

Pengaruh Terapi Musik Terhadap Stres Hospitalisasi pada Anak di RSUD.dr. Pirngadi medan

Nur Asnah Sitohang

Dosen Fakultas keperawatan USU

Email: nur75asnah@yahoo.co.id

Abstrak. Rawat inap anak merupakan respon terhadap perubahan situasi yang menyebabkan stres. Anak-anak yang dirawat di rumah sakit tidak nyaman dengan keadaan lingkungan, pemisahan dari orang tua dan teman sebaya, pembatasan aktivitas, cedera tubuh dan nyeri. Stres bisa diatasi dengan memberikan manajemen psikoterapi, seperti terapi musik. Terapi musik juga dapat meningkatkan fungsi mental, mempercepat penyembuhan, meningkatkan rasa kesejahteraan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi musik pada stres rawat inap pada anak usia sekolah di rumah sakit dr.Pirngadi Medan. Desain penelitian menggunakan *quasi-eksperiment* dengan pre-post test design. Teknik pengambilan sampel adalah total sampling dan jumlah sampel 31orang. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian sebelum diberikan terapi musik Rata-rata dari skor stres 11.61 anak dan standar deviasi 2,155. Setelah diberikan terapi musik rata-rata skor stres 1.16 dan standar deviasi dari 3,606. Hasil uji statistik diperoleh nilai P sebesar 0,000 disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi musik pada stres rawat inap pada anak usia sekolah. Penelitian ini membuktikan bahwa terapi musik dapat mengurangi stres pada anak. Untuk itu disarankan untuk menerapkan terapi ini sebagai salah satu intervensi dalam memberikan asuhan keperawatan pada anak.

Kata kunci: terapi musik, stres, rawat inap, usia sekolah

The Influence of Music Therapy on The Stress of Hospitalization for Children in Hospital RSUD dr. Pirngadi Medan

Abstract. Hospitalization of children is a response to changing situations that cause stress. Children who are hospitalized are not comfortable with the environment, separation from parents and peers, activity limitation, bodily injury and pain. Stress management can be overcome by providing psychotherapy, such as music therapy. Music therapy can also improve mental function, accelerate healing, improve the sense of well-being. The purpose of this study was to determine the effect of music therapy on the stress of hospitalization in school age children in the hospital dr.Pirngadi Medan. The study design using a quasi-experimental with pre-post test design. The sampling technique is total sampling and sample number 31orang. Data were analyzed using the Wilcoxon test. The results of the study before it is given music therapy than average scores and standard deviations stres 11.61 2,155 children. After being given music therapy an average score of stress 1:16 and a standard deviation of 3.606. Statistical test results obtained by the P value of 0.000 was concluded that there was an effect of music therapy on the stress of hospitalization in school age children. This study proves that music therapy can reduce stress in children. It is recommended to apply this therapy as one intervention in providing nursing care in children.

Keywords : music therapy, stress, hospitalization, school-age

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah, rentan terhadap penyakit dan pada akhirnya anak diharuskan rawat inap. Penyakit dan rawat inap sering kali menjadi krisis pertama yang harus dihadapi oleh anak (Wong, 2008). Rawat inap merupakan keadaan krisis yang mengharuskan anak dirawat atau tinggal di rumah sakit untuk mendapatkan perawatan intensif, yang menyebabkan terjadi

perubahan psikis pada anak. Di Indonesia 30 % dari 180 anak antara 3 sampai 12 tahun mempunyai pengalaman dengan rumah sakit. Kebanyakan anak mendapat perawatan di rumah sakit kurang lebih enam hari. Dan waktu yang dibutuhkan untuk merawat anak yang sakit 20-45% lebih banyak dari pada waktu untuk merawat orang dewasa (Wong,2008).

School of Health Science Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Lingkungan rumah sakit tentu sangat berbeda dengan lingkungan di rumah, berbeda bentuk dan suasananya. Respon yang terjadi saat anak dirawat seperti ketakutan, nafsu makan menurun, bahkan anak sering menangis, tidak mau minum susu atau makan makanan yang diberikan. Respon tersebut terjadi karena perawatan anak yang dirawat inap merupakan pengalaman yang penuh stress, baik bagi anak itu sendiri maupun orang tua. Stress berasal dari diri anak itu sendiri dan dari luar yaitu faktor lingkungan. Stress yang dihadapi individu dapat dipengaruhi oleh dimensi fisik, emosional, intelektual, sosial dan spiritual (Wong, 2008).

Anak usia sekolah yang dirawat inap akan mengalami beberapa masalah seperti mengalami suatu perpisahan, penyesuaian dengan lingkungan yang baru, penyesuaian dengan perawat yang mengurusnya dan bergaul dengan anak yang sakit. Perpisahan merupakan stress terbesar yang di timbulkan oleh anak yang rawat inap. Salah satu faktor yang mempengaruhi stress akibat rawat inap adalah kehilangan kendali. Banyak situasi rumah sakit yang menurunkan jumlah kendali yang dirasakan oleh anak. Kehilangan kendali pada anak disebabkan oleh perubahan rutinitas, dan ketergantungan yang harus dipatuhi. Salah satu masalah dari anak ini berpusat pada kebosanan (Wong, 2008).

Stress pada anak merupakan salah satu dampak perubahan psikis terjadi dikarenakan adanya suatu tekanan atau krisis pada anak. Reaksi anak terhadap krisis itu dipengaruhi oleh usia perkembangan mereka, pengalaman mereka sebelumnya dengan penyakit, perpisahan dengan keluarga, nyeri dan hospitalisasi. Mereka mengakui kehilangan rutinitasnya dan merasa khawatir mereka tidak mampu menyesuaikan diri. Jika seorang anak dirawat inap, maka anak tersebut akan mudah mengalami krisis karena: (1) anak

mengalami stress akibat perubahan terhadap status kesehatannya maupun lingkungannya dalam kebiasaannya, dan (2) anak memiliki sejumlah keterbatasan mekanisme koping untuk menyelesaikan masalah maupun kejadian-kejadian bersifat menekan (Wong, 2008).

Stress dapat diatasi dengan memberikan penatalaksanaan psikoterapi, salah satu dari psikoterapi adalah terapi musik. Bukan saja orang dewasa membutuhkan musik untuk menenangkan diri, anak juga perlu mendengarkan musik dengan irama tertentu untuk melatih kesabaran, dan dapat menurunkan stress. Untuk keperluan ini dibutuhkan ruangan yang tenang (Young & Koopsen, 2007).

Di zaman dimana semakin banyak orang berpaling pada metode penyembuhan holistik, terapi musik merupakan media yang ampuh dan tidak berbahaya. Terapi musik berhasil diterapkan pada individu dari berbagai usia dan berbagai permasalahan (Young & Koopsen, 2007).

Musik telah menjadi wadah untuk ekspresi dan komunikasi, dan tanpa kita sadari musik juga digunakan untuk memanipulasi perasaan. Musik juga salah satu cara untuk membuat anak menjadi tenang. Keterampilan yang anak peroleh dari musik mengarah kepada kepercayaan dari yang lebih besar, kemampuan berbahasa yang lebih baik, penguasaan keterampilan motorik halus, kesadaran temporer, kreativitas meningkat, dan meningkatkan konsentrasi. Terapi musik juga dapat meningkatkan fungsi mental, mempercepat penyembuhan, meningkatkan rasa sejahtera. Musik adalah alat yang bermanfaat bagi seseorang untuk menemukan harmoni didalam dirinya. Hal ini perlu juga karena dengan adanya harmoni didalam diri seseorang dan akan lebih mudah mengatasi stress, dan rasa sakitnya (Djohan, 2009). Musik banyak digunakan untuk penyembuhan, menenangkan dan memperbaiki kondisi

fisik dan fisiologi. Mendengarkan musik dapat mengubah suasana hatinya dan dapat menaikkan atau menurunkannya, dan memberi ruang untuk berefleksi (Sheppard, 2007).

Data yang diperoleh dari rekam medik RSUD Dr.Pirngadi Medan, anak usia sekolah yang mengalami rawat inap di instalisasi rawat inap dalam kurun waktu Januari 2013 sampai dengan Januari 2014 dengan jumlah 322 orang.

Penelitian yang dilakukan Farida (2010) dengan tujuan untuk mengetahui efektivitas terapi musik terhadap penurunan nyeri pasca bedah anak usia sekolah di RSUP HAM, diperoleh hasil penelitian pada kelompok kontrol, pengaruh terapi musik terhadap intensitas nyeri pasca bedah tidak bermakna, sedangkan pada kelompok intervensi terapi musik mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap intensitas nyeri. Sehingga disimpulkan terapi musik efektif terhadap intensitas nyeri pasca bedah pada anak.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi musik terhadap stress akibat rawat inap pada anak usia sekolah di RSUD Dr.Pirngadi Medan.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah *Quasi eksperimen* dengan pendekatan *pre post test design*. Penelitian ini hanya menguji satu kelompok subjek dimana kelompok tersebut diobservasi sebelum dilakukan intervensi kemudian diobservasi lagi sesudah intervensi. Populasi dalam penelitian ini adalah anak yang berusia 6-12 tahun sebanyak 31 orang anak pada bulan April-Mei 2014. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *total sampling*. Kriteria inklusi adalah : anak usia 6-12 tahun; bersedia menjadi responden; telah mengalami rawat inap minimal 2 hari; dapat berbahasa Indonesia dengan baik;

tingkat kesadaran *compos mentis*; tidak menderita gangguan pendengaran dan pengucapan; orang tua setuju anaknya menjadi responden. Kriteria eksklusi dari penelitian ini adalah anak dengan kebutuhan khusus (autisme, penyakit hidrosefalus,hiperaktif, tunagrahita, berada di ruangan isolasi); pasien yang mengkonsumsi obat-obatan anti stress dan ansietas. Penelitian ini telah dilaksanakan mulai 15 April sampai dengan 15 Mei 2014 di ruang rawat inap Melati dan Mawar. Penelitian ini dilaksanakan dengan mempertimbangkan etik penelitian. Kuesioner terdiri dari data demografi dan kuesioner stress yang terdiri dari 21 pertanyaan. Pengumpulan data dilakukan di ruangan Melati dan Mawar. Analisis data menggunakan uji statistik *Wilcoxon*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1.Hasil Penelitian

a. Data Demografi

Tabel 1
Distribusi responden berdasarkan data demografi anak usia sekolah di RSUD Dr.Pirngadi Medan 2014 (n = 31)

Karakteristik Responden	f	%
1. Jenis Kelamin		
Laki-laki	19	61,3
Perempuan	12	38,7
2. Umur		
6 Tahun	6	19,4
7 Tahun	4	12,9
8 Tahun	6	19,4
9 Tahun	1	3,2
10 Tahun	3	9,7
11 Tahun	4	12,9
12 Tahun	7	22,6

3. Suku Bangsa		
Batak	20	64,5
Jawa	6	19,4
Melayu	3	9,7
Lain-lain	2	6,5
4. Agama		
Islam	18	58,1
Kristen	12	38,7
Budhha	0	0
Hindu	0	0
Katolik	1	3,2
5. Lama Dirawat		
2 Hari	15	48,4
3 Hari	8	25,8
4 Hari	5	16,1
5 Hari	2	6,5
6 Hari	1	3,2
6. Pengalaman		
Dirawat	13	41,9
Pernah	18	58,1
Tidak Pernah		

Hasil penelitian berdasarkan karakteristik responden yaitu mayoritas jenis kelamin laki-laki sebanyak 19 orang (61,3 %), berusia 12 tahun sebanyak 7 orang (22,6 %), suku Batak sebanyak 20 orang (64,5 %), agama Islam sebanyak 18 orang (58,1 %), tidak pernah dirawat sebanyak 18 orang (58,1 %), serta lama rawat selama 2 hari sebanyak 15 orang (48,4 %).

b. Karakteristik stress anak sebelum diberikan terapi musik

Tabel 2

Distribusi responden berdasarkan stress anak sebelum diberikan terapi musik pada anak usia sekolah di RSUD Dr. Pirngadi Medan 2014

Variabel	Mean	Median	SD	Min	Max
Stress	11,61	12,00	2,155	0	12

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh rata-rata stress responden sebelum diberikan terapi musik 11,61, standar deviasi 2,155, skor minimal sebelum

diberikan terapi musik yaitu 0 dan skor maksimal yaitu 12, median 12,00.

c. Stress anak setelah diberikan terapi musik

Tabel 3

Distribusi responden berdasarkan stress anak setelah diberikan terapi musik pada anak usia sekolah di RSUD Dr. Pirngadi Medan 2014 (n=31)

Variabel	Mean	Median	SD	Min	Max
Stress	1,16	0,00	3,606	0	12

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh rata-rata stress responden setelah diberikan terapi musik 1,16 , standar deviasi 3,606 ,skor minimal sebelum diberikan terapi musik yaitu 0 dan skor maksimal yaitu 12, median 0,00.

d. Pengaruh terapi musik terhadap stress akibat rawat inap pada anak usia sekolah

Hasil uji statistik menunjukkan setelah diberi terapi musik, 27 anak mengalami penurunan dan 4 orang anak stresnya sama sebelum dan setelah terapi musik. Diperoleh nilai P = 0.000 maka dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan terapi musik terhadap stres anak yang mengalami rawat inap.

3.2. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data mayoritas responden berusia 12 tahun. Semakin tua usia anak, tingkat stress dan kekuatan seseorang semakin konstruktif dalam menggunakan coping terhadap masalah yang dihadapi. Anak usia sekolah yang dirawat inap biasanya akan timbul rasa takut pada dokter dan perawat, karena dalam bayangan mereka bahwa perawat akan menyakiti dengan cara menyuntik. Lingkungan rumah tentu

sangat berbeda suasana dan bentuknya dengan ruangan perawatan.

Selain itu, anak juga mengalami keterbatasan kegiatan seperti kegiatan sehari-harinya dengan teman sebayanya dan keluarga. Stress pada anak usia sekolah adalah stress karena perpisahan dengan kelompok sebayanya, mengalami luka pada tubuh dan nyeri, dan kehilangan kontrol dapat juga menimbulkan stress (Wong, 2008).

Hasil penelitian berdasarkan pengalaman dirawat inap di rumah sakit mayoritas 18 orang (58,1 %) pernah mengalami. Hal ini sesuai dengan pendapat Wong (2008) bahwa pengalaman individu sangat mempengaruhi respon stress karena pengalaman dapat dijadikan suatu pembelajaran dalam menghadapi suatu masalah. Respon stress yang semakin berkurang jika dibandingkan dengan seseorang yang baru pertama kali dirawat inap dan menghadapi masalah tersebut.

Anak belum mengenal lingkungan rumah sakit dan prosedur pengobatan yang akan dijalani. Anak yang baru pertama kalinya mengalami rawat inap ada awalnya sangat sulit berinteraksi dengan oranglain bahkan dengan orang asing. Respon yang muncul, anak cenderung menangis atau marah ketika didekati, bahkan tidak segan-segan ia merajuk pada orangtuanya. Atas bantuan dari orangtua yang selalu ada disamping anak, semua hambatan dapat teratasi dengan baik. Sebagian anak yang telah 4-5 hari dirawat cenderung bisa berinteraksi dengan baik.

Reaksi emosional pada anak usia sekolah sering menangis, marah dan berduka sebagai bentuk yang sehat dalam mengatasi stress karena rawat inap (Elfira, 2011). Mendengarkan musik pada anak dapat berusaha untuk menemukan harmoni internal, meningkatkan kepercayaan diri, mengembangkan keterampilan untuk menangani masalah dan rasa sakit dan berelaksasi . Hal ini akan lebih mudah

mengatasi stress, ketegangan, rasa sakit dan berbagai gangguan atau gejala emosi negatif yang dialaminya. Selain itu musik melalui suara juga dapat mengubah frekuensi yang tidak harmonis tersebut kembali ke vibrasi yang normal, sehat dan dapat memulihkan kembali keadaan yang normal (Djohan, 2006).

Simpulan dan Saran

Penelitian menunjukkan bahwa terapi music dapat mengurangi stress pada anak ang mengalami rawat inap. Maka disarankan kepada perawat yang bertugas di ruang anak sebagai salah satu intervensi untuk meningkatkan kesejahteraan anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Aidar, N. (2011). *Hubungan peran keluarga dengan tingkat kecemasan anak usia sekolah (6-12 tahun) yang mengalami hospitalisasi di ruang III Rumah Sakit Umum Dr. Pirngadi Medan*. Medan : FKEP USU <http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/27095>.
- Bassano, M. (2009). *Terapi Musik dan Warna*. Yogyakarta : Rumpun.
- Djohan.(2009). *Psikologi Musik*. Yogyakarta : Galang Press.
- Farida, A. (2010). *Efektifitas terapi musik terhadap penurunan nyeri post operasi pada anak usia sekolah di RSUP Haji Adam Malik Medan*. Medan : FKEP USU. <http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/20095>.
- Foster, R.L.R., Hunsberger, M.M., Anderson, J.J.T. (1989). *Family-Centered Nursing Care of Children*. Philadelphia : W.B. Saunders Company.
- Natalina, D. (2013). *Terapi Musik Bidang Keperawatan*. Jakarta : Mitra Wacana Media.
- Schulte, E.B., et al. (2001). *Thompson's Pediatric Nursing 8 th edition*. Philadelphia : W.B. Saunders Company.
- Sheppard, P. (2007). *Music Makes Your Child Smarter*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Umum.
- Sunaryo. (2004). *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta : EGC.
- Wong, D.L., Kasprisin, C.A., Hess, C.S. (2008). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Edisi 4 (Editor : Egi Komara Yudha)*. Jakarta : EGC.
- Patricia. (2008). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Edisi 6 volume 1 (Editor : Egi Komara Yudha)*. Jakarta : EGC.
- Young, C., Koopsen. C.(2007).*Spiritualitas, Kesehatan dan Penyembuhan*.Medan : Bina Media Perintis