ABSTRACT

Anxiety disorders are one of the mental health problems that are widely experienced by the community, and if not handled properly can interfere with the activities and quality of life of individuals. Classical music therapy is one of the non-pharmacological interventions that is known to be effective in reducing anxiety levels. The purpose was to determine the effect of classical music therapy on the level of anxiety of patients with anxiety disorders in the Limboto Health Center work area. The method uses a pre-experimental design with a One-Group Pretest-Posttest Design approach. The study sample consisted of 16 patients with moderate anxiety disorders who were taken using a purposive sampling technique. The intervention given was classical music therapy for 10 minutes every day for 3 consecutive days. Anxiety levels were measured using the HARS questionnaire before and after the intervention. The results showed that before being given therapy, 93.8% of respondents experienced moderate anxiety and 6.3% experienced severe anxiety. After being given classical music therapy, 68.8% of respondents experienced mild anxiety, 6.3% moderate anxiety, and 25% of respondents did not experience anxiety. The Wilcoxon statistical test showed a p-value of 0.000, which means there is a significant difference in anxiety levels before and after therapy. The conclusion is that classical music therapy is significantly effective in reducing anxiety levels in patients with anxiety disorders. This intervention can be used as an alternative in treating anxiety in health facilities.

Keywords: Anxiety Disorders, Classical Music Therapy.

ABSTRAK

Gangguan kecemasan merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang banyak dialami oleh masyarakat, dan jika tidak ditangani dengan baik dapat mengganggu aktivitas serta kualitas hidup individu. Terapi musik klasik menjadi salah satu intervensi non-farmakologis yang diketahui efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan pasien dengan gangguan kecemasan di wilayah kerja Puskesmas Limboto. Metode penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan One-Group Pretest-Posttest Design. Sampel penelitian terdiri dari 16 pasien dengan gangguan kecemasan sedang yang diambil menggunakan teknik purposive sampling. Intervensi yang diberikan berupa terapi musik klasik selama 10 menit setiap hari selama 3 hari berturut-turut. Tingkat kecemasan diukur menggunakan kuesioner HARS sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi, 93,8% responden mengalami kecemasan sedang dan 6,3% mengalami kecemasan berat. Setelah diberikan terapi musik klasik, 68,8% responden mengalami kecemasan ringan, 6,3% kecemasan sedang, dan 25% responden tidak mengalami kecemasan. Uji statistik Wilcoxon menunjukkan p-value sebesar 0,000, yang berarti ada perbedaan signifikan pada tingkat kecemasan sebelum dan sesudah terapi. Kesimpulan terapi musik klasik secara signifikan efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien dengan gangguan kecemasan. Intervensi ini dapat dijadikan alternatif dalam penanganan kecemasan di fasilitas kesehatan.

Kata Kunci : Gangguan Kecemasan, Terapi Musik Klasik.