippincott William & Wilkins.
- Cravon, V.B (2000). *Mental Health Nursing : The Nurse-Patient Journey*. 2nd ed. Philadelphia : W.B. saunders Company.
- Djohan, 2009, *psikologi music*. Yogyakarta:Best Publisher.
- Gold, C., Haldal, T. O., Dahle, T., & Wigram, T. (2005). *American Music Therapy Association. Music Therapy for Schizophrenia or Schizophrenia Like Illnesses*, 3. Diperoleh tanggal 21 Desember 2013 dari http://www.musictherapy.org/assets/1/7/bib_psychopathology.pdf.
- Hawari, D. (2007). *Pendekatan Holistik Pada Gangguan Jiwa Skizofrenia*. Jakarta : FK UI.
- Heather, S. (2010). *The healing power of sound : the latest research related to health and music therapy*.
- Keliat, B.A & Akemat (2005). *Asuhan Keperawatan Jiwa* Jakarta : EGC
- Kozier, B., Erb, G., Berman, A, & Snyder, S. (2010). *Fundamentals of Nursing, Concepts, Process, and Practice*. (8th ed), California: Addison-Wesley.
- Natalina. (2013). *Terapi Musik (Bidang Keperawatan)*. Jakarta: Mitra Wacana Media
- Prabowo, E. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Prabowo, E. (2014). *Konsep dan aplikasi asuhan keperawatan jiwa*. Yogyakarta: Medical Book.
- Purwanto, T. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Sadock, B.J, & Sadock, V.A (2000) Kaplan & Sadock's *Comprehension textbook of Psychiatry*, 7th edition. Philadelphia, PA, Lippincott.
- Sadock BJ, Sadock VA. *Synopsis of Psychiatry. Behavior Sciences/Clinical Psychiatry*. 10th ed. Lippincott Williams & Wilkins, 2007, p.53-61;527-78; 1348-58.
- Stuart, G. W. (2007). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
- Stuart G.W and laraiia (2009). *Principles and practice of Psychiatric Nursing*. St.Louis: Mosby YearB.
- Sugiyono, (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualiatatif & RND*. Bandung : Alfabeta.
- Suryana, Dayat. (2012). *Terapi Musik*. Google book. Diakses tanggal 29 Agustus 2018.
- Videbeck, S.L. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC
- Wilgram, A, L (2002). *The Effect of vibroacoustic therapy on clinical and non-clinical population*. St. Georges Hospital Medical School London University.
- Zikria, S. (2012). *Pengaruh terapi music terhadap intensitas nyeri anak usia sekolah yang dilakukan prosedur invasif di RSUD Arifin Achmad Pekanbaru*. Skripsi tidak dipublikasikan.