

PENERAPAN TERAPI MUSIK PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH (3-5 TAHUN) YANG MENGALAMI KECEMASAN AKIBAT HOSPITALISASI DI RUANG ANAK RSUD JENDERAL AHMAD YANI METRO

THE APPLICATION MUSIC THERAPY ANXIETY IN PRE-SCHOOL AGE CHILDREN (3-5 YEARS) DUE TO HOSPITALIZATION IN THE CHILDREN'S ROOM, GENERAL HOSPITAL AHMAD YANI METRO

Desi Rahmadani¹, Immawati², Sri Nurhayati³

^{1,2,3}Akademi Keperawatan Dharma Wacana Metro

Email : rahmadesi331@gmail.com

ABSTRAK

Hospitalisasi merupakan suatu proses karena suatu alasan yang terencana atau darurat mengharuskan anak yang tinggal di rumah sakit menjalani terapi dan perawatan sampai pemulangannya kembali. Kecemasan merupakan masalah umum yang sering terjadi pada anak-anak selama menjalani perawatan prosedural di rumah sakit. Respon emosional anak terhadap stres prosedural dapat mempengaruhi pemulihan anak. Salah satu cara yang mudah untuk mengurangi kecemasan pada anak adalah melalui terapi musik. Menggambarkan penerapan terapi musik untuk menurunkan kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi. Rancangan karya tulis ilmiah ini menggunakan desain studi kasus (*case study*) dengan menggunakan Kuesioner *The Spence Anak Skala Anxiety (SCAS)* dan *Face Image Scale (FIS)* subjek yang digunakan sebanyak 2 (dua) anak yang mengalami kecemasan. Dengan diberikan terapi musik lagu anak-anak. Kedua subjek sebelum dilakukan penerapan terapi musik menggunakan skala *SCAS* kecemasannya berat dan sesudah penerapan kecemasannya berkurang menjadi sedang. Untuk skala kecemasan *FIS* sebelum dan sesudah dilakukan penerapan kedua subjek mengalami penurunan kecemasan. Dan didapatkan tingkat kecemasan paling tinggi pada subjek ke 2. Penerapan terapi musik yang dilakukan penulis mampu menurunkan kecemasan anak usia pra sekolah (3-5) tahun. Perawat dapat menerapkan terapi musik sebagai salah satu alternatif untuk mengurangi kecemasan pada anak akibat hospitalisasi.

Kata Kunci : Hospitalisasi, Kecemasan, Terapi musik

ABSTRACT

Hospitalization is a process for a reason that is planned or emergency requires children who live in the hospital to undergo therapy and treatment until their return home. Anxiety is a common problem that often occurs in children during procedural care in hospitals. The child's emotional response to procedural stress can affect the child's recovery. One easy way to reduce anxiety in children is through music therapy. To describe the application of music therapy to reduce anxiety in children undergoing hospitalization. Methods: The design of this scientific paper uses a case study design using The Spence Questionnaire for Children Anxiety Scale (SCAS) and Face Image Scale (FIS). The subjects used were 2 (two) children who experienced anxiety. With children's song music therapy given. The two subjects before the application of music therapy using the SCAS scale had severe anxiety and after the application their anxiety decreased to moderate. For the FIS anxiety scale before and after the application of the two subjects experienced a decrease in anxiety. And the highest level of anxiety was found in the second subject. The application of music therapy by the author was able to reduce the anxiety of pre-school age children (3-5) years. Nurses can apply music therapy as an alternative to reduce anxiety in children due to hospitalization.

Keywords: Hospitalization, Anxiety, Therapy music

Pendahuluan

Menjalani perawatan di rumah sakit (hospitalisasi) dapat menimbulkan stres pada anak. Hospitalisasi merupakan suatu proses karena suatu alasan yang terencana atau darurat, mengharuskan anak untuk tinggal di rumah sakit, menjalani terapi dan perawatan sampai pemulangannya kembali ke rumah. Selama proses tersebut, anak dan orang tua dapat mengalami berbagai kejadian yang menurut berbagai penelitian ditunjukkan dengan pengalaman yang sangat traumatik dan penuh dengan stres¹.

Berdasarkan data World Health Organization (WHO, 2012) menyatakan bahwa anak yang dirawat di Amerika Serikat baik usia toddler, prasekolah ataupun anak usia sekolah mencapai 3-10 %, sedangkan di Jerman sekitar 7 % dari anak toddler dan 10 % anak prasekolah menjalani rawat inap atau hospitalisasi². Di Indonesia terdapat sebanyak 15,26 % anak dirawat pada tahun 2014. Anak usia prasekolah dan usia sekolah sangat rentan terkena penyakit, sehingga banyak anak usia tersebut mengalami rawat inap di rumah sakit dan menyebabkan peningkatan populasi anak yang di rawat inap mengalami peningkatan yang sangat dramatis². Terdapat juga angka kesakitan anak mencapai lebih dari 45% dari jumlah keseluruhan populasi anak diseluruh Indonesia³.

Penyakit dan rawat inap (hospitalisasi) merupakan krisis pertama yang dihadapi oleh seorang anak. Hal ini diakibatkan adanya ketegangan menyebabkan perubahan kondisi kesehatan dan rutinitas lingkungan. Adanya perubahan mengenai kesehatan dan lingkungan tersebut akan direspon dengan cara yang berbeda-beda oleh setiap anak tergantung usia dimana pengalaman sebelumnya tentang penyakit dan isolasi terjadi, rawat inap, keterampilan dan system pendukung . Reaksi yang umum dari stress adalah kecemasan, sedangkan pengertian kecemasan sendiri adalah emosi atau perasaan yang timbul oleh penyebab yang tidak pasti dan tidak spesifik, biasanya dimanifestasikan dengan perasaan tidak nyaman, tidak siap, tidak mudah mengambil keputusan, ragu-ragu, gelisah dan merasa terancam⁴.

Kecemasan merupakan masalah umum yang sering terjadi pada anak-anak selama menjalani perawatan prosedural di rumah sakit. Respon emosional anak terhadap stres prosedural dan kecemasan dapat meningkatkan kesusahan dan mempengaruhi pemulihan anak. Salah satu upaya mudah yaitu salah satunya memberikan perhatian dengan mendengarkan keluhan anak dan berusaha menjaga perasaan anak, aman dan murah untuk mengurangi kecemasan anak adalah melalui terapi musik. Mendengarkan musik dapat berpengaruh pada aspek psikologi, fisik, spiritual, kognitif dan sosial. Pada pemberian terapi musik, tubuh akan menerima

melalui sistem pendengaran, sehingga tubuh akan membuat suasana hati menjadi positif dan membuat koping dan emosi anak menjadi lebih baik sehingga stres dapat menurun⁵.

Secara fisiologis musik akan memutasi otak agar dapat melepaskan proses analisa terhadap lagu yang didengar, musik dapat ditangkap melalui saraf koklearis dan diteruskan ke saraf otak dengan mengaktifkan saraf parasimpatik kemudian akan mempengaruhi hipofisis untuk melepaskan hormone beta-endorfin yaitu hormon kebahagiaan, menurunkan kortisol atau hormon pemicu kecemasan sehingga dapat membuat seseorang lebih tenang dan memberikan rasa aman yang sangat membantu menurunkan tingkat kecemasan⁶.

Metode Penulisan

Metode penulisan yang digunakan dalam penerapan ini menggunakan desain study kasus menggambarkan penerapan terapi musik dalam menurunkan kecemasan pada anak usia pra sekolah (3-5 tahun) akibat hospitalisasi.

Instrument kecemasan menggunakan *The Spence Anak Skala Anxiety (SCAS)* dan *Face Image Scale (FIS)* dengan penerapan terapi musik jenis lagu anak-anak yang didengarkan selama 20 menit. Tempat penerapan yang digunakan adalah Ruang Anak RSUD Jenderal Ahmad Yani Metro yaitu subjek 1 berada dikelas 3 bed ke 2 di Ruang Merpati dan subjek 2 berada dikelas 3 bed ke 3 di Ruang Merak. Waktu penerapan ini telah dilakukan pada bulan Juni 2022 selama 3 hari, dan telah lulus uji etik dari RSUD Jenderal Ahmad Yani Metro dengan Nomor : 000/237/KEPK-LE/LL-3/2022.

Hasil

Tabel 1
Identitas Responden

Identitas Klien	Klien 1	Klien 2
Nama klien	An. R	An. I
Umur	6 tahun	4 tahun
Pendidikan	TK	PAUD
Tanggal masuk RS	07 Juni 2022	06 Juni 2022
Tanggal pengkajian	08 Juni 2022	07 Juni 2022
Keluhan utama	Klien mengatakan demam	Klien mengatakan demam
Riwayat kesehatan masa lalu	Ibu klien mengatakan subjek pernah dirawat di RS	Ibu klien mengatakan belum pernah dirawat di RS
Diagnosa medis	Fibris	Dispepsia
Pengukuran pertumbuhan		
- Tinggi badan	100 cm	95 cm
- BB	25 kg	22 kg
- Status gizi	Baik	Baik
- IMT	$BB/ TB (m)^2$ $= 25/ (1,00 \times 1,00) = 25$	$BB/ TB (m)^2$ $= 22/ (0,75 \times 0,75) = 22$
Kedadaan Umum		
- Tingkat kesadaran	Composmentis	Composmentis
- Suhu tubuh	37,5°C	37,4°C
- Frekuensi nadi	80 x/menit	80 x/menit
- Frekuensi nafas	27 x/menit	27 x/menit

- Terapi infus Tanda dan gejala kecemasan	Infus D5 NS ½ 60 tetes permenit (mikro) 1. Klien mengatakan ingin pulang 2. Klien menangis saat diberikan tindakan medis oleh perawat	Infus D5 NS ½ 60 tetes permenit (mikro) 1. Klien menangis ingin bermain dengan temannya dirumah 2. Klien tidak mau jauh dari ibunya
---	--	--

Kedua subjek berjenis kelamin laki-laki subjek 1 sudah pernah dirawat dirumah sakit dan subjek 2 belum pernah dirawat dirumah sakit jadi kedua subjek mengalami kecemasan berat. Hasil

penerapan terapi musik yang dilakukan penulis mampu menurunkan skala kecemasan anak usia pra sekolah (3-5) tahun.

Tabel 4.2 Pengkajian Skala Kecemasan SCAS dan FIS Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Terapi Musik

No	Subjek	Skala Kecemasan					
		SCAS			FIS		
		Sebelum penerapan	Sesudah penerapan	Selisih skor	Sebelum penerapan	Sesudah penerapan	Selisih skor
1.	Subjek 1	38	25	13	4	3	1
2.	Subjek 2	39	21	18	5	3	2

Kedua subjek menggunakan penerapan terapi musik dengan pelaksanaan terapi musik dilakukan selama 3 hari yaitu dalam satu hari dilakukan 1 kali (pagi hari) dengan waktu 20 menit dan pengkajian menggunakan kuesioner *The Spence Anak Skala Anxiety (SCAS)*. Kedua subjek sebelum dilakukan penerapan

kecemasannya berat dan sesudah penerapan kecemasannya berkurang menjadi sedang. Untuk skala kecemasan Face Image Scale (FIS) sebelum sesudah dilakukan terapi musik kedua subjek mengalami penurunan kecemasan. dan didapatkan penurunan tingkat kecemasan paling tinggi pada subjek ke 2.

Pembahasan

Hospitalisasi merupakan suatu proses karena suatu alasan yang terencana atau darurat, mengharuskan anak untuk tinggal di rumah sakit, menjalani terapi dan perawatan sampai pemulangnya kembali ke rumah. Selama

proses tersebut, anak dan orang tua dapat mengalami berbagai kejadian yang menurut berbagai penelitian ditunjukkan dengan pengalaman yang sangat traumatik dan penuh dengan stres¹. Kecemasan merupakan masalah umum yang sering terjadi pada anak-anak

selama menjalani perawatan prosedural di rumah sakit. Respon emosional anak terhadap stres prosedural dan kecemasan dapat meningkatkan kesusahan dan mempengaruhi pemulihan anak. Salah satu upaya mudah yaitu salah satunya memberikan perhatian dengan mendengarkan keluhan anak dan berusaha menjaga perasaan anak, aman dan murah untuk mengurangi kecemasan anak adalah melalui terapi musik. Mendengarkan musik dapat berpengaruh pada aspek psikologi, fisik, spiritual, kognitif dan sosial. Pada pemberian terapi musik, tubuh akan menerima melalui sistem pendengaran, sehingga tubuh akan membuat suasana hati menjadi positif dan membuat koping dan emosi anak menjadi lebih baik sehingga stres dapat menurun⁵.

Faktor-faktor stressor hospitalisasi⁶ yaitu :

a. Faktor Lingkungan rumah sakit

Rumah sakit dapat menjadi suatu tempat yang menakutkan dilihat dari sudut pandang anak-anak. Suasana rumah sakit yang tidak familiar, wajah-wajah yang asing, berbagai macam bunyi dari mesin yang digunakan, dan bau yang khas, dapat menimbulkan kecemasan dan ketakutan baik bagi anak ataupun orang tua. Berdasarkan hasil pengkajian saat di rumah sakit kedua subjek merasa takut dengan lingkungan rumah sakit meskipun kedua subjek diberikan dukungan dan motivasi oleh keluarga dan orangtua subjek. Hal ini terlihat dengan skor kecemasannya kedua pasien berat yaitu skor

38 (kecemasan berat) dan skor 39 (kecemasan berat). Setelah penerapan skor kecemasannya menjadi sedang yaitu subjek 1 skor 25 (kecemasan sedang) dan subjek 2 skor 21 (kecemasan sedang)

b. Faktor kehilangan kebebasan dan kemandirian aturan ataupun rutinitas rumah sakit

Prosedur medis yang dijalani seperti tirah baring, pemasangan infus dan lain sebagainya sangat mengganggu kebebasan dan kemandirian anak yang sedang dalam taraf perkembangan. Berdasarkan hasil pengkajian diberikan infus D5 NS ½ 60 tetes permenit dibagian tangan sebelah kiri kedua subjek menangis dan meminta ingin dilepas sehingga hasil dari pengukuran kuisioner SCAS kecemasan kedua subjek menjadi berat yaitu subjek 1 skor 38 (kecemasan berat) dan subjek 2 skor 39 (kecemasan berat). Setelah diberikan penerapan terapi musik kecemasannya menjadi ringan yaitu subjek 1 skor 25 (kecemasan sedang) dan subjek 2 skor 21 (kecemasan sedang). Dan hasil kuesioner berdasarkan FIS (Face Image Scale) didapatkan bahwa setelah penerapan subjek 1 nilai kecemasannya 4 menjadi 3 dan subjek 2 nilai kecemasannya 5 menjadi 3.

c. Faktor pengalaman yang berkaitan dengan pelayanan kesehatan

Semakin sering seorang anak berhubungan dengan rumah sakit, maka semakin kecil bentuk kecemasan atau malah sebaliknya.

Berdasarkan hasil pengkajian pada subjek 1 pernah dirawat dirumah sakit sebelumnya sehingga tidak terlalu takut dengan kondisi rumah sakit sedangkan subjek 2 lebih takut dengan orang-orang asing yang belum dikenalnya

d. Faktor perilaku atau interaksi dengan petugas rumah sakit

Mengingat anak masih memiliki keterbatasan dalam perkembangan kognitif, bahasa dan komunikasi. Kedua subjek merasa takut dengan petugas rumah sakit dan penulis hal ini terlihat saat pengkajian pada subjek 1 pernah dan subjek 2 belum pernah dirawat dirumah sakit sehingga lebih takut dengan kondisi rumah sakit. Sebelum dilakukan penerapan dilakukan pengukuran kecemasan menggunakan kuisioner SCAS jadi skor yang didapatkan subjek 1 yaitu skor 38 (kecemasan berat) dan subjek 2 skor 39 (kecemasan berat) dan setelah diberikan penerapan terapi musik kecemasannya menjadi sedang yaitu subjek 1 skor 25 (kecemasan sedang) dan subjek 2 skor 21 (kecemasan sedang). Kuesioner menggunakan FIS yaitu subjek 1 nilai kecemasannya 4 menjadi 3 dan subjek 2 nilai kecemasannya 5 menjadi 3.

Secara fisiologis musik akan memutasi otak agar dapat melepaskan proses analisa terhadap lagu yang didengar, musik dapat ditangkap melalui saraf koklearis dan diteruskan ke saraf otak dengan mengaktifkan saraf parasimpatik kemudian akan mempengaruhi hipofisis untuk

melepaskan hormone beta-endorfin yaitu hormon kebahagiaan, menurunkan kortisol atau hormon pemicu kecemasan. sehingga dapat membuat seseorang lebih tenang dan memberikan rasa aman yang sangat membantu menurunkan tingkat kecemasan.

Sesuai dengan penelitian penulis sebelum dilakukan penerapan terapi musik menggunakan Kuasioner SCAS dan FIS.. Subjek 1 skor kecemasannya 39 (Kecemasan berat) turun menjadi 25 (kecemasan sedang) dan subjek 2 setelah penerapan skor kecemasannya 38 (Kecemasan berat) turun menjadi 21 (kecemasan sedang). Kuesioner menggunakan FIS yaitu subjek 1 nilai kecemasannya 4 menjadi 3 dan subjek 2 nilai kecemasannya 5 menjadi 3. Selisih skor penurunan tingkat kecemasan pada subjek 1 menggunakan skala kecemasan SCAS yaitu 13 dan subjek 2 yaitu 18. Skala kecemasan menggunakan FIS dengan selisih skor subjek 1 yaitu 1 dan subjek 2 yaitu 2.

Hal tersebut sesuai dengan judul Pengaruh Terapi Musik untuk Mengurangi Kecemasan Anak. Hasil yang ditemukan adalah 6 artikel yang memenuhi kriteria kelayakan. Artikel ini menunjukkan bahwa efekterapi musik secara statistik terbukti efektif dan secara signifikan mengurangi kecemasan anak. Mendengarkan musik dapat dijadikan sebagai intervensi keperawatan yang potensial untuk meredakan kecemasan dan dapat menjadi pendekatan praktis untuk mengatasi kecemasan dan ketakutan pada anak dengan memperhatikan jenis musik yang akan diberikan kepada anak.

Terapi musik dapat dianggap sebagai intervensi non farmakologis tambahan dalam menghadapi situasi klinis yang menyebabkan kecemasan pada anak. Sesuai dengan hasil penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa penurunan tingkat kecemasan paling tinggi pada subjek ke 2. Terapi musik mampu menurunkan skala kecemasan anak usia pra sekolah (3-5 tahun) yang mengalami hospitalisasi.

Kesimpulan

Kedua subjek sebelum diberikan penerapan terapi musik mengalami kecemasan berat dan sesudah diberikan penerapan terapi musik kecemasannya menjadi sedang. Didapatkan penurunan kecemasan paling tinggi pada subjek ke 2. Terapi musik mampu menurunkan skala kecemasan anak usia pra sekolah (3-5 tahun) yang mengalami hospitalisasi.

Daftar Pustaka

1. Sufyanti. Y. A., Sudiana. I.K, Kristiawati.(2020). Efektivitas penurunan stres hospitalisasi anak dengan terapi bermain dan terapi musik (*The Effectiveness of Play Therapy and Musical Therapy in Reducing the Hospitalization Stress*). Diunduh pada tanggal 19 April 2022. Dari web <https://media.neliti.com/media/publication/s/114727-ID-none.pdf>
2. Purwandari, (2010). Terapi bermain untuk menurunkan kecemasan
3. Kementrian Keseshtan RI (2018). *Profil Kesehatan Indonesia 2017*. Jakarta: Kemenkes RI.
4. Wahyuni. S. N. (2022). terapi musik efektif menurunkan tingkat kecemasan pada pasien anak usia sekolah. diunduh tanggal 25 Maret 2022. https://www.researchgate.net/publication/334651700_Terapi_Musik_Efektif_Menurunkan_Tingkat_Kecemasan_Pada_Pasien_Anak_Usia_Sekolah/link/5d386143a6fdcc370a5bf0b6/download
5. Novita.. W.K.M & Mediani. S. H. (2021).Pengaruh Terapi Musik untuk Mengurangi Kecemasan Anak Systematic. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 4(2): 38-46.
6. Konginan. A. & Fadlan. N. Hospitalisasi pada anak Child hospitalization (2020). Diunduh tanggal 25 Maret 2022. <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-pjs1a23e602aafull.pdf>