

**EFEKTIVITAS KLASIK MUSIK TERAPI DAN murrotal TERAPI UNTUK
MENURUNKAN TINGKAT PASIEN KECEMASAN PRE OPERASI
OPERATION
(Effectiveness of Classical Music Therapy and Murrotal Therapy To Decrease The
Level of Anxiety Patients Pre Surgery Operation)**

Suwanto*, Ahmad Hasan Basri*, Mustamin Umalekhoa **

* Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik Jl. A.R.
Hakim No. 2B Gresik, email: wanto.rusman@gmail.com

** Mahasiswa PSIK FIK Universitas Gresik

ABSTRAK

Kecemasan merupakan respon dasar manusia terhadap bahaya tidak bisa dihindari dan salah satu reaksi yang paling umum untuk penyakit ini. terapi musik klasik dan terapi murrotal dapat mengurangi tingkat kecemasan pada pasien, hal ini berguna untuk proses penyembuhan karena dapat mengurangi rasa sakit dan dapat menyediakan klien merasa lebih santai. Tujuan dari ini dipelajari adalah untuk menggambarkan efektivitas terapi musik klasik dan terapi murrotal untuk menurunkan tingkat penderita kecemasan operasi pra-operasi.

Penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan efektivitas terapi musik klasik dan terapi murrotal dan desain yang digunakan quasy eksperimental (desain pre-post test), Populasi 20 pasien dengan pra operasi (minor) menggunakan teknik purposive sampling, data yang dikumpulkan terapi murrotal dan terapi musik klasik dengan observasi, wawancara terstruktur, kemudian dianalisis dengan Wilcoxon dan Mann Whitney tes.

Hasil statistik Wilcoxon menunjukkan bahwa terapi dengan musik klasik (P 0,004.) Terapi murrotal (P 0002) berdua ada pengaruh penurunan tingkat kecemasan, uji Mann-Whitney menunjukkan hasil yang signifikan dari perhitungan (α) = 0,001 < 0 05 berarti H₀ ditolak dan H₁ diterima berarti bahwa ada perbedaan antara penurunan tingkat kecemasan terapi musik klasik dan terapi murrotal mana terapi murrotal lebih efektif daripada musik klasik.

Berdasarkan hasil penelitian terapi musik klasik dan terapi murrotal bersama-sama ada pengaruh tetapi hanya terapi murrotal yang lebih tenang, santai begitu dalam dan nyaman.

Kata Kunci : Terapi musik klasik, Terapi murrotal, Kecemasan.

ABSTRACT

Anxiety is a basic human response to danger is not inevitable and one of the most common reaction to the disease. Classical music therapy and murrotal therapy can reduce the level of anxiety in patients, it is useful for the healing process because it can reduce pain and can provide clients feeling more relaxed. The purpose of this studied was to describe the effectiveness of the of classical music therapy and murrotal therapy to decrease the level of anxiety patients pre-surgery operation.

This research was to determine differences in the effectiveness of classical music therapy and therapy murrotal and design used experimental quasy (pre-post test design), The population of 20 patients with preoperative (minor) used the technique of purposive

sampling, data collected murrotal therapy and classical music therapy by observation, structured interview, then were analysed with Wilcoxon and Mann Whitney test.

Wilcoxon statistic result showed that therapy with classical music (P 0,004.) Therapy murrotal (P 0,002) were both there is influence of the decline of levels of anxiety, Mann-Whitney test showed significant results of the calculation (α) = 0,001 < 0 05 means H0 refused and H1 was received means that there were a difference between the reduction in anxiety level classical music therapy and therapy murrotal where murrotal therapy more effective than classical music.

Based on the results of the research of classical music therapy and murrotal therapy together there were influence but only murrotal therapy that is more calm, relaxing so deep and comfortable.

Keyword : Therapy music classical, Therapy murrotal, Anxiety.

PENDAHULUAN

Operasi atau pembedahan baik elektif maupun kedaruratan merupakan peristiwa kompleks yang menegangkan individu dengan masalah perawatan kesehatan yang memerlukan intervensi pembedahan biasanya menjalani prosedur pembedahan yang dikenal dengan istilah keperawatan perioperatif. Kata "perioperatif" merupakan suatu istilah gabungan yang mencakup tiga fase pembedahan yaitu fase pra operatif, intra operatif, dan pasca operatif (Brunner & Suddart, 2002). Banyak orang yang merasa cemas mendengar kata operasi, berbagai pemikiran berkecamuk dalam benaknya, tidak saja bagi pasien tetapi juga keluarga yang divonis memerlukan pembedahan sebagai jalan menyelesaikan masalah kesehatan yang diderita (Long, 1996). Kesiapan psikologis untuk menjalani operasi berpengaruh pada kesembuhan pasien di mana semakin cemas pasien sebelum operasi, semakin sulit penyesuaian dan pemulihan pasca operasi (Aderson, Masur, & Johnson, Sarafino, 1998). Kecemasan adalah respon dasar manusia terhadap bahaya yang tidak dapat dihindarkan dan salah satu reaksi paling umum terhadap

penyakit (Grieve, 2002). Cemas juga dapat menjadi beban berat yang menyebabkan kehidupan individu tersebut selalu dibawah bayang-bayang kecemasan yang berkepanjangan dan mengganggu rasa cemas sebagai ketegangan mental yang disertai dengan gangguan tubuh yang menyebabkan rasa tidak waspada terhadap ancaman, kecemasan juga berhubungan dengan stress fisiologis maupun psikologis. artinya cemas dapat terjadi ketika seseorang terancam baik secara fisik maupun psikologi (Asmadi, 2008). Kecemasan yang mereka alami biasanya terkait dengan segala macam prosedur asing yang harus dijalani pasien dan juga ancaman terhadap keselamatan jiwa akibat segala macam prosedur pelaksanaan operasi dan tindakan pembiusan. Untuk mengatasi rasa kecemasan yang dialami pasien dalam mendengar kata atau akan menjalani suatu tindakan operasi tersebut kini telah banyak dikembangkan terapi-terapi untuk menangani kecemasan ataupun nyeri, diantaranya adalah terapi musik klasik dan terapi murrotal yang dapat mengurangi tingkat kecemasan pada pasien. Dimana terapi musik dan terapi murotal ini bekerja pada otak, dan

ketika didorong oleh rangsangan dari luar (terapi music klasik dan Al-Quran), maka otak akan memproduksi zat kimia yang disebut *neuropeptide*. Molekul ini akan menyangkutkan ke dalam reseptor-reseptor mereka yang ada di dalam tubuh dan akan memberikan umpan balik berupa kenikmatan atau kenyamanan (O’Riordon, 2002).

Terapi musik klasik (Mozart) ini terbukti berguna dalam proses penyembuhan karena dapat menurunkan rasa nyeri dan dapat membuat perasaan klien rileks (Kate and Mucci, 2002). Dimana terapi musik klasik karya gubahan dari aransemen karya Wolfgang Amadus Mozart (Mozart) ini memiliki irama, melodi dan frekuensi tinggi yang bisa merangsang dan memberi daya ingat kepada daerah kreatif dalam otak. Musik Mozart tidak membangkitkan gelombang emosi yang naik turun dengan tajam seperti karya Beethoven. Karyanya juga tidak kaku dan datar seperti lagu Gregorian, namun juga tidak terlalu lembut membuai seperti pengantar tidur bayi. Kelebihan-kelebihan inilah yang dapat membuat seseorang merasa rileks dan tenang ketika mendengarkan gubahan Mozart. Rasa rileks ini disinyalir dapat membuat otak tenang dan memperlancar aliran darah sehingga meningkatkan kinerja otak. (Campbell, 2002). Terapi murrotal adalah terapi bacaan Al-Quran yang merupakan terapi religi dimana seseorang dibacakan ayat-ayat AL-Quran selama beberapa menit atau jam sehingga memberikan dampak positif bagi tubuh seseorang (Gusmiran, 2005). Menurut Sa’dulloh (2008) Al-Quran memiliki banyak manfaat baik bagi pembaca maupun pendengar salah satunya

terhadap perkembangan kognitif yaitu dapat mempertajam ingatan dan pemikiran yang cemerlang. Sedangkan menurut Dr. Al Qadhi dalam Gusmiran (2005), melalui penelitiannya yang panjang dan serius di Klinik Besar Florida Amerika Serikat, berhasil membuktikan hanya dengan mendengarkan bacaan ayat-ayat Alquran, seorang Muslim, baik mereka yang berbahasa Arab maupun bukan, dapat merasakan perubahan fisiologis yang sangat besar. Musik murrotal yang digunakan adalah Al-Quran Surat Al- Fatihah, dan Arrahman. Dimana surat Al-fatihah menurut mustamir (2009) dalam siswantinah (2011) surat al-qur’an yang terbaik adalah Al-Fatihah, karena intisari dari Al-Qur’an diawali dengan pemahaman terhadap Al-fatihah. Surat tersebut juga dapat digunakan untuk mengurangi/menurunkan kecemasan. Keseluruhan efeknya telah menjadikan Al-Fatihah sangat selaras dengan nuansa sholat dan ibadah. Uraianya yang singkat dan jelas, serta kualitas nada yang tinggi membuat Al-Fatihah mudah dibaca dan dihafal semua orang dengan latar belakang apa pun. Al Fatihah meruapakan surat yang paling banyak dibaca oleh umat manusia, karena Al-Fatihah harus dibaca dalam setiap sholat. Terapi murrotal diberikan selama 15 menit telah terbukti efektif menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi (Siswantinah, 2011). Kemudian surat Ar-Rahmaan terdiri atas 78 ayat. Semua ayat dalam surat Ar-Rahman merupakan surat makiyyah yang mempunyai karakter ayat pendek sehingga ayat ini nyaman didengarkan dan dapat menimbulkan

efek relaksasi bagi pendengar yang masih awam sekalipun.

Al-Biqā'i, pakar tafsir yang mengarahkan perhatiannya kepada hubungan antara ayat dan surat-surat Al-Qur'an, berpendapat bahwa tema utama surat ini adalah pembuktian tentang apa yang diuraikan pada akhir surat Al-Qamar yang lalu, yaitu tentang keagungan kuasa Allah, kesempurnaan pengaturan-Nya serta keluasan rahmat-Nya yaitu dengan memberikan nikmat yang tak terhingga baik di dunia maupun di akhirat termasuk nikmat yang utama yaitu nikmat kesehatan. Dengan demikian Al-Biqā'i menyimpulkan tujuan utama surat ini adalah menetapkan bahwa Allah SWT menyanggah sifat Rahman yang tercurah kepada semua tanpa terkecuali (Shihab, 2002). Sehingga secara garis besar dapat ditarik kesimpulan bahwa terapi murrotal mempunyai dua point penting, memiliki irama yang indah dan juga secara psikologis dapat memotivasi dan memberikan dorongan semangat dalam menghadapi problem yang sedang dihadapi (Faradisi, 2012). Terapi musik klasik dan terapi murrotal dapat menurunkan kecemasan, tetapi apakah kedua terapi tersebut salah satunya lebih cepat menurunkan tingkat kecemasan.

Menurut WHO memperkirakan bahwa pada tahun 2020 Kecemasan akan menjadi salah satu penyebab utama dari ketidakmampuan seorang individu di seluruh dunia menyumbang sekitar 15% dari angka kesakitan global. International WHO Multi-center Study pada Psychological Problems in General Health Care mengungkapkan bahwa kurang lebih 7,9% pengunjung pusat

pelayanan primer ditemukan memiliki kriteria diagnostik untuk gangguan ansietas menyeluruh berdasarkan atas DSM-III-R. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Lieb dkk. 4 dari hampir 2.000 orang yang mendatangi 5 pusat pelayanan primer di Eropa, 22% mengeluhkan masalah berhubungan dengan ansietas didiagnosis gangguan ansietas menyeluruh menggunakan *composite international diagnostic interview* (CIDI). Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) yang dilakukan Kementerian Kesehatan pada 2007, prevalensi masalah mental emosional yakni ansietas ada sebanyak 11,60% dari jumlah penduduk Indonesia atau sekitar 24.708.000 jiwa. Dan pada tahun yang sama 2007 401 RSU Depkes dan Pemda operasi yang dilaksanakan sebanyak 642.632, yang dirinci menurut tingkat kelas A, B, C, dan D, data tersebut diklasifikasikan berdasarkan jenis operasi. Pada kelas A jumlah operasi adalah 8.364 (16,2%), kelas B operasi besar 76.969 (19,8%), pada kelas C jumlah operasi besar adalah 65.987 (34,0%), pada kelas D jumlah operasi besar adalah 3.307 (41,0%) (Depkes RI, 2007). Hasil pengambilan data awal oleh peneliti, diruang Wijaya Kusuma (W.K) RSUD Ibnu Sina Gresik pada bulan November–Desember 2015 pasien yang menjalani operasi terdapat 17 jenis kasus bedah mayor dan terdapat 23 jenis kasus operasi minor dan pada awal tahun 2016 Januari – Februari terdapat 24 jenis kasus bedah mayor dan terdapat 18 jenis kasus bedah minor. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mahmoudi, (2010) didapatkan 20,3% memiliki kecemasan yang parah. Berdasarkan hasil penelitian yang

dilakukan Mulyani, (2008) ditemukan 52,5% pasien mengalami tingkat kecemasan ringan dan 47,5% tingkat kecemasan sedang dan hasil penelitian yang dilakukan oleh Uskenat, (2011) didapatkan hasil, 3,3% pasien memiliki tingkat kecemasan berat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien pre operasi mengalami kecemasan.

Kecemasan merupakan reaksi emosional terhadap persepsi adanya bahaya, baik yang nyata maupun yang hanya dibayangkan (Smeltzer & Bare, 2001). Cemas terhadap anestesi, nyeri atau kematian, deformitas, atau ancaman lain terhadap citra tubuh (Smeltzer & Bare, 2001). Keadaan emosional pasien dalam hal ini cemas, akan berpengaruh kepada fungsi tubuh menjelang operasi. Kecemasan yang tinggi, dapat mempengaruhi fungsi fisiologis tubuh yang ditandai dengan adanya peningkatan frekuensi nadi dan respirasi, pergeseran tekanan darah dan suhu, relaksasi otot polos pada kandung kemih dan usus, kulit dingin dan lembab, peningkatan respirasi, dilatasi pupil, dan mulut kering (Smeltzer & Bare, 2001). Kondisi ini sangat membahayakan kondisi pasien, sehingga dapat dibatalkan atau ditundanya suatu operasi. Akibat lainnya, lama perawatan pasien akan semakin lama dan menimbulkan masalah finansial. Maka dari itu perawat harus mampu mengatasi kecemasan pada pasien, sehingga kecemasan tersebut dapat dikurangi secara efektif (Smeltzer & Bare, 2001). Kecemasan yang dialami pasien dapat berdampak terhadap berlangsungnya pelaksanaan operasi. Terdapat beberapa kasus pembatalan operasi

diantaranya meningkatkan tekanan darah pada pasien yang mengalami hipertensi, memanjangnya waktu haid yang dialami pasien yang sedang haid, membuat operasi tersebut harus tertunda, ketakutan yang dialami pasien dan keluarga sering kali membuat keluarga mengambil keputusan untuk membatalkan tindakan operasi tersebut. Kecemasan wajar terjadi pada siapa saja, tak terkecuali pada pasien yang akan menjalani operasi, karena ketidaktahuan konsekuensi pembedahan dan takut terhadap prosedur pembedahan itu sendiri. Ketakutan diakibatkan oleh paparan fisik maupun psikologis terhadap situasi yang mengancam (Muttaqin dan Sari, 2009) Beberapa orang kadang tidak mampu mengontrol kecemasan yang dihadapi, sehingga terjadi disharmoni dalam tubuh. Hal ini akan berakibat buruk, karena apabila tidak segera diatasi akan meningkatkan tekanan darah dan pernafasan yang dapat menyebabkan pendarahan baik pada saat pembedahan ataupun pasca operasi. Intervensi keperawatan yang tepat diperlukan untuk mempersiapkan klien baik secara fisik maupun psikis sebelum dilakukan operasi dan kadang pasien kurang mampu untuk mengontrol kecemasan yang dihadapi sehingga terjadi disharmonisasi dalam tubuh dan keadaan seperti ini dapat berakibat buruk apabila tidak segera diatasi (Faradisi, 2012). Kini telah banyak dikembangkan terapi keperawatan untuk mengatasi kecemasan dan nyeri, seperti relaksasi nafas dalam, imajinasi terbimbing, penafasan diafragma, relaksasi otot progresif, masase, yoga dan lainnya. salah satunya adalah terapi musik. Terapi musik adalah penggunaan

Musik atau Elemen musik (suara, irama, melodi dan harmoni). Terapi musik juga mempunyai tujuan membantu mengekspresikan perasaan, membantu merehabilitasi fisik, memberi pengaruh positif terhadap kondisi suasana hati dan emosi serta mengurangi tingkat kecemasan pada pasien (Djhoan, 2006). Terapi musik merupakan intervensi alami noninvasif yang dapat diterapkan secara sederhana tidak selalu membutuhkan kehadiran ahli terapi, harga terjangkau dan tidak menimbulkan efek samping. Demikian pula dengan terapi murotal yang bisa dijadikan refrensi dalam hal mengurangi stres dan kecemasan. Dalam konferensi tahunan ke XVII Ikatan Dokter Amerika, wilayah Missuori AS, Ahmad Al-khadi melakukan presentasi tentang hasil penelitiannya dengan tema pengaruh terapi murotal pada manusia dalam perspektif fisiologi dan psikologi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan hasil positif bahwa mendengarkan ayat suci Al-Qur'an memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan ketegangan urat saraf reflektif dan hasil ini tercatat dan terukur secara kuantitatif dan kualitatif oleh sebuah alat berbasis computer (Remolda, 2009).

Terapi musik telah banyak diterapkan sebagai alternatif untuk mempercepat penyembuhan, namun belum banyak yang tahu bahwa terapi murotal (pendengaran pembacaan AL-Qur'an) ternyata juga dapat membantu proses penyembuhan. Sehingga peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang efektifitas antara pemberian terapi murotal (pendengaran pembacaan Al-Qur'an) dengan terapi musik klasik terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre-operasi.

Dengan menggunakan teknik distraksi pendengaran diharapkan pasien tidak mengalami kecemasan sehingga operasi dapat berjalan dengan baik.

METODE DAN ANALISA

Penelitian ini menggunakan desain Quasy Eksperimental dengan rancangan (*Pre-post test Design*). Rancangan ini berupaya mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan dua kelompok perlakuan masing-masing terapi musik klasik 10 orang dan terapi murrotal 10 orang dan diobservasi sebelum dan sesudah perlakuan. Jumlah populasi terjangkau 20 pasien yang sedang menunggu operasi yang mengalami kecemasan di ruang rawat inap dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik analisis data uji *Wilcoxon* tiap kelompok dan membandingkan kedua hasil terapi menggunakan hasil uji analisis statistik *Mann Whitney U-Tes*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengaruh tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan terapi musik klasik sebelum dan sesudah intervensi.

Tabel 1 Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa ada pengaruh penurunan tingkat dengan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik dengan hasil uji *Wilcoxon* $U = 0,004$ menunjukkan hasil signifikan hasil hitung (α_{hitung}) = hasil $0,004 < 0,05$, yaitu dari kecemasan berat sekali/panik ke kecemasan ringan.

Tabel 1 Pengaruh Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Dengan Terapi Musik Klasik

No	Tingkat Kecemasan Terapi Musik Klasik	Hasil			
		Pre Intervensi		Post Intervensi	
		Jumlah	Presentase (%)	Jumlah	Presentasi (%)
1	Tidak cemas	0	0,0	0	0,0
2	Cemas ringan	0	0,0	6	60,0
3	Cemas sedang	4	40,0	0	0,0
4	Cemas Berat	2	20,0	4	40,0
5	Cemas Berat Sekali/ Panik	4	40,0	0	0,0
TOTAL		10	100%	10	100%
Wilcoxon Signed Rank Test		$\alpha_{hitung} = 0,004$		$\alpha < 0,005$	

Penurunan dengan terapi musik klasik ini dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain fisiologis, kurang pengetahuan, dan psikologis. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari responden mengatakan tidak tahu dan takut dari segala jenis tindakan operasi yang akan dijalani, dimulai dari peralatan, ruangan serta tim medis yang mengalami kecemasan berat dari pada responden yang sudah pernah pernah menjalani tindakan operasi sebelumnya. Karena kurang pengetahuan dan belum pernah melakukan tindakan operasi sebelumnya sehingga mengalami gangguan psikologis yang menjadi stressor utama kecemasan dan terjadi ketidakseimbangan hormone *adrenocorticotrophic hormone* (ACTH) dan mempengaruhi system saraf.

Hal ini sesuai dengan Cambell bahwa musik dapat mengatur hormone-hormon yang berkaitan dengan stress, dapat dinaikan tingkat endorphin yang dapat mengurangi rasa sakit, dapat mengurangi ketegangan otot dan memperbiki gerak dan koordinasi tubuh, melalui *system saraf otonom*,

saraf pendengaran menghubungkan telinga dalam dengan semua otot dalam tubuh, dapat mempengaruhi denyut jantung denyut nadi, pernapasan, tekanan darah, serta meningkatkan daya tahan tubuh (Djafar, Andriani, 2009).

Berdasarkan data uji statistic Wilcoxon masih terdapat 4 orang pasien (40%) dari total keseluruhan 10 responden yang masih berada dalam skala cemas berat, tentu saja kategori cemas berat ini dapat mengganggu kesiapan mental dan fisik pasien dalam menghadapi operasi hal ini disebabkan oleh tingkat pengetahuan pasien dan merupakan suatu tindakan operasi pertama bagi pasien tersebut. Dimana dari data frekuensi pernah melakukan tindakan operasi terdapat 4 orang (40%) yang baru pertama kali menjalani tindakan operasi minor, ini disebabkan pada item skala HARS tidak terjadi banyak perubahan pada item 1. Perasaan cemas, 2. Ketegangan, 3. Ketakutan ,4 Gangguan tidur sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik. Data lainnya juga menunjukkan sebagian besar responden yang diterapi musik klasik

berada diusia 20-40 tahun yakni sebesar 90%. Banyak responden yang mengalami tingkat kecemasan diusia tersebut bisa disebabkan karena kurang mengetahui esensi tindakan operasi yang memiliki manfaat lebih baik dengan mengikuti prosedur yang ditetapkan, hal ini menimbulkan terjadinya peningkatan

kecemasan dari tidak cemas ke-arrah cemas berat/panik dan kecemasan ini diciptakan oleh responden itu sendiri dari bayangan imajinasinya tentang hal negatif seputar prosedur atau tindakan yang dapat menurunkan mentalnya saat menghadapi operasi dan juga bahkan dapat menghentikan jalan operasi.

Pengaruh tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan terapi murrotal sebelum dan sesudah intervensi

Tabel 2 Pengaruh Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Dengan Terapi Murrotal.

No	Tingkat Kecemasan Terapi Murrotal	Hasil			
		Pre Intervensi		Post Intervensi	
		Jumlah	Presentase (%)	Jumlah	Presentasi (%)
1	Tidak cemas	0	0,0	7	70,0
2	Cemas ringan	0	0,0	3	30,0
3	Cemas sedang	7	70,0	0	0,0
4	Cemas Berat	3	30,0	0	0,0
5	Cemas Berat Sekali/ Panik	0	0,0	0	0,0
TOTAL		10	100%	10	100%
<i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>		$\alpha_{hitung} = 0,002$		$\alpha < 0,005$	

Tabel 2 hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa ada pengaruh penurunan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi murrotal, Hasil uji *Wilcoxon U* = 00,2 menunjukkan hasil signifikan hasil hitung (α_{hitung}) = hasil 0,002 < 0,05, dari pada terapi musik klasik dengan dasil uji *Wilcoxon U* = 00,4 menunjukkan hasil signifikan hasil hitung (α_{hitung}) = hasil 0,004 < 0,05, sehingga penurunan tingkat kecemasan terjadi secara drastis yaitu kecemasan ringan 30% dan 70% pada tingkat tidak cemas.

Terlihat terjadi penurunan dengan terapi murrotal sangat efektif. Dan pada kenyataannya dimana

responden akan menjalani operasi dan masalah kecemasan yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya ini menimbulkan stress yang dapat mempegaruhi jalannya operasi dan kesembuhan pasca operasi. Umumnya mereka juga berdoa, dzikir, dimana mengandung kandungan Bahasa arab juga hal ini juga sesuai dengan (Siswantinah, 2009) bahwa mendengarkan murrotal atau ayat-ayat suci (al-qur'an) seorang muslim, baik mereka yang berbahasa arab maupun bukan, dapat merasakan perubahan fisiologis yang sangat besar. Secara umum mereka merasakan adanya penurunan

depresi, kesedihan, dan ketegangan jiwa.

Kemudian dilakukan tindakan terapi murrotal tersebut bukan hanya sekedar relaksasi namun lebih dari pada itu dimana responden merasa lebih dekat dengan Tuhan serta menuntun subjek untuk mengingat dan menyerahkan segalanya permasalahan yang dimiliki kepada tuhan, hal ini menambahkan keadaan relaksasi. Factor keyakinan yang dimiliki seseorang mampu membawa pada keadaan yang sehat sejahtera (Benson, 2003). Respon relaksasi ini dapat timbul karena terdapat suatu hubungan antara pikiran dan tubuh (*mindbody connection*) sehingga mendengar bacaan Al-qur'an dapat disebut juga sebagai suatu relaksasi religious (Faradisi, 2009).

Dari hasil penelitian pada kelompok terapi murrotal menunjukkan bahwa tingkat kecemasan mengalami penurunan dari kecemasan berat ke tidak cemas disebabkan karena terapi murrotal tingkat kecemasan responden berangsur menurun drastis dengan mengeluarkan tetesan air mata serta rileks yang begitu dalam dan seakan ada merasakan ada energy baru pada tubuhnya. Dalam hal ini penggunaan dua surat al-qur'an sebagai bahan uji yaitu al-fatihah dan arrahman dimana pada surat al-fatihah apa bila didengarkan alunan surat ini, sinyal itu akan ditangkap oleh daun telinga. Selanjutnya impuls bacaan Al-Faatihah diteruskan sampai talamus (bagian batang otak). Bila seseorang memahami bahasa/makna Al-Faatihah, impuls akan diteruskan ke area auditorik primer dan sekunder, lalu diolah di area wernicke untuk diinterpretasikan makna-maknanya.

Kemudian, impuls akan diasosiasikan ke area prefrontal agar terjadi perluasan pemikiran atau pendalaman makna yang turut berperan dalam menentukan respon hipotalamus terhadap makna-makna tersebut. Hasil yang diperoleh di area Wernicke akan disimpan sebagai memori, lalu dikirimkan ke amigdala untuk ditentukan reaksi emosionalnya. Oleh karena itu, jika kita meresapi makna Al Faatihah, maka kita akan memperoleh ketenangan jiwa. Mendengarkan Al-Faatihah tanpa mengetahui maknanya juga bermanfaat walaupun tidak sebesar bila mengetahui maknanya. Bacaan Al-Faatihah yang didengarnya, menghasilkan impuls dari talamus akan tetap dikirim ke amigdala, walaupun tidak ditransmisikan ke korteks. Apabila seseorang mendengar bacaan Al-Fatihah secara tartil dan didengar dengan hati yang ridha dan ikhlas, maka bacaan Al-Faatihah akan berpengaruh positif terhadap mental. Kemudian pada surat arrahman adalah salah satu dari nama nama Allah. Sebagian besar dari surat ini menerangkan kepemurahan Allah SWT kepada hamba-hamba Nya, yaitu dengan memberikan nikmat nikmat yang tidak terhingga baik di dunia maupun di akhirat. Imam Al-Baihaqi meriwayatkan bahwa Nabi SAW bersabda: "segala sesuatu memiliki pengantinnya dan pengantin Al-Qur'an adalah surah Ar-Rahman", penamaan itu karena indahnya surat ini dan diibaratkan dengan aneka hiasan yang dipakai oleh pengantin. Tema utama surat ini adalah uraian tentang nikmat-nikmat Allah, bermula dari nikmat-Nya yang terbesar dan teragung yaitu Al-Qur'an.

Perbedaan Penurunan tingkat kecemasan antara terapi musik klasik dan terapi murrotal.

Tabel 3 Perbedaan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Dengan Terapi musik klasik Dan Terapai Murrotal

No	Intervensi	Pre Intervensi	Post Intervensi
1	Musik Klasik	4,00	2,40
2	Murrotal	3,40	1,30
<i>Mann-Whitney</i>			P = 0,001

Tabel 3 menunjukkan hasil ada perbedaan penurunan tingkat kecemasan pasien pre operasi minor antara terapi musik klasik dan terapi murrotal. Hasil uji dengan Wilcoxon dan Mann-Whitney membuktikan Hasil uji mann-Whitney $U = 00,1$ menunjukkan hasil signifikan hasil hitung (α_{hitung}) = hasil $0,001 < 0,05$, H_0 ditolak dan H_a diterima artinya terdapat pebedaan yang signifikan penurunan tingkat kecemasan antara terapi musik klasik dan terapi murrotal dimana terapi murrotal memiliki angka penurunan tingkat kecemasan lebih tinggi dibanding terapi musik klasik.

Disebutkan bahwa terapi musik klasik bertujuan untuk untuk meningkatkan intelegensia seseorang, memberikan refreasing yang dapat menenangkan dan menyegarkan pikiran kembali, memotivasi dan memunculkan semangat, sebagai terapi untuk kesehatan baik untuk kesehatan fisik dan mental, beberapa penyakit yang dapat ditangani dengan musik antara lain ; kanker, stroke, dimensia, nyeri, ganggun kemampuan belajar dan bayi premature (Spawnthe Anthony 2003). Pengaruh musik klasik dapat mempengaruhi prespsi dengan distraksi dimana pengalihan tingkat kecemasan dan musik juga dapat mengalihkan konsentrasi responden pada ha-hal menyenangkan, merelaksasi menyebabkan

pernafasan menjadi rileks dan menurunkan denyut jantung, menciptakan rasa nyaman (Robbert, 2002) dan (Greer, 2003). Namun demikian ternyata hasil penelitian menunjukkan terapi musik klasik tidak mampu memperoleh penurunan angka kecemasan yang maksimal dikarenakan hanya memberikan relaksasi, rasa nyaman dan distraksi pada saat menunggu menghubungkan nada-nada harmoni musik klasik yang berasal dari instrument musik.

Terapi murrotal mrukan rekaman suara Al-qur'an yang dilagukan oleh seorang Qori orang yang melagukan/ Pembaca Al-qur'an (Purna, 2006). Dimana lantunan Alqur'an secara fisik mengandung unsur suara manusia, sedangkan suara manusia manusia merupakan instrumen penyembuhan yang menakjubkan dan alat paling mudah dijangkau, suara manusia dapat menurunkan hormone-hormon stress, mengaktifkan hormone endorphin alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki system kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi dan aktifitas gelombang otak. Hal ini didukung oleh ilmuan barat lainnya sangat berjauhan dengan latar belakang keprcayaannya. (Jenny,

1960) bahwa suara manusia mempengaruhi berbagai material dan memperbaharui pertikular-partikular dan bahwa setiap sel tubuh memiliki suaranya sendiri dan akan terpengaruh oleh pembaruan suara serta material didalamnya. Hans Jenny (1974) membaca al-qur'an memiliki pengaruh yang luar biasa terhadap sel otak dan mampu mengembalikan keseimbangannya karena otak adalah organ yang mengontrol tubuh dan dari sini perintah dikirim kepada seluruh tubuh terutama system kekebalan tubuh. Dan juga suara manusia memiliki dering khusus yang membuatnya menjadi alat pengobatan yang paling kuat (Fabien, 1997). Bahwa murrotal al-qur'an bertujuan menurunkan depresi, kesedihan, dan memperoleh ketenangan jiwa, membuat bayi yang baru berumur 48 jam menunjukkan reflek tersenyum dan menjadi lebih tenang, memberi pengaruh besar bagi kehidupan jasmani dan rohani, memberikan pengaruh besar bagi kehidupan jasmani dan rohani, mempengaruhi IQ, EQ, dan SQ.

Kedua terapi diatas bermanfaat untuk mengurangi tingkat kecemasan yang merupakan masalah pada pasien pre operatif baik itu elektif maupun darurat dan paling umum dialami dari berbagai tingkat usia. Kecemasan adalah sebagai kekhawatiran pada sesuatu yang akan jelas menyebar dalam pikiran dan terkait dengan perasaan ketidakpastian dan ketidakberdayaan, tidak ada objek yang diidentifikasi sebagai stimulus kecemasan dan disertai tanda somatic yang menyatakan terjadinya hiperaktifitas system saraf otonom. Hal ini cukup mengganggu dan bias membatalkan tindakan suatu pembedahan/ operasi

baik elektif, restorative, paliatif dan lain-lain, ada beberapa cara farmakologis untuk meredakan tingkat kecemasan tetapi lebih mahal dari segi ekonomi dan akan mempunyai resiko efek samping dan tidak ada tindakan mandiri dari perawat.

Kecemasan yang sering terjadi pada pasien pre operasi yang dirangsang oleh stressor dengan kata pembedahan/ operasi ini sangat mengancam kenyamanan pasien saat dirawat diruang perawatan pre operasi dan menjadi beban berat yang menyebabkan masing-masing responden individu tersebut selalu dibayang-bayangi kecemasan yang berkepanjangan dan mengganggu rasa cemas sebagai ketegangan mental yang disertai dengan gangguan tubuh yang menyebabkan rasa tidak waspada terhadap ancaman, kecemasan itu sendiri berhubungan erat dengan stress fisiologis dan psikologis. Dan hal ini sesuai dengan Asmadi (2008) bahwa kecemasan dapat terjadi ketika seseorang terancam baik secara fisik maupun psikologi. Kecemasan yang mereka alami biasanya terkait dengan segala macam bentuk prosedur asing yang harus di jalani pasien dan juga ancaman terhadap keselamatan jiwa akibat segala macam prosedur pelaksanaan dan tindakan pembiusan operasi. Kecemasan merupakan reaksi emosional terhadap persepsi adanya bahaya yang mengancam baik yang nyata maupun yang hanya dibayangkan (Smeltzer dan Bare 2001) dan juga kecemasan yang tinggi dapat mempengaruhi fisiologis tubuh yang ditandai dengan adanya peningkatan frekuensi nadi dan respirasi, pergeseran tekanan darah dan suhu, relaksasi otot polos pada kantung kemih, usus, kulit dingin

dan lembab, peningkatan respirasi, dilatasi pupil dan mulut kering (Smeltzer dan Bare 2001) dimana kondisi ini sangat membahayakan responden sehingga dapat dibatalkan atau ditunda.

Dalam hal perbedaan pengaruh penurunan tingkat kecemasan baik terapi musik klasik

dan terapi murrotal dengan intervensi sebelum dan sesudah terapi, sama-sama memiliki pengaruh. Tetapi ada beberapa faktor pendukung perbedaan kedua terapi ini yang menunjukkan suatu efektifitas terapi terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi melalui tabel 4.

Tabel 4 Perbedaan Efektifitas Terapi Musik Klasik Dan Terapi Murrotal

No	Terapi musik klasik	No	Terapi murrotal
1	Membentuk tempo harmonis yang cepat, irama yang berubah naik dan turun serta perubahan mendadak secara cepat Frekuensi gelombang otak (Alpha 7.0-13.0 dan Beta 13.0-22.0)	1	Membentuk tempo lambat dan harmonis, serta irama konstan teratur dan tidak ada perubahan mendadak Frekuensi gelombang otak (Delta 0.5-3.0 dan Theta 3.0-7.0)
2	Suara instrument musik/bukan suaramanusia	2	Suara manusia
3	Hanya merefresing, relaksasi penyrmangat	3	Memotivasi, refresing, relaksasi ketenangan yang begitu dalam
4	Hanya mempengaruhi sebagian struktur material tubuh	4	Mempengaruhi seluruh material struktur tubuh
5	Tidak mendorong mengingat tuhan	5	Mendorong mengingat tuhan

Hasil penelitian tentang efektifitas terapi musik klasik dan murrotal terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi didapatkan hasil pasien dengan terapi murrotal merasakan rileks yang begitu dalam, mendapatkan ketenangan jiwa, sehingga ada dorongan energi baru dan dorongan motivasi untuk menghadapi masalah yang dihadapi dengan mengingat tuhan dan terjadi perubahan mendadak drastis pada fisiologis dan psikologis sehingga tenang nyaman dan tidak takut.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Ada perbedaan efektifitas penurunan tingkat kecemasan antara terapi

musik klasik dan terapi murrotal dimana terapi murrotal lebih efektif menurunkan tingkat kecemasan di Ruang rawat inap RSUD Ibnu Sina Gresik.

Saran

1. Bagi perawat diharapkan untuk menjelaskan tentang cara alternative dalam menurunkan kecemasan dengan menggunakan terapi musik klasik dan murrotal karena sangat efektif, mudah digunakan dan didapat.
2. Bagi pasien diharapkan menggunakan salah satu dari terapi khususnya terapi murrotal karena alqur'an merupakan obat penenang.

3. Bagi instansi rumah sakit dapat menerapkan kedua terapi dengan menggunakan *sound system* disetiap ruang sebagai protap dalam proses penyiapan pasien sebelum operasi pembedahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrochman, A. Perdana., &S.Andhika, S (2008). Muratal Al-Qur'an Alternatif Terapi Suara Baru. ISBN: 978-979-1165-74-7. V-41-48. *Jurnal Prosiding Seminar Nasional Sains dan Teknologi-II*.
- Arkunto, Suharsimi (2010). *Prosedur Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi, Jakarta: Rineka Cipta
- Asmadi. (2008). *Tehnik prosedural keperawatan: Konsep dan aplikasi kebutuhan dasar klien*. Jakarta: Salemba Medika.
- Azis, Alimul (2003) *Riset Keperawatan Dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta, Salemba Medika.
- Basuki, A.M. Heru. (2008). *Psikologi umum*. Depok: Universitas Gunadarma.
- Brunner & Suddarth (2010). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8 : Vol 3* penerjemah Panggabean. Jakarta: EGC.
- Campbell, D. (2002). *Efek mozart. Alih bahasa: Hermaya*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Carpenito, L. J, 2002, *Diagnosa Keperawatan, Edisi 8*, ECG, Jakarta.
- Chiu &Kumar.(2003). *Music therapy :Loud nois of soothing notes international pediatric*.<http://Int-pediatrc.or/pdf/>.(diakses pada tanggal 7/11/2015).
- C.Long, Barbara. (1996) *Keperawatan Medikal Bedah, Bag 1 dan 3 Yayasan TAPK Pengajaran Bandung*.
- Departemen Kesehatan RI. (1997). *Pendekatan Kemasyarakatan*. Jakarta : Depkes RI, Direktorat Bina Peran Serta Masyarakat. Departemen Kesehatan RI. 1997.
- Djohan. (2006). *Terapi musik, Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Galang Press.
- Elkadi, A. (1985). *Health and Healing in The Qur'an*. Research Note. Florida: AmericanJournalof Islamic Scienes. Vol. 2 No. 2.
- Emoto Masaru. *The Message from Water*,HADO Kyoikusha. Tokyo, (1999).
- Faradisi, F. (2012). Efektivitas Terapi Murotal dan Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pra Operasi Di Pekalongan. *Jurnal Ilmiah kesehatan Vol. V (2) September 2012*.
- Hady, Nur Afuana, dkk.*PerbedaanEfektivitas Terapi Musik Klasik dan Terapi Musik Murottal Terhadap Perkembangan Kognitif Anak Autis di SLB Autis Kota Surakarta*.2012.
- Hawari, D. 2008. *Management Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta: FKUI
<<http://www.arahmah.com/news/2013/03/21/kekuatan-penyembuhan-dengan-al-quran-berdasarkan-penelitian-ilmiah.html>>
Diakses 10 november (2015).

- Jenny Hans, *Cymatics*, Basilius Presse AG, Basel, (1974).
- Larasati, I. Y. (2009). Efektifitas Preoperative Teaching terhadap Penuruna Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi Di Ruang Rawat Inap RSUD Karanganyar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Vol 3 No 1, Juni 2009, hlm 1- 61.*
- Long, Barbara C. (1996). *Perawatan medikal bedah (Suatu pendekatan proses keperawatan)* 3. Bandung: Yayasan IAPK Pajajaran Bandung.
- Mau, A. (2012). *Influence was damped down by music to pre operative patient anxiety at Orchid room, Frangipani and Asoka RSUD. Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang.* *Jurnal Ilmiah Kesehatan Vol.1 No.1 November 2012- Februari 2013.*
- Mayrani, Eva Dwi dan Hartati, Elis. (2013). *Intervensi Terapi Audio dengan Murottal Surat Ar-Rahman terhadap Perilaku Anak Autis.* *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing), Volume 8, No.2, Juli 2013.*
- Muttaqin, A. (2008). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Persarafan.* Jakarta: Salemba Medika.
- Mucci & Mucci. (2002). *The Healing Sound Of Music: Manfaat Musik Untuk Kesembuhan, Kesehatan Dan Kebahagiaan Anda.* Jakarta : Gramedia Pustaka Umum.
- Maman Fabien, *The Role of Music in the Twenty-First Century*, Tama-Do Press, California, (1997).
- Maslim, R. (2001). *Buku Saku Diagnosis Gangguan Jiwa Rujukan Ringkas dari PPDGJ-III.* Cetakan pertama. Nuli Jaya. Jakarta.
- Nursalam (2006) *Pendekatan Praktek Metodologi Riset Keperawatan.* Jakarta : CV. Sagung Seto.
- Nursalam. (2003). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan,* Jakarta: Salemba Medika.
- Potter & Perry (2005) *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses & Praktek.* Edisi 4. Vol 1. Jakarta : EGC.
- Prasetyo, E. P. (2005). Peran Musik Sebagai Fasilitas dalam Praktek Dokter Gigi Untuk Mengurangi Kecemasan Pasien. *Journal Universitas Airlangga, 38(1).* 41-44.
- Remolda, P. (2009). *Pengaruh Al-Quran pada Manusia dalam Perspektif Fisiologi dan Psikologi.* <http://www.theedc.com>.
- Sawitri, E. dan Sudaryanto, A (2008). Pengaruh Pemberian Informasi Pra Bedah terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pra Bedah Mayor di Bangsal Orthopedi RSUI Kustati Surakarta. *Jurnal Ilmu Kesehatan ISSN 1979-2697, Vol. 1 No. 1, Maret 2008 : 13-18.*
- Stuart, G. W. (2007). *Buku Misra, R. & McKean, M. College Students' Academic Stress and Its Relation to Their Anxiety, Time Management, and Leisure Satisfaction.*

- American Journal of Health Studies*.2000.
- Suhartini. (2008).Efektifitas Of Music Therapy Toward Reducing Patient's Anxiety In Intensive Care Unit. Vol 2. No 1. Jurnal Ilmiah Kesehatan.
- Syamsul Hidayat R dan Wim De Jong, 2005 *Buku Ajar Ilmu Bedah* Ed Revisi :EGC : Jakarta.
- Stuart, Gail W.(2007).Buku Saku Keperawatan Jiwa .Edisi 5.EGC:Jakarta.
- Suliswati; Payapo, T.A.; Maruhawa, J.; Sianturi, Y.; &Sumijatun.(2005).Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa.Penerbit BukuKedokteran EGC: Jakarta.
- Stuart & Sundeen (1998) *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Edisi 3. Jakarta : EGC.
- Smeltzer dan Bare (2002), *Keperawatan Medikal-Bedah*. Jakarta:EGC.
- Wulandari, R.D. and Abdurrochman, A. (2007), *Pengaruh Stimulan Audio pada Sinyal EEG*, UNPAD, Jatinangor.
- Wijnarko, Nugroho. 2007.Efektifitas Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Klien Diruang ICC-ICCU Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus. Jurnal ilmiah Kesehatan.