PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PASIEN SKIZOFRENIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ANGGREK

Dewi Anastavia Abdul Gani [a,1,*], Firmawati [b,2], Nur Uyuun I. Biahimo [b,3]

[a] Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Jl. Prof. Dr. H. Mansoer Pateda, Gorontalo 96181, Indonesia
[b] Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Jl. Prof. Dr. H. Mansoer Pateda, Gorontalo 96181, Indonesia
[1] dewiabdulgani0@gmail.com*; [2] firmawati@umgo.ac.id; [3] nuruyuun@umgo.ac.id
* Penulis Korespondensi : Dewi Anastavia Abdul Gani

INFORMASI ARTIKEL

Riwayat Artikel
Diterima:
Direvisi:
Disetujui terbit:

Kata Kunci: *Kecemasan; Skizofrenia; Terapi Musik*

ABSTRAK

Latar Belakang: Kesehatan jiwa atau mental didefiniskan sebagai keadaan baik dimana setiap individu menyadari potensi dirinya sendiri, dapat mengatasi tekanan hidup yang normal, dapat bekerja secara produktif dan bermanfaat serta dapat memberikan kontribusi untuk dirinya atau masyarakatnya. Salah satu upaya penurunan kecemasan adalah terapi musik merupakan suatu terapi yang memakai ritme, alunan melodi, dan harmonisasi suara yang diterima melalui organ pendengaran kemudian disalurkan ke bagian tengah otak, dimana emosi seseorang akan diatur melalui sebuah sistem yang disebut sistem limbik. Tujuan: penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Skizofrenia di Wilayah Kerja Puskesmas Anggrek. Metode: Metode penelitian menggunakan Pre-Post Eksperimental Design. Dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah total sampling dengan jumlah responden 20 responden. Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil pengaruh terapi musik terhadap penurunan kecemasan pasien skizofrenia adalah p value 0,000 < 0,05 Kesimpulan: sehingga peneliti dapat menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara Terapi Musik Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Skizofrenia Di Wilayah Kerja Puskesmas Anggrek.

Article History
Received
Revised
Approved published

Keywords: *Anxiety; Music Therapy; Schizophrenia*

Abstract

Background: Mental health is defined as a good condition where each individual is aware of their own potential, can cope with normal life pressures, can work productively and usefully and can contribute to themselves or their community. One of the efforts to reduce anxiety is music therapy, a therapy that uses rhythm, melody, and harmony of sounds received through the hearing organs and then distributed to the middle of the brain, where a person's emotions will be regulated through a system called the limbic system. Purpose: This study aims to determine the Effect of Music Therapy on Reducing

 e-ISSN 2686-1984

Anxiety in Schizophrenia Patients in the Anggrek Health Center Work Area. Method: The research method uses Pre-Post Experimental Design. In this study, the sampling technique used was total sampling with 20 respondents. Results: The results showed that the results of the effect of music therapy on reducing anxiety in schizophrenia patients were p value 0.000 <0.05 Conclusion: so that researchers can conclude that there is a significant influence between Music Therapy on Reducing Anxiety in Schizophrenia Patients in the Anggrek Health Center Work Area.

1. Pendahuluan

Kesehatan jiwa atau mental didefiniskan sebagai keadaan baik dimana setiap individu menyadari potensi dirinya sendiri, dapat mengatasi tekanan hidup yang normal, dapat bekerja secara produktif dan bermanfaat serta dapat memberikan kontribusi untuk dirinya atau masyarakatnya. Skizofrenia adalah perilaku atau pola psikologis yang ditunjukan individu yang menyebabkan distress, gangguan fungsi dan penurunan kualitas hidup.

Menurut World Health Organization (2019), lebih kurang 264 juta orang menderita depresi, 45 juta orang menderita kendala bipolar, 20 juta orang menderita skizofrenia, serta 50 juta orang menderita demensia (Biahimo et al., 2023)

Kasus skizofrenia di Indonesia berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas) tahun 2018 meningkat. Peningkatan jumlah menjadi 7 permil rumah tangga dengan ODGJ, sehingga jumlahnya diperkirakan sekitar 450 ribu ODGJ berat. Puskesmas kecamatan Cilandak, Jakarta Selatan mencatat kenaikan 25% jumlah pasien skizofrenia selama 2016-2017. Pada 2016, tercatat jumlah pasien yang datang mencapai 23.188 orang dan meningkat pada 2017 menjadi 30.926 orang. Selain itu, jumlah pasien dengan kategori berat, seperti skizofrenia, mengalami peningkatan. Pada 2016 ada 187 orang, lalu meningkat menjadi 203 orang pada tahun lalu dan pada juli 2018 telah mencapai 227 orang (Fauziah & Kesumawati, 2021)

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo jumlah penderita Skizofrenia di Provinsi Gorontalo pada tahun 2020 sebanyak 1635 jiwa dan di Kabupaten Bone Bolango sebanyak 245 jiwa (Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo, 2020) dalam (Ambo & Firmawati, 2023). Berdasarkan hasil pengambilan data awal yang dilakukan oleh peneliti di Wilayah Kerja Puskesmas Anggrek di dapatkan hasil pasien Skizofrenia di Data bulan November 2023 sebanyak 20 jiwa.

Skizofrenia ini menimbulkan stress dan penderitaan bagi penderita dan keluarganya. Penderita skizofrenia akan menimbulkan dua gejala yaitu gejala positif dan negatif. Gejala positif merupakan gejala yang nyata seperti waham, pembicaraan dan tingkah laku yang kacau. Sedangkan gejala negatif adalah gejala yang samar seperti efek datar, tidak memiliki kemauan dan menarik diri secara sosial atau adanya rasa tidak nyaman dalam bersosialisasi.

Pandangan mayoritas masyarakat tentang gejala-gejala tersebut membuat masyarakat enggan untuk berinteraksi dengan penderita skizofrenia. Disatu sisi penderita skizofrenia membutuhkan penerimaan lingkungan untuk mengurangi resiko kekambuhan dan menekan munculnya waham. Disisi lain keluarga dan masyarakat tidak memberi dukungan dan perhatian pada penderita skizofrenia. Stigma melekat pada penderita skizofrenia membuat keluarga dan masyarakat tidak memberikan dukungan sosial dan kasih sayang, hal ini akan membuat proses pengembalian keberfungsian sosial penderita terhambat dan meningkatkan resiko kekambuhan penderita.

Salah satu terapi Non Farmakologis yang dilakukan untuk menurunkan gejala kecemasan pada pasien skizofrenia adalah terapi musik. Terapi musik merupakan suatu terapi yang memakai ritme, alunan melodi, dan harmonisasi suara yang diterima melalui organ pendengaran kemudian disalurkan ke bagian tengah otak, dimana emosi seseorang akan diatur melalui sebuah sistem yang disebut sistem limbik (Lestari et al., 2023).

Menurut penelitian yang telah dilakukan Menurut Agustina dkk. (2022) dalam (Amaliah & Salsabila Alfina, 2023), efek terapi musik pada sistem limbik dan saraf otonom adalah menciptakan suasana rileks, aman dan menyenangkan yang dapat memperbaiki suasana hati (mood) pasien sehingga merangsang pelepasan zat kimia Gamma Aminobutyric Acid (GABA) dan enfekallin atau betta endorphin. Menurut Agnecia dkk. (2021), pada penelitian yang sudah dilakukan didapatkan hasil sebelum dilakukan terapi musik klasik skor tanda gejala pasien adalah 66,7% sedangkan setelah diberikan terapi musik klasik selama 3 hari skornya adalah 8,3% sehingga terjadi penurunan sebanyak 58%.

Berdasarkan hasil observasi awal yang telah dilakukan di Puskemas Anggrek tentang pasien skizofrenia didapatkan hasil sejumlah 20 pasien berada dilingkungan kerja Puskesmas Anggrek 3 diantaranya mengalami kecemasan berat dengan menimbulkan beberapa gejala secara yHal ini menunjukkan bahwa terdapat masalah kecemasan yang dirasakan oleh pasien Skizofrenia. Berdasarkan hal tersebut diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Skizofrenia Di Wilayah Kerja Puskesmas Anggrek.

2. Metode

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakaan metode Pre-Post Eksperimental Design. Karena desain ini belum merupakan eksperimen yang sungguh-sungguh sehingga peneliti menggunakan pendekatan One Group Pre-Post Eksperimental Design. Ciri tipe penelitian ini adalah mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subyek. Kelompok subyek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi. (Henny Syapitri et al., 2021). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien skizofrenia di wilayah kerja Puskesmas Anggrek sejumlah 16 responden. Tehnik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan tehnik *Total Sampling*.

 e-ISSN 2686-1984

Instrumen yang digundalam penelitian ini pada variabel kecemasan adalah lembar kuesioner HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). Kuesioner ini sudah dianggap baku dengan menilai 14 item, meliputi : perasaan cemas terdapat 3 soal, ketegangan terdapat 7 soal, ketakutan terdapat 6 soal, gangguan tidur terdapat 5 soal, gangguan kecerdasan terdapat 3 soal, perasaan depresi terdapat 6 soal, gejala rematik (otot-otot) terdapat 5 soal, gejala sensorik terdapat 5 soal, gejala kardiovaskular terdapat 6 soal, gejala pernapasan terdapat 4 soal, gejala gastrointestinal terdapat 9 soal, gejala urogenitalia terdapat 4 soal, gejala vegetatif/otonom terdapat 5 soal, tingkah laku (sikap) pada wawancara terdapat 6 soal. Masing-masing pertanyaan dijumlaahkan hingga mendapatkan hasil dengan skor kurang dari 6 = tidak ada kecemasan, skor 14-20 = kecemasan ringan, skor 21-27 = kecemasan sedang, 28-41 = kecemasan berat, dan 45- 56 = panik.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Anggrek

No	Karakteristik Responden	Jumlah	Presentase
Umur			
1	Remaja (12-25 Tahun)	2	12,5
2	Dewasa (26-45 Tahun)	11	68,8
3	Lansia(>46 Tahun)	3	18,8
	Total	16	100
Jenis Kelamin			
1	Laki-Laki	7	43,8
2	Perempuan	9	56,3
	Total	16	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia Dewasa (26-45 Tahun) sejumlah 11 responen (68,8%) dan mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sejumlah 9 responden (56,3%).

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Hasil Pre Test Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Anggrek

No	Karakteristik Responden	Jumlah	Presentase
Pre Test			
1	Sedang	10	62,5
2	Berat	6	37,5
	Total	16	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden pre test dengan tingkat kecemasan sedang sejumlah 10 responden (62,5%).

Tabel 3. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Hasil Post Test Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Anggrek

No	Karakteristik Responden	Jumlah	Presentase
Post Test			
1	Sedang	8	50
2	Ringan	8	50
	Total	16	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa responden post test dengan tingkat kecemasan sedang sejumlah 8 responden (50,0%) dan dengan tingkat kecemasan ringan 8 responden (50,0%).

Tabel 4. Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Skizofrenia di Wilayah Kerja Puskesmas Anggrek

No	N	Std. Deviation	Std. Error Mean	Sig. (2-Tailed)
Pre Test	16	10	0,97455	0,000
Post Tes	16	6	0,99883	

Hasil pengujian hipotesis tentang pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Skizofrenia Di Wilayah Kerja Puskesmas Anggrek menggunakan normalitas data dengan analisis statistik kolmogorov-smirnov.

Berdasarkan hasil analisis statistik di dapatkan bahwa berdasarkan hasil uji normalitas di dapatkan hasil Asymp. Sig. (2-tailed) 0,069 > 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa data pre dan post test di distribusi normal. Setelah dilakukan uji normalitas dilanjutkan dengan uji *t test* dan didapatkan hasil bahwa *p value* 0,000 < 0,05 sehingga dapat di simpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara Terapi Musik Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Skizofrenia Di Wilayah Kerja Puskesmas Anggrek.

Pembahasan

Karakteristik Responden

Usia

Hasil penelitian diketahui bahwa responden berusia Remaja (12-25 Tahun Tahun) sejumlah 2 responen (12,5%) responden berusia Dewasa (26-45 Tahun) sejumlah 11 responen (68,8%), dan responden berusia Lansia (>45 Tahun) sejumlah 3 responen (18,8%).

Pembagian umur pada penelitian ini berdasarkan standar WHO yaitu sesuai tingkat kedewasaan, dengan mengelompokkan usia responden dengan batas usia 25 tahun. Usia kurang dari 25 tahun dikelompokkan dewasa muda dan usia lebih dari atau sama dengan 25 tahun dikelompokkan dewasa tua. Pembagian umur dalam suatu penelitian dapat menggunakan umur median (median age) yaitu umur yang membagi penduduk menjadi dua bagian dengan jumlah yang

 e-ISSN 2686-1984

sama. Penggunaan umur median adalah untuk mengukur tingkat pemusatan penduduk pada kelompok-kelompok umur tertentu.

Hal ini sependapat dengan Neligh16 tahun 1989, yang mengatakan bahwa gangguan skizofrenia sering mengenai usia remaja dan usaia dewasa awal anatara 15-25 tahun. Usia puncak pada laki-laki adalah 15-25 tahun, sedangkan untuk perempuan adalah 25-30 tahun (Lewerissa et al., 2019).

Usia 36-54 Tahun digolongkan dengan usia dewasa. Tahap usia dewasa individu dicirikan dengan kemampuan individu terlibat dalamkehidupan kelurga, masyarakat, pekerjaan dan mampu membimbing anaknya. Pada usia produktif ini individu memiliki tuntutan terhadap pencapaian aktualisasi diri baik yang datang dari diri sendiri, keluarga, maupun lingkungan (Wahyuningsih, 2019).

Usia tersebut merupakan usia tugas perkembangan dewasa. Pada tahap ini responden memasuki tahap psikososial yang terpenting pada tahap ini adalah mampu membina hubungan baik dengan masyarakat, hubungan kerja, dan hubungan yang intim dengan orang lain. Jika tidak tercapai, individu akan sulit membina hubungan (Hamid, 2019)

Menurut Wahid, Hamid dan Helena (2013), masa dewasa merupakan masa kematangan dari aspek kognitif, emosi dan perilaku. Kegagalan yang dialami seseorang untuk mencapai tingkat kematangan tersebut akan sulit memenuhi tuntutan perkembangan pada usia tersebut dapat berdampak terjadinya gangguan jiwa (Diorata, 2019)

Sehingga dapat disimpulkan bahwa usia dewasa merupakan tahapan responden dalam memasuki tahap yang mampu membina hubungan baik dengan masyarakat, hubungan kerja dan hubungan intim dengan orang lain. Dan jika seseorang atau responden gagal dalam tahap ini, maka akan ada kesulitan dalam memenuhi tuntutan perkembangan pada usia tersebut yang akan berdampak besar pada terjadinya gangguan jiwa.

Jenis Kelamin

Hasil penelitian diketahui bahwa responden skizofrenia adalah perempuan sejumlah 9 responden (56,3%) dan responden laki-laki sejumlah 9 responden (56,3%).Menurut asumsi peneliti, wanita cenderung tidak mampu bersosialisasi dengan baik dibandingkan dengan laki-laki. Kondisi dimana laki-laki memiliki kemampuan verbal dapat menurunkan stres psikologis yang ia rasakan.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa perempuan merupakan individu dengan tekanan tingkat emosional dua kali lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Hal tersebut lebih ditunjang dengan adanya kecenderuangan wanita meredam masalah yang dihadapi. Berbanding terbalik dengan laki-laki, hampir seluruh laki-laki mencoba mengeluarkan stresor psikologis yang dihadapi untuk mendapatkan ketenangan jiwa.

Penelitian yang di lakukan oleh Berhimpong (2020), menunjukan bahwa (56,7%) dari 30 responden berjenis kelamin perempuan. Hal ini disebabkan karena perempuan sangat rentan terkena gangguan jiwa salah satu penyebabnya adalah tingginya tingkat emosional. Bahkan untuk gangguan ringan, perempuan

dua kali lebih berisiko dibanding laki-laki. Selain itu, perempuan juga memiliki kemampuan verbal dan bahasa yang kurang dari laki-laki, sehingga perempuan cenderung tertutup dan memendam sendiri setiap masalah dan stessor psikologis yang mereka hadapi. Kondisi ini jika berlangsung lama dengan tanpa ada mekanisme koping yang konstruktif, maka kecenderungan ia jatuh ke dalam gangguan jiwa akan lebih tinggi.

Berbanding terbalik dengan 16 Teori yang di kemukaan oleh Kaplan, Saddock, dan Grebb (2009) dalam Wakhid, Hamid dan Helena (2018) menunjukan bahwa laki-laki lebih 45 mungkin munculkan gejala negatif dibandingkan wanita karena wanita lebih memiliki fungsi sosial yang lebih baik dari laki-laki (Diorata, 2018).

Analisis Univariat

Pre Terapi Musik

Berdasarkan hasil statistik menunjukkan bahwa mayoritas responden pre test dengan tingkat kecemasan sedang sejumlah 10 responden (62,5%) dan dengan tingkat kecemasan berat 6 responden (37,5%). Mayoritas gejala kecemasan yang terjadi pada pasien dengan kecemasan berat diantaranya perasaan cemas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi, gejala somatik (otot-otot) gejala sensorik, gejala kardiovaskuler, gejala pernafasan, gejala gastrointestinal, gejala otonom dan gejala tingkah laki (sikap) yang dinilai saat wawancara berlangsung. Mayoritas gejala kecemasan yang terjadi pada pasien dengan kecemasan sedang diantaranya perasaan cemas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi, gejala somatik (otot-otot) gejala sensorik, gejala kardiovaskuler, gejala pernafasan, gejala otonom dan gejala tingkah laki (sikap) yang dinilai saat wawancara berlangsung.

Menurut asumsi peneliti tidak semua pasien skizofrenia di Wilayah Kerja Puskesmas Anggrek menunjukkan tanda dan gejala kecemasan. Namun, semuua pasien dengan skizofrenia beresiko menunjukkan tanda dan gejala kecemasan.

Sebelum dilakukan penelitian perlu adanya observasi awal untuk menillai tingkat kecemasan pada responden. Hasil penelitian sebelum dilakukan terapi musik rata-rata pasien menunjukkan adanya tingkat kecemasan baik itu tingkat kecemasan ringan, sedang maupun berat.

Observasi awal yang dilakukan menggunakan lembar observasi yang telah disiapkan peneliti sebelumnya. Semakin tinggi angka yang dihasilkan dari lembar observasi, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan pasien.

Pada pasien dengan kecemasan berat berat sebelum dilakukan terapi musik mengalami gejala kecemasan seperti firasat buruk, mudah tersinggungm takut akan pikiran sendiri, lesu, mudah terkejut, tidak dapat beristriahat dengan tenang, mudah menangis gemetar, gelisah dan lain sebagainya, setelah dilakukan terapi musik menurun menjadi kecemasan sedang dengan bekurang 4 poin gejala kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi musik dalam menurunkan gejala kecemasan pada pasien skizofrenia dengan gangguan kecemasan.

 e-ISSN 2686-1984

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yuniartika et al., 2019) dalam jurnalnya dengan judul Penurunan Kecemasan pada Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Menggunakan Terapi Musik. 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.

Pada dasarnya, musik dapat bersifat preventif dalam usaha penyembuhan terhadap penderita yang mengalami sosial emosional maupun mental intelegensy, 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 selfmastery yaitu kemampuan untuk mengendalikan diri. (Natalina, 2019), sejalan dengan penelitian Purnama & Rahmanisa (2021) 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, 2020) Penelitian lain juga telah dilakukan oleh Ulrich,dkk (2022) 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.

Post Terapi Musik

Berdasarkan hasil statistik menunjukkan bahwa responden post test dengan tingkat kecemasan sedang sejumlah 8 responden (50,0%) dan dengan tingkat kecemasan berat 8 responden (50,0%). Mayoritas gejala kecemasan yang terjadi pada pasien dengan kecemasan sedang setelah dilakukan terapi musik diantaranya perasaan cemas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi, gejala somatik (otot-otot) gejala sensorik, gejala kardiovaskuler dan gejala pernafasan. Mayoritas gejala kecemasan yang terjadi pada pasien dengan kecemasan ringan setelah dilakukan intervensi terapi musik diantaranya perasaan cemas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi, gejala somatik (otot-otot) gejala sensorik, gejala kardiovaskuler, gejala pernafasan,

gejala gastrointestinal, gejala otonom dan gejala tingkah laki (sikap) yang dinilai saat wawancara berlangsung.

Aizid (2011) mengatakan bahwa untuk mengatasi kecemasan dan stres, menemukan sebuah cara yang sangat sederhana, praktis serta mudah dilakukan. Cara itu adalah dengan terapi musik, karena musik merupakan rangsangan pendengaran yang terorganisir, yang terdiri atas melodi, ritme, harmoni, timbre, bentuk, dan gaya. Musik telah menjadi bagian seni yang mewarnai kehidupan sehari-hari manusia di muka bumi, sebab musik mampu mencairkan suasana, merelaksasi hati, dan menstimulasi pikiran manusia sebagai pemeran cerita kehidupan. Selain memberikan efek hiburan, musik juga mampu membangkitkan gairah dan semangat hidup manusia untuk memberdayakan serta memaknai hidup. Mendengarkan, menghayati, dan menikmatinya merupakan aktivitas yang menyenangkan dan membuat manusia nyaman. Efek inilah yang secara medis dan psikologis menimbulkan reaksi positif bagi kesehatan serta kecerdasan manusia baik fisik maupun mental.

Salah satu terapi Non Farmakologis yang dilakukan untuk menurunkan gejala kecemasan pada pasien skizofrenia adalah terapi musik. Terapi musik merupakan terapi Terapi musik merupakan suatu terapi yang memakai ritme, alunan melodi, dan harmonisasi suara yang diterima melalui organ pendengaran kemudian disalurkan ke bagian tengah otak, dimana emosi seseorang akan diatur melalui sebuah sistem yang disebut sistem limbik (Lestari et al., 2023).

Menurut penelitian yang telah dilakukan Menurut Agustina dkk. (2022) dalam (Amaliah & Salsabila Alfina, 2023), efek terapi musik pada sistem limbik dan saraf otonom adalah menciptakan suasana rileks, aman dan menyenangkan yang dapat memperbaiki suasana hati (mood) pasien sehingga merangsang pelepasan zat kimia Gamma Aminobutyric Acid (GABA) dan enfekallin atau betta endorphin. Menurut Agnecia dkk. (2021), pada penelitian yang sudah dilakukan didapatkan hasil sebelum dilakukan terapi musik klasik skor tanda gejala pasien adalah 66,7% sedangkan setelah diberikan terapi musik klasik selama 3 hari skornya adalah 8,3% sehingga terjadi penurunan sebanyak 58%.

Terapi musik yang dilakukan oleh peneliti dalam penelitian ini yaitu terapi musik klasik yang dilakukan sebanyak 2 kali dalam seminggu dan dilakukan selama 3 mimggu berturut-turut. Setelah dilakukannya terapi musik di ukur kembali tingkat kecemasan pasien di pertemuan ke enam oleh peneliti. sehingga dapat diukur apakah terjadi penurunan tingkat kecemasan setelah dilakukan terapi musik.

Pada dasarnya, musik dapat bersifat preventif dalam usaha penyembuhan terhadap penderita yang mengalami sosial emosional maupun mental intelegensy, 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 selfmastery yaitu kemampuan untuk mengendalikan diri. (Natalina, 2019), sejalan dengan

 e-ISSN 2686-1984

penelitian Purnama & Rahmanisa (2021) bahwa terdapat pengaruh musik klasik dalam mengurangi tingkat kekambuhan penderita skizofrenia di rumah.

Bahkan terapi musik diterapkan bagi pasien penyakit kronis semisal kanker. Terapi musik merupakan terapi nonfarmakologi yang sudah banyak diaplikasikan pada pasien kanker untuk mengurangi gejala fisik dan psikis selama menjalani perawatan (Bradt et al., 2011). Terapi musik terbukti efektif untuk mengatasi gejala fisik seperti: menurunkan nyeri (Huang et al., 2010); menurunkan Cancer Relatif Fatigue (CRF) (Calissileth et al., 2003; Ferrer 2005); menurunkan Respiratory Rate (RR) dan meningkatkan saturasi oksigen (Nguyen et al., 2010); dan berpengaruh positif terhadap status hemodinamik yaitu tekanan darah (Harper et al., 2001; Ferrer 2005).

Musik dapat meningkatkan pengeluaran hormon endorfin (Nilsson, 2009; Chiang, 2012) yang memiliki efek relaksasi pada tubuh (Potter & Perry, 2006). Selain itu efek yang ditimbulkan musik adalah menurunkan stimulus sistem syaraf simpatis dimana respon yang muncul dari penurunan aktifitas tersebut adalah menurunnya aktifitas adrenalin, meningkatkan ambang kesadaran, dan menurunkan ketegangan neuromuskular.

Terapi musik juga dapat menurunkan gejala psikis pada pasien kanker seperti: menurunkan kecemasan (Smith et al., 2001; Wan et al., 2009); meningkatkan mood (Cassileth et al., 2003); mengurangi distress (Burns et al, 2001); dan mengatasi depresi (Clark et al., 2006; Wan et al., 2009; Zhou et al., 2015). Selain itu musik juga efektif untuk mendukung sosial dan spritual pasien kanker seperti meningkatkan body image (Allen, 2010); meningkatkan spiritual well-being (Hanser, 2006); dan meningkatkan Quality of Life (Burns et al., 2001; Zhou et al., 2009).

New Zealand Society for Music Therapy (2005) menyatakan bahwa terapi musik telah terbukti efektifitasnya untuk diimplementasikan pada bidang kesehatan, karena musik dapat menurunkan nyeri, cemas, stress dan menimbulkan mood yang positif. Selain itu musik juga melibatkan pasien dalam prosesnya, dan terbukti meningkatkan kepuasaan pasien, mengurangi lama hari rawat di rumah sakit serta mengurangi biaya rumah sakit.

Analisis Bivariat

Hasil pengujian hipotesis tentang pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Skizofrenia Di Wilayah Kerja Puskesmas Anggrek menggunakan normalitas data dengan analisis statistik kolmogorov-smirnov. Berdasarkan hasil analisis statistik di dapatkan bahwa berdasarkan hasil uji normalitas di dapatkan hasil Asymp. Sig. (2-tailed) 0,069 > 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa data pre dan post test di distribusi normal. Setelah dilakukan uji normalita dilanjutkan dengan uji *t test* dan didapatkan hasil bahwa *p value* 0,000 < 0,05 sehingga dapat di simpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara Terapi Musik Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Skizofrenia Di Wilayah Kerja Puskesmas Anggrek.

Setelah dilakukan intervensi didapatkan hasil bahwa pasien Skizofrenia yang mengalami kecemasan mendapatkan terapi musik yaitu dari kondisi kecemasan sedang menurun menjadi kecemasan ringan dan dari kecemasan berat menurun menjadi kecemasan sedang. Mayoritas gejala kecemasan yang terjadi pada pasien dengan kecemasan berat sebelum dilakukan intervensi terapi musik diantaranya perasaan cemas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi, gejala somatik (otot-otot) gejala sensorik, gejala kardiovaskuler, gejala pernafasan, gejala gastrointestinal, gejala otonom dan gejala tingkah laki (sikap) yang dinilai saat wawancara berlangsung. Mayoritas gejala kecemasan yang terjadi pada pasien dengan kecemasan sedang sebelum dilakukan terapi musik diantaranya perasaan cemas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi, gejala somatik (otot-otot) gejala sensorik, gejala kardiovaskuler, gejala pernafasan, gejala otonom dan gejala tingkah laki (sikap) yang dinilai saat wawancara berlangsung.

Mayoritas gejala kecemasan yang terjadi pada pasien dengan kecemasan sedang setelah dilakukan terapi musik diantaranya perasaan cemas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi, gejala somatik (otot-otot) gejala sensorik, gejala kardiovaskuler dan gejala pernafasan. Mayoritas gejala kecemasan yang terjadi pada pasien dengan kecemasan ringan setelah dilakukan intervensi terapi musik diantaranya perasaan cemas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi, gejala somatik (otot-otot) gejala sensorik, gejala kardiovaskuler, gejala pernafasan, gejala gastrointestinal, gejala otonom dan gejala tingkah laki (sikap) yang dinilai saat wawancara berlangsung.

Pada pasien dengan kecemasan berat berat sebelum dilakukan terapi musik mengalami gejala kecemasan seperti firasat buruk, mudah tersinggungm takut akan pikiran sendiri, lesu, mudah terkejut, tidak dapat beristriahat dengan tenang, mudah menangis gemetar, gelisah dan lain sebagainya, setelah dilakukan terapi musik menurun menjadi kecemasan sedang dengan bekurang 4 poin gejala kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi musik dalam menurunkan gejala kecemasan pada pasien skizofrenia dengan gangguan kecemasan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yuniartika et al., 2019) dalam jurnalnya dengan judul Penurunan Kecemasan pada Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Menggunakan Terapi Musik. 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.

Pada dasarnya, musik dapat bersifat preventif dalam usaha penyembuhan terhadap penderita yang mengalami sosial emosional maupun mental intelegensy, Selain itu terapi musik juga merupakan suatu proses yang

 e-ISSN 2686-1984

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 selfmastery yaitu kemampuan untuk mengendalikan diri. (Natalina, 2019), sejalan dengan penelitian Purnama & Rahmanisa (2021) 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, 2020) Penelitian lain juga telah dilakukan oleh Ulrich,dkk (2022) 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.

Penggunaan musik sebagai bagian dari terapi sudah dikenal dan digunakan sejak jaman dahulu kala (Nilsson, 2008). Pada abad ke-19 musik telah diperkirakan sebagai bagian dari intervensi keperawatan oleh Florence Nightingale. Nightingale menemukan bahwa bunyi-bunyian bisa membantu sebagai milieu therapy dalam menyembuhkan kerena meningkatkan relaksasi. Pada saat menyembuhkan tentara yang mengalami cedera dan sakit akibat perang Krim, Nightingale menggunakan live music karena pada saat itu belum ada tape recorder. Nightingale menggunakan bunyi-bunyi natural seperti suara angin dan air mengalir. Jelaslah bahwa terapi musik digunakan sebagai bagian dari terapi komplementer adalah kontribusi dari perawat (Schou, 2008).Setelah di temukannya Phonograph pada akhir tahun 1800-an, musik rekaman mulai digunakan di rumah sakit sebagai bagian dari intervensi untuk mengurangi nyeri, kecemasan dan stress (Schou, 2008).

Musik diguanakan sebagai terapi karena manfaatnya yang baik dalam meningkatkan kesehatan. Musik berfungsi sebagai pengalihan perhatian dari rasa sakit atau menghasilkan relaksasi. Musik memiliki kekuatan mengobati penyakit dan ketidakmampuan yang dimiliki seseorang. Ketika musik dan lagu diaplikasikan menjadi sebuah terapi, maka ia dapat meningkatkan, memulihkan, serta memelihara kesehatan fisik, mental, emosional, sosial, dan spiritual setiap individu. Hal ini karena musik memiliki beberapa kelebihan, seperti bersifat universal, nyaman, menenangkan, menyenangkan, dan berstruktur. Terapi musik telah banyak dibahas pada berbagai literatur medis. Penggunaan terapi musik telah dikembangkan secara intesif di berbagai rumah sakit di Amerika dan meluas ke daratan Eropa.

Bahkan terapi musik diterapkan bagi pasien penyakit kronis semisal kanker. Terapi musik merupakan terapi nonfarmakologi yang sudah banyak diaplikasikan pada pasien kanker untuk mengurangi gejala fisik dan psikis selama menjalani

perawatan (Bradt et al., 2011). Terapi musik terbukti efektif untuk mengatasi gejala fisik seperti: menurunkan nyeri (Huang et al., 2010); menurunkan Cancer Relatif Fatigue (CRF) (Calissileth et al., 2003; Ferrer 2005); menurunkan Respiratory Rate (RR) dan meningkatkan saturasi oksigen (Nguyen et al., 2010); dan berpengaruh positif terhadap status hemodinamik yaitu tekanan darah (Harper et al., 2001; Ferrer 2005).

Salah satu terapi Non Farmakologis yang dilakukan untuk menurunkan gejala kecemasan pada pasien skizofrenia adalah terapi musik. Terapi musik merupakan terapi Terapi musik merupakan suatu terapi yang memakai ritme, alunan melodi, dan harmonisasi suara yang diterima melalui organ pendengaran kemudian disalurkan ke bagian tengah otak, dimana emosi seseorang akan diatur melalui sebuah sistem yang disebut sistem limbik (Lestari et al., 2023).

Menurut penelitian yang telah dilakukan Menurut Agustina dkk. (2022) dalam (Amaliah & Salsabila Alfina, 2023), efek terapi musik pada sistem limbik dan saraf otonom adalah menciptakan suasana rileks, aman dan menyenangkan yang dapat memperbaiki suasana hati (mood) pasien sehingga merangsang pelepasan zat kimia Gamma Aminobutyric Acid (GABA) dan enfekallin atau betta endorphin. Menurut Agnecia dkk. (2021), pada penelitian yang sudah dilakukan didapatkan hasil sebelum dilakukan terapi musik klasik skor tanda gejala pasien adalah 66,7% sedangkan setelah diberikan terapi musik klasik selama 3 hari skornya adalah 8,3% sehingga terjadi penurunan sebanyak 58%.

Sehingga menurut asumsi peneliti, terapi musik sangat berpengaruh terhadap tingkat kecemasan pasien dengan skizofrenia. Musik dapat membantu tubuh meningkatkan pengeluaran hormon endorfin yang memiliki efek relaksasi pada tubuh. Selain itu efek yang ditimbulkan tidak hanya pada pasien skizofrenia nampu pada pasien umum lainnya seperti pasien dengan gangguan kecemasan menghadapi kanker.

4. Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh terapi musik terhadap penurunan kecemasan pasien skizofrenia di wilayah kerja puskesmas anggrek dengan hasil terdapat pengaruh terapi musik terhadap penurunan kecemasan pasien skizofrenia.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi untuk membantu penentu kebijakan maupun pengambilan keputusan dalam rangka meningkatkan derajat kesehatan perawat di Puskemas Anggrek serta dapat dijadikan sebagai peningkatan mutu asuhan keperawatan dan Sebagai sumber data untuk penelitian selanjutnya khususnya data yang berkaitan dengan profesi keperawatan yang berminat untuk penelitian selanjutnya.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih penulis sampaikan kepada Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo dan kepada pihak-pihak yang terlah membantu agar penelitian ini dapat terlaksana.

 e-ISSN 2686-1984

Daftar Pustaka

Amaliah, S. L., & Salsabila Alfina, I. (2023). Terapi Musik Klasik Pasien Skizofrenia dengan Masalah Risiko Perilaku Kekerasan di RSD Gunung Jati Cirebon. *E-Journal STIKES YPIB Majalengka*, *11*(1), 44–49.

Ambo, A., & Firmawati. (2023). Pengaruh Terapi Thought Stopping pada Pasien dengan masalah Harga Diri Rendah di Wilayah Kerja Puskesmas Kabila Kabupaten Bone Bolango. *Jurnal JRIK*, *3*(1), 8. 2827-9220

Biahimo, N. U. I., Firmawati, & Dai, M. A. S. (2023). Asuhan Keperawatan Jiwa dengan Penerapan Terapi Musik Klasik. *Journal of Chemical Information and Modeling*, *21*(1), 1–9. https://doi.org/10.1016/j.tmaid.2020.101607%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.ijsu.2020.02.034%0Ahttps://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/cjag.12228%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.ssci.2020.104773%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.jinf.2020.04.011%0Ahttps://doi.o

Fauziah, J., & Kesumawati, F. (2021). Terapi Kognitif Perilaku Dapat Menurunkan Kecemasan Sosial Pada Pasien Waham : Literature Review. *Jurnal Borneo Cendekia*, *5*(1), 133–136.

Henny Syapitri, S. K. . N. . M. K., Ns. Amalia, M. K. S. K. M., & Juneris Aritonang, S. . M. K. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (pp. 1–220).

Lestari, D., Handiyani, H., Nuraini, T., & Gayatri, D. (2023). Pengaruh Terapi Musik dan Terapi Murotal pada Pasien Ansietas di Ruang Perawatan Intensif : Case Report. *Journal of Health and Cardiovascular Nursing*, *3*(1), 28–41. https://doi.org/10.36082/jhcn.v3i1.1015

Lewerissa, S. S., Yakobus, S., & Titaley, C. R. (2019). *SAKIT KHUSUS DAERAH PROVINSI MALUKU Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar Menurut data dari World Heatlh Organization*. *1*, 31–44.

Yuniartika, W., Santi, C. N., & Azizah S, N. (2019). Penurunan Kecemasan pada Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Menggunakan Terapi Musik. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, *6*(1), 26–30. https://doi.org/10.32699/ppkm.v6i1.496