STUDI KASUS: EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN INFARK MIOKARD AKUT DI RUMAH SAKIT BETHESDA YOGYAKARTA

[1]Vellia Hemas Zulkarnain*, [1]Ch Hatri Istiarini, [2]Andar Setyowati
[1] STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
[2]Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta
hemasvellia11@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Peningkatan gejala kecemasan sebesar 30% terjadi pada pasien dengan infark miokard akut. Kecemasan dapat diatasi secara terapi non farmakologis salah satunya yaitu terapi musik. Terapi musik merelaksasikan rangsangan atau unsur irama dan nada masuk ke *canalis auditorius* dilanjutkan ke thalamus sehingga memori di sistem limbik bekerja secara otomatis mempengaruhi saraf otonom ditransmisikan ke thalamus dan kelenjar hipofisis melepaskan endorphin dan respons emosional muncul melalui ke kelenjar adrenal untuk mencegah pelepasan hormone stress agar seseorang rileks. Tujuan: Mengidentifikasi studi kasus efektivitas terapi musik terhadap tingkat kecemasan pasien infark miokard akut di Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta. Metode: Desain penelitian studi kasus menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Jumlah sampel yaitu satu pasien. Terapi musik dilakukan selama 2 hari dengan durasi satu kali pertemuan 30 menit. Hasil: Pengkajian tingkat kecemasan pasien menggunakan HARS, sebelum diberikan intervensi terapi musik yaitu 27 pasien mengalami kecemasan tingkat sedang. Hari pertama pemberian terapi musik, skor kecemasan pasien 14 yaitu pasien mengalami kecemasan tingkat ringan Setelah diberikan terapi musik, skor kecemasan pasien menjadi 12 yaitu pasien tidak ada kecemasan. Terapi musik yang diputar sesuai kesukaan pasien yaitu campur sari dan nostalgia. Kesimpulan: Terapi musik dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien dengan infark miokard akut. Saran: Peneliti selanjutnya disarankan melakukan penelitian lebih mendalam dan diimplementasikan lebih dari 2 hari dengan jenis musik yang berbeda terhadap tingkat kecemasan pada pasien Infark Miokard Akut

Kata Kunci: terapi musik, kecemasan, infark miokard akut

ABSTRACT

Background: A 30% increase in anxiety symptoms occurs in patients with acute myocardial infarction. Anxiety can be overcome through non-pharmacological therapy, one of which is music therapy. Music therapy relaxes stimuli or elements of rhythm and tone into the auditory canal and continues to the thalamus so that the memory in the limbic system works automatically the autonomic nerves which are transmitted to the thalamus and the pituitary gland to release endorphins and emotional responses appear through the adrenal glands to prevent the release of stress hormones so that a person relax. Objective: Identifying case studies on the effectiveness of music therapy on the anxiety level of acute myocardial infarction patients in the Bethesda Hospital Yogyakarta. Method: The case study research design uses a quantitative descriptive approach. The number of samples is one patient. Music therapy was carried out for 2 days with a duration of one session of 30 minutes. Results: Assessing the patient's anxiety level using HARS, before being given the music therapy intervention, 27 patients experienced moderate levels of anxiety. The first day of giving music therapy, the patient's anxiety score is 14, namely the patient has a mild level of anxiety. After being given music therapy, the patient's anxiety score becomes 12, namely the patient has no anxiety. Music therapy played according to what the patient likes, this is a campursari and nostalgic. Conclusion: music therapy can reduce the anxiety level of patients with acute myocardial infarction. Suggestion: Future researchers are advised to conduct more in depth research and implement it over 2 days with different types of music on anxiety levels ina acute myocardial infarction patients.

Keywords: music therapy, anxiety, acute myocardial infarction

PENDAHULUAN

Infark miokard akut adalah serangan jantung atau oklusi coroner yang dapat mengancam jiwa ditandai dengan adanya nekrotik local pada miokardium. Infark miokard akut merupakan penyakit arteri koroner yang menyebabkan morbiditas dan mortalitas tertinggi pada pasien penyakit jantung (Ismoyowati, 2021). Jumlah kematian akibat infark miokard akut meningkat di Indonesia. Kemenkes, (2014), sebanyak 2,66 juta orang menderita infark miokard akut pada tahun 2014. Tingkat kematian infark miokard akut yaitu kedua setelah penyakit stroke sebesar 12,9%. Menurut diagnosis medis dokter, di Indonesia pada tahun 2013, ada 0,5% atau 883.447 kasus penyakit infark miokard akut. Riskesdas, (2018), sebanyak 4,7% penduduk Indonesia mengalami penyakit jantung dengan usia >75 tahun (Hidayat & Alvian, 2022).

Pada pasien infark miokard akut, banyak faktor yang menyebabkan perubahan status fisik dan psikologis. Salah satu yang mempengaruhi keadaan psikologis pasien yang memiliki gangguan pada jantung sehingga pola koping pasien untuk menghadapi penyakit dan kehidupan berubah yaitu dengan munculnya kecemasan(Ismoyowati et al., 2020). Perubahan keadaan fisik dan psikologis yang timbul karena kecemasan menyebabkan saraf otonom menjadi aktif sehingga detak jantung meningkat, tekanan darah naik, frekuensi nafas meningkat, dan tingkat energi pada pasien berkurang (Budiman & Mulyadi, 2015). Selain kecemasan, pasien dengan infark miokard akut timbul juga masalah seperti mudah lelah, depresi, dan gangguan tidur. Kecemasan yaitu perasaan gugup, khawatir, dan takut yang ditandai dengan jantung berdebar-debar, mudah berkeringat, dan merasa stress (Ismoyowati et al., 2020).

Peningkatan gejala kecemasan sebesar 30% terjadi pada pasien dengan infark miokard akut. Roest, (2012), melakukan meta analisis dari 12 penelitian yang mencakup 5750 pasien infark miokard akut, bahwa kecemasan meningkatkan risiko 36% akan kematian atau peristiwa kardiovaskular (Maendra et al., 2014). Kecemasan dapat diatasi dengan penggunaan obat penenang, namun tindakan ini tidak menyelesaikan masalah secara tuntas sehingga diperlukan adanya terapi non farmakologis (Setyawan et al., 2023). Terapi farmakologis yang digunakan untuk mengatasi kecemasan seperti antidepresan. Kemudian, terapi non farmakologis yang dapat diterapkan salah satunya yaitu terapi musik (Luh Widani et al., 2021). Mekanisme kerja musik untuk merelaksasikan rangsangan atau unsur irama dan nada masuk ke *canalis auditorius* dilanjutkan ke thalamus sehingga memori di sistem limbik bekerja secara otomatis mempengaruhi saraf otonom ditransmisikan ke thalamus dan kelenjar hipofisis melepaskan endorphin dan respons emosional muncul melalui ke kelenjar adrenal untuk mencegah pelepasan hormone stress agar seseorang rileks (Ismoyowati, 2021).

Sesuai hasil karya ilmiah akhir yang telah dilakukan pada tanggal 24 dan 25 Agustus 2023 dengan intervensi terapi musik untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien infark miokard akut, didapatkan hasil kecemasan pasien menjadi tingkat kecemasan ringan dengan skor 14 dan tanggal 25 Agustus tidak ada kecemasan dengan skor 12. Intervensi dilakukan selama 2 hari dengan durasi 30 menit. Jenis musik yang diputar sesuai dengan kesukaan pasien. Terapi musik yang diberikan yaitu musik kesukaan

pasien campursari dan nostalgia. Marsono, (2022), setelah dilakukan penelitian pada 2 pasien didapatkan, hasil dengan memberikan terapi musik Hasil penelitian didapatkan pada pasien 1, sebelum diberikan terapi musik, pasien tampak lemas, cemas, gelisah, dan sulit tidur. Setelah diberikan terapi musik selama 2 kali, pasien tampak rileks dan bisa tidur (Marsono & Ismerini, 2022). Pada pasien 2, sebelum diberikan terapi music, pasien susah tidur dan tampak cemas. Setelah diberikan terapi musik, pasien tampak bisa tidur.

TINJAUAN PUSTAKA

Infark miokard akut adalah kondisi dimana suplai darah ke otot jantung berkurang karena stenosis arteri koroner. Pada infark miokard akut terjadi kematian sel miokard akibat iskemia berkepanjangan. Infark miokard akut hampir selalu disebabkan oleh aterosklerosis. Manifestasi klinis yang utama dari infark miokard akut adalah nyeri dada. Nyeri dada pada infark miokard akut lebih parah daripada angina pektoris. Nyeri tersebut dapat menjalar ke rahang, bahu, leher, punggung, atau lengan kiri. Selain nyeri dada, manifestasi klinis yang lain yaitu mual, pusing, dispnea, mudah iagn, cemas, keringat dingin, palpitasi, dan pucat (Black, 2023).

Cemas yaitu perasaan emosi yang muncul sebagai respon terhadap stress psikis dan ancaman terhadap nilai-nilai bagi individu. Kecemasan merupakan ketegangan dalam dirinya sendiri yang tidak memiliki objek yang tampak, dan suatu objek yang tidak dikenali dan berhubungan dengan kehilangan gambar diri (Azizah, 2016). Musik adalah ekspresi keindahan manusia dalam bentuk konsep pemikiran yang bersiklus, berupa bunyi yang mengandung irama dan harmoni, serta ada bentuk ruang dan waktu yang diketahui oleh diri sendiri dan orang lain dalam lingkungannya sehingga ia dapat dipahami. Terapi musik pada hakekatnya adalah upaya untuk meningkatkan kualitas fisik dan mental melalui rangsangan suara meliputi ritme, melodi, harmoni, dan irama. Bisa juga dipahami sebagai Teknik penyembuhan dengan menggunakan suara atau ritme tertentu.

Mekanisme kerja music untuk merelaksasikan rangsangan atau unsur irama dan nada masuk ke *canalis auditorius* dilanjutkan ke thalamus sehingga memori di sistem limbik bekerja secara otomatis mempengaruhi saraf otonom ditransmisikan ke thalamus dan kelenjar hipofisis melepaskan endorphin dan respons emosional muncul melalui ke kelenjar adrenal untuk mencegah pelepasan hormone stress agar seseorang rileks (Ismoyowati, 2021). Campursari adalah kesenian rakyat Jawa sebagai pengganti rakyat lama/popular seperti keroncong atau tayuban. Campursari adalah “music hibrida” antara alat music elektrik barat seperti keyboard, gitar (bass), dan gamelan jawa. Kelebihan campursari dengan musik campuran adalah dapat memutar banyak lagu (Basuki, 2020). Campursari merupakan salah satu bentuk budaya populer yang menjadi kebalikan budaya tinggi karena menghancurkan batas-batas lama tradi, selera, dan menggabungkan segala perbedaan. Seperti budaya popular, campursari memadukan segalanya dan menciptakan apa yang disebut homogenitas (Sukendro, 2023).

Musik langgam jawa campursari digunakan berdasarkan irama gaya musik bertempo lambat, sehingga dapat menangkap irama alat musik langgam jawa campursari. Gelombang musik yang ditransmisikan ke otak dibagi menjadi frekuensi alfa, beta, theta, dan delta. Terapi campursari memiliki banyak manfaat yaitu mengembangkan rasa sejahtera, membangun atau meningkatkan perasaan, dan psikologis. Efek biologis

dari musik atau suara dapat meningkatkan atau menurunkan energi otot yang berhubungan dengan rangsangan irama, ritme cepat dan lambat dapat mengubah perasaan dan denyut nadi, mengubah tekanan darah dan fungsi internal sekresi, serta dapat mempengaruhi perubahan metabolisme dan biosintesis dalam berbagai hal proses enzim. Otak memiliki 4 gelombang spesifikasi yang sesuai (Diliyana & Bachrun, 2022).

Gelombang alfa untuk relaksasi, gelombang beta untuk pikiran, gelombang theta untuk stress, dan gelombang delta untuk rasa kantuk. Jadi, irama musik yang diterima organ pendengaran diteruskan langsung ke sistem saraf pusat sehingga menimbulkan kesan tertentu dalam diri seseorang, termasuk emosi. Ciri-ciri irama campursari jawa yang lembut dan teratur seperti detak jantung normal (60-80 denyut per menit) dapat meningkatkan kesehatan dan mempengaruhi fungsi sistem saraf pusat sehingga menyebabkan perubahan emosi (Diliyana & Bachrun, 2022). Dalam musik campursari, langgam jawa mempunyai unsur khususnya timbre dan ritme dapat mempunyai efek psikologis dan fisiologis pada tubuh. Ketika rangsangan musik terdengar di gendang telinga, suara ditransmisikan ke sistem saraf pusat dengan benar dalam sistem limbik. Sistem limbik memiliki fungsi neurofisiologis yang memproses emosi, perasaan cemas, sedih, sakit, gembira, dan kenangan mendalam seseorang (Diliyana & Bachrun, 2022).

Terapi musik campursari bekerja pada gelombang alfa. Rangsangan yang berasal dari musik akan membentuk gelombang alfa yang sempurna dan merangsang pelepasan neurotransmitter yaitu hormone serotonin. Hormone serotonin dapat menimbulkan perasaan Bahagia karena neurotransmitter yang mempengaruhi emosi. Selain itu, serotonin akan diubah menjadi hormone melatonin yang memberikan efek relaksasi, mengubah mood, dan mengurangi perasaan cemas atau depresi (Diliyana & Bachrun, 2022).

Indra pendengaran merupakan indra terdekat dengan fungsi memori. Hal tersebut akan membuat seseorang terbawa pada peristiwa yang lampau atau pengalaman terdahulu Ketika mendengarkan musik nostalgia. Ketika mendengarkan musik nostalgia, emosi akan muncul karena memori mengenai pengalaman yang lalu berkaitan dengan lagu tersebut. Setiap lagu yang di dengar, hati menjadi semangat dan Bahagia sehingga emosi yang ada dapat terlepaskan dan terasa terbawa kembali pada masa yang membahagiakan. Tanpa disadari Ketika mendengarkan lagu kenangan atau nostalgia otak akan menampilkan memori di masa lalu yang akan membuat terbuai sehingga timbul perasaan nyaman (Thouars, 2019).

Memberikan lagu nostalgia atau kenangan intervensi berfokus pada emosi dimana seseorang mengingat peristiwa masa lalu secara verbal atau nonverbal sendiri maupun berkelompok. Tz-Han, (2023), terapi virtual musik kenangan dapat dilakukan 60 menit setiap minggu selama 4 minggu (Rusjini & Made Kariasa, 2023). Terapi nostalgia atau kenangan mengingat masa lalu yang romantis atau menggunakan musik dapat meningkatkan daya ingat dan persepsi diri secara signifikan. Kebahagiaan merupakan hasil positif dari integrasi Kesehatan fisik, mental dan sosial yang dapat meningkatkan kepuasan hidup dan emosi. Ismail, (2018), musik nostalgia telah terbukti secara signifikan meningkatkan tingkat hubungan sosial, makna hidup, pengendalian diri, optimism, dan harga diri (Rusjini & Made Kariasa, 2023).

METODE

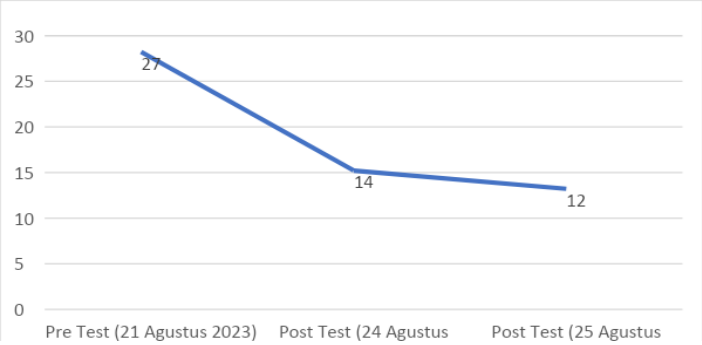
Metode penelitian dalam intervensi terapi musik yaitu desain penelitian studi kasus dengan desain deskriptif kuantitatif studi kasus. Intervensi ini menggambarkan fenomena tentang terapi musik untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien infark miokard akut. Penelitian dilaksanakan dari tanggal 21-23 Agustus di Ruang ICCU. Kemudian, pasien pindah ruang, intervensi tanggal 24 dan 25 Agustus 2023 dilakukan di Ruangan Hibiscus Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil pengkajian kecemasan pada pasien pada tanggal 21 Agustus 2023 didapatkan skor 27 menggunakan kuesioner HARS yang berarti pasien memiliki tingkat kecemasan sedang. Pasien mengatakan mudah cemas, tegang, gelisah, takut jika ditinggal sendirian, sulit tidur, otot terasa kaku, nyeri dada dan perut, serta sesak napas. Pasien mengatakan khawatir dan cemas akan kondisi karena penyakit yang dialami sekarang. Sesuai dengan hasil pengkajian yang telah dilakukan tentang tingkat kecemasan pasien, peneliti memberikan relaksasi terapi musik untuk mengurangi tingkat kecemasan pasien. Intervensi terapi musik dilakukan pada tanggal 24 dan 25 Agustus 2023.

Peneliti melakukan intervensi terapi musik yang didampingi oleh pembimbing akademik dan pembimbing klinik pada tanggal 24 Agustus 2023. Intervensi dilakukan selama 30 menit dimulai pukul 10.00 WIB. Pasien meminta untuk diputarkan lagu campursari. Musik diputar menggunakan pemutar musik yang sudah disambungkan dengan *handphone.* Pada saat pemberian intervensi, peneliti menemani dan mengobservasi pasien. Saat pasien mendengarkan musik peneliti memberikan pesan agar pasien merasakan setiap alunan musik mengalir ke dalam tubuh. Pasien tampak tenang, sesekali memejamkan mata, sesekali menarik napas dalam, tidak gelisah, dan tampak menghayati musik yang diputar. Setelah dilakukan pemberian intervensi terapi musik, peneliti mengkaji terkait kecemasan pasien. Pasien mengatakan setelah diputarkan lagu, pasien merasa lebih tenang dan terasa kantuk. Skor kecemasan pasien menjadi 14 yang berarti tingkat kecemasan sedang.



Kemudian peneliti memberikan intervensi terapi musik kembali pada tanggal 25 Agustus 2023. Intervensi dilakukan selama 30 menit dimulai pukul 09.00 WIB. Pasien meminta diputarkan lagu nostalgia. Musik diputar menggunakan pemutar musik yang sudah disambungkan dengan *handphone*. Peneliti tetap mendampingi dan mengobservasi pasien. Pasien tampak memejamkan mata dan tenang. Setelah dilakukan intervensi terapi musik, pasien mengatakan merasa lebih tenang dan nyaman. Pasien mengatakan didapatkan hasil tingkat kecemasan pasien setelah intervensi terapi musik yaitu skor 12 yang artinya tidak ada kecemasan.

Pembahasan

Hasil pengkajian kecemasan pada Tn. W didapatkan tingkat kecemasan pasien skor 27 yaitu tingkat kecemasan sedang. Pasien mengatakan mudah cemas, tegang, gelisah, takut jika ditinggal sendirian, sulit tidur, otot terasa kaku, nyeri dada dan perut, serta sesak napas. Pasien mengatakan khawatir dan cemas akan kondisi karena penyakit yang dialami sekarang. Hal tersebut berkaitan dengan teori dari Maendar (2014), kecemasan sering terjadi pada pasien dengan sindrom koroner akut dan penyakit kardiovaskular lainnya. Meskipun prevalensinya tinggi, kedua gangguan mental ini seringkali tidak terdeteksi oleh tenaga Kesehatan dan tidak diobati selama berbulan-bulan atau bahkan bertahun-tahun.

Hal ini tentu dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien. Penderita penyakit kardiovaskular seringkali mengalami kecemasan, ketakutan, dan depresi. Pasien menyadari bahwa jantung adalah organ penting dan Ketika jantung mulai mengalami kerusakan, kesehatan pun ikut terancam. Ketika penyakit jantung semakin berkembang dan manifestasinya menjadi lebih parah, pasien sering kali memiliki rasa takut yang berlebihan terhadap kematian. Tn. W mengatakan sulit tidur dan apabila tidur selalu terbangun tengah malam.

Hal ini didukung dengan hasil penelitian dari Kandou (2014), yang menyebutkan pasien infark miokard mengungkapkan ketakutan dalam berbagai cara, termasuk mimpi buruk, sulit tidur, depresi, dan penolakan terhadap kenyataan. Selain itu, tingkat kecemasan yang dilaporkan sendiri meningkat hingga 20-50% pada pasien dengan infark miokard akut (Kandou et al., 2014). Pasien dengan masalah jantung dapat memperburuk dispnea dan menyebabkan peningkatan kebutuhan oksigen oleh jantung. Selain itu, kecemasan dapat mengaktifkan saraf simpatis dan menyebabkan peningkatan pembentukan norepinefrin, sehingga meningkatkan resistensi perifer dan tekanan darah serta perubahan hemodinamik. Proses pemicu kecemasan yang meningkatkan risiko penyakit jantung, termasuk hiperventilasi atau takipnea, terjadi secara berlebihan pada gejala akut, menyebabkan vasospasme koroner dan kegagalan ventrikel yang menyebabkan gangguan detak jantung (Setyawan et al., 2023). Peneliti berasumsi, kecemasan yang dirasakan oleh Tn. W karena takut akan kesehatannya sekarang sehingga hal tersebut membuat Tn. W berpikiran buruk mengenai kesehatannya.

Kecemasan dapat ditangani dengan terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi non farmakologis yang dapat dilakukan yaitu salah satunya terapi musik. Terapi musik

adalah suatu terapi untuk meningkatkan kualitas mental dan fisik dengan rangsangan suara mencakup timbre, melodi, ritme, harmoni yang disusun sedemikian rupa sehingga menciptakan musik yang memberikan manfaat bagi Kesehatan mental dan fisik. Musik memiliki kekuatan untuk menyembuhkan penyakit dan meningkatkan kemampuan mental. Ketika music digunakan sebagai terapi, maka dapat memulihkan, menjaga, dan meningkatkan status Kesehatan baik secara fisik, emosional, mental spiritual, hingga social. Memang benar, musik memiliki sejumlah manfaat, terutama karena sifatnya yang menenangkan, membuat rileks, universal, dan terstruktur.

Intervensi terapi musik tanggal 24 Agustus 2023 didapatkan skor kecemasan yaitu 14 berarti tingkat kecemasan ringan dan 25 Agustus 2023 didapatkan skor kecemasan yaitu 12 berarti tidak ada kecemasan. Hal ini didukung oleh penelitian dari Setiawan (2023), sebelum dilakukan terapi musik didapatkan kecemasan ringan 60%, kecemasan sedang 23,7%, dan kecemasan berat 13,3%. Setelah dilakukan terapi musik didapatkan sebanyak 15 responden (50%) dari 30 responden tidak merasakan kecemasan, kecemasan ringan 40%, dan kecemasan sedang sebanyak 10%. Musik yaitu kumpulan suara merdu dan berirama merangsang otak untuk memproduksi endorfin dan serotonin. Hormon serotonin merupakan hormon yang mengirimkan rangsangan saraf ke seluruh tubuh bagian setiap sel saraf dengan anti kecemasan (Setyawan et al., 2023). Proses terjadinya musik dalam tubuh manusia yaitu musik menimbulkan rangsangan yang diteruskan ke otak setiap orang yang berada pada posisi tengah mendengarkan, melalui telinga bagian dalam ke saraf pendengaran dan ke sistem saraf otonom.

Frekuensi ditransmisikan dari saraf pendengaran awal ke gendang telinga di lobus temporal. Endorfin diproduksi ketika music diputar. Endorfin bertugas memberikan waktu istirahat dan relaksasi pada tubuh manusia. Musik dapat memberikan pengaruh dan rangsangan simpatis tampaknya menimbulkan respons relaksasi. Relaksasi tersebut dapat menurunkan kekakuan dan meningkatkan kesadaran. Selain itu, tekanan darah, detak jantung, dan pernapasan dapat menurun sebagai respons relaksasi.

Pada studi kasus ini yaitu terapi musik menurunkan tingkat kecemasan pasien infark miokard akut, pasien telah dikaji mengenai jenis musik yang disukai untuk diputarkan saat terapi intervensi. Pasien mengatakan jenis yang disukai yaitu musik campursari dan nostalgia. Setelah dilakukan terapi musik dengan jenis musik yang disukai pasien, pasien tampak lebih rileks, pasien sesekali memejamkan mata, dan sesekali tarik napas dalam. Selain itu, pasien juga mengatakan merasa lebih tenang, cemas berkurang, lebih nyaman, dan merasa mengantuk. Hal tersebut sesuai dengan Marsono (2022), setelah diberikan terapi musik yang sesuai dengan kesukaan pasien, kecemasan pasien berkurang (Marsono & Ismerini, 2022). Peneliti berasumsi dengan terapi musik sesuai jenis musik yang disukai, menimbulkan efek perasaan nyaman, perasaan tenang, cemas berkurang dikarenakan musik yang diputar sesuai dengan minat atau kesukaan pasien yang mana sesuai dengan pengalaman dari pasien.

Pasien diberikan terapi musik pada tanggal 24 Agustus 2023 memilih jenis lagu campursari sesuai kesukaan pasien. Selain karena pemilihan musik sesuai kesukaan pasien dapat menurunkan tingkat kecemasan, campursari dapat menurunkan tingkat

kecemasan karena irama musik campursari lembut dan teratur. Irama lembut dan teratur tersebut dapat meningkatkan Kesehatan dan mempengaruhi fungsi sistem saraf pusat sehingga menyebabkan perubahan emosi (Diliyana & Bachrun, 2022). Musik campursari memiliki gelombang alfa. Rangsangan yang berasal dari musik akan membentuk gelombang alfa yang sempurna dan merangsang pelepasan neurotransmitter yaitu hormon serotonin. Hormon serotonin dapat menimbulkan perasaan Bahagia karena neurotransmitter yang mempengaruhi emosi. Selain itu, serotonin akan diubah menjadi hormon melatonin yang memberikan efek relaksasi, mengubah mood, dan menurunkan kecemasan atau depresi (Diliyana & Bachrun, 2022). Peneliti berasumsi, musik campursari dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien infark miokard akut karena musik tersebut musik yang disukai oleh pasien. Selain itu, musik campursari memiliki irama yang lembut, teratur, dan lambat memberikan perasaan tenang sehingga cemas pasien menurun menjadi 14 yaitu kecemasan tingkat ringan.

Pasien diberikan terapi musik kembali pada tanggal 25 Agustus 2023 dengan musik yang disukai pasien yaitu musik nostalgia atau kenangan. Hal tersebut akan membuat seseorang terbawa pada peristiwa yang lampau atau pengalaman terdahulu Ketika mendengarkan musik nostalgia. Saat mendengarkan musik nostalgia, emosi akan muncul karena memori mengenai pengalaman yang lalu berkaitan dengan lagu tersebut. Setiap lagu yang di dengar, hati menjadi semangat dan Bahagia sehingga emosi yang ada dapat terlepaskan dan serasa terbawa kembali pada masa yang membahagiakan. Tanpa disadari Ketika mendengarkan lagu kenangan atau nostalgia otak akan menampilkan memori di masa lalu yang akan membuat terbuai sehingga timbul perasaan nyaman (Thouars, 2019).

Memberikan intervensi lagu nostalgia atau kenangan berfokus pada emosi dimana seseorang mengingat peristiwa masa lalu secara verbal atau nonverbal sendiri maupun berkelompok. Tz-Han, (2023), terapi virtual musik kenangan dapat dilakukan 60 menit setiap minggu selama 4 minggu (Rusjini & Made Kariasa, 2023). Kebahagiaan merupakan hasil positif dari integrasi Kesehatan fisik, mental dan sosial yang dapat meningkatkan kepuasan hidup dan emosi. Ismail, (2018), musik nostalgia telah terbukti secara signifikan meningkatkan tingkat hubungan sosial, makna hidup, pengendalian diri, optimism, dan harga diri (Rusjini & Made Kariasa, 2023). Peneliti berasumsi, terapi musik nostalgia dapat menurunkan kecemasan karena pasien mengingat peristiwa masa lalu sehingga emosi dapat terlepaskan dan lagu nostalgia dapat meningkatkan kepuasan hidup, perasaan Bahagia, dan cemas berkurang pada Tn. W.

Pada skema menunjukkan perubahan tingkat kecemasan dilihat dari kondisi fisik pasien saat dilakukan pengkajian, secara nonverbal, pasien tampak lemas, pasien tampak pucat, pasien tampak lemah, pasien tampak cemas, pasien tampak gelisah, pasien menggunakan oskigenasi binasal kanul. Respon verbal pasien mengatakan cemas, takut, khawatir tentang penyakit yang dialami sekarang, pasien mengatakan sulit tidur, pasien mengatakan takut hal buruk terjadi, pasien mengatakan ingin selalu ditemani, dan pasien mengatakan ingin segera sembuh agar dapat berlatih menggerakkan kaki kembali.

Sesuai skema didapatkan pada tanggal 24 Agustus 2023 tingkat kecemasan pasien menjadi ringan dengan skor 14. Sebelum diberikan terapi musik pasien mengatakan cemas berkurang, bisa tidur, dan lebih nyaman. Respon non verbal pasien saat terapi musik yaitu pasien memejamkan mata saat mendengarkan musik, sesekali Tarik napas dalam, pasien tampak tenang, pasien tampak tidak gelisah, pasien menikmati lagu yang diputar yaitu campursari. Respon verbal pasien setelah terapi musik meliputi pasien mengatakan merasa cemas berkurang, merasa lebih tenang, dan merasa mengantuk. Saat terapi musik berlangsung di dalam terdapat peneliti, pembimbing akademik dan klinik, serta keluarga pasien. Tidak ada kegiatan atau hal yang mengganggu di sekitar ruang pasien, pintu tertutup, di dalam ruangan hanya ada musik yang diputar, dan saat musik diputar peneliti memberikan pesan untuk sambil memejamkan mata, menarik napas dalam, serta membayangkan gelombang suara yang ada dapat mengalir ke seluruh tubuh. Saat peneliti meminta untuk memejamkan mata, pasien mengikuti perintah dan peneliti mengatakan untuk merasakan gelombang dari musik mengalir ke tubuh disamping itu pasien sesekali menarik napas dalam serta respon nonverbal pasien tampak tenang.

Sesuai skema didapatkan pada tanggal 25 Agustus 2023, tidak ada kecemasan dengan skor 12. Respon non verbal pasien sebelum dilakukan terapi yaitu pasien tampak tenang. Sebelum terapi musik, respon verbal, pasien mengatakan cemas berkurang, nyeri sudah berkurang, pasien mengatakan kepala bagian belakang terasa sedikit tegang, pasien mengatakan semalam sulit tidur, dan pasien mengatakan sesekali merasakan sesak napas. Respon verbal setelah diberikan terapi musik, pasien mengatakan lebih tenang, sesak napas sudah tidak muncul lagi, lebih nyaman, dan sakit kepala bagian belakang mulai berkurang. Respon non verbal setelah dilakukan terapi musik, pasien tampak lebih tenang dan tampak mengantuk. Saat dilakukan terapi musik, di dalam ruangan hanya ada pasien dan anak, pasien meminta untuk didampingi anak saja, lingkungan sekitar tenang, dan pintu tertutup. Sebelum dilakukan terapi musik, pasien sudah diberi pesan agar saat mendengarkan musik, memejamkan mata dan merasakan untuk gelombang musik mengalir dalam tubuh. Peneliti berasumsi kecemasan pasien berkurang karena pasien fokus pada terapi musik, lingkungan yang tenang, dan gejala-gejala seperti sesak napas dan nyeri dada sudah tidak dirasakan kembali.

Pada penelitian karya ilmiah akhir ini, pasien mendapatkan terapi farmakologis *alprazolam* 0,25 mg dengan pemberian secara oral setiap pukul 18.00. Terakhir pemberian obat *alprazolam* golongan benzodiazepine untuk mengurangi gangguan kecemasan pada tanggal 23 Agustus 2023 pukul 18.00. Konsentrasi plasma atau efek dari minum alprazolam akan bereaksi dalam waktu 1-2 jam. Sedangkan untuk waktu paruh dari obat *alprazolam* yaitu 11,2 jam (Mutiawati et al., 2014). Peneliti berasumsi, penurunan tingkat kecemasan pada Tn. W tidak termanipulasikan oleh terapi farmakologi yaitu dengan pemberian obat *alprazolam* sehingga penurunan kecemasan menurun karena adanya pemberian terapi musik dilihat dari pemberian terakhir obat *alprazolam* pada tanggal 23 Agustus 2023 dengan obat akan mengeluarkan reaksi 1-2 jam setelah minum obat dan paruh waktu obat yaitu 11,2 jam.

Selain kecemasan, kualitas tidur pasien meningkat dan dan pasien menjadi lebih rileks. Tn. W mengatakan bahwa sebelum diberikan terapi musik sulit untuk tidur, namun setelah diberikan terapi musik terasa kantuk. Hal tersebut sama seperti penelitian dari Fitri, (2016), terdapat perbedaan yang signifikan terhadap kualitas tidur pasien karena terapi *nature sounds* menimbulkan efek menurunkan ketegangan, kecemasan, rasa nyeri, pola napas (Fitri et al., 2016). Gelombang suara diteruskan ke otak sebagai energi listrik melalui impuls saraf yang merangsang gelombang otak yang terdiri dari gelombang alfa, beta, theta, dan delta. Music dapat mengaktifkan gelombang alfa dan theta berhubungan dengan relaksasi dan imajinasi sehingga timbul efek tenang. Ketika seseorang fokus pada sesuatu, seperti rasa nyeri, kecemasan, sulit tidur akan muncul gelombang beta. Mengalihkan perhatian dengan terapi musik dapat menggantikan gelombang beta dengan gelombang alfa serta theta. Jika musik dipahami oleh tubuh sebagai penenang, maka peredaran darah, detak jantung, dan pernapasan akan menjadi teratur sehingga dapat mengurangi kecemasan, stress, dan meningkatkan kualitas tidur. Peneliti berasumsi kecemasan pasien berkurang karena pasien sudah mampu untuk mengontrol perasaan cemasnya disamping dukungan dari keluarga dan pemberian terapi musik.

Keunikan penelitian studi kasus ini dengan jurnal pembanding yaitu penelitian ini menggunakan jenis musik yang berbeda sesuai dengan kesukaan atau keinginan pasien yaitu campursari dan nostalgia. Hal ini sesuai dengan Marsono (2022), menyatakan bahwa setelah diberikan terapi musik yang sesuai dengan kesukaan pasien, kecemasan pasien berkurang. Penelitian Marsono (2022), jenis musik yang dipilih berdasarkan 2 pasien yaitu musik campursari sedangkan pada karya ilmiah akhir dilakukan pada 1 pasien dengan jenis musik yang berbeda yang disukai pasien yang mana diimplementasikan selama 2 hari dengan durasi 30 menit sehingga hal tersebut dapat dilihat perubahan yang signifikan dari tingkat kecemasan Tn. W yaitu pada tanggal 24 Agustus 2023 tingkat kecemasan ringan skor HARS 14 dan tanggal 25 Agustus 2023 tidak ada kecemasan skor HARS 12. Penurunan tingkat kecemasan pada Tn. W juga murni karena terapi musik, diluar dari efek pemberian obat *alprazolam.*

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini dilakukan 2 hari yaitu pada tanggal 24 dan 25 Agustus 2023 di Ruang ICCU RS Bethesda Yogyakarta. Telah dilakukan pengkajian keperawatan pada pasien infark miokard akut yaitu kesadaran *compos mentis*, terpasang infus, skor kecemasan 27 yaitu kecemasan tingkat sedang, pasien mengatakan sesak napas, dan nyeri dada disertai keringat dingin. Diagnosis keperawatan yang diangkat yaitu ansietas dengan Tindakan keperawatan memberikan intervensi terapi musik selama 2 hari setiap intervensi dilakukan selama 30 menit. Evaluasi dari Tindakan keperawatan tersebut yaitu pasien mengatakan cemas berkurang, lebih rileks, lebih tenang, merasa kantuk, dan lebih nyaman. Tindakan pemberian terapi musik berhasil dibuktikan dengan skor kecemasan pasien pada tanggal 24 Agustus 2023 yaitu 14 kecemasan ringan dan tanggal 25 Agustus 2023 yaitu 12 tidak ada kecemasan. Penurunan tingkat kecemasan pada Tn. W juga murni karena terapi musik, diluar dari efek pemberian obat

alprazolam. Saran bagi peneliti selanjutnya yaitu dilakukan penelitian lebih mendalam dan diimplementasikan lebih dari 2 hari dengan jenis musik yang berbeda tentang tindakan terapi musik untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien Infark Miokard Akut.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta
2. STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
3. Ibu Ch. Hatri Istiarini, M.Kep., Sp. Kep.MB., Ph.D.NS, selaku pembimbing akademik dan Ibu Ns. Andar Setyowati, S.Kep, selaku pembimbing klinik, yang telah memberikan arahan dan bimbingan selama proses penyusunan karya ilmiah akhir.

DAFTAR PUSTAKA

Azizah, L. M. (2016). *Buku ajar keperawatan kesehatan jiwa*. Indomedia Pustaka.

Basuki, R. (2020). *Penelitian seni pertunjukkan membaca seni dan kekuasaan studi kasus: wayang kulit Jawa Timuran*. PT Rajagrafindo Persada.

Black, J. M. (2023). *KMB: gangguan sistem kardiovaskular*. Elsevier.

Budiman, F., & Mulyadi. (2015). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pada pasien infark miokard akut di Ruangan CVCU RSUP PROF. DR. R. D. Kandou Manado. *E-Journal Keperawatan (EKp)*, *3*(3), 1–7.

Diliyana, Y. F., & Bachrun, E. (2022). Pengaruh pemberian terapi musik campursari langgam jawa terhadap tingkat depresi pada lansia di Pelayanan Sosial Permi Ponorogo. *JPKM: Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat*, *2*(2), 143–150. https://doi.org/10.47575/jpkm.v2i2.250

Fitri, E. Y., Andhini, D., Studi, P., Keperawatan, I., & Sriwijaya, U. (2016). Pengaruh terapi nature sounds terhadap kualitas tidur pada pasien dengan sindrom koronaria akut. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, *3*(1), 30–39.

Hidayat, A. I., & Alvian, G. N. (2022). Manajemen kecemasan pada pasien infark miokard akut di instalasi gawat darurat: systematic review. *Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA*, *12*(2), 126–134.

Ismoyowati, T. W. (2021). Manajemen nyeri untuk congestive heart failure. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, *12*(1), 107–112. https://doi.org/10.33846/sf12126

Ismoyowati, T. W., Kristanti, B., Nugraha, B. Y., & Yuwanti, T. R. (2020). Intervensi keperawatan untuk menurunkan kecemasan pasien dengan acute myocardial infarction. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice")*, *11*(4), 389. https://doi.org/10.33846/sf11413

Kandou, R. D., Maendra, I. K., Munayang, H., Dundu, A. E., & Ekawardani, N. (2014). Prevalensi tingkat kecemasan pasien infark miokard lama di poliklinik jantung Rsup Prof. Dr. R.D. Kandou. *Jurnal E-CliniC (ECl)*, *2*(3).

Luh Widani, N., Hary Susilo, W., & Studi Keperawatan Program Magister STIK Sint Carolus Jakarta, P. (2021). Pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan dan hemodinamik pasien coronary angiography dan percutaneous coronary intervention di RS Jantung Diagram Cinere. *The Indonesian Journal of Health Promotion*, *4*(1), 50–55. https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3

Maendra, I. K., Munayang, H., Dundu, A. E., & Ekawardani, N. (2014). Prevalensi tingkat kecemasan pada pasien infark miokard lama di D Poliklinik Jantung RSUP Prof. Dr. R.D. Kandou. *Jurnal E-CliniC (ECl)*, *2*(3).

Marsono, & Ismerini, H. (2022). Pengaruh pemberian terapi musik untuk mengurangi kecemasan Pada pasien di Ruang ICU: case report. *Prosiding Seminar Nasional Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta (SEMNASKEP)*, *1*, 39–45.

Mutiawati, Y., Rusdiana, T., & Khoirunisa, A. (2014). Formulasi dan evaluasi tablet alprazolam 1 mg. *IJPST*, *1*(1).

Rusjini, R., & Made Kariasa, I. (2023). Peningkatan kesejahteraan dan kualitas hidup terkait kesehatan pada penderita demensia alzheimer dengan terapi kenangan: tinjauan sistematis. *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, *8*(2), 337–350. https://doi.org/10.22216/jen.v8i2.2209

Setyawan, I., Nasution, T. H., Pertiwiwati, E., & Hafifah, I. (2023). Pengaruh terapi musik panting Terhadap kecemasan pasien di Ruang ICCU RSUD Ulin Banjarmasin. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, *11*(2), 70–76.

Sukendro, G. G. (2023). *Budaya pop komunikasi dan masyarakat*. PT Gramedia Pustaka Utama.

Thouars, T. de. (2019). *The happy therapy book resep sederhana hidup bahagia*. Literati.