

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecemasan merupakan respons emosional alami yang muncul saat seseorang menghadapi situasi yang dianggap menakutkan atau mengancam. Perasaan cemas ditandai oleh perasaan tegang, khawatir, atau gelisah, serta gejala fisik seperti jantung berdebar, keringat dingin, gemetar, dan ketegangan otot (Musyaffa et al., 2023). Kecemasan dapat menjadi adaptif dan membantu seseorang untuk waspada terhadap bahaya. Namun, jika kecemasan terjadi berlebihan atau berlangsung lama, hal ini dapat menjadi masalah yang mengganggu fungsi sehari-hari.

Pada anak-anak, terutama yang berusia sekolah (7-12 tahun), kecemasan dapat timbul dalam berbagai situasi, seperti menghadapi ujian, beradaptasi dengan lingkungan baru, atau menjalani prosedur medis (Amaliya et al., 2021). Anak-anak mungkin menunjukkan kecemasan melalui perilaku seperti menangis, menolak pergi ke sekolah, mengeluh sakit fisik tanpa sebab yang jelas, atau mengalami kesulitan tidur (Purnama et al., 2020). Prevalensi anak yang sakit dan mendapatkan perawatan hingga pembedahan mengalami peningkatan setiap tahunnya (Ekasaputri & Arniyanti, 2022). Jika hal ini tidak ditangani akan berdampak pada gangguan kesehatan, absensi sekolah anak, beban ekonomi keluarga, dan tekanan tambahan pada sistem kesehatan masyarakat.

Pembedahan, baik yang bersifat elektif maupun kedaruratan, merupakan peristiwa yang kompleks dan menegangkan bagi pasien. Sebelum menjalani pembedahan, pasien umumnya mengalami reaksi emosional, terutama kecemasan, sebagai respons terhadap antisipasi pengalaman yang dianggap sebagai ancaman terhadap peran mereka dalam hidup, integritas tubuh, atau bahkan kehidupan itu sendiri (Munif, 2018). Kecemasan ini sering muncul karena ketidakpastian terkait prosedur yang

tidak diketahui dan antisipasi terhadap kemungkinan rasa sakit yang mungkin terjadi selama pembedahan. Kondisi ini dapat menimbulkan berbagai respon emosional, termasuk ketakutan, amarah, gelisah, dan kecemasan pada pasien (Musyaffa et al., 2023).

Kecemasan pre operasi dapat mempengaruhi respon fisiologis pada pasien, seperti palpitasi, peningkatan denyut jantung, peningkatan tekanan darah, penurunan denyut nadi, dan peningkatan frekuensi pernapasan (Rahayu, 2023). Kecemasan yang tidak ditangani secara efektif pada pasien sebelum pembedahan dapat memiliki dampak yang signifikan terhadap kualitas perawatan dan hasil pasca-operasi. Kecemasan ini dapat mengganggu kemampuan pasien untuk berkonsentrasi dan memahami informasi penting yang disampaikan selama fase perawatan dan prosedur pembedahan, yang berpotensi meningkatkan risiko kesalahan pemahaman dan kepatuhan terhadap instruksi medis. Selain itu, kecemasan yang tidak teratasi juga dapat memperlambat proses penyembuhan dan pemulihan pasca-operasi karena dapat meningkatkan tingkat stres fisiologis dan psikologis, yang berdampak negatif terhadap sistem kekebalan tubuh dan respons tubuh terhadap penyembuhan (Kurniawan et al., 2021).

Pembedahan merupakan salah satu faktor stres yang kuat, yang sering kali memicu reaksi emosional yang kompleks pada pasien, termasuk ketakutan, kemarahan, kegelisahan, dan kecemasan. Reaksi-reaksi ini dapat bervariasi tergantung pada berbagai faktor seperti jenis pembedahan, kondisi kesehatan pasien, serta pengalaman sebelumnya dengan prosedur medis. Kecemasan pre-operasi, jika tidak dikelola dengan baik, tidak hanya dapat meningkatkan ketidaknyamanan psikologis pasien, tetapi juga dapat memperburuk hasil klinis melalui berbagai mekanisme, termasuk peningkatan tekanan darah, peningkatan risiko komplikasi, dan penurunan efektivitas manajemen nyeri (Jillian et al., 2022). Oleh karena itu, manajemen kecemasan pada pasien pre-operasi menjadi elemen penting dalam meningkatkan hasil perawatan secara keseluruhan. Intervensi yang tepat, seperti konseling psikologis, teknik

relaksasi, dan komunikasi yang efektif antara tenaga medis dan pasien, dapat membantu mengurangi kecemasan. Hal ini tidak hanya mendukung pemulihan fisik pasien tetapi juga meningkatkan kepuasan pasien terhadap proses perawatan, serta meminimalisir risiko komplikasi yang disebabkan oleh stres dan kecemasan yang berlebihan. Mengingat pentingnya peran manajemen kecemasan dalam meningkatkan hasil perawatan, perhatian lebih harus diberikan pada identifikasi dan penanganan kecemasan pada pasien sebelum pembedahan untuk memastikan proses pemulihan yang lebih optimal dan meningkatkan kualitas hidup pasien pasca-operasi.

Prevalensi kecemasan pada semua kelompok umur di seluruh dunia adalah 3-43% (Gunawan et al., 2018). Berdasarkan data dari *United Nations Children's Fund* (UNICEF), jumlah anak usia sekolah di 3 negara terbesar dunia (Rusia, Canada dan Cina) mencapai 148 juta, dan 57 juta anak diantaranya mengalami insiden yang dirawat di rumah sakit setiap tahunnya, dimana 75% anak dari data tersebut mengalami trauma berupa ketakutan dan kecemasan saat menjalani perawatan (Radhita et al., 2023).

Di Indonesia jumlah anak usia sekolah berdasarkan Hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023 sebanyak 30,2 juta jiwa. Angka itu setara 10,91% dari total penduduk Indonesia. Survey kesehatan oleh Liang et al., (2021) menyebutkan bahwa sekitar 67,6% anak yang menjalani pembedahan mengalami kecemasan operasi. Menurut Survei Kesehatan Nasional (Susenas) pada tahun 2020 mengatakan angka kesakitan anak pada usia 7 sampai 12 tahun di perkotaan di Indonesia adalah 14,91%. (Simamora et al. 2021).

Hasil penelitian Sari (2023) menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dalam tingkat kecemasan pasien pra-operasi setelah diberikan terapi musik. Pada awal pengamatan, sebelum terapi musik diberikan, rata-rata tingkat kecemasan pasien adalah 20,31%, yang dikategorikan sebagai kecemasan sedang. Hal ini menunjukkan bahwa tanpa intervensi, pasien pra-operasi cenderung mengalami kecemasan yang

cukup tinggi, yang dapat mempengaruhi kondisi mental dan fisik mereka menjelang pembedahan. Namun, setelah diberikan terapi musik klasik dan diobservasi selama 20 menit, hasilnya menunjukkan penurunan tingkat kecemasan yang signifikan. Rata-rata tingkat kecemasan turun menjadi 9,25%, yang tergolong dalam kecemasan ringan. Penurunan ini mengindikasikan bahwa terapi musik berpotensi menjadi intervensi yang efektif dalam menurunkan kecemasan pada pasien pra-operasi, sehingga dapat meningkatkan kenyamanan dan kesiapan mereka sebelum menjalani pembedahan (Wahyuni, 2023).

Dampak psikologis dari ketidakpastian mengenai pengalaman pembedahan dapat muncul dalam berbagai bentuk ekspresi, seperti keluhan, pertanyaan yang berulang mengenai waktu operasi, rasa marah, penolakan, atau bahkan apatis terhadap kegiatan perawatan. Respon sistem saraf otonom terhadap kecemasan mencakup aktivitas involunter tubuh sebagai bagian dari mekanisme pertahanan. Saraf simpatis, dalam merespon tanda-tanda bahaya, memicu pelepasan adrenalin (*epinefrin*) oleh kelenjar adrenal (Wadu et al., 2021). Hal ini menyebabkan tubuh meningkatkan konsumsi oksigen, melebar pupil, peningkatan tekanan darah, dan frekuensi jantung, sambil membatasi aliran darah ke pembuluh darah perifer, sistem gastrointestinal, dan sistem reproduksi. Selain itu, terjadi peningkatan glikogenolisis menjadi glukosa, yang mendukung kebutuhan energi tubuh terutama pada jantung, otot, dan sistem saraf pusat (Wahyuni, 2023). Seluruh respons ini merupakan bagian dari adaptasi tubuh terhadap kondisi stres yang dialami pasien menjelang pembedahan.

Ketika seorang anak mengalami kecemasan, seseorang cenderung menggunakan mekanisme pertahanan untuk mengurangi tingkat kecemasan tersebut. Kecemasan dapat memiliki dampak negatif pada sistem kekebalan tubuh, menghambat proses penyembuhan, dan meningkatkan risiko komplikasi sekunder selama perawatan medis. Hal ini dapat menyebabkan perpanjangan durasi penyakit dan meningkatkan biaya perawatan (Sari, 2023).

Pasien anak yang akan menjalani operasi seringkali mengalami tingkat kecemasan yang tinggi seiring dengan ketidakpastian terkait tindakan yang akan dijalani. Dalam konteks keperawatan, langkah-langkah dilakukan dengan meningkatkan kemampuan adaptasi individu melalui manipulasi stimulus lingkungan, bertujuan untuk mengurangi respons yang tidak efektif dan memperkuat perilaku yang adaptif selama proses persiapan operasi. Hal ini mencerminkan pendekatan holistik dalam memberikan perawatan kesehatan, yang tidak hanya memperhatikan aspek fisik, tetapi juga aspek psikososial dan spiritual pasien.

Pengelolaan kecemasan pada anak sebelum operasi dapat dilakukan dengan berbagai teknik relaksasi, salah satunya adalah melalui terapi musik klasik. Musik klasik merupakan sarana yang mudah diakses dan terbukti efektif dalam membantu menurunkan kecemasan. Terapi ini menawarkan pendekatan non-invasif yang dapat meningkatkan kenyamanan emosional anak sebelum menjalani prosedur medis yang menegangkan (Wahyuni, 2023). Rahma et al., (2023) musik dengan ketukan yang seirama dengan detak jantung manusia, yaitu sekitar 70-80 ketukan per menit, memiliki efek terapeutik yang kuat. Musik semacam ini mampu memberikan manfaat yang signifikan terhadap kesehatan, termasuk dalam menurunkan nyeri fisiologis, stres, dan kecemasan. Efek positif ini terjadi karena musik membantu mengalihkan perhatian anak dari rasa takut dan cemas, sehingga memberikan relaksasi yang mendalam dan meningkatkan kesejahteraan selama proses persiapan operasi.

Musik klasik telah lama diakui sebagai genre yang dapat memberikan dampak signifikan terhadap perubahan fisiologis manusia, terutama dalam menciptakan kondisi relaksasi dan keseimbangan internal. Menurut (Hakim et al., 2023), mendengarkan musik klasik mampu memicu perubahan pada aspek-aspek fisiologis tubuh, seperti detak jantung, tekanan darah, dan laju pernapasan, yang berkontribusi pada terciptanya keadaan tenang dan harmonis. Secara khusus, musik yang menenangkan terbukti mampu mengubah persepsi seseorang terhadap waktu, menciptakan respons hipometabolis yang serupa dengan respons relaksasi. Respons

ini mampu memengaruhi sistem otonom, kekebalan tubuh, endokrin, serta pelepasan neuropeptida, yang merupakan faktor penting dalam mengatur keseimbangan emosi dan fisiologis (Wadu et al., 2021). Musik klasik dengan alunan yang rileks dan tempo yang lambat sering kali menjadi pilihan utama dalam upaya menciptakan suasana tenang. Hal ini karena musik dengan tempo yang pelan dapat memengaruhi aktivitas otak secara signifikan. Misalnya, musik klasik yang lembut dapat mengubah frekuensi gelombang otak dari gelombang beta—yang terkait dengan keadaan tegang dan fokus tinggi—menjadi gelombang alfa, yang berhubungan dengan keadaan relaksasi dan meditasi ringan. Selain itu, musik klasik yang memiliki ritme lambat juga diketahui dapat menginduksi gelombang teta, gelombang otak yang lebih lambat yang berkaitan dengan kondisi relaksasi mendalam, mimpi, dan meditasi yang mendalam (Wulandari, 2022). Dengan demikian, musik klasik tidak hanya berfungsi sebagai hiburan semata, tetapi juga memiliki efek terapeutik yang mendalam terhadap kesehatan mental dan fisik. Penggunaan musik klasik sebagai alat bantu dalam terapi relaksasi menunjukkan bahwa alunan musik dapat memengaruhi fungsi sistem saraf pusat dan menciptakan lingkungan internal yang mendukung keseimbangan homeostasis, yang sangat penting dalam proses pemulihan dan pemeliharaan kesehatan secara keseluruhan.

Terapi musik klasik memiliki efek terapeutik yang signifikan dalam mengurangi tingkat kecemasan dan intensitas nyeri pada individu. Menurut Rais & Alfiyanti (2020), mekanisme ini bekerja melalui kemampuan musik klasik untuk selaras dengan ritme alami tubuh manusia, sehingga memperkuat proses penyembuhan melalui pendekatan musikal. Terapi ini efektif karena musik berfungsi sebagai distraksi dari rasa nyeri, sekaligus menciptakan kondisi yang nyaman dan relaks, yang berkontribusi pada pengurangan kecemasan dan peningkatan kesejahteraan psikologis. Musik klasik tidak hanya sekadar alunan nada, tetapi juga menjadi alat pengalihan perhatian (distraksi) yang dapat mengurangi fokus pada rasa sakit. Proses ini membantu mengalihkan pikiran dari sensasi tidak nyaman menuju perasaan lebih

rileks dan tenang, sehingga meningkatkan kemampuan tubuh untuk mengatasi stres. Rasa rileks yang dihasilkan juga berdampak positif pada sistem saraf otonom, yang berperan penting dalam mengatur respons tubuh terhadap stres dan kecemasan.

Penelitian yang dilakukan Wulandari (2022) menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi musik klasik, mayoritas pasien melaporkan mengalami tingkat kecemasan yang cukup tinggi. Namun, setelah menerima terapi, terjadi penurunan yang signifikan dalam tingkat kecemasan tersebut. Hal ini menggarisbawahi efektivitas terapi musik klasik sebagai salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat digunakan untuk meningkatkan kondisi emosional dan fisik pasien, terutama dalam konteks penanganan kecemasan dan nyeri. Dengan demikian, musik klasik tidak hanya memiliki peran estetis tetapi juga fungsional dalam konteks terapi kesehatan. Aplikasi musik ini membantu menciptakan suasana yang kondusif bagi proses penyembuhan, baik secara psikologis maupun fisiologis.

Safira (2022) menjelaskan bahwa terapi musik klasik dapat memiliki efek positif yang signifikan pada pengurangan kecemasan pada pasien yang akan menjalani prosedur operasi. Proses ini terjadi melalui stimulasi otak untuk memproduksi hormon endorfin dan serotonin, yang dikenal sebagai neurotransmitter yang berperan penting dalam regulasi suasana hati dan pengendalian rasa sakit. Endorfin, yang sering disebut sebagai "hormon kebahagiaan," berfungsi sebagai analgesik alami yang dapat mengurangi rasa nyeri dan meningkatkan perasaan kesejahteraan. Serotonin, di sisi lain, berperan dalam stabilisasi suasana hati dan pengurangan kecemasan. Ketika tubuh memproduksi kedua hormon ini dalam jumlah yang cukup, efeknya adalah terciptanya sensasi ketenangan dan pengurangan kecemasan, yang sangat penting bagi pasien yang akan menjalani prosedur medis. Pemberian terapi musik klasik sebelum dan selama prosedur operasi dapat mengaktifkan mekanisme ini dengan meningkatkan aktivitas otak yang terkait dengan pengaturan emosi dan relaksasi. Musik klasik dengan tempo yang lembut dan melodi yang harmonis membantu menenangkan sistem saraf, mengurangi stres, dan memfasilitasi produksi

endorfin serta serotonin. Hasilnya adalah pengurangan tingkat kecemasan yang dirasakan pasien, yang pada gilirannya dapat berkontribusi pada pengalaman prosedur yang lebih nyaman dan lancar. Penelitian yang dilakukan oleh Anestesi & Ruang (2023) mengevaluasi efektivitas intervensi musik dapat mengurangi tingkat kecemasan pada pasien anak sebelum menjalani operasi. Terapi musik merupakan suatu bentuk intervensi non-farmakologis yang memiliki tujuan untuk memberikan dampak positif pada keadaan emosional dan psikologis pasien sebelum tindakan operatif.

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh terapi musik terhadap tingkat kecemasan pada anak usia sekolah yang menjalani operasi di ruang Bedah RS Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri. Fokus utama penelitian adalah untuk menentukan sejauh mana terapi musik dapat mengurangi kecemasan pasien anak sebelum dan selama prosedur operasi, dengan harapan bahwa intervensi ini akan menurunkan tingkat kecemasan, meningkatkan kooperatifitas anak terhadap tindakan keperawatan, serta mempermudah pencapaian tujuan pelayanan keperawatan. Penurunan kecemasan diharapkan akan membuat pasien merasa lebih tenang dan nyaman, sehingga mereka lebih dapat bekerja sama dengan tim medis, yang pada akhirnya mendukung proses pemulihan yang lebih efektif dan meningkatkan kualitas keseluruhan pelayanan keperawatan.

1.2 Rumusan Masalah

Fase anak, dari neonatus hingga usia sekolah, menjadi periode penting dalam perkembangan manusia, di mana sejumlah besar anak dapat mengalami perawatan medis, khususnya pada tahap usia sekolah yang rentan terhadap berbagai penyakit. Pembedahan, baik yang elektif maupun darurat, seringkali menimbulkan reaksi emosional, terutama kecemasan, yang dapat memengaruhi respons fisiologis dan proses penyembuhan pasien.

Data dari UNICEF menunjukkan bahwa jumlah anak usia sekolah di tiga negara terbesar dunia mencapai 148 juta 958 anak, dengan sekitar 75% dari mereka mengalami trauma berupa ketakutan dan kecemasan selama perawatan medis. Di Indonesia, anak usia sekolah sekitar 30,2 juta jiwa, dan sekitar 67,6% anak yang menjalani pembedahan mengalami kecemasan operasi.

Studi pendahuluan pada RS Bhayangkara TK.I PUSDOKKES POLRI yang dilakukan kepada 15 anak pra operasi, dimana 11 dari 15 anak tersebut menunjukkan tingkat kecemasan menjelang operasi. Kemudian didapatkan bahwa 8 pasien mengalami cemas sedang dan 3 pasien mengalami cemas berat. Diketahui pula bahwa 9 diantara anak pra operasi tersebut dapat diatasi dengan mendengarkan musik klasik. Terapi ini telah terbukti dapat merangsang produksi hormon endorfin dan serotonin, mengurangi kecemasan, dan memberikan dampak positif pada kesejahteraan emosional dan psikologis pasien anak operasi.

Sehingga rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah pemberian terapi musik klasik memiliki pengaruh terhadap tingkat kecemasan anak usia sekolah yang menjalani operasi Di Ruang Bedah RS Bhayangkara TK.I PUSDOKKES POLRI?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan anak usia sekolah yang menjalani operasi di ruang bedah RS Bhayangkara TK.I PUSDOKKES POLRI

1.3.2 Tujuan Khusus

Penelitian ini bertujuan untuk:

- a. Mengidentifikasi distribusi frekuensi karakteristik responden (usia, jenis kelamin)

- b. Mengidentifikasi distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan pengalaman rawat di rumah sakit sebelumnya
- c. Mengidentifikasi distribusi frekuensi tingkat kecemasan anak usia sekolah yang menjalani operasi di RS Bhayangkara Tk I Pusdokkes Polri sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik
- d. Menganalisa perbedaan tingkat kecemasan anak usia sekolah yang menjalani operasi di RS Bhayangkara Tk I Pusdokkes Polri sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Untuk menjadi bahan literatur dan kajian serta wawasan tambahan untuk perkembangan pendidikan dalam hal keperawatan, terutama mengenai pengaruh pemberian terapi musik dengan tingkat kecemasan pre operasi.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Rumah Sakit

Untuk menjadi bahan acuan guna menaikkan kualitas layanan, khususnya untuk tenaga perawat dalam melakukan pengelolaan tingkatan kecemasan anak usia dini yang menjalani proses operasi pada RS Bhayangkara TK.I Pusdokkes Polri.

b. Bagi Peneliti

Ini menyediakan pengalaman serta pengetahuan untuk peneliti guna pengembangan ilmu keperawatan serta memperoleh jawaban nyata berkenaan dengan pengaruh pemberian Therapi Musik Clasik Terhadap Tinkat Kecemasan pasien anak usia sekolah yang menjalani operasi.

c. Bagi Pasien dan Keluarga

Dapat menambah pengetahuan dan juga memberikan rasa aman dan nyaman bagi pasien anak yang akan menjalani operasi dan juga keluarganya sehingga dapat mempercepat proses penyembuhan dan pemulihan selama operasi dan sesudah operasi.