

TERAPI MUSIK DAN IMAJINASI TERBIMBING PADA PRIMIGRAVIDA PRE SECTIO CAESAREA DENGAN ANSIETAS

Ratna Ningsih¹, Herawati Jaya², Tahirrou Rosyada³

^{1,2,3} Politeknik Kesehatan Kemenkes Palembang
ratnaningsih@poltekkespalembang.ac.id

ABSTRACT

Background: In particular, women can experience psychological disorders during the perinatal stage, around 20%, one of which is anxiety. Anxiety is a normal reaction to threats that can become a psychological health problem if the anxiety continues. According to research conducted by Purwaningrum (2018) it shows that giving music therapy for 20 minutes is more effective in reducing anxiety in preoperative SC patients because it can make the mother relax and can divert the anxiety that will be faced during the surgery she will face. The purpose of giving this therapy is to find out if there is a decrease or increase in anxiety in the client. **Methods:** The design of this study used a descriptive method with 4 clients, namely primigravida pre sectio caesarea with anxiety nursing problems. The research data was taken using interviews and observation. The results of data collection are presented in the form of tables and narratives. **Results:** The implementation of music therapy nursing and guided imagery in the four primigravida pre-sectio caesarea mothers decreased anxiety levels. **Conclusion:** Actions that can be taken on primigravida pre sectio caesarea clients with anxiety problems can be in the form of music therapy and guided imagery and are effective to do.

Keywords: Anxiety, Music Therapy, Pre Sectio Caesarea

ABSTRAK

Latar Belakang : Secara khusus wanita dapat mengalami gangguan psikologis selama tahap perinatal sekitar 20% salah satunya kecemasan. Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap ancaman yang dapat menjadi masalah kesehatan psikologis jika kecemasan tersebut berlangsung terus-menerus. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Purwaningrum (2018) menunjukkan bahwa pemberian terapi musik selama 20 menit lebih efektif menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi SC karena dapat membuat ibu menjadi rileks dan dapat mengalihkan rasa cemas yang akan dihadapi pada saat operasi yang akan dihadapinya. Tujuan pemberian terapi ini adalah untuk mengetahui adanya penurunan atau peningkatan ansietas pada klien. **Metode :** Desain penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan klien berjumlah 4 orang yaitu primigravida pre sectio caesarea dengan masalah keperawatan ansietas. Data penelitian ini diambil dengan menggunakan wawancara serta observasi. Hasil dari pengumpulan data disajikan dalam bentuk tabel dan narasi. **Hasil :** Implementasi keperawatan terapi musik dan imajinasi terbimbing yang dilakukan pada keempat ibu primigravida pre sectio caesarea terjadi penurunan tingkat ansietas. **Kesimpulan :** Tindakan yang dapat dilakukan pada klien primigravida pre sectio caesarea dengan masalah ansietas dapat berupa terapi musik dan imajinasi terbimbing dan efektif untuk dilakukan.

Kata Kunci : Ansietas, Pre Sectio Caesarea, Terapi musik

PENDAHULUAN

Pembedahan adalah tindakan pengobatan yang menggunakan cara invasif dengan membuka atau menampilkan bagian tubuh yang akan ditangani. Saat menghadapi pembedahan, klien akan mengalami berbagai stressor salah satunya rasa takut dan kecemasan. Ketakutan dan kecemasan yang mungkin dialami pasien dapat dilihat dari tanda dan gejala seperti : meningkatnya frekuensi jantung, khawatir,

gelisah, menanyakan pertanyaan yang sama berulang kali, susah tidur, sering berkemih (Warnis Wijayanti, 2018)

Secara Khusus Diperkirakan % ibu dapat mengalami gangguan psikologis selama tahap perinatal, terutama kecemasan dan depresi. Banyak wanita hamil menunjukkan gejala dan keluhan somatik yang merupakan karakteristik dari kecemasan, seperti kelelahan, kehilangan energi, atau gangguan tidur. Oleh karena itu, karena fakta ini, sulit untuk membedakan antara gejala umum kehamilan dan gejala kecemasan. (Maternal, 2023).

Menurut WHO (2018), kecemasan merupakan reaksi normal terhadap ancaman atau bahaya tetapi bisa menjadi masalah kesehatan psikologis jika kecemasan tersebut berlangsung terus-menerus dan mengganggu kehidupan sehari-hari. Semakin tinggi tingkat kecemasan ibu maka kadar kortisol juga akan meningkat dan dapat mengakibatkan resiko persalinan lama, sectio caesaria, keguguran. Menurut Laporan Kerja Kementerian kesehatan (2020) menyebutkan bahwa di Indonesia sekitar 29.0% ibu mengalami kecemasan saat akan menjelang persalinan SC, kecemasan tersebut berupa pandangan terhadap rasa nyeri saat operasi, takut operasi gagal, dan pendarahan yang hebat.

Dampak yang terjadi jika mengalami kecemasan yang tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan adanya perubahan secara fisik maupun psikologis yang akhirnya dapat meningkatkan kerja saraf simpatis dan akan terjadi peningkatan denyut jantung, frekuensi nafas, tekanan darah, keringat dingin, gangguan perkemihan dan secara umum mengurangi tingkat energi pada pasien sehingga merugikan pasien itu sendiri (Septimar et al., 2020).

Salah satu upaya terapi untuk mengurangi kecemasan yaitu dengan pemberian terapi non farmakologis yaitu terapi musik dan imajinasi terbimbing. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Purwaningrum (2018) menunjukkan bahwa pemberian terapi musik selama 20 menit lebih efektif menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi SC karena dapat membuat ibu menjadi rileks dan dapat mengalihkan rasa cemas yang akan dihadapi pada saat operasi yang akan dihadapinya. National Safety Council (2003 dalam Rabi'al 2009) mengatakan, imajinasi terbimbing adalah salah satu teknik yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan perasaan tenang dan damai serta merupakan obat penenang untuk situasi yang sulit dalam kehidupan. Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus mengenai "Implementasi Keperawatan Terapi Musik dan Imajinasi Terbimbing pada Primigravida Pre *Sectio Caesarea* Dengan Ansietas di RS Muhammadiyah Palembang Tahun 2023"

METODE

Metode yang digunakan dalam studi kasus ini adalah deskriptif yaitu metode penelitian yang menggambarkan objek atau subjek yang di teliti secara objektif, bertujuan menggambarkan secara sistematis, fakta dan karakteristik objek yang diteliti secara tepat. Studi kasus ini menggunakan format asuhan keperawatan maternitas mulai dari pengkajian antenatal, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan. Waktu studi kasus dilaksanakan di Ruang Kebidanan Rawat Inap Siti Walidah Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang pada tanggal 12 Maret 2023 sampai dengan 0 Maret 2023. Subjek studi kasus berjumlah empat pasien dengan kriteria inklusi yaitu pasien dengan tingkat ansietas sedang rentang skor (≥ 13) dan pasien bersedia untuk dilakukan tindakan keperawatan terapi musik klasik dan imajinasi terbimbing

HASIL

Hasil pengkajian yang didapatkan pada pasien 1 (Ny.P), pasien 2 (Ny.D), pasien 3 (Ny.M), dan pasien 4 (Ny.I) sama dan sesuai dengan teori, dimana setiap pasien memiliki

data mayor 83% yaitu mengeluh merasa khawatir, tampak gelisah, tampak tegang, merasa bingung dan sulit tidur, sedangkan 27% pada data mayor sulit berkonsentrasi tidak ditemukan pada keempat pasien karna keempat pasien berkonsentrasi saat ada pertanyaan pada pengkajian. selain didapatkan data mayor didapatkan juga data minor pada keempat pasien yang sesuai dengan teori yaitu pasien mengeluh jantung berdebar-debar (palpitasi) sebelum operasi, dan tekanan darah meningkat. Perbedaan yang didapatkan dari keempat pasien adalah skala ansietas yang dirasakan dan durasi waktu tidur.

Hasil pengkajian yang didapatkan pada keempat pasien selaras dengan penelitian yang dilakukan Melani dan Kristina (2021) yaitu kecemasan merupakan keadaan emosi yang di tandai dengan perasaan tegang, perasaan gelisah, merasa kebingungan, merasa khawatir dan disertai respon fisik (jantung berdebar-debar, naiknya tekanan darah)

Diagnosa keperawatan yang didapatkan dari hasil pengkajian pada pasien 1 (Ny.P), pasien 2 (Ny.D), pasien 3 (Ny.M), dan pasien 4 (Ny.I) adalah Ansietas berhubungan dengan kekhawatiran mengalami kegagalan dibuktikan dengan merasa cemas dan khawatir, raut wajah tampak tegang, perilaku pasien tampak gelisah, pasien tampak kebingungan (memikirkan tentang operasi terus menerus), pola tidur terganggu (mengalami kesulitan tidur saat malam hari, sering terbangun pada malam hari), palpitasi (jantung berdebar-debar menunggu operasi). Intervensi yang diterapkan pada keempat pasien yaitu intervensi pendukung terapi musik klasik dan imajinasi terbimbing, pada intervensi terapi musik klasik dan imajinasi terbimbing dilakukan semua kepada keempat pasien.

Implementasi yang diterapkan pada pasien 1 (Ny.P), pasien 2 (Ny.D), pasien 3 (Ny.M), dan pasien 4 (Ny.I) dalam waktu 2 jam sama yaitu observasi, teraupetik, dan edukasi. Perbedaannya hanyalah pada tanggal pelaksanaan implementasinya dimana pada pasien 1 (Ny.P) dilaksanakan pada hari Selasa, 14 Maret 2023, pasien 2 (Ny.D) dilaksanakan pada hari Rabu, 15 Maret 2023, pasien 3 (Ny.M) dilaksanakan pada hari Sabtu, 18 Maret 2023, dan pasien 4 (Ny.I) dilaksanakan pada hari Minggu, 19 Maret 2023. Implementasi yang pertama dilakukan adalah observasi yaitu mengidentifikasi perubahan perilaku atau fisiologi (mengukur tingkat ansietas menggunakan kuisioner APAIS dan VFAS, mengidentifikasi minat terhadap musik yang disukai (dengan cara menanyakan musik yang disukai pasien).

Tindakan edukasi yang dilakukan sebelum melakukan terapi musik dan imajinasi terbimbing adalah melakukan penjelasan tentang prosedur dan manfaat terapi musik dan imajinasi terbimbing untuk mengurangi kecemasan pada pasien agar pasien mengikuti arahan mengenai prosedur terapi yang akan dilakukan. Tindakan terapeutik yang dilakukan yaitu mengatur posisi pasien terlebih dahulu, membatasi rangsangan eksternal selama terapi dilakukan (mematikan suara handphone), memberikan terapi musik klasik di iringi imajinasi terbimbing sesuai dengan SOP selama 20 menit.

Evaluasi setelah dilakukan implementasi keperawatan pada keempat pasien terjadi penurunan skala ansietas kuisioner APAIS pada pasien 1 (Ny.P), pasien 2 (Ny.D), pasien 3 (Ny.M) dan pasien (4 Ny.I) dari cemas sedang ke cemas ringan, sedangkan menggunakan VFAS juga terjadi penurunan kecemasan pada pasien 1 (Ny, P) dari mild moderate ke mild, pada pasien 2 (Ny.D). pasien 3 (Ny. M) dan pasien (Ny.I) dari moderate ke mild. Penurunan skala ansietas ini membuktikan bahwa adanya penurunan tingkat ansietas pada keempat pasien. Pasien menjadi merasa lebih rileks setelah dilakukan terapi musik klasik di iringi imajinasi terbimbing.

PEMBAHASAN

Hasil implementasi berdasarkan evaluasi keperawatan yang telah dilakukan pada pasien 1 (Ny.P), pasien 2 (Ny.D), pasien 3 (Ny.M), dan pasien 4 (Ny.I) setelah dilakukan

implementasi terapi musik klasik dan imajinasi terbimbing terdapat penurunan skala ansietas pada setiap pasien. Hal ini membuktikan bahwa terapi musik klasik dan imajinasi terbimbing efektif untuk menurunkan masalah ansietas akibat kekhawatiran mengalami kegagalan pada primigravida pre sectio caesarea. Hal ini selaras dengan penelitian Purwaningrum (2018) yang menunjukkan bahwa pemberian terapi musik selama 20 menit lebih efektif menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi sectio caesarea karena dapat membuat ibu menjadi rileks dan dapat mengalihkan rasa cemas yang akan dihadapi pada saat operasi yang akan dihadapinya.

Tindakan terapi musik klasik ini memberikan efek rileks pada pasien, karena pada musik klasik memiliki nada lembut yang menstimulus gelombang alfa pada otak sehingga dapat menurunkan kecemasan dan memberikan ketenangan serta kenyamanan. Sedangkan imajinasi terbimbing dapat menimbulkan respon psikologis yang kuat dan menurunkan aktivitas sistem parasimpatis yang berpengaruh pada kecemasan, membangkitkan neurohormonal dalam tubuh yang menyerupai perubahan yang terjadi ketika sebuah peristiwa yang sebenarnya terjadi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penulis dapat menjelaskan dalam melaksanakan implementasi keperawatan pada keempat pasien baik dalam pelaksanaan observasi, teraupetik dan edukasi penulis tidak mengalami masalah dan halangan, dan terjadi progres penurunan skala ansietas pada keempat pasien setelah dilakukan implementasi terapi musik dan imajinasi terbimbing. Penulis menyimpulkan bahwa implementasi keperawatan terapi musik klasik dan imajinasi terbimbing menunjukkan adanya penurunan tingkat ansietas pada pasien 1 (Ny.P), pasien 2 (Ny.D), pasien 3(Ny.M), dan pasien 4 (Ny.I).

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi kepada tenaga kesehatan khususnya di Ruang Rawat Inap Kebidanan Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang dalam menerapkan implementasi keperawatan terapi musik dan imajinasi terbimbing kepada ibu hamil yang mengalami kecemasan saat menjelang operasi sectio caesarea, serta audio terapi musik dengan backsound imajinasi terbimbing ini dapat dijadikan media pembelajaran oleh dosen keperawatan maternitas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis berterimakasih pada semua pihak yang terlibat khususnya Jurusan Keperawat Poltekkes Kemenkes Palembang.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan bahwa tidak ada konflik kepentingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbasi. (2018). Teknik Relaksasi. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Ansori. (2022). Asuhan keperawatan ansietas pada pasien pre operasi sectio caesarea diruang belimbing RSUD Klungkung. *Paper Knowledge . Toward aMedia History of Documents*, 3(April), 49–58.
- Fabiana Meijon Fadul. (2019). *Perubahan Psikologis Kehamilan Trimester III*. 7–30.
- Jaya, H dan Syukomawena. (2018). Hubungan Status Paritas Dengan Kecemasan Ibu Pre Operasi Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang Tahun 2017. *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan*, 1(2), 1-9.
- Maternal, M. H. (2023). *Prevalence of Antenatal Anxiety in European Women : A*

Literature Review. <https://doi.org/10.>

- Mellani, & Kristina, N. L. P. (2021). Tingkat Kecemasan Anak Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Sma Negeri 8 Wilayah Kerja Puskesmas Iii Denpasar Utara Tahun 2021. *NLPK Mellani*, 12–34. <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7453/>
- Moekroni, R., & Analia. (2016). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik dalam Menurunkan Tingkat Influence of Classical Music Therapy in Reducing Anxiety Levels in Pregnant Woman Approaching Labor. *Penelitian Kedokteran Universitas Lampung*, 5, 7.
- Mustika, M. (2017). Pengaruh Teknik Distraksi Imajinasi Terbimbing Terhadap Penurunan Skala Ansietas Pada Pasien Dewasa Di Istalasi Gawat Darurat Rs Kepresidenan Rspad Gatot Soebroto Jakarta. *Convention Center Di Kota Tegal*, 6–37.
- Ningsih, R., Rosnani., R., Kumalasari, I., Amin, M., & Jaya, H. (2021). *Buku Panduan Praktik Klinik Keperawatan (PKK) Maternitas*. CV. Putra Penuntun Palembang.
- Normah, Rifai, B., Vambudi, S., & Maulana, R. (2022). Analisa Sentimen Perkembangan Vtuber Dengan Metode Support Vector Machine Berbasis SMOTE. *Jurnal Teknik Komputer AMIK BSI*, 8(2), 174–180. <https://doi.org/10.31294/jtk.v4i2>
- PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia Definisi dan Tindakan Keperawatan Edisi 1* (Tim Pokja SIKI DPP PPNI (ed.)). Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia Jakarta.
- PPNI. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan* (PPNI (ed.); 1st ed.). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia Jakarta.
- PPNI, T. P. P. S. D. (2021). *Pedoman Standar Prosedur Operasional Keperawatan* (1st ed.). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Septimar, Z. M., Rustami, M., & Wibisono, A. Y. . (2020). Perbandingan Terapi Murottal Dengan Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Menara Medika*, 3(1), 66–73
- Warnis Wijayanti, G. S. P. (2018). Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Setelah Pelaksanaan Relaksasi Imajinasi Terbimbing Di Rsud Patut Patuh Patju Gerung Laporan Tugas Akhir Poltekkes Semarang. *Nursing Arts*, 12(2), 36–43. <https://doi.org/10.36741/jna.v12i2.79>
- Waryanuarita, I., Induniasih, I., & Olfah, Y. (2018). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Terhadap Kecemasan Pasien Pre General Anestesi Di Rs Pku Muhammadiyah Yogyakarta. *Caring : Jurnal Keperawatan*, 7(2), 60–65. <https://doi.org/10.29238/caring.v7i2.356>
- Yumul, R., Ahdout, J., Goodman, A., Elvir Lazo, O. L., Hernandez Conte, A., Cook-Wiens, G., Cao, X., & White, P. F. (2015). Assessment Of Preoperative Anxiety Using Visual Facial Anxiety Scale: An Alternative To The Verbal Rating Scale? *Medical Research Archives*, 4, 1–14. <https://doi.org/10.18103/mra.v0i4.281>