

Penerapan Asuhan Keperawatan dengan Pemberian Terapi Musik Klasik pada Pasien Pre Operasi dengan Masalah Ansietas

Joko Santoso^{1*}, Veroneka Yosefa Windahandayani², Ketutu Suryani³

¹⁻³Universitas Katolik Misi Charitas, Indonesia

*Penulis Korespondensi : veronikawinda@ukmc.ac.id

Abstract. Surgery is a medical procedure performed by opening a part of the body and ending with the closure or suturing of the wound. This procedure often causes anxiety in preoperative patients. One non-pharmacological intervention that can be used to reduce anxiety is classical music therapy, which helps promote relaxation and supports the healing process. This study aims to determine the effect of classical music therapy on reducing anxiety levels in preoperative patients in the implementation of nursing care. The method used was a case study design with a nursing care approach involving three preoperative patients experiencing anxiety. The intervention consisted of classical music therapy delivered through headphones for 5 minutes and administered twice to each respondent. The results showed that after receiving classical music therapy, the anxiety levels of all three patients decreased from severe anxiety with an average score of 19 to moderate to mild anxiety with scores ranging from 7–13. In addition, symptoms such as worry, restlessness, and tension also appeared to decrease after the intervention. It can be concluded that classical music therapy is effective in reducing anxiety levels in preoperative patients during the nursing care process. Therefore, nurses are expected to apply classical music therapy as one of the interventions for patients experiencing anxiety.

Keywords: Anxiety; Classical Music Therapy; Preoperative Patients; Relaxation Techniques; Psychological Well-being.

Abstrak. Operasi merupakan tindakan pembedahan yang dilakukan dengan membuka bagian tubuh dan diakhiri dengan penutupan atau penjahitan luka. Prosedur ini sering menimbulkan kecemasan (ansietas) pada pasien pre operasi. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi ansietas adalah terapi musik klasik, yang berfungsi membantu proses relaksasi dan pemulihan pasien. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat ansietas pada pasien pre operasi dalam penerapan asuhan keperawatan. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan keperawatan pada tiga responden pasien pre operasi yang mengalami ansietas. Intervensi berupa terapi musik klasik diberikan menggunakan headphone selama 5 menit dan dilakukan dua kali pada masing-masing responden. Hasil menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi musik klasik terjadi penurunan tingkat ansietas pada ketiga pasien, dari rata-rata ansietas berat dengan skala 19 menjadi ansietas sedang hingga ringan dengan skala 7–13. Selain itu, gejala seperti kekhawatiran, kegelisahan, dan ketegangan juga tampak menurun setelah intervensi. Dapat disimpulkan bahwa terapi musik klasik efektif menurunkan tingkat ansietas pada pasien pre operasi dalam proses asuhan keperawatan. Oleh karena itu, perawat diharapkan dapat menerapkan terapi musik klasik sebagai salah satu intervensi dalam menangani pasien yang mengalami ansietas.

Kata Kunci: Kesejahteraan Psikologis; Kecemasan; Pasien Preoperatif; Teknik Relaksasi; Terapi Musik Klasik.

1. LATAR BELAKANG

Operasi merupakan suatu prosedur medis yang dilakukan dengan membuka bagian tubuh melalui sayatan dan diakhiri dengan penutupan atau penjahitan luka. Tindakan pembedahan dilakukan untuk menegakkan diagnosis, memperbaiki kelainan, maupun mengobati penyakit tertentu. Namun, prosedur operasi tidak hanya menimbulkan dampak fisiologis, tetapi juga dapat memicu respon psikologis pada pasien, terutama kecemasan atau ansietas sebelum tindakan operasi dilakukan (Prastiwi et al., 2023, p. 58). Ansietas pada pasien pre operasi sering muncul akibat ketidakpastian terhadap prosedur pembedahan, kekhawatiran

terhadap keberhasilan operasi, efek anestesi, serta kemungkinan komplikasi yang dapat terjadi selama proses pembedahan.

Menurut World Health Organization (WHO), jumlah tindakan operasi di dunia terus meningkat setiap tahun. Diperkirakan sekitar 11% dari total beban penyakit global memerlukan tindakan pembedahan sebagai upaya penanganan medis. Pada tahun 2017 tercatat sekitar 90 juta pasien menjalani operasi laparotomi di berbagai rumah sakit di seluruh dunia (WHO, 2018). Di Indonesia sendiri, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaporkan bahwa terdapat sekitar 1,2 juta tindakan operasi setiap tahunnya. Peningkatan jumlah tindakan operasi ini menunjukkan bahwa semakin banyak pasien yang berpotensi mengalami kecemasan sebelum menjalani prosedur pembedahan (Kemenkes RI, 2018).

Ansietas merupakan suatu kondisi emosional yang ditandai dengan perasaan tidak nyaman, rasa takut, khawatir, serta ketegangan terhadap sesuatu yang belum tentu terjadi. Kondisi ini dapat memengaruhi berbagai aspek pada pasien seperti perilaku, emosi, kognitif, dan respon fisiologis tubuh. Gejala yang sering muncul pada pasien yang mengalami ansietas antara lain gelisah, sulit tidur, merasa takut, tegang, serta mengalami gangguan konsentrasi (Videbeck dalam Swarjana, 2022, p. 56). Selain itu, ansietas juga dapat menimbulkan gejala fisik seperti peningkatan denyut jantung, gangguan sistem pencernaan, pusing, dan ketidaknyamanan pada tubuh (Lalla et al., 2022, p. 53).

Perawat memiliki peran penting dalam memberikan asuhan keperawatan kepada pasien pre operasi untuk membantu mengurangi kecemasan yang dialami pasien. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui intervensi nonfarmakologis berupa terapi distraksi. Terapi distraksi merupakan metode yang digunakan untuk mengalihkan perhatian pasien dari rasa takut atau kecemasan yang dirasakan, salah satunya dengan menggunakan terapi musik (NIH National Library of Medicine, 2024). Terapi musik merupakan metode penggunaan suara, melodi, ritme, dan harmoni untuk meningkatkan kesehatan fisik maupun psikologis seseorang. Terapi ini relatif mudah dilakukan, tidak memerlukan biaya besar, serta tidak menimbulkan efek samping (Mayenti & Sari, 2020, p. 6).

Salah satu jenis terapi musik yang sering digunakan dalam bidang kesehatan adalah terapi musik klasik. Musik klasik memiliki tempo yang stabil dan harmonis, biasanya berkisar antara 60–80 ketukan per menit, sehingga mampu memberikan efek relaksasi, menenangkan pikiran, serta menyeimbangkan aktivitas gelombang otak (Campbell, 2019, p. 69). Stimulasi musik yang diterima oleh sistem pendengaran akan diteruskan ke sistem saraf pusat dan sistem limbik yang berperan dalam pengaturan emosi sehingga dapat menurunkan hormon stres dan meningkatkan perasaan nyaman pada pasien (Suselo, 2023, p. 8). Berdasarkan uraian tersebut,

terapi musik klasik dapat menjadi salah satu intervensi keperawatan yang efektif untuk membantu menurunkan tingkat ansietas pada pasien pre operasi. Oleh karena itu, diperlukan penerapan terapi musik klasik sebagai bagian dari asuhan keperawatan guna membantu pasien merasa lebih rileks dan siap dalam menjalani tindakan operasi.

2. KAJIAN TEORITIS

Operasi merupakan prosedur medis invasif yang dilakukan dengan membuka bagian tubuh melalui sayatan untuk tujuan diagnosis, kuratif, restoratif, maupun tindakan lain, dan diakhiri dengan penutupan luka. Prosedur pembedahan dapat menimbulkan stres fisiologis dan psikologis pada pasien karena berkaitan dengan ancaman terhadap integritas tubuh, nyeri, anestesi, dan hasil operasi itu sendiri (Prastiwi et al., 2023, p. 58; Baradero et al., 2018, p. 118). Pada fase preoperatif, pasien umumnya mulai menunjukkan respons emosional seperti takut, khawatir, dan tegang sejak diberitahu akan menjalani tindakan operasi.

Ansietas adalah perasaan tidak nyaman yang samar, disertai ketakutan, kekhawatiran, dan ketegangan terhadap ancaman yang belum jelas atau belum tentu terjadi. Menurut Videbeck dalam Swarjana, ansietas dapat memunculkan gejala pada aspek perilaku, emosi, pikiran, dan fisik, sehingga memengaruhi kesiapan pasien menghadapi tindakan medis (Swarjana, 2022, p. 56). Tanda dan gejala ansietas meliputi rasa gugup, gelisah, sulit tidur, takut saat sendirian, gangguan konsentrasi, serta keluhan fisik seperti pusing, jantung berdebar, dan gangguan pencernaan (Lalla et al., 2022, p. 53). Pada pasien pre operasi, ansietas yang tidak ditangani dapat mengganggu kestabilan tanda vital dan memengaruhi kelancaran prosedur operasi.

Dalam keperawatan, penanganan ansietas dapat dilakukan melalui intervensi farmakologis maupun nonfarmakologis. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang banyak digunakan adalah terapi musik. Terapi musik merupakan penggunaan suara, melodi, ritme, harmoni, dan unsur musik lainnya untuk meningkatkan kesehatan fisik dan psikologis individu. Metode ini relatif mudah diterapkan, murah, dan tidak menimbulkan efek samping, sehingga sesuai digunakan sebagai intervensi pendukung pada pasien yang mengalami kecemasan (Mayenti & Sari, 2020, p. 6). NIH National Library of Medicine (2024) juga mengelompokkan mendengarkan musik sebagai bentuk distraksi nonfarmakologis yang dapat membantu mengurangi ketidaknyamanan psikologis pasien.

Salah satu bentuk terapi musik yang sering digunakan dalam konteks klinis adalah terapi musik klasik. Musik klasik memiliki tempo yang lembut dan stabil, umumnya berkisar antara 60–80 ketukan per menit, sehingga dapat membantu menenangkan pikiran, menyeimbangkan aktivitas otak, dan menimbulkan efek relaksasi pada pendengarnya (Campbell, 2019, p. 69; Candra, 2021, p. 20). Musik klasik juga diketahui dapat menstabilkan hormon yang berkaitan dengan stres dan membantu menurunkan respons emosional negatif pada pasien (Lopes et al., 2017, p. 8). Karena karakteristik tersebut, musik klasik dinilai sesuai untuk diberikan pada pasien pre operasi yang mengalami ansietas. Secara fisiologis, terapi musik bekerja melalui rangsangan auditori yang diterima telinga, kemudian diteruskan ke thalamus, sistem limbik, dan sistem saraf otonom. Proses ini memengaruhi pelepasan endorfin serta menurunkan produksi hormon stres, sehingga pasien merasa lebih nyaman, rileks, dan tenang (Kurniawan et al., 2021, p. 15; Suselo, 2023, p. 8). Dengan demikian, terapi musik klasik tidak hanya berfungsi sebagai distraksi, tetapi juga sebagai intervensi yang membantu menstabilkan respons emosional dan fisiologis pasien sebelum operasi.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa pasien pre operasi sangat rentan mengalami ansietas, sementara terapi musik klasik merupakan intervensi nonfarmakologis yang secara teoritis mampu memberikan efek relaksasi dan menurunkan kecemasan. Oleh sebab itu, penerapan terapi musik klasik relevan digunakan dalam asuhan keperawatan pada pasien pre operasi untuk membantu meningkatkan kenyamanan dan kesiapan pasien menghadapi tindakan pembedahan.

3. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan untuk mengeksplorasi penerapan terapi musik klasik dalam menurunkan tingkat ansietas pada pasien pre operasi. Penelitian dilaksanakan di Charitas Hospital Palembang pada ruang instalasi bedah dan ruang perawatan Paviliun Lukas pada November 2025. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 3 pasien pre operasi yang mengalami ansietas. Kriteria inklusi meliputi pasien yang akan menjalani operasi dan bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi yaitu pasien yang tidak bersedia mengikuti penelitian dan pasien yang menjalani operasi cito.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi. Tingkat ansietas diukur menggunakan *The Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale* (APAIS). Intervensi yang diberikan berupa terapi musik klasik menggunakan headphone selama 5 menit dan diberikan dua kali pada setiap responden.

Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan tingkat ansietas pasien sebelum dan sesudah pemberian terapi musik klasik. Penelitian ini juga memperhatikan prinsip etika penelitian, seperti informed consent, kerahasiaan identitas responden, serta hak responden untuk berpartisipasi secara sukarela.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil karya ilmiah ini secara khusus menguraikan pencapaian yang diperoleh setelah pelaksanaan *Evidence-Based Practice Nursing* (EBPN) dengan intervensi Pemberian Terapi Musik Klasik Pada Pasien Pre Operasi Dengan Masalah Ansietas pada pasien pre operasi dengan masalah ansietas pada ketiga pasien telah dilakukan disajikan sebagai berikut:

Tabel 1. Ansietas Pada Pasien.

No	Nama Pasien	Tanggal Pelaksanaan	Jam Pelaksanaan	Ansietas	
				Pre intervensi	Post Intervensi
1	Tn. F	08 November 2025	12:00	19 (ansietas berat)	13 (ansietas sedang)
			13:00	13 (ansietas sedang)	7 (ansietas ringan)
2	Tn. Y	09 November 2025	14:00	19 (ansietas berat)	13 (ansietas sedang)
			15:00	19 (ansietas berat)	7 (ansietas ringan)
3	Tn. M	10, November 2025	08:00	19 (ansietas berat)	13 (ansietas sedang)
			09:00	19 (ansietas berat)	13 (ansietas sedang)

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian terapi musik klasik dapat menurunkan tingkat ansietas pada pasien pre operasi. Sebelum diberikan intervensi, ketiga pasien menunjukkan tingkat ansietas berat dengan skor rata-rata 19 berdasarkan skala The Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS). Setelah diberikan terapi musik klasik, terjadi penurunan tingkat ansietas pada seluruh responden menjadi ansietas sedang hingga ringan. Hal ini menunjukkan bahwa terapi musik klasik dapat memberikan efek relaksasi dan

membantu mengurangi kecemasan pasien sebelum tindakan operasi. Secara teori, ansietas merupakan perasaan tidak nyaman yang disertai rasa takut, khawatir, dan ketegangan terhadap sesuatu yang belum jelas atau belum tentu terjadi. Ansietas dapat memengaruhi kondisi psikologis maupun fisiologis individu, seperti peningkatan denyut jantung, gangguan tidur, serta ketegangan otot (Swarjana, 2022, p. 56). Pada pasien pre operasi, kecemasan sering muncul akibat ketidakpastian terhadap prosedur pembedahan, rasa takut terhadap anestesi, serta kekhawatiran terhadap hasil operasi (Prastiwi et al., 2023, p. 58). Kondisi tersebut dapat memengaruhi kesiapan pasien dalam menjalani tindakan operasi sehingga diperlukan intervensi untuk mengurangi kecemasan pasien.

Terapi musik klasik merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk menurunkan ansietas. Musik klasik memiliki tempo yang lembut dan stabil, yaitu sekitar 60–80 ketukan per menit, sehingga dapat membantu menenangkan pikiran dan memberikan efek relaksasi pada pendengarnya (Campbell, 2019, p. 69). Secara fisiologis, rangsangan musik yang diterima oleh telinga akan diteruskan ke sistem saraf pusat dan sistem limbik yang berperan dalam pengaturan emosi, sehingga dapat menurunkan hormon stres dan meningkatkan rasa nyaman pada individu (Suselo, 2023, p. 8).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terapi musik efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien yang akan menjalani tindakan operasi. Penelitian oleh Widiawati (2023) menunjukkan bahwa pemberian terapi musik sebelum operasi dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien secara signifikan. Penelitian lain oleh Izzati Fildzah (2024) juga menyatakan bahwa terapi musik klasik dapat membantu mengurangi kecemasan pada pasien yang akan menjalani operasi *sectio caesarea*. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terapi musik merupakan metode distraksi yang efektif untuk membantu pasien merasa lebih rileks sebelum menjalani tindakan medis.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori yang ada, penulis berasumsi bahwa terapi musik klasik dapat memberikan efek relaksasi melalui mekanisme distraksi dan stimulasi sistem saraf yang memengaruhi kondisi emosional pasien. Musik dengan tempo yang lembut dapat membantu mengalihkan perhatian pasien dari rasa takut dan kekhawatiran terhadap tindakan operasi, sehingga pasien menjadi lebih tenang dan rileks. Dengan demikian, terapi musik klasik dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis dalam asuhan keperawatan untuk membantu menurunkan tingkat ansietas pada pasien pre operasi.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi musik klasik pada pasien pre operasi dapat menurunkan tingkat ansietas. Sebelum diberikan intervensi, sebagian besar pasien mengalami ansietas berat dengan skor rata-rata 19, kemudian setelah diberikan terapi musik klasik terjadi penurunan tingkat ansietas menjadi kategori sedang hingga ringan. Hal ini menunjukkan bahwa terapi musik klasik dapat digunakan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis dalam asuhan keperawatan untuk membantu menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi. Tenaga kesehatan khususnya perawat diharapkan dapat menerapkan terapi musik klasik sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis dalam asuhan keperawatan untuk membantu mengurangi ansietas pada pasien pre operasi. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan jumlah responden yang lebih banyak serta mengembangkan variasi jenis musik yang digunakan untuk mengetahui efektivitas terapi musik dalam menurunkan ansietas pasien.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak Charitas Hospital Palembang yang telah memberikan izin dan kesempatan dalam pelaksanaan penelitian ini. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada seluruh responden yang telah bersedia berpartisipasi serta kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam proses penyusunan penelitian ini.

DAFTAR REFERENSI

- Ardianto. (2020). *Buku ajar kegawatdaruratan kardiovaskular berbasis standar nasional pendidikan profesi dokter 2019*. Airlangga University Press.
- Arif, M., & Sari, Y. P. (2019). Efektifitas terapi musik Mozart terhadap penurunan intensitas nyeri pasien post operasi fraktur. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 10(1), 69. <https://doi.org/10.30633/jkms.v10i1.310>
- Baradero, M., Dayrit, M., & Siswadi, Y. (2018). *Prinsip dan praktik keperawatan perioperatif*. EGC.
- Black, J. M., & Hawks, J. H. (2014). *Keperawatan medikal bedah* (8th ed.). Elsevier.
- Campbell, D. (2019). *Efek Mozart: Memanfaatkan kekuatan musik untuk mempertajam pikiran, meningkatkan kreativitas, dan menyehatkan tubuh*. Gramedia Pustaka Utama.
- Candra, D. (2021). Gambaran perubahan hemodinamik pada pasien operasi dengan teknik spinal anestesi di instalasi bedah sentral RSUD OKU Timur Sumatera Selatan.
- Kurniawan, S. T., Armanto, I., & Aktifah, N. (2021). Pengaruh musik klasik Mozart terhadap tekanan darah pasien operasi odontectomy. 9.

- Kurniawan, W., & Agustini, A. (2021). *Metodologi penelitian kesehatan dan keperawatan*. Rumah Pustaka.
- Lopes, M., Alimansur, M., & Santoso, E. (2017). Pengaruh terapi musik terhadap perubahan tanda-tanda vital pada pasien post operasi fraktur yang mengalami nyeri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 12. <https://doi.org/10.32831/jik.v2i2.36>
- Mawarti, Simbolon, & Purnawinadi. (2021). *Pengantar riset keperawatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Mayenti, F., & Sari, Y. (2020). Efektifitas teknik distraksi musik klasik Mozart untuk mengurangi nyeri pada pasien post operasi fraktur. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 98. <https://doi.org/10.36565/jab.v9i1.193>
- Muttaqim, A. (2012). *Buku ajar asuhan keperawatan klinis dengan gangguan sistem persyarafan*. Salembang Medika.
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Rineka Cipta.
- Pranata, L. (2018). *Pemeriksaan fisik*. Universitas Katolik Musi Charitas.
- Pranata, L., Surani, V., Daeli, N. E., Indaryati, S., & Srimiyati, S. (2025). Efektifitas aktivitas fisik jalan kaki terhadap tingkat stress pada remaja. *Jurnal Praba: Jurnal Rumpun Kesehatan Umum*, 3(4), 61–73. <https://doi.org/10.62027/praba.v3i4.592>
- Pranata, L., Surani, V., Suryani, K., & Fari, A. I. (2023). Understanding of research methods based on evidence-based practice in nursing for nursing students. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 13(26), 174–178. <https://doi.org/10.52047/jkp.v13i26.247>
- Prastiwi, D., Lestari, W., & Utami, R. T. (2023). *Pengantar biomedik: Panduan komprehensif*. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Putriani, N. W. S. I. (2022). Hubungan tekanan darah pasca operasi dengan waktu pulih sadar pada pasien dengan anestesi umum di Rumah Sakit Tk. II Udayana Denpasar.
- Riskesdas. (2018). *Laporan nasional riskesdas 2018*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Roflin, E., & Liberty, I. A. (2021). *Populasi, sampel, variabel dalam penelitian kedokteran*. Naya Expanding Management.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. PT Alfabet.
- Suranadi, I. W. (2016). Profil penurunan tekanan darah pasca induksi dengan anestesi umum di RSUP Sanglah periode Juli 2016–Desember 2016.
- Surani, V., Pranata, L., Indaryati, S., & Ajul, K. (2023). The effect of the Benson relaxation technique on insomnia levels in the elderly. *Formosa Journal of Science and Technology (FJST)*, 2(1), 245–256. <https://doi.org/10.55927/fjst.v2i1.2787>
- Susanti, E., Kep, S., & Kep, M. (2023). *Keperawatan perioperatif*.
- Suselo, author. (2023). Efektivitas terapi musik terhadap penurunan tanda-tanda vital pada pasien hipertensi di rumah sakit umum Jayapura = The effectiveness of music therapy on decreasing of vital sign of patients with hypertension at public hospital in Jayapura.
- WHO. (2021). *Cardiovascular disease (CVDs)*. [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-disease-\(cvds\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-disease-(cvds))