



Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan

Halaman Jurnal : <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/JRIK>

Halaman UTAMA: <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php>



Pengaruh Terapi Musik Rohani Kristen Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka Provinsi Maluku

Mirdat Hitiyaut¹, Ernawati Hatuwe², Merci Grisen Latuihamallo³

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Maluku Husada

Email: mirdadhitiyaut@gmail.com

ABSTRACT

Elderly is a term for individuals who have entered the late adult period. Aging is a natural process faced by humans, the most crucial stage is a decline in function or changes in biological aspects, psychological aspects, socio-cultural aspects and spiritual aspects that have the potential to cause health problems, one of which is the occurrence of anxiety. Elderly with anxiety are consumers who use health service facilities a lot. Anxiety in the elderly can cause somatic and psychological symptoms. The purpose of this study was to determine the effect of Christian spiritual music therapy on the level of anxiety in the elderly. This research uses descriptive analytic method. The research design uses a Quasi Experiment with a Pretest and Posttest Nonequivalent Control Group research design. The total sampling technique was obtained by 30 research respondents. The research instrument used a questionnaire consisting of 14 questions and a soup of Christian spiritual music. Bivariate analysis using Wilcoxon and Mann Whitney test. The results of the study using the Wilcoxon test were obtained. In the control group, a p-value of 0.115 or $p > 0.05$ showed that there was no difference between the level of anxiety in the Pre-Test and Post-Test. In the treatment group, a p-value of 0.001 or p-test was obtained. This value of 0.005 indicates that there is a significant difference in decreasing anxiety levels. The results of the study using the Mann Whitney test, the average value obtained was $p = 0.000$ or $p < 0.05$, indicating that there was an effect. The conclusion is that there is an effect of Christian spiritual music therapy on decreasing the level of anxiety in the elderly at the Tresna Werdha Inakaka Social Home, Maluku Province.

Keywords: Elderly, Anxiety, Spiritual Music Therapy

ABSTRAK

Lansia merupakan istilah bagi individu yang telah memasuki periode dewasa akhir. Menua merupakan suatu proses alami yang dihadapi manusia, tahap yang paling krusial adalah terjadi penurunan fungsi atau perubahan pada aspek biologis, aspek psikologi, aspek sosial budaya dan aspek spiritual yang berpotensi memunculkan masalah kesehatan, dimana salah satunya adalah terjadinya kecemasan. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi musik rohani Kristen terhadap tingkat kecemasan lansia. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik. Dengan desain penelitian menggunakan *Quasi Experiment* dengan rancangan penelitian *Pretest and Posttest Nonequivalent Control Group*. Teknik *sampling total sampling* didapatkan 30 responden penelitian. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner yang terdiri dari 14 pertanyaan dan sop musik. Analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *Mann Whitney*. Hasil penelitian dengan uji *Wilcoxon* didapatkan Pada Kelompok Kontrol didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,115 atau $p > 0,05$ menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan antara tingkat kecemasan pada *Pre Test* dan *Post Test* Pada kelompok perlakuan didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,001 atau *p-value* 0,005 ini menunjukkan bahwa ada perbedaan signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan. Hasil penelitian dengan uji *Mann Whitney* nilai rata-rata didapatkan $p = 0,000$ atau $p < 0,05$ menunjukkan ada pengaruh. Kesimpulan didapatkan ada pengaruh terapi musik rohani kristen terhadap penurunan tingkat kecemasan lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka Provinsi Maluku.

Kata Kunci: Lansia, Kecemasan, Terapi Musik Rohani.

1. LATAR BELAKANG

Kecemasan adalah suatu karakteristik emosi yang ditandai dengan perasaan tertekan, khawatir dan terjadi perubahan fisik seperti tekanan darah (Supardi, Artawan, & Pakan, 2020). Kecemasan menjadi reaksi yang dapat dialami siapapun. Pada dasarnya kecemasan adalah hal yang wajar di alami setiap orang sebagai respon normal terhadap keadaan yang dianggap mengancam ataupun terhadap tekanan yang menyebabkan seseorang menjadi gelisah dan takut (Syahfitri, *et all.*, 2019).

Lansia yang mengalami kecemasan memerlukan penanganan yang baik dalam menurunkan cemasnya karena kecemasan pada lansia dapat menyebabkan kerusakan kognitif dan berakhir dengan depresi (Fikri, *et all.*, 2018).

Penatalaksana kecemasan terbagi dalam tatalaksana farmakologi dan nonfarmakologi untuk terapi farmakologi meliputi obat-obatan dan terapi nonfarmakologi bisa didengan menggunakan terapi musik. Musik adalah kesatuan dari kumpulan suara melodi, ritme, dan harmoni yang dapat membangkitkan emosi. Musik bisa membuat suasana hati menjadi bahagia dan rileks serta dapat membantu orang yang memiliki masalah emosional dalam mengeluarkan perasaan mereka, membuat perubahan positif pada suasana hati, dan membantu memecahkan masalah (Larasati, 2017).

Penelitian Buston, (2016) terkait efektifitas musik dan relaksasi aromaterapi lavender dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien lansia dengan tingkat pembedahan menunjukkan adanya efektifitas dalam penurunan kecemasan baik pada perlakuan menggunakan aroma terapi lavender maupun terapi musik dimana rerata penurunan terjadi pada musik kelompok musik dan nilai $\rho < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan dengan menggunakan uji independent t test didapatkan nilai $p=0,000$ untuk kelompok intervensi aromaterapi lavender dan terapi musik. Hal tersebut memperlihatkan bahwa ada pengaruh terapi musik dengan intervensi aromaterapi lavender terhadap masing masing kelompok. Peneliti menjelaskan bahwa setelah diberikan perlakuan tersebut, pasien dapat lebih rileks saat dilakukan pembedahan laparotomi.

Hasil observasi yang di lakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka Provinsi Maluku masalah kecemasan yang terjadi sesuai dengan kehidupan nyata para lansia disana meliputi kecemasan terhadap usia harapan hidup, kecemasan terhadap kondisi fisik yang semakin hari semakin melemah, juga kecemasan tentang menurunnya fungsi kemandirian lansia. Tujuan penelitian ini mengetahui pengaruh terapi musik rohani kristen terhadap tingkat kecemasan Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka Provinsi Maluku.

2. METODE

Penelitian menggunakan metode deskriptif analitik dengan desain *Quasi-Experimental* dengan desain *pre post test*. Pada penelitian ini sampel (responden) penelitian akan dilakukan pengukuran tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi musik rohani kristen. Waktu penelitian dilaksanakan bln Agustus sampai dengan September 2021. Penelitian ini dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka Provinsi Maluku. Populasi pada penelitian ini adalah semua lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka yang beragama Kristen dengan jumlah populasi 42 responden.

Perhitungan besar sampel yang diambil melalui uji hipotesis untuk penelitian eksperimen sederhana. Besar sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini peneliti tetapkan dengan nilai terbesar yaitu 21 orang per kelompok sampel sehingga jumlah keseluruhan sampel pada penelitian ini adalah 42 orang. Teknik pengambilan sampel (sampling) yang akan digunakan pada penelitian ini menggunakan metode *Total Sampling*. Instrumen pengumpulan data dengan menggunakan SOP terapi musik dan kuisioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (1956).

A. ANALISIS UNIVARIAT

Analisis yang dilakukan pada setiap variabel dari hasil penelitian baik variabel independen maupun variabel dependen serta karakteristik responden

1. Karakteristik Responden Penelitian

Karakteristik responden penelitian berdasarkan umur dan jenis kelamin, dapat dilihat pada table dibawah ini:

Tabel 1. Karakteristik Umur & Jenis Kelamin Responden

Variabel	n	%
Umur		
45 – 59	1	6
60 – 74	7	47
75 – 90	7	47
Total	15	100
Variabel	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	8	53
Perempuan	7	47
Total	15	100

Berdasarkan tabel dapat disimpulkan bahwa karakteristik kelompok usia didapatkan dalam penelitian ini paling banyak berada di rentang usia 75 – 90 tahun sebanyak 8 orang (53%), dan karakteristik kelompok usia paling sedikit berada di rentang usia 45 – 59 tahun pada kelompok kontrol sebanyak 1 orang (6%). Sedangkan karakteristik jenis kelamin didapatkan paling banyak adalah laki-laki sebanyak 8 (53%), dan responden perempuan yang paling sedikit sebanyak 7(47%).

2. Distribusi Tingkat Kecemasan

Tabel 2. Distribusi Tingkat Kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi music pada kelompok perlakuan dan control

Tingkat Kecemasan	Kelompok Perlakuan				Kelompok Kontrol			
	Pre test		Post test		Pre test		Post test	
	N	%	N	%	n	%	N	%
Tidak ada kecemasan	0	0	15	100	15	100	14	93
Kecemasan ringan	4	27	0	0	0	0	1	7
Kecemasans sedang	6	40	0	0	0	0	0	0
Kecemasan berat	4	27	0	0	0	0	0	0
Kecemasan berat sekali	1	6	0	0	0	0	0	0
Total	15	100	15	100	15	100	15	100

Berdasarkan Tabel diatas distribusi tingkat kecemasan sebelum perlakuan pada kelompok perlakuan terbanyak adalah kecemasan sedang sebanyak 6 orang (40%) dan terendah adalah kecemasan berat sekali sebanyak 1 orang (6%). Setelah diberikan perlakuan pada kelompok perlakuan terjadi peningkatan yaitu tingkat kecemasan terbanyak adalah tidak ada kecemasan sebanyak 15 orang (100%). Pada kelompok kontrol diperoleh tingkat kecemasan terbanyak untuk data *pre test* adalah semua responden tidak ada kecemasan sebanyak 15 orang (100%). Kemudian pada *post test* diketahui tingkat kecemasan terbanyak adalah tidak ada kecemasan sebanyak 14 orang (93%).

A. ANALISIS BIVARIAT

Analisis Bivariat dilakukan untuk menilai pengaruh terapi music rohani Kristen terhadap tingkat kecemasan lansia di Panti Werdha Inakaka dengan uji paired sample t-test.

1. Uji Normalitas Data

Tabel 3. Distribusi Normalitas Data Tingkat kecemasan lansia pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Kelompok	Shapiro-Wilk		
	Nilai	df	p-value
Pre Test Kelompok Intervensi	0.886	15	0.058
Post Test Kelompok Intervensi	0.803	15	0.004
Pre Test Kelompok Kontrol	0.772	15	0.002
Post Test Kelompok Kontrol	0.801	15	0.004

Berdasarkan tabel diatas hasil uji normalitas, diperoleh hasil pada data *pre test* kelompok intervensi sebanyak 0,886 dengan nilai p-value = 0,058) maka data berdistribusi normal. Sedangkan pada *post test* kelompok intervensi sebanyak 0,803 (p-value = 0,004), maka data tidak normal, Sehingga untuk melihat pengaruh musik rohani kristen terhadap tingkat kecemasan pada kelompok intervensi digunakan uji wilcoxon signed rank test karena salah satu data tidak berdistribusi normal. Kemudian pada kelompok kontrol, diperoleh hasil pada data baik pre test maupun post test keduanya tidak terdistribusi normal dikarenakan nilai $p < 0,05$ dan syarat untuk data normal adalah $p > 0,05$. Sehingga untuk melihat pengaruh musik rohani kristen terhadap tingkat kecemasan pada data kelompok kontrol digunakan uji wilcoxon signed rank test karena data tidak berdistribusi normal.

2. Tingkat Kecemasan Pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Perlakuan Sebelum dan Sesudah di Lakukan Terapi Musik Rohani Kristen

Tabel 4. Perbedaan Tingkat Kecemasan Pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Perlakuan Sebelum dan Sesudah di Lakukan Terapi Musik.

Kelompok Kontrol		Kelompok Perlakuan	
Nilai z score	p-value	Nilai z score	p-value
-1.577	0,115	-3.411	0,001

Berdasarkan tabel diatas dengan uji statistik Mann whitney test ini menunjukkan bahwa nilai rata-rata didapatkan $p = 0,000$ atau $p < 0,05$ ini dapat di simpulkan bahwa ada pengaruh terapi musik rohani kristen terhadap penurunan tingkat kecemasan lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka Provinsi Maluku.

3. PEMBAHASAN

A. Perbedaan Tingkat Kecemasan Pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi Sebelum dan Sesudah di lakukan Terapi Musik Rohani Kristen

Berdasarkan hasil analisis bivariat menggunakan uji wilcoxon *signed rank test* pada kelompok kontrol didapatkan nilai p-value sebesar 0,115 atau $p > 0,05$ menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan antara tingkat kecemasan pada *Pre Test* dan *Post Test* karena tidak diberikan terapi musik rohani Kristen, sedangkan kelompok intervensi didapatkan nilai p-value sebesar 0,001 atau p-value 0,005 ini menunjukkan bahwa ada perbedaan signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lansia Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka Provinsi Maluku sebelum dan sesudah di berikan terapi musik rohani Kristen pada kelompok perlakuan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Larasati (2017), hasil penelitian didapatkan analisis uji t menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,003, menunjukkan lebih kecil dari 0,05. Hal ini berarti ada perbedaan yang

signifikan pada terapi musik antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol terhadap kecemasan sebelum bertanding atlet futsal putri tim Muara Enim Unyted.

B. Pengaruh Terapi Musik Rohani Kristen Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Lansia Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Post Test.

Hasil uji statistik dengan *Mann Whitney* test untuk menguji perbedaan penurunan tingkat kecemasan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi (yang di berikan terapi musik rohani Kristen) didapatkan nilai $p = 0,000$ karena $p < 0,05$ maka H_0 di tolak dan H_1 diterima. Dan dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi musik rohani kristen terhadap penurunan tingkat kecemasan lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka Provinsi Maluku.

Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh (Buston, 2016) dengan penelitian yang berjudul Efektifitas Musik dan Relaksasi Aromaterapi Lavender dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pasien dengan Tindakan Pembedahan. Hasil penelitian menunjukkan dengan menggunakan uji independent t test didapatkan nilai $p=0,000$ untuk kelompok intervensi aromaterapi lavender dan terapi musik. Hal tersebut memperlihatkan bahwa ada pengaruh terapi musik dengan intervensi aromaterapi lavender terhadap masing masing kelompok. Peneliti menjelaskan bahwa setelah diberikan perlakuan tersebut, pasien dapat lebih rileks saat dilakukan pembedahan laparatomi.

Hasil penelitian tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan (Purwanto, 2010) yang menjelaskan bahwa ada pengaruh musik terhadap perubahan intensitas nyeri dan cemas pada pasien post operasi di ruang bedah RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta dengan nilai p-value sebesar 0,000.

Hasil penelitian yang sama ditunjukkan oleh (Jhon, Verma, & Khanna, 2010) dengan Judul The Effect of Music Therapy on Salivary Cortisol as a Reliable Marker of Pre Competition Stress in Shooting Performance menunjukkan bahwa terapi relaksasi seperti terapi musik dapat mengurangi stres pra-kompetisi dan meningkatkan kinerja olahraga dengan mengurangi tingkat kortisol saliva sebagai penanda fisiologis stres pra-kompetisi. Dalam kelompok eksperimental, nilai rata-rata dari saliva kortisol memiliki statistik signifikan menurun dari nilai dasar dari 1,33-0,53 di hari ke-29 dan 0,91 di hari ke-36 yang signifikan secara statistik ($F = 1,20$; $p < 0,001$).

Hasil penelitian ini kemudian diperkuat oleh (Hendricks, 2002) dengan judul A Study Of The Use Of Music Therapy Techniques In A Group For The Treatment Of Adolescent Depression menunjukkan bahwa penggunaan teknik terapi musik berkorelasi positif dengan pengurangan skor depresi dengan adanya perbedaan yang signifikan ($p < 0,0001$) antara kelompok yang menggunakan teknik-teknik terapi musik dan kelompok yang tidak menggunakan teknik terapi musik.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan dalam bab sebelumnya pada penelitian ini, peneliti menyimpulkan hasil penelitian sebagai berikut; Ada pengaruh terapi musik rohani kristen pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka Provinsi Maluku dengan hasil uji statistik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menggunakan *Mann Whitney U Test* diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,001$ atau nilai $p < 0,005$.

5. SARAN

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian tersebut peneliti menyarankan:

1. Instansi Panti Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka Provinsi Maluku; diharapkan pihak Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka Provinsi Maluku dapat menggunakan terapi musik rohani Kristen sebagai salah satu terapi yang sudah bisa di percaya untuk lansia yang dalam kondisi cemas atau untuk program pengembangan lansia lainnya.
2. Bagi Responden; Diharapkan seluruh responden yaitu lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka Provinsi Maluku dapat mengetahui terkait terapi musik rohani kristen dapat menurunkan tingkat kecemasan.
3. Peneliti selanjutnya; Lingkup populasi yang dimiliki peneliti masih terbatas yaitu hanya pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka saja, untuk mendapatkan gambaran yang lebih mewakili maka peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas atau memperbanyak lingkup populasi penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Buston, E. (2016). Efektifitas Musik Dan Relaksasi Aromaterapi Lavender Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pasien Dengan Tindakan Pembedahan. *Jurnal Media Kesehatan*, 9(1), 13–22.
- Fikri, M. K. (2018). Pengaruh relaksasi benson terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Sukosari Wilayah Kerja Puskesmas Dagangan Kabupaten Madiun. *Photosynthetica*, 2(1), 1–13.
- Hendricks, C. B. (2002). A Study Of The Use Of Music Therapy Techniques In A Group For The Treatment Of Adolescent Depression.
- Jhon, S., Verma, S. K., & Khanna, G. L. (2010). The Effect Of Music Therapy On Salivary Cortisol As A Reliable Marker Of Pre Competition Stress In Shooting Performance. *Journal Of Exercise Science And Physiotherapy*, 6(2), 70-77.
- Larasati, D. M. (2017). Pengaruh terapi musik terhadap tingkat kecemasan sebelum bertanding pada Atlet Futsal Putri tim Muara Enim Unyted. *Jurnal Dunia Kesmas Volume 6. Nomer 3. Juki*, 549, 40–42.
- Purwanto, E. (2010). Efek Musik Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Di Ruang Bedah Rsup Dr. Sardjito Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran Keluarga*, 5(2).
- Syahfitri, E. N., M, W. R., & Sukmawati, N. L. Y. (2019). Kombinasi Terapi Afirmasi Dan Aromaterapi Melati Terhadap Masalah Psikososial Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Di Universitas Respati Yogyakarta. *Literasi Digital Dalam Publikasi Ilmiah Di Era Revolusi Industri, 4.0*, 11–17.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, Cv.
- WHO. (2018). Adolescent mental health in the European Region. *World Health Organization*, 4.
- Yunitasari, E. (2018). Pengaruh tehnik relaksasi benson modifikasi terhadap kecemasan pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. *Photosynthetica*, 2(1), 1–13.