BAB 1
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gangguang kesehatan mental adalah suatu kondisi kesehatan yang memengaruhi pikiran, emosi, perilaku seseorang, dan seringkali berdampak signifikan pada fungsi sehari-hari dan kualitas hidup penderita. Pada beberapa kasus gangguan kesehatan mental yang banyak ditemui adalah gangguan kecemasan baik pada anak-anak hingga orang dewasa. Ketika seseorang merasa cemas maka akan merasakan rasa khawatir yang berlebihan serta merasa tidak nyaman atau takut akan sesuatu yang belum terjadi. Menurut Wahyuni & Andika (2020), kecemasan adalah suatu keadaan seseorang merasa lemah sehingga imun tubuh menjadi menurun. Sedangkan menurut Suwandi & Malinti (2020), kecemasan sebenarnya merupakan perasaan yang normal dimiliki oleh manusia, ketika adanya rasa cemas itu menunjukkan manusia diberikan informasi akan ada bahaya yang mengancam.

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi. Selain itu berdasarkan Sistem Registrasi Sampel yang dilakukan Badan Litbangkes tahun 2016, diperoleh data bunuh diri pertahun sebanyak 1.800 orang atau setiap hari ada 5 orang melakukan bunuh diri, serta 47,7% korban bunuh diri adalah pada usia 10-39 tahun yang merupakan usia anak remaja dan usia produktif. Direktur Pencegahan dan Pengendalian Masalah Kesehatan Jiwa dan Napza Dr.Celestinus Eigya Munthe menjelaskan masalah kesehatan jiwa di Indonesia terkait dengan masalah tingginya prevalensi orang dengan gangguan jiwa. Untuk saat ini Indonesia memiliki prevalensi orang dengan gangguan jiwa sekitar 1 dari 5 penduduk, artinya sekitar 20% populasi di Indonesia itu mempunyai potensi-potensi masalah gangguan jiwa.

Gangguan mental menyebabkan adanya disabilitas dalam berbagai aspek kehidupan. Salah satu gangguan mental yang ditemukan di masyarakat yaitu gangguan kecemasan. Menurut Evaluation IFHMA (2021), gangguan kecemasan memengaruhi hampir 52 juta pertambahan kasus pada tahun 2020 dibandingkan 2019. Lancet (2021) mencatat adanya perkiraan insidensi peningkatan kasus gangguan kecemasan mencapai hingga 76.2 juta kasus dan prevalensi peningkatan hingga mencapai 35.6% kasus gangguan kecemasan. Menurut Zimmermann et al (2020), perhatian terus meningkat pada gangguan kecemasan didasarkan pada bukti bahwa bentuk gangguan mental ini jelas berdampak negatif terhadap kinerja serta

fungsi psikososial individu lebih dari yang diperkirakan sebelumnya. Insidensi di wilayah Asia Tenggara mencakup 23% kasus populasi dunia yang merupakan urutan pertama dari kategori berdasarkan wilayah di seluruh dunia.

Di Provinsi Gorontalo sendiri menurut (Riskesdas Gorontalo (2018), berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo, jumlah penderita gangguan jiwa di Provinsi Gorontalo pada tahun 2017 sebanyak 1.015 jiwa. Dengan jumlah pasien lama dari tahun-tahun sebelumnya 940 orang dan pasien baru di tahun 2017 bejumlah 75 orang. Dari Kota Gorontalo berjumlah 232 jiwa, Kabupaten Gorontalo 329 jiwa, Kabupaten Bone Bolango berjumlah 169 jiwa, Kabupaten Gorontalo Utara 92 jiwa, Kabupaten Boalemo 84 jiwa, dan terakhir Kabupaten Pohuwato berjumlah 109 jiwa. Dari data tersebut dapat dilihat bahwa jumlah penderita gangguan jiwa yang tertinggi berasal dari Kabupaten Gorontalo sebanyak 329 jiwa, dengan jumlah Laki-laki 182 dan perempuan 147 jiwa.

Gangguan kecemasan umumnya dapat ditangani dengan berbagai cara untuk mereduksi kecemasan hingga kembali ke keadaan normal. Cara yang dapat dilakukan yaitu dengan cara non farmakologi. Salah satu pengobatan dengan nonfarmakologi yaitu dengan terapi musik.

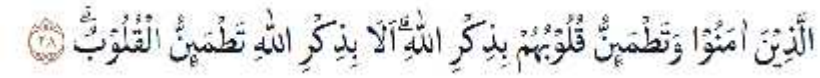
Musik merupakan suara atau bunyi yang memiliki nada atau irama yang indah sehingga menghasilkan seni, lagu yang enak didengar. Musik juga bisa memberikan kedamaian, kenyaman bahkan bisa menjadi terapi bagi yang mendengarnya, hal ini biasa disebut dengan terapi musik. Menurut Kemenkes (2023), terapi musik adalah salah satu terapi seni kreatif dengan penelitian pendukung yang paling kuat. Terapi musik dapat digunakan pada berbagai kondisi fisik, psikologis, dan/atau sosial pada pasien dari segala usia. Salah satu faktor unik pada terapi musik adalah dapat digunakan untuk mengkatalisasi perubahan fisik dan emosional yang mungkin tampaknya tidak berhubungan dengan intervensi musik yang sebenarnya sebagai alat bantu sementara. Terapi musik bisa menggunakan instrumen atau suara sebagai pendekatan primer dan dapat bervariasi dimana masing- masing individu berbeda.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lussy Putri Khadijah (2023) Hasil penelitian menemukan terapi musik ampuh umtuk menurunkan tingkat sress dan kecemasan. Penelitian ini sesusai dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa musik memiliki kemampuan untuk memengaruhi emosi pikiran, dan kesehatan fisik individu. Selain itu, penelitian lain juga menyarankan bahwa terapi musik mampu menjadi alternatif intervensi yang sederhana dan berhasil, serta dapat digunakan sebagai cara untuk mengurangi kecemasan.

Berdasarkan data di atas dapat dilihat bahwa gangguan kecemasan merupakan gangguan mental yang masih banyak terjadi, bahkan beberapa menimbulkan depresi hingga membuat seseorang melakukan percobaan bunuh diri.

Berdasarkan hasil studi pengambilan data awal yang dilakukan peneliti di wilayah kerja Puskesmas Limboto, Kabupaten Gorontalo di bulan Mei tahun 2024, jumlah total keseluruhan pasien yang mengalami kecemasan sebanyak 30 orang. Dari hasil wawancara langsung pada pasien, beberapa dari mereka mengatakan bahwa kecemasan akan muncul ketika kambuhnya Gerd mereka, kemudian kecemasan juga sering mereka rasakan pada saat merasakan tekanan didunia pekerjaan. Dan dari hasil survey awal di wilayah kerja Puskesmas Limboto masih banyak pasien dengan gangguan kecemasan belum mengetahui mengenai Terapi Musik Klasik, maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Pasien Dengan Gangguan Kecemasan.

Surah Ar'Rad ayat 28



alladzîna âmanû wa tathma'innu qulûbuhum bidzikrillâh, alâ bidzikrillâhi tathma'innul-qulûb "(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram." Kaitan ayat suci Al-Quran di atas dengan penelitian ini yaitu dengan di tegaskannya kembali bahwa dengan beriman kepada Allah SWT. Hati kita akan terasa tentram dan tenang, dan dengan beriman kepada Allah manusia akan selalu percaya bahwa setiap masalah pasti akan ada penyelesaiannya.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini yaitu :

1. Gangguan kecemasan merupakan masalah mental yang masih banyak di alami.
2. Gangguang kecemasan di anggap juga menjadi salah satu faktor peghambat kegiatan, dikarenakan dapat mengganggu fungsi-fungsi kognitif seseorang.
3. Berdasarkan hasil observasi yang didapatkan di wilayah kerja Puskesmas Limboto terdapat 30 pasien kecemasan. Dan dari hasil wawancara secara langsung dengan pasien didapatkan

bahwah beberapa dari mereka mengalami kecemasan pada saat kambuhnya Gerd. Terapi Musik klasik belum pernah diberikan/dilakukan pada pasien.

1.3 Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat kecemasan pasien sebelum pemberian Terapi Musik Klasik?
2. Bagaimana tingkat kecemasan pasien sesudah diberikan Terapi Musik klasik?
3. Apakah ada pengaruh Terapi Musik Klasik terhadaptingkat kecemasan pasien?

1.4 Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat kecemasan pasien sebelum pemberian terapi musik klasik.
2. Untuk mengetahui tingkat kecemasan pasien sesudah pemberian terapi musik klasik.
3. Menganalisis Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan sumbangan pemikiran serta informasi mengenai Pengaruh Terapi Musik Klasik pada pasien dengan masalah Gangguan Kecemasan.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi peneliti

   Untuk menambah pengalaman dan wawasan peneliti tentang Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Pasien Dengan Gangguan Kecemasan.

2. Peneliti selanjutnya

   Hasil penelitian ini diharapkan sebagai informasi peneliti berikutnya yang berminat melanjutkan atau sebagai acuan dalam melaksanakan penelitian sejenis.

3. Bagi responden

   Diharapkan dapat menjadi informasi yang penting untuk menambah pengetahuan terutama tentang Terapi Musik dan Masalah gangguan Kecemasan.