



PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PADA ANAK USIA PRASEKOLAH AKIBAT HOSPITALISASI

Fitri Octavia Khoerinlisa¹, Irdawati²

^{1,2} Prodi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fitrinew088@gmail.com¹, Irdawati@ums.ac.id²

Abstrak

Anak prasekolah mengacu pada anak yang berusia antara 3-6 tahun. Usia prasekolah merupakan usia dimana anak sedang aktif dalam bermain. Keaktifan anak dalam bermain sering kali membuat anak rentan terhadap penyakit. Perawatan di rumah sakit membuat anak terkena kecemasan dampak dari hospitalisasi. Kecemasan merupakan perasaan atau emosi yang ditimbulkan oleh penyebab yang tidak spesifik. Kecemasan biasanya ditandai dengan perasaan yang tidak nyaman, tidak siap, gelisah dan merasa terancam. Cara sederhana untuk mengurangi kecemasan anak dengan mendengarkan keluh kesahnya dan berusaha menjaga perasaannya yang aman dan murah adalah melalui terapi musik. Metode penelitian ini menggunakan laporan kasus (case study) dan pendekatan implementasi berbasis bukti yang berfokus pada intervensi keperawatan. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 5 responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner tingkat kecemasan akibat hospitalisasi dengan menggunakan *Preschool Anxiety Scale* (PAS) dan *facial image scale* (FIS). Hasil uji didapatkan responden mengalami penurunan kecemasan. Kesimpulan penelitian ini terdapat Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi

Kata Kunci: *prasekolah, kecemasan, terapi musik*

Abstract

*Preschoolers refer to children aged between 3-6 years. Preschool age is the age when children are active in playing. Children's activeness in playing often makes children susceptible to disease. Hospital treatment makes children anxious about the impact of hospitalization. Anxiety is a feeling or emotion that is caused by an unspecified cause. Anxiety is usually characterized by feelings of discomfort, unpreparedness, restlessness and feeling threatened. A simple way to reduce children's anxiety by listening to their complaints and trying to maintain their feelings of safety and security is through music therapy. This research method uses case reports and an evidence-based implementation approach that focuses on nursing interventions. The sample in this study consisted of 5 respondents. The instrument used was a questionnaire on anxiety levels due to hospitalization using the *Preschool Anxiety Scale* (PAS) and *facial image scale* (FIS). The test results showed that respondents experienced a decrease in anxiety. The conclusion of this research is that there is an effect of music therapy on reducing anxiety in preschool children due to hospitalization*

Keywords: *preschoolers, anxiety, music therapy*

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

✉ Corresponding author : Address : Putatsari, Kecamatan Grobogan, Kabupaten Grobogan, Jawa Tengah
Email : Fitrinew088@gmail.com¹, Irdawati@ums.ac.id²
Phone : 082136499620

PENDAHULUAN

Anak prasekolah mengacu pada anak yang berusia antara 3-6 tahun. Masa prasekolah disebut juga masa emas karena anak pada tahap ini tumbuh dan berkembang sangat pesat dalam segala aspek (Andriani et al., 2019). Usia prasekolah merupakan usia dimana anak sedang aktif dalam bermain. Keaktifan anak dalam bermain sering kali membuat anak rentan terhadap penyakit. Berdasarkan laporan Riskesdas Indonesia tahun 2018, terdapat 35 anak usia prasekolah (3-6 tahun) di antara 100 anak yang menerima perawatan rawat inap. Diantaranya, data anak prasekolah (3-6 tahun) mencakup 80% dari seluruh pasien anak. Anak rata-rata mendapat pengobatan selama enam hari. Data Provinsi Jawa dalam satu tahun menunjukkan hampir 2.000 anak mendapat rawat inap, termasuk 1.500 anak prasekolah (Prasetyo et al., 2023). Perawatan di rumah sakit membuat anak terkena dampak dari hospitalisasi.

Hospitalisasi adalah proses terencana atau darurat yang mengharuskan anak untuk tinggal di rumah sakit untuk menjalani perawatan dan terapi sampai pemulihan anak ke rumah. Perubahan lingkungan akan direspon berbeda-beda pada setiap anak. Pada saat berada di rumah sakit, anak menghadapi prosedur tindakan keperawatan, prosedur terapi dan prosedur invasif. Keadaan seperti ini membuat mengalami stress berupa kecemasan (Rahmadani et al., 2023). Kecemasan merupakan perasaan atau emosi yang ditimbulkan oleh penyebab yang tidak spesifik. Kecemasan biasanya ditandai dengan perasaan yang tidak nyaman, tidak siap, gelisah dan merasa terancam (Rahmadani et al., 2023). Pada saat menjalani perawatan di rumah sakit, kecemasan menjadi masalah umum yang sering dialami oleh anak. Respons emosional anak terhadap stres dan kecemasan dapat meningkatkan tekanan dan berdampak pada pemulihan anak. Cara sederhana untuk mengurangi kecemasan anak dengan mendengarkan keluhan kesahnya dan berusaha menjaga perasaannya yang aman dan murah adalah melalui terapi musik.

Terapi musik merupakan kegiatan terapeutik yang menggunakan musik sebagai media untuk meningkatkan, memelihara, dan mengembangkan kesehatan mental, fisik, dan emosional individu dari segala usia. Saat orang mendengarkan musik, gelombang listrik di otak melambat atau bertambah cepat, dan kinerja sistem tubuh berubah. Musik mengatur hormon yang mempengaruhi stres dan meningkatkan daya ingat. Musik dan kesehatan sangat erat hubungannya, dengan mendengarkan musik dapat membuat seseorang merasa lebih baik dalam waktu singkat (Rianti & Sukmawati, 2023). Ketika terapi musik diberikan, tubuh menerimanya melalui sistem pendengaran, yang menimbulkan emosi positif dalam tubuh, memungkinkan anak

untuk mengatasi dan suasana hati lebih baik, sehingga mengurangi stres.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh (Rianti & Sukmawati, 2023) yang berjudul Studi kasus: Penerapan Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan pada Anak dengan Tindakan Invasif Masa Hospitalisasi didapatkan hasil bahwa pemberian terapi musik dapat menurunkan tingkat kecemasan anak pada saat dilakukan tindakan invasif. Setelah dilakukan terapi musik anak menjadi rileks. Berdasarkan penelitian tersebut, maka dilakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh terapi musik terhadap penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah akibat hospitalisasi.

METODE

Dalam penelitian ini pendekatan yang dilakukan adalah menggunakan laporan kasus (case study) dan pendekatan implementasi berbasis bukti yang berfokus pada intervensi keperawatan. Kasus yang diambil merupakan kasus aktual atau yang sedang berlangsung, dan penelitian ini menggunakan laporan kasus (case study). Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah 5 pasien anak yang dirawat di bangsal anak di RS Indriati Solo Baru, yang telah memberikan persetujuan dilakukan tindakan terapi musik. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner tingkat kecemasan akibat hospitalisasi dengan menggunakan *Preschool Anxiety Scale* (PAS) dan *facial image scala* (FIS) pada sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik. Kategori untuk skor PAS < 21 = tidak ada kecemasan, skor 22- 46 = kecemasan ringan, skor 47-62 = kecemasan sedang, 63-77 = kecemasan berat, >78 kecemasan berat sekali.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada laporan kasus ini mengambil 5 kasus yang ditemukan di Bangsal Anak. Kasus pertama atas nama An.M berusia 5 tahun. Pasien dirawat dengan masalah kesehatan febris dan dihidrasi. Pasien dirawat pada tanggal 13 November 2023. Setiap mendapatkan tindakan keperawatan seperti injeksi obat atau nebulizer selalu takut.

Kasus kedua pasien atas nama An.Mz berusia 4 tahun. Pasien di rawat dengan masalah kesehatan demam tifoid. Pasien dirawat pada tanggal 13 November 2023. Sebelum dilakukan intervensi pasien terlihat takut

Pada kasus ketiga yaitu An. D usia 4 tahun dengan diagnosa medis pneumonia. Pasien dirawat pada tanggal 20 November 2023. Pasien di rawat terlihat takut setiap akan dilakukan tindakan keperawatan.

Pada kasus keempat yaitu An. Z usia 4 tahun dengan diagnosa medis hipereksia. An.Z dirawat pada tanggal 20 November 2023. Pada saat dilakukan tindakan keperawatan terlihat cemas dan takut. Pasien selalu mengatakan bosan dan kepingin cepat pulang.

Pada kasus kelima yaitu anak S usia 5 tahun dengan diagnosa medis Diare. Pasien dirawat pada tanggal 21 November 2023. Anak S terlihat takut pada saat akan dilakukan injeksi.

Tabel. 1 Tingkat kecemasan dengan PAS

Nama Pasien	Hari pertama		Hari kedua	
	Skor Sebelum	Skor Sesudah	Skor Sesudah	Skor Sesudah
An.M	54	51	47	43
An.Mz	59	56	52	46
An.D	60	57	52	48
An.Z	56	52	49	45
An.S	56	54	51	46

Berdasarkan tabel tingkat kecemasan mengguakan SCAS sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi musik mengalami penurunan. Pada kasus pertama hari pertama sebelum diberikan terapi musik tingkat kecemasan 54 (kecemasan sedang), setelah diberikan terapi musik selama 3 hari kecemasan turun menjadi 43 (kecemasan ringan). Kasus kedua yaitu An.Mz sebelum diberikan terapi musik tingkat kecemasan 59 (kecemasan sedang), setelah diberikan intervensi terapi musik pada hari ketiga tingkat kecemasan menjadi 46 (kecemasan ringan). Kasus kedua yaitu An.D sebelum diberikan terapi musik tingkat kecemasan 60 (kecemasan sedang), setelah diberikan intervensi terapi musik pada hari ketiga tingkat kecemasan turun menjadi 48. Kasus kedua yaitu An.Z sebelum diberikan terapi musik tingkat kecemasan 56 (kecemasan sedang), setelah diberikan intervensii terapi musik pada hari ketiga tingkat kecemasan menjadi 45 (kecemasan ringan). Kasus kedua yaitu An.S sebelum diberikan terapi musik tingkat kecemasan 56 (kecemasan sedang), setelah diberikan intervensi terapi musik pada hari ketiga tingkat kecemasan menjadi 47 (kecemasan ringan)

Tabel.2 Tingkat kecemasan dengan FIS

Nama Pasien	Hari pertama		Hari kedua	
	Skor Sebelum	Skor Sesudah	Skor Sesudah	Skor Sesudah
An.M	5	3	1	1
An.Mz	5	4	3	2
An.D	5	3	3	2
An.Z	4	3	2	1
An.S	4	3	2	1

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan setelah dilakukan intervensi terapi musik di dapatkan penurunan skor pada skala kecemasan pada anak. Pada hari pertama pasien An.A sebelum dilakukan intervensi terapi musik skala kecemasan pasien 5, setelah dilakukan tindakan terapi musik di dapatkan skala kecemasan 3. Hari kedua dilakukan setelah intervensi terapi musik pada An.A skala kecemasan FIS skala turun menjadi 1. Hari ketiga setelah dilakukan tindakan terapi musik skala menjadi tetap 1. Pada kasus An.Mz sebelum dilakukan intervensi terapi musik pada hari pertama skala kecemasan 5, setelah dilakukan tindakan terapi musik skala turun menjadi 4. Hari kedua setelah dilakukan tindakan terapi musik skala kecemasan menjadi 3. Hari ketiga setelah dilakukan tindakan skala kecemasan turun menjadi 2. Pada hari pertama pasien An.D sebelum dilakukan tindakan intervensi terapi musik tingkat kecemasan pasien 5, setelah dilakukan terapi musik skala kecemasan pasien menjadi 3. Hari kedua sesudah dilakukan terapi musik skala turun menjadi 3. Pada hari ketiga setelah dilakukan terapi musik skala kecemasan turun menjadi 2. Pada hari pertama pasien An.Z sebelum dilakuakn intervensi terapi musik skala kecemasan anak 4 dan setelah dilakukan tindakan skala kecemasan turun menjadi 3. Hari kedua setelah dilakukan terapi musik skala kecemasan menjadi 2. Pada hari setelah terapi musik skala kecemasan turun menjadi 1.

Hasil studi dari kasus ini menunjukkan bahwa terdapat penurunan skala kecemasan akibat hospitalisasi pada anak sebelum dan setelah dilakukn intervensi terapi musik, hal ini menunjukkan terapi musik efektif dalam menurunkan kecemasan hospitalisasi pada anak. Musik dapat mengatur hormon yang mempengaruhi stres dan meningkatkan daya ingat. Musik dan kesehatan sangat erat hubungannya, dengan mendengarkan musik dapat membuat seseorang merasa lebih baik dalam waktu singkat. Menurut penelitian Rianti & Sukmawati pemberian terapi musik dapat menurunkan tingkat kecemasan anak pada saat dilakukan tindakan invasif. Setelah dilakukan terapi musik anak menjadi rileks (Rianti & Sukmawati, 2023).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmadani penerapan terapi musik pada anak prasekolah akibat hospitalisaasi dapat menurunkan kecemasan berat menjadi kecemasan sedang. Terapi musik dapat menurunkan kecemasan pada anak prasekolah (Rahmadai et al., 2023). Penurunan tingkat kecemasan disebabkan selama proses intervensi anak menunjukkan perbedaan pada fisiologis, kognitif, perilaku dan emosional. Terapi musik dapat diterapkan di rumah sakit sebagai salah satu terapi komplementer untuk menurunkan kecemasan pada anak (Heryyanoor et al., 2019). Hasil penelitian dari (Reddy, 2020) terapi musik signifikan dalam mengurangi kecemasan yang dialami oleh anak-anak. menurut (Febrianti &

ANGGRAINI, 2022) setelah dilakukan intervensi didapatkan penurunan kecemasan. Terapi musik adalah sebuah terapi Kesehatan yang menggunakan musik untuk meningkatkan atau memperbaiki kondisi fisik, kognitif, dan social bagi individu. Musik memiliki beberapa kelebihan, yaitu karena musik bersifat nyaman, menenangkan, membuat rileks, berstruktur dan universal. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Novitasari et al., 2019) hasil uji statistik pada penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan tingkat nyeri anak sebelum dan setelah diberikan intervensi terapi musik (P value=0,000). Hal ini disebabkan karena musik dapat memberikan efek nyaman dan senang pada pendengarnya, musik yang didengar seseorang dapat membuat perasaan nyaman, senang dan sejahtera. Musik dapat berfungsi sebagai alat terapi kesehatan, dimana terapi musik adalah proses interpersonal yang digunakan untuk mempengaruhi keadaan fisik, emosional, mental estetik dan spiritual, untuk membantu klien meningkatkan atau mempertahankan kesehatannya. Menurut (Rahmawati, 2020) terapi musik *baby shark* dapat menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang pada penelitian ini menggunakan 2 subjek penelitian yang sama-sama diberikan terapi musik *baby shark*. Penurunan tingkat kecemasan disebabkan karena selama proses intervensi yang dilakukan pada subjek I dan II menunjukkan adanya perbedaan fisiologis, kognitif, perilaku dan emosional.

SIMPULAN

Karakteristik responden pada penelitian ini ialah pasien anak yang berusia 3-6 tahun dirawat di rumah sakit. Kelima subjek sebelum dan sesudah diberikan terapi musik mengalami perubahan pada skala kecemasan. Berdasarkan paparan pada kasus dapat disimpulkan bahwa terapi musik dapat mengurangi kecemasan pada anak usia prasekolah akibat hospitalisasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, Y., Raraningrum, V., & Yunita, R. D. (2019). Faktor yang Berhubungan dengan Perkembangan Anak Usia Pra Sekolah di TK Nurul Husada Kalibaru Banyuwangi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 6(1), 611–618. <https://doi.org/10.55500/jikr.v6i1.69>
- Febrianti, A., & ANGGRAINI, D. (2022). Terapi Musik Untuk Menurunkan Tingkat Ansietas Hospitalisasi Pada Anak Palembang 2021. *Jurnal Kesehatan*, 11(2).
- Heryyanoor, H., Muhsinin, M., Rahmawati, R., Patarru', F., Handini, F. S., & Weu, B. Y. (2019). Music Therapy and Bibliotherapy to Reduce Child Anxiety When Given Intravenous Therapy. *Jurnal Ners*, 14(3 Special Issue), 345–353. <https://doi.org/10.20473/jn.v14i3.17182>
- Novitasari, S., Sulaeman, S., & Purwati, N. H. (2019). Pengaruh Terapi Musik dan Terapi Video Game terhadap Tingkat Nyeri Anak Usia Prasekolah yang Dilakukan Pemasangan Infus. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(1), 168–177. <https://doi.org/10.31539/joting.v1i1.510>
- Prasetyo, S. I., Imamah, I. N., & Yulianti, R. (2023). Penerapan Play Therapy Coloring Terhadap Tingkat Kecemasan Hospitalisasi Pada Pasien Anak Usia Prasekolah Di Rsud Karanganyar. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(8), 118–123. <https://journal-mandiracendikia.com/jbmc>
- Rahmadani, D., Nurhayati, S., Keperawatan, A., Wacana, D., & Kunci, K. (2023). *Jurnal Cendikia Muda Volume 3, Nomor 2, Juni 2023 ISSN: 2807-3469 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 A. 3*, 187–193.
- Rahmawati, E. A. (2020). Terapi Musik Baby Shark Mampu Menurunkan Kecemasan pada Anak Usia Prasekolah. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.31539/joting.v2i1.1098>
- Reddy, B. A. (2020). Effect of Music Therapy for Anxiety in Children. *Bioscience Biotechnology Research Communications*, 13(7), 366–370. <https://doi.org/10.21786/bbrc/13.7/60>
- Rianti, E., & Sukmawati, A. (2023). Studi Kasus: Penerapan Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan pada Anak dengan Tindakan Invasif Masa Hospitalisasi. *Global Health Science*, 3(4), 394–399.