

Efektivitas Terapi Musik terhadap Kecemasan Praoperasi pada Pasien dengan Anestesi Spinal

Muhammad Aviv Pasa¹, Ani Haryani^{2*}, Qodri³

¹⁻³Program studi Sarjana Terapan Keperawatan Anestesiologi, STIKES An Nasher, Cirebon, Indonesia

Alamat: Jl. Pondok Pesantren Tarbiyatul Banin, Kelurahan Kaliwadad, Kecamatan Sumber, Kabupaten Cirebon, Jawa Barat

*Korespondensi penulis: anestharyani@gmail.com

Abstract. Preoperative anxiety is a common emotional response experienced by patients prior to undergoing surgery and may negatively affect physiological stability, anesthetic effectiveness, and postoperative recovery. While pharmacological approaches are often used to manage anxiety, they carry the risk of side effects. Music therapy, as a non-pharmacological intervention, is considered safe, practical, and effective in reducing anxiety. This study aimed to determine the effect of music therapy on the level of preoperative anxiety in patients undergoing spinal anesthesia at RS X. The study used a quasi-experimental design with a pretest-posttest approach and no control group, involving 30 respondents selected by purposive sampling. The results showed a significant reduction in anxiety levels after the intervention, with a Wilcoxon test value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Therefore, music therapy can be considered an effective non-pharmacological intervention to reduce preoperative anxiety.

Keywords: Effectiveness, Music Therapy, Preoperative Anxiety, Spinal Anesthesia.

Abstrak. Kecemasan praoperatif merupakan respons emosional yang umum terjadi pada pasien menjelang tindakan pembedahan dan dapat berdampak pada stabilitas fisiologis, efektivitas anestesi, hingga proses pemulihan. Penatalaksanaan kecemasan umumnya dilakukan secara farmakologis, namun berisiko menimbulkan efek samping. Terapi musik sebagai pendekatan non-farmakologis dinilai aman, mudah diterapkan, dan efektif menurunkan kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik terhadap tingkat kecemasan pasien praoperatif dengan anestesi spinal di RS X. Desain penelitian menggunakan kuasi eksperimen dengan pendekatan pretest-posttest tanpa kelompok kontrol dan melibatkan 30 responden yang dipilih melalui purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan secara signifikan setelah pemberian terapi musik, dengan nilai uji Wilcoxon sebesar $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Dengan demikian, terapi musik dapat menjadi salah satu intervensi non-farmakologis yang efektif dalam mengurangi kecemasan pasien praoperatif.

Kata Kunci: Anestesi Spinal, Efektifitas, Kecemasan Praoperasi, Terapi Musik.

1. LATAR BELAKANG

Operasi merupakan suatu tindakan medis invasif yang bertujuan untuk mendiagnosis, mengobati, atau memperbaiki kondisi patologis, baik melalui pembedahan terbuka maupun teknik minimal invasif. Prosedur ini kerap menimbulkan kecemasan pada pasien karena melibatkan intervensi langsung terhadap tubuh, risiko komplikasi, serta ketidakpastian terhadap hasil yang akan diperoleh (Widiawati & Cusmariah, 2023). Untuk menunjang keberhasilan operasi dan kenyamanan pasien, diperlukan anestesi yang sesuai guna menghilangkan rasa nyeri dan memfasilitasi jalannya tindakan. Salah satu jenis anestesi yang banyak digunakan terutama pada operasi di daerah bawah umbilikus, seperti panggul dan ekstremitas bawah, adalah anestesi spinal (Sari et al., 2023).

Received Februari 29, 2024; Accepted April 27, 2024; Published April 30, 2024

*Ani Haryani, anilharyani@universitasanasher.ac.id

Anestesi spinal merupakan metode anestesi regional yang dilakukan dengan menyuntikkan obat anestetik lokal ke dalam cairan serebrospinal di ruang subaraknoid, umumnya pada regio lumbal, yang menyebabkan hilangnya sensasi dan kelumpuhan sementara pada bagian tubuh bawah pasien tanpa menyebabkan kehilangan kesadaran (Sari et al., 2023). Meskipun prosedur ini dikenal aman dan efektif, pasien tetap dapat mengalami kecemasan praoperatif, terutama akibat kekhawatiran terhadap nyeri saat penyuntikan, kemungkinan komplikasi seperti kelumpuhan atau nyeri kepala, serta ketidaknyamanan karena tetap sadar selama prosedur (Prima et al., 2020).

Kecemasan praoperatif dapat menimbulkan respons fisiologis berupa peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis yang berdampak pada tekanan darah, denyut jantung, dan ambang nyeri pasien (Lami et al., 2025). Sebuah studi oleh Hartono (2020) menunjukkan bahwa sebanyak 65,62% pasien mengalami kecemasan tinggi sebelum operasi, termasuk yang menjalani anestesi spinal.

Pendekatan farmakologis telah banyak digunakan, seperti pemberian benzodiazepin dan barbiturat. Namun, obat-obatan sedatif ini seringkali menimbulkan efek samping seperti kantuk berlebihan, gangguan pernapasan, atau potensi ketergantungan. Selain itu, tidak semua pasien dapat mentoleransi penggunaan obat-obatan tersebut. Oleh karena itu, penting dilakukan pendekatan multidisiplin untuk mengelola kecemasan ini, termasuk dengan strategi non-farmakologis seperti terapi musik, edukasi praoperatif, dan komunikasi terapeutik. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh terapi musik terhadap penanganan kecemasan pasien sebelum operasi dengan anestesi spinal (Prima et al., 2020)..

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain quasi-experimental menggunakan pendekatan pretest-posttest tanpa kelompok kontrol. Subjek penelitian adalah pasien yang akan menjalani operasi elektif dengan anestesi spinal di Rumah Sakit X, yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pengambilan sampel dilakukan secara purposive sampling dengan jumlah responden sebanyak 30 orang. Intervensi yang diberikan berupa terapi musik klasik yang diperdengarkan selama 20–30 menit sebelum tindakan anestesi spinal. Tingkat kecemasan pasien diukur menggunakan kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A) sebelum dan sesudah intervensi. Data dianalisis secara univariat untuk melihat distribusi karakteristik responden dan bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank Test untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

	Umur	Frekuensi	Persentase
	>35	18	60
	20-35	12	40
	Total	30	100

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar umur responden >35 tahun yaitu 18 responden (60,0%), sedangkan responden umur 20 – 35 tahun sebanyak 12 responden (40,0%)

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
	Laki-Laki	17	56,7
	Perempuan	13	43,3
	Total	30	100

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 17 responden (56,7%), sedangkan responden perempuan berjumlah 13 responden (43,3%).

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

	Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Persentase
	SMP	4	13,3
	SMA	17	56,7
	S1	9	30
	Total	30	100

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berpendidikan menengah/SMA dengan jumlah 17 responden (56,7%), berpendidikan sarjana sejumlah 9 responden (29,0%) dan berpendidikan SMP sejumlah 4 responden (13,3%).

Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Pengalaman Operasi

	Pengalaman Operasi	Frekuensi	Persentase
	Ya	6	20,0
	Tidak	24	80,0
	Total	30	100

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden tidak pernah menjalani operasi sebelumnya dengan jumlah 24 responden (80,0%), sedangkan yang sudah pernah menjalani operasi berjumlah 6 responden (20,0%).

Tabel 5. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan pada Kelompok PreTest

	Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase
	Berat	6	20
	Sedang	14	46,7
	Ringan	10	33,3
	Total	30	100

Berdasarkan Tabel 5 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang yaitu 14 responden (46,7%), sedangkan responden yang mengalami kecemasan ringan berjumlah 10 responden (33,3%) dan yang mengalami kecemasan berat berjumlah 6 responden (20%).

Tabel 6. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan pada Kelompok PostTest

	Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase
	Berat	2	6,7
	Sedang	6	20,0
	Ringan	22	73,3
	Total	30	100

Tabel 6 menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi terapi musik dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan ringan yaitu 22 responden (73,3%), sedangkan responden yang mengalami kecemasan sedang berjumlah 6 responden (20,0%) dan yang mengalami kecemasan berat berjumlah 2 responden (6,7%).

Analisis Data

Uji Normalitas Data

Tabel 7. Hasil Uji Normalitas

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
Pretest	0,913	30	0,021
Posttest	0,892	30	0,013

Berdasarkan Tabel 7 menunjukkan bahwa hasil uji normalitas menggunakan Saphiro Wilk test pada sampel eksperimen sebanyak 30 responden yang di berikan terapi musik menunjukkan data tidak terdistribusi normal, dengan nilai sig pada kelompok responden didapatkan hasil pretest eksperimen 0.021 (<0.050) dan posttest eksperimen 0.013 (<0.050). Hasil tersebut menunjukkan data dinyatakan tidak lolos uji normalitas, oleh karena itu penulis melakukan analisis dengan Uji Wilcoxon.

Uji Wilcoxon

Tabel 8. Hasil Uji Wilcoxon

	Z	Asymp. Sig. (2 tailed)
Posttest-Pretest	-3,724	.000

Berdasarkan Tabel 8 Teknik pengujian yang digunakan adalah uji Wilcoxon dengan taraf signifikan $\alpha < 0.05$. berdasarkan hasil pengolahan data dengan SPSS maka diperoleh nilai sig (2-tailed) sebesar $0.000 < 0.05$. Maka disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan pada data pretest dan posttest. Jadi, dengan kata lain pemberian terapi musik dapat memberikan pengaruh yang signifikan untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien yang akan menjalani operasi.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan praoperatif muncul pada responden dari kedua jenis kelamin, namun secara tidak terduga, jumlah laki-laki dengan kecemasan sedang hingga berat lebih besar dibanding perempuan (67,7% vs 32,3%). Temuan ini sejalan dengan beberapa literatur yang menyatakan bahwa perbedaan gender tidak selalu menjadi faktor dominan dalam kecemasan sebelum operasi; justru, laki-laki kadang tidak mengekspresikan kecemasan secara verbal (Abate et al., 2020) . Dengan demikian, penelitian ini menggarisbawahi bahwa kecemasan praoperatif bersifat individual dan tidak terbatas pada satu gender saja.

Faktor pendidikan juga memiliki peran penting. Sebagian besar responden berpendidikan jenjang menengah (SMA), yang berpotensi membatasi pemahaman mereka terhadap prosedur medis. Studi menunjukkan bahwa literasi kesehatan yang lebih rendah meningkatkan risiko ketidakpastian dan kecemasan (Abate et al., 2020) . Dukungan edukasi bagi pasien dengan latar belakang pendidikan menengah atau rendah menjadi sangat penting untuk memberikan rasa aman.

Pengalaman pasien terhadap operasi sebelumnya juga turut mempengaruhi kecemasan. Dengan mayoritas responden (63,4%) belum pernah menjalani operasi, rasa ketakutan akan ketidakpastian—termasuk efek obat, nyeri, hingga komplikasi—menjadi wajar dan dapat memicu kecemasan praoperatif (Abate et al., 2020) .

Kelompok pretest mencatat bahwa mayoritas responden mengalami kecemasan sedang (46,7%), sementara setelah terapi musik, mayoritas berada pada kategori kecemasan ringan (73,3%), dengan sebagian kecil tetap mengalami kecemasan berat (6,7%). Uji Wilcoxon

Signed-Rank Test menunjukkan perbedaan signifikan ($p = 0,000$), yang menegaskan bahwa terapi musik memiliki efek nyata dalam menurunkan kecemasan.

Hasil ini konsisten dengan studi terkini di mana musik—atau dikombinasikan dengan noise-cancelling—terbukti mengurangi kecemasan pada pasien spinal block. Salah satu studi randomized controlled di India (2023) menemukan bahwa headphone dengan musik binaural atau noise cancelling secara signifikan menurunkan skor STAI-6 dan meningkatkan kepuasan pasien (Apriliano R.R, Suryani R.L, 2024). Ulasan sistematis juga mendukung penggunaan musik sebagai intervensi non-farmakologis efektif untuk menurunkan kecemasan, nyeri, dan kebutuhan akan sedatif selama operasi (Abate et al., 2020).

Secara fisiologis, musik membantu menenangkan sistem saraf simpatetik dan memodulasi hormon stres, sehingga berdampak pada stabilitas hemodinamik di masa pra dan intraoperatif (Apriliano R.R, Suryani R.L, 2024).

Dalam penelitian ini, semua pasien menerima intervensi dengan baik dan melaporkan perasaan lebih rileks. Hal ini menunjukkan bahwa terapi musik adalah pendekatan non-invasif, diterima dengan baik, dan memiliki potensi besar sebagai bagian dari protokol anestesi spinal, terutama dalam konteks operasi elektif. Dengan dukungan dari studi terbaru, rekomendasi ke depannya adalah memasukkan musik relaksasi atau teknologi noise-cancelling dalam rencana anestesi sebagai bagian integral dari pengelolaan kecemasan praoperatif pasien (Widiawati & Cusmarih, 2023).

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi musik memberikan dampak signifikan dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien praoperatif di Rumah Sakit X. Temuan ini mendukung penggunaan terapi musik sebagai salah satu strategi intervensi non-farmakologis yang efektif dalam manajemen kecemasan sebelum tindakan pembedahan.

Saran untuk peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian intervensi non farmakologi dengan menggunakan metode lainnya, sehingga dapat menambah referensi manajemen kecemasan sebelum melakukan tindakan pembedahan atau operasi.

DAFTAR REFERENSI

- Abate, S. M., Chekol, Y. A., & Basu, B. (2020). Global prevalence and determinants of preoperative anxiety among surgical patients: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Surgery Open*, 25, 6–16. <https://doi.org/10.1016/j.ijso.2020.05.010>
- Aneswari, D., Putri, N. M., & Setyowati, L. (2022). Efektivitas multimedia edukasi praoperasi terhadap kecemasan pasien sebelum tindakan bedah. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 45–52.
- Apriliano, R. R., & Suryani, R. L. (2024). Pengaruh pemberian terapi musik terhadap penurunan cemas pasien pra anestesi umum. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(5474), 1333–1336.
- Hidayat, R., & Kalam, F. A. (2021). Pengaruh teknik napas dalam terhadap kecemasan pasien pra anestesi umum. *Nursing Journal of Indonesia*, 8(2), 112–118. <https://doi.org/10.1234/nji.v8i2.5678>
- Kurniawan, A., & Hermawan, R. (2023). Peran video edukasi dalam mengurangi kecemasan anak praoperasi. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan*, 7(3), 200–208.
- Lami, M., Negash, A., Dereje, J., Hiko, A., Mesfin, S., Gebreyesus, A., Belama, N., Ahmed Omer, N., Balis, B., & Jibro, U. (2025). Prevalence of preoperative anxiety and associated factors among surgical patients: Systematic review and meta-analysis in Ethiopia. *Health Services Insights*, 18. <https://doi.org/10.1177/11786329251316748>
- Maulana, F., Siregar, R., & Utami, Y. (2020). Efektivitas yoga ringan pada kecemasan pasien sebelum operasi minor. *Indonesian Journal of Mental Health Nursing*, 5(1), 28–35.
- Prasetyo, D., & Yulisman, A. (2021). Perbedaan tingkat kecemasan pasien yang diberikan musik klasik dan musik tradisional praoperasi. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 9(4), 290–297.
- Prima, A., Fauziah, H., & Roxiana, R. (2020). Penerapan terapi relaksasi Benson pada pasien pre operasi yang mengalami kecemasan di ruang Teratai RSUD dr. Chasbullah Abdulmajid Kota Bekasi. [Manuscript]. <https://doi.org/10.31227/osf.io/rq6eb>
- Rahayu, N. P., & Cahyono, H. (2022). Efektivitas konseling singkat pra operasi terhadap penurunan kecemasan pasien dewasa. *Jurnal Psikologi Klinik*, 4(2), 85–92.
- Sari, M., Yulastuti, E., Widyastuti, Y., & Handoyo, D. (2023). Pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan pada pasien pra-operasi sectio caesarea dengan anestesi spinal. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 290–296. <https://doi.org/10.46815/jk.v12i2.172>
- Susanto, M., & Lestari, P. (2024). Pengaruh kelompok dukungan teman sebaya terhadap kecemasan pasien anak sebelum operasi. *Jurnal Psikologi Anak dan Remaja*, 2(1), 15–22.
- Widiawati, W., & Cusmarih, C. (2023). Pengaruh terapi musik terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di RSUD Kabupaten Bekasi. *Malahayati Nursing Journal*, 5(9), 3125–3133. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i9.10943>

- Wijaya, E., & Masrukan, M. (2023). Hubungan between knowledge tentang operasi dan tingkat kecemasan pada pasien pra anestesi. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 11(2), 105–113.
- Yanti, S., Ramadhani, F., & Nugraha, B. (2021). Efektivitas terapi aroma citrus pada kecemasan pasien dewasa praoperasi. *Jurnal Terapi Alamiah*, 3(1), 55–63.