

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Kecemasan adalah salah satu permasalahan yang kerap dialami oleh individu sebelum menjalani tindakan operasi. Secara umum, kecemasan atau anxiety adalah keadaan yang sering kali dialami oleh banyak individu di dalam kehidupan sehari-hari. Perasaan cemas biasanya muncul akibat kekhawatiran terhadap sesuatu yang belum tentu terjadi. Situasi tertentu, seperti menghadapi lingkungan baru, sering kali menjadi pemicu kecemasan termasuk pasien yang sedang bersiap untuk menjalani prosedur operasi (Nugraha 2020). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa banyak pasien merasa cemas sebelum menjalani operasi, dengan angka kecemasan mencapai 48% secara global, dan bahkan lebih tinggi di beberapa negara seperti India dan Tunisia. Kecemasan ini bisa disebabkan oleh rasa takut terhadap hasil operasi, nyeri setelah operasi, atau kemungkinan terjadinya kesalahan medis (Abate *et.al* 2020).

Tahun 2020 *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa tindakan medis (operasi) mengalami peningkatan yang sangat signifikan setiap tahun. Diperhitungkan setiap tahunnya terdapat 165 juta tindakan bedah dilakukan di seluruh dunia, tercatat di tahun 2020 ada 234 juta jiwa klien pada semua rumah sakit didunia. Pada tahun 2020, di Indonesia terdapat 1,2 juta tindakan operasi/pembedahan (World Health Organization, 2020). Hal ini diperkuat oleh data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) dimana operasi/pembedahan menempati urutan ke-11 dari 50 pengobatan penyakit yang ternyata ada di Indonesia, 32% diantaranya adalah pembedahan elektif (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Dalam penelitian sebelumnya dimana pasien yang diteliti, 54% sama sekali tidak mengalami kecemasan, 26% nya mengalami cemas ringan, 4% nya mengalami cemas sedang, dan tidak ada yang mengalami cemas berat atau panik (Ayu *et.al* (2025). Penelitian serupa menunjukkan bahwa 26% individu yang mengalami cemas ringan, 16% cemas sedang, dan 4% mengalami cemas berat (Widayanti

and Setyani 2021). Sementara itu dalam penelitian lain di ruang EG1 dan CB4BK Rumah Sakit Panti Rapih diketahui bahwa sebagian besar pasien (64,8%) atau 24 orang mengalami kecemasan tingkat sedang dan sebanyak 4 pasien (10,8%) menunjukkan kecemasan ringan, 7 pasien (18,9%) dari keseluruhannya mengalami kecemasan berat, dan 2 pasien (5,4%) mengalami panik sebelum dilakukan tindakan operasi (Yoslin et al. 2024).

Kecemasan pasien *pre* operasi sering kali muncul akibat rasa takut terhadap prosedur bedah, kemungkinan kegagalan operasi, serta rasa nyeri yang mungkin dialami selama tindakan pembedahan (Barus *et.al* 2024). Kecemasan ini juga dapat memicu reaksi tubuh seperti meningkatnya tekanan darah, detak jantung, dan laju pernapasan. Jika berlangsung secara berlebihan, kondisi tersebut dapat meningkatkan tekanan pada jantung serta kebutuhan oksigen dalam tubuh. Kecemasan yang berlanjut akan merangsang sistem endokrin serta saraf otonom, dan hiperaktivitas ini bisa mengganggu berbagai fungsi organ, misalnya dengan mempercepat denyut nadi dan meningkatkan tekanan darah. Kondisi ini dapat menyebabkan ketidakstabilan fisiologis, yang akhirnya bisa menunda pelaksanaan operasi (Narmawan *et.al* 2020). Penanganan cemas pada pasien sebelum menjalani tindakan operasi dapat dilakukan melalui terapi farmakologis ataupun non-farmakologis, termasuk pendekatan komplementer. Dalam praktik keperawatan, pendekatan komprehensif yang mengintegrasikan terapi alternatif dan spiritual dapat membantu menangani aspek psikologis pasien (Widiyono et al. 2022). Terapi farmakologis untuk gangguan kecemasan mencakup penggunaan antidepresan seperti SSRIs, SNRIs, MAOIs, dan TCAs, serta benzodiazepine, β -blockers, antihistamin, dan antipsikotik atipikal. SSRIs direkomendasikan sebagai lini pertama pengobatan kasus kecemasan berat hingga panik, namun penggunaannya harus melalui resep dokter (Vildayanti *et.al* 2018). Sementara itu, terapi *non*-farmakologis yang bisa dilakukan antara lain aroma terapi, terapi musik, terapi tertawa, akupresur, relaksasi, hipnosis, serta pendekatan spiritual (Abidin, 2019).

Terapi musik merupakan suatu kegiatan penggunaan musik guna menimbulkan relaksasi, mempercepat penyembuhan pasien, dengan meningkatkan fungsi mental yang baik (Natalina, 2019). Terapi musik memiliki kelebihan karena bisa memberikan efek relaksasi emosional secara langsung dengan merangsang sistem limbik di otak, tanpa perlu menyentuh tubuh. Hal ini membuat terapi musik lebih nyaman bagi individu, karena terapi ini bisa dilakukan kapan pun dan di mana pun secara mandiri tanpa bantuan orang lain atau keterampilan khusus, sebaliknya akupresur memerlukan keterampilan khusus untuk menekan titik-titik tertentu di tubuh dan melibatkan kontak fisik. Secara keseluruhan, terapi musik dan akupresur sama-sama efektif dalam mengurangi kecemasan, namun masing-masing memiliki kelebihan dan kekurangan. Terapi musik menjadi yang sangat efektif dengan rata-rata penurunan tingkat kecemasan mencapai 10,47. Kelebihan utamanya adalah bisa memberikan ketenangan emosional secara langsung, tanpa sentuhan fisik, sehingga lebih nyaman dan fleksibel bagi individu karena dapat dengan mudah dilakukan sendiri di mana pun dan kapan pun (Rahayu *et.al* 2023). Aromaterapi lavender memiliki kelebihan karena mudah dilakukan dan tidak menimbulkan rasa sakit, sehingga cocok digunakan sebagai terapi. Namun, efektivitasnya lebih rendah dibandingkan terapi musik, dengan rata-rata penurunan skor kecemasan sebesar 7,93. Hal ini karena aroma lavender bekerja lebih lambat dan kurang kuat dalam merangsang sistem limbik otak yang mengatur emosi. Sementara itu, akupresur juga terbukti efektif menurunkan kecemasan secara statistik (nilai $p = 0,003$). Tetapi, metode ini memiliki kekurangan karena membutuhkan keterampilan khusus untuk menekan titik-titik tertentu di tubuh dan melibatkan sentuhan fisik. Hal ini bisa menjadi hambatan bagi individu yang memiliki keterbatasan gerak atau tubuh yang sensitif. Selain itu, akupresur biasanya perlu dilakukan dengan bantuan orang lain (Setyorini, 2024).

Efektivitas penelitian terdahulu memaparkan bahwa terapi musik memiliki pengaruh yang baik terhadap penurunan skor kecemasan. Dalam studi yang dilakukan, intervensi terapi musik ini dapat diberikan dua jam sebelum tindakan operasi dilakukan dengan waktu 15 menit, dan hasil uji statistik

Wilcoxon menunjukkan p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang memperlihatkan efektivitas terapi musik ini (Wijaya, 2023). Hasil serupa ditemukan dalam penelitian yang menggunakan terapi musik selama 15 menit, diberikan tiga jam sebelum operasi, yang juga menunjukkan penurunan kecemasan dengan p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$) (Rahmanti & Pratiwi, 2021). Kajian lainnya yang dilakukan di ruang rawat inap bedah RS Elim Rantepao, Kabupaten Toraja Utara, yang menunjukkan hasil signifikansi sebesar $p = 0,004 (< 0,05)$. Dalam penelitian ini, digunakan musik klasik dengan tempo 60 beat per menit selama 15 menit (Handayani, Allo, and Kala 2023). Pada Ruang Flamboyan RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu, pemberian terapi musik klasik ini diberikan selama 30 menit dua jam sebelum operasi juga terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan dengan hasil $p = 0,000 (< 0,05)$ (Rahmawati, Fernalia and Safitria 2022). Efektivitas terapi musik klasik juga dibuktikan dalam penelitian yang menggunakan musik Beethoven di ruang tunggu *pre* operasi selama sekitar 10 menit, yang menunjukkan hasil $p = 0,000 (< 0,05)$ (Izzati *et.al* 2024). Penelitian lain menunjukkan bahwa kombinasi komunikasi terapeutik dan terapi musik secara nyata dapat menurunkan kecemasan pasien, dengan signifikansi sebesar 0,000 ($\leq 0,05$) (Sormin *et.al* 2023). Terapi musik berdurasi 20 menit yang diberikan 30 menit sebelum tindakan *sectio caesarea* dengan tempo lambat (50–70 ketukan per menit) juga memberikan hasil signifikan terhadap penurunan kecemasan dengan signifikansi sebesar 0,001 ($\leq 0,05$) (Ayu *et.al* 2025).

Terapi musik dapat menurunkan kecemasan karena secara fisiologis musik dengan nada lembut dapat menenangkan seperti misalnya klasik dan musik relaksasi dapat menstimulasi otak untuk menghasilkan gelombang alfa dan teta berkorelasi dengan perasaan tenang dan santai (Pambudi *et.al* 2020). Selain itu, musik juga memicu produksi dopamin membantu memperbaiki suasana hati dan menimbulkan rasa bahagia (Yuliana and Arofah, 2023). Pemanfaatan musik telah terbukti berpengaruh baik dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien *pre* operasi. Musik membantu meningkatkan suasana hati pasien, meredakan ketegangan, serta berdampak positif terhadap mutu hidup serta

kenyamanan klien (Valero-Cantero *et.al* 2020). Musik menghadirkan dampak psikologis, sosial, fisik, dan spiritual yang substansial, mendukung pendekatan perawatan yang holistik. Musik juga mampu memperbaiki suasana hati serta meningkatkan kualitas hidup pasien yang mengalami kecemasan (Nuwa and Kiik 2020). Pemberian musik tiga jam sebelum operasi memberikan efek relaksasi yang optimal karena mampu menstimulasi sistem limbik dan mengaktifkan jalur relaksasi di dalam tubuh, hal ini berujung pada penurunan kadar hormon stres, termasuk kortisol dan adrenalin. Jangka waktu ini juga memberi cukup waktu bagi tubuh untuk merespons musik secara fisiologis, seperti menurunkan tekanan darah dan denyut jantung (Rahmanti & Pratiwi, 2021).

Tanggal 28 Maret 2025, telah dilakukan studi pendahuluan bersama tim rekam medis Rumah Sakit Panti Rapih dengan metode tanya jawab. Dari hasil tersebut, diketahui bahwa terdapat 183 orang pasien di Ruang Rawat Inap Elisabeth Gruyters yang telah menjalani pembedahan. Selain itu, berdasarkan wawancara dengan kepala ruang perawatan Elisabeth Gruyters 1–4, diketahui bahwa hingga saat ini belum ada terapi non-farmakologi yang secara rutin diterapkan pada klien sebelum operasi yang merasakan kecemasan di ruangan. Penanganan cemas yang disediakan masih sebatas anjuran untuk berdoa, menggunakan teknik distraksi, latihan pernapasan dalam, teknik relaksasi, pendekatan secara personal ke pasien, edukasi, serta evaluasi dari edukasi *pre* operasi yang diberikan. Hasil wawancara dengan pakar musik menyampaikan bahwa musik karya Claude Debussy memiliki tempo lambat, harmoni yang lembut, dinamika yang halus, dan melodi yang mengalir, dapat memberikan suasana relaksasi yang menenangkan, berdasarkan penelitian terdahulu menunjukkan bahwa terapi musik terbukti efektif sebagai metode non-farmakologi untuk mengurangi kecemasan, namun terapi musik karya Claude Debussy, seperti lagu *Reverie* dan *Clair de Lune* belum pernah dilakukan pasien kecemasan *pre* operasi hal ini berdasarkan kajian literatur. Penerapan terapi musik sebagai pereda kecemasan bagi pasien sebelum operasi masih jarang terlihat di Ruang Rawat Inap Elisabeth Gruyters Rumah Sakit Panti

Rapuh. Sehingga kebaruan dalam penelitian ini adalah peneliti akan menggunakan musik klasik Claude Debussy dengan judul *Reverie* dan *Clair de Lune* untuk meredakan tingkat kecemasan pada pasien yang akan menjalani prosedur operasi.

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan pada latar di atas maka rumusan masalah penelitian ini adalah "Apakah ada pengaruh terapi musik terhadap kecemasan pasien *pre* operasi di Ruang Elisabeth Gruyters Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta?".

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui pengaruh terapi musik terhadap kecemasan pasien *pre* operasi di ruang Elisabeth Gruyters Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.

1.3.2 Tujuan khusus

1.3.2.1 Mengetahui karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, pekerjaan (bekerja/tidak) dan Pendidikan.

1.3.2.2 Mengetahui skor kecemasan pasien *pre* operasi sebelum dilakukan terapi musik.

1.3.2.3 Mengetahui skor kecemasan pasien *pre* operasi setelah dilakukan terapi musik.

1.3.2.4 Mengetahui perbedaan rerata skor kecemasan pasien *pre* operasi sebelum dan sesudah diberikan terapi musik.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat akademis

Diharapkan hasil studi ini bisa menjadi referensi penting bagi mahasiswa Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta. Ini akan memberi mereka informasi tentang perbedaan tingkat kecemasan pasien *pre* operasi sebelum dan sesudah menerima terapi musik.

1.4.2 Manfaat praktis

1.4.2.1 Bagi masyarakat

Memperluas wawasan masyarakat dan keluarga terkait manfaat terapi musik terhadap seberapa tingkatan cemas pasien sebelum menjalani operasi.

1.4.2.2 Bagi pelayan kesehatan

Menambah informasi dan kualitas layanan bagi tenaga kesehatan terkait dengan bagaimana terapi musik memengaruhi tingkat kecemasan pasien *pre* operasi yang mengalami kecemasan.

1.4.2.3 Bagi peneliti lain

Sebagai acuan bacaan dan referensi untuk pelaksanaan studi atau penelitian yang relevan.