

TERAPI MUSIK UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PASIEN INTRA OPERASI SECTIO CAESAREA DI RS KRISTEN NGESTI WALUYO TEMANGGUNG: CASE REPORT

Music Therapy to Reduce Anxiety in Intraoperative Cesarean Section Patients at Ngesti Waluyo Christian Hospital, Temanggung: Case Report

Tuhu Setyoraharjo^{1*}
Nimsi Melati²
Sudarto³

^{1,2}STIKES Bethesda Yakkum,
Yogyakarta, Daerah Istimewa
Yogyakarta

³RS Kristen Ngesti Waluyo,
Temanggung, Jawa Tengah

*email: tuhsetyo85@gmail.com

Abstrak

Prosedur sectio caesarea dengan anestesi spinal memungkinkan pasien tetap sadar selama operasi, namun sering kali menimbulkan kecemasan akibat suasana ruang bedah yang menegangkan. Kecemasan yang tidak dikelola dengan baik dapat memengaruhi stabilitas fisiologis pasien dan mengganggu kelancaran tindakan medis. Terapi musik merupakan salah satu pendekatan non-farmakologis yang terbukti aman, nyaman, dan efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan. Penelitian ini menggunakan metode *case report* dengan intervensi terapi musik selama 60 menit yang diputar melalui *earphone* selama proses pembedahan berlangsung. Hasil observasi menunjukkan adanya penurunan signifikan pada tingkat kecemasan pasien, yang tercermin dari skor *State Trait Anxiety Inventory* yang awalnya 55 (cemas sedang) menjadi 31 (cemas ringan). Selain itu, terdapat penurunan denyut nadi dari 102 x/menit menjadi 92 x/menit, dan tekanan darah dari 130/84 mmHg menjadi 120/88 mmHg, sementara frekuensi pernapasan tetap stabil pada 20 x/menit. Temuan ini menunjukkan bahwa terapi musik efektif untuk mengurangi kecemasan pada pasien yang menjalani sectio caesarea dengan anestesi spinal.

Kata Kunci:

Terapi musik
Kecemasan
Spinal anestesi
Sectio caesarea

Keywords:

Music therapy
Anxiety
Spinal anesthesia
Cesarean section

Abstract

Cesarean section procedures performed under spinal anesthesia allow patients to remain conscious during surgery; however, they often induce anxiety due to the stressful environment of the operating room. If not properly managed, anxiety can negatively impact the patient's physiological stability and interfere with the smooth execution of the surgical procedure. Music therapy is a non-pharmacological approach that has been proven to be safe, comfortable, and effective in reducing anxiety levels. This study utilized a case report method, implementing a 60-minute music therapy intervention delivered through earphones during the surgical process. Observational results indicated a significant decrease in the patient's anxiety level, as measured by the State-Trait Anxiety Inventory score, which dropped from 55 (moderate anxiety) to 31 (mild anxiety). Additionally, the patient's heart rate decreased from 102 bpm to 92 bpm, and blood pressure from 130/84 mmHg to 120/88 mmHg, while the respiratory rate remained stable at 20 breaths per minute. These findings suggest that music therapy is effective in reducing anxiety in patients undergoing cesarean section with spinal anesthesia.



© 2025. Setyoraharjo et al. Published by Penerbit Forind. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). <http://assyifa.forindpress.com/index.php/assyifa/index>

Submitted: 29-05-2025

Accepted: 07-07-2025

Published: 11-07-2025

PENDAHULUAN

Sectio caesarea (SC) adalah metode persalinan melalui pembedahan dengan sayatan pada dinding perut dan rahim untuk mengeluarkan bayi, guna menjaga keselamatan ibu dan bayi (Warsiyati *et al.*, 2022). Prosedur ini memerlukan anestesi, yang terbagi menjadi anestesi umum dan regional. Anestesi regional, terutama spinal, lebih disarankan untuk tindakan SC karena

dinilai lebih aman dan sesuai bagi kondisi ibu maupun bayi (Kristanti & Faidah, 2022). Anestesi spinal memiliki keunggulan seperti memungkinkan ibu tetap sadar, menurunkan risiko aspirasi, dan mencegah depresi pada bayi baru lahir (Uskenat, 2021). Namun, karena pasien tetap sadar selama operasi, mereka dapat mendengar suara di sekitarnya, yang bisa menimbulkan rasa khawatir dan cemas

(Kurniadi *et al.*, 2022). Menurut Ardiansyah, (2023) kecemasan merupakan rasa takut atau khawatir tanpa sebab yang jelas, serta merupakan respons psikologis tubuh terhadap situasi yang dianggap mengancam.

Persalinan melalui *sectio caesarea* (SC) mengalami peningkatan global, dipengaruhi oleh berbagai kendala pada ibu atau janin. Data organisasi kesehatan dunia tahun 2018 menunjukkan rata-rata SC global 5–15% per 1.000 kelahiran, dengan peningkatan signifikan di negara berkembang, termasuk Indonesia (17,6%). Riset kesehatan dasar 2018 mencatat prevalensi SC di Jawa Tengah mencapai 17,1%. Di Maret 2025, SC menjadi metode persalinan terbanyak di RS Kristen Ngesti Waluyo Temanggung, dengan 119 kasus, menempati urutan teratas dibanding metode lainnya.

Kecemasan saat operasi dengan anestesi spinal dapat ditangani secara farmakologis. Midazolam, sedatif dari golongan benzodiazepin, sering digunakan namun memiliki efek samping, sehingga perlu perhatian khusus dalam dosis, terutama pada lansia dan pasien dengan paru obstruktif kronik (Hamdiah & Budiyanto, 2022). Sedangkan untuk terapi nonfarmakologi yang bisa dilakukan untuk mengatasi kecemasan ini antara lain seperti terapi musik. Penelitian Kurniadi, (2022) menunjukkan bahwa terapi musik efektif menurunkan kecemasan intraoperatif, ditandai dengan penurunan skor dari 48 (cemas sedang) menjadi 37 (cemas ringan) serta perubahan nyata pada ekspresi wajah pasien.

Keberhasilan intervensi keperawatan ditentukan

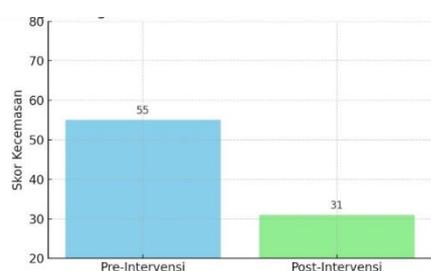
oleh ketepatan tindakan, termasuk dalam menangani kecemasan intraoperatif. Terapi musik instrumental selama 60 menit melalui *earphone* terbukti efektif meredakan kecemasan akibat krisis situasional. Hal ini terjadi karena suara musik berubah menjadi getaran yang merangsang sistem limbik, memicu pelepasan endorfin, dan membantu tubuh menjadi lebih rileks serta bebas stres (Sholati *et al.*, 2021).

METODE PENELITIAN

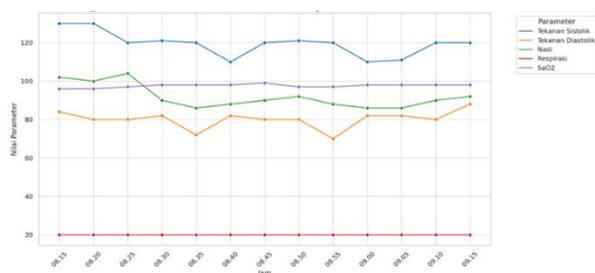
Desain penelitian yang digunakan dalam intervensi adalah *pre test* dan *post test design* dengan menggunakan pendekatan *case report*. Terapi musik diberikan setelah pasien menjalani pembiusan spinal dan dilakukan pengukuran awal tingkat kecemasan melalui *pre test*. Setelah data awal diperoleh, pasien mendengarkan musik instrumental "*Yiruma – River Flows in You*" melalui *earphone* selama 60 menit. Usai intervensi, tingkat kecemasan diukur kembali melalui *post-test* untuk melihat perubahan yang terjadi. Jumlah sample dalam penelitian ini adalah intervensi satu orang, dengan kriteria inklusi yaitu pasien yang menjalani operasi *sectio caesarea* dengan anestesi spinal, dalam kondisi sadar tanpa sedasi tambahan, memiliki tingkat kecemasan sedang hingga tinggi, berusia 20–40 tahun, tidak mengalami gangguan pendengaran, dan bersedia mengikuti terapi musik selama tindakan berlangsung dengan menandatangani *informed consent*, sedangkan kriteria eksklusi pada pasien yang menjalani anestesi umum, tidak sadar atau tidak stabil, memiliki gangguan pendengaran, menerima sedasi tambahan, memiliki riwayat

gangguan psikiatri, atau menolak mengikuti terapi musik (Kurniadi *et al.*, 2022). Tingkat kecemasan pasien selama terapi musik diukur dengan kuesioner *State Trait Anxiety Inventory* (STAI), yang berisi 20 pertanyaan dengan skor 1–4, menghasilkan total nilai 20–80 Pratiwi, (2022). Selain itu, tekanan darah, frekuensi napas, dan denyut nadi juga dipantau untuk melihat respons fisiologis pasien.

HASIL



Grafik 1. Tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi musik instrumental.



Grafik 2. Pemantauan status hemodinamik sebelum dan sesudah pemberian terapi musik instrumental

Hasil dari intervensi yang sudah dilakukan pada pasien menunjukkan adanya perubahan tingkat kecemasan yaitu data sebelum dilakukan intervensi terapi musik instrumental ditemukan pasien mengatakan merasa khawatir karena baru pertama kali melakukan tindakan operasi. Menunjukkan tanda kecemasan seperti

peningkatan frekuensi napas serta denyut nadi, skor kecemasan berdasarkan instrumen STAI adalah 55, termasuk kategori sedang, hasil pemeriksaan vital menunjukkan tekanan darah 130/84 mmHg, frekuensi napas 20 kali/menit, denyut nadi 102 kali/menit, dan SpO₂ 96%. Setelah pemberian intervensi evaluasi didapatkan pasien mengatakan rasa khawatir dan takut operasi berkurang, pasien tampak tenang serta rileks, skor kecemasan berdasarkan instrumen STAI adalah 31, termasuk kategori ringan, hasil pemeriksaan vital menunjukkan tekanan darah 120/88 mmHg, frekuensi napas 20 kali/menit, denyut nadi 92 kali/menit, dan SpO₂ 96%.

PEMBAHASAN

Hasil pengkajian yang dilakukan melalui pengukuran tingkat kecemasan menggunakan kuesioner STAI serta observasi terhadap kondisi hemodinamik pasien, penulis menetapkan diagnosis keperawatan ansietas yang berhubungan dengan krisis situasional. Sebagai bentuk intervensi terhadap diagnosis ansietas, penulis mengimplementasikan terapi musik instrumental untuk membantu menurunkan tingkat kecemasan pasien. Terapi musik diterapkan selama proses operasi berlangsung, dengan durasi 60 menit. Musik instrumental berjudul *'River Flows in You'* oleh *Yiruma* diputar melalui *earphone*, sesuai pilihan pasien, guna menciptakan suasana yang tenang dan nyaman selama tindakan berlangsung. Penelitian Yunizar (2023) menunjukkan bahwa musik instrumental tanpa lirik, terutama dengan tempo 60–80 bpm,

efektif merangsang sistem saraf parasimpatis. Hal ini membantu menurunkan detak jantung, memperlambat pernapasan, dan menciptakan relaksasi mendalam sehingga sangat direkomendasikan untuk terapi kecemasan.

Pengkajian pada Ny.S mengatakan merasa khawatir karena baru pertama kali melakukan tindakan operasi, pasien terlihat tegang dan tampak gelisah, frekuensi napas meningkat, frekuensi nadi meningkat. Hasil pengukuran kecemasan menggunakan instrumen *State Trait Anxiety Inventory* (STAI) menunjukkan skor 55, yang termasuk dalam kategori kecemasan tingkat sedang. Tanda-tanda vital yang didapatkan adalah tekanan darah 130/84 mmHg, frekuensi napas 20 kali/menit, denyut nadi 102 kali/menit, dan SpO₂ 96%. Ansietas adalah kondisi emosi dan pengalaman subyektif individu terhadap objek yang tidak jelas dan spesifik akibat antisipasi bahaya yang memungkinkan individu melakukan tindakan untuk menghadapi ancaman (PPNI, 2017). Sesuai penelitian Kurniadi, (2022) wanita lebih rentan mengalami kecemasan karena kepekaan emosional yang lebih tinggi. Tingkat kecemasan juga dipengaruhi oleh pengalaman operasi sebelumnya, pasien yang belum pernah menjalani operasi cenderung lebih cemas dibandingkan yang sudah berpengalaman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi terapi musik instrumental selama 60 menit, terjadi penurunan tingkat kecemasan pada pasien. Sebelum dilakukan intervensi terapi musik pasien tampak tegang serta gelisah, skor kecemasan berdasarkan STAI

tercatat 55, termasuk kategori sedang, tanda vital menunjukkan tekanan darah 130/84 mmHg, napas 20x/menit, nadi 102x/menit, dan SpO₂ 96%. Setelah pemberian intervensi evaluasi didapatkan pasien mengatakan rasa khawatir dan takut operasi berkurang, pasien tampak tenang serta rileks, skor kecemasan berdasarkan instrumen STAI adalah 31, termasuk kategori ringan, hasil pemeriksaan vital menunjukkan tekanan darah 120/88 mmHg, frekuensi napas 20 kali/menit, denyut nadi 92 kali/menit, dan SpO₂ 96%. Sejalan dengan hasil penelitian Harli, (2025) efek relaksasi dari musik tampak maksimal pada tiga pasien yang akan menjalankan operasi dengan kecemasan berat, yang menurun hingga kategori tidak cemas setelah diberikan terapi musik. Sedangkan menurut penelitian Lusua, (2023) sebelum diberikan terapi musik instrumental 51,6% pasien mengalami kecemasan tinggi, setelah intervensi tingkat kecemasan menurun signifikan dengan 38,7% pasien hanya menunjukkan kecemasan sedang.

Selain itu, hasil pemantauan status hemodinamika menunjukkan tren penurunan pada parameter fisiologis seperti tekanan darah, frekuensi nadi, dan laju pernapasan, yang menandakan respon tubuh yang lebih stabil dan relaks. Sejalan dengan hasil penelitian Wulandari, (2023) musik instrumental tak hanya menurunkan kecemasan pasien, tetapi juga menurunkan tekanan darah pasien, hal tersebut disebabkan dari alunan musik tenang yang mengaktifkan sistem saraf parasimpatis sebagai penyeimbang stress. Sedangkan penelitian yang

dilakukan oleh Warsiyati, (2022) menunjukkan bahwa terapi musik instrumental selama operasi, bahkan dalam 15 menit, efektif menenangkan pasien, terjadi perbedaan signifikan ($p \leq 0,05$) pada tekanan darah, nadi, dan pernapasan antara pasien yang mendengarkan musik dan yang tidak.

KESIMPULAN

Asuhan keperawatan pada Ny. S dengan ansietas akibat krisis situasional, di ruang Instalasi Bedah Sentral RS Kristen Ngesti Waluyo dilaksanakan melalui terapi musik yang diberikan setelah pembiusan spinal dengan diawali *pretest* tingkat kecemasan kemudian selama 60 menit pasien mendengarkan musik instrumental lewat *earphone* dan dipantau tanda vitalnya. Setelah intervensi, dilakukan evaluasi ulang *post-test* tingkat kecemasan dan observasi hemodinamik dengan hasil, kecemasan pasien menurun secara signifikan dengan skor STAI tercatat 31 (kategori ringan), pasien merasa lebih tenang, tanda vital stabil: TD 120/88 mmHg, pernafasan 20×/menit, nadi 92×/menit, SpO₂ 96%. Kesimpulan dari penelitian ini yakni terapi musik instrumental efektif menurunkan kecemasan pasien selama operasi, diharapkan terapi musik dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi non-farmakologis yang efektif dalam manajemen kecemasan pada pasien bedah sesuai kriteria yang ditentukan.

REFERENSI

Ardiansyah, S., Yunike, Ardiansyah, S., Tribakti, I., Suprpto, Saripah, E., Febriani, I., Zakiyah,

Kuntoadi, G. B., Muji, R., Kusumawaty, I., Narulita, S., Juwariah, T., Akhriansyah, M., Putra, E. S., & Kurnia, H. (2023). *Buku Ajar Kesehatan Mental*.

Hamdiah, D., & Budiyanto, A. (2022). Hubungan Antara Nyeri dan Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Pasien Pasca Operasi di Ruang Bedah. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 6(2), 191–199.

<https://doi.org/10.22487/ghidza.v6i2.564>

Harli, K., Irfan, & Azzahra, S. F. (2025). *Pengaruh Terapi Musik 'Weightless' Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operatif Dalam Perspektif Keperawatan*. 15(April), 253–262.

Kristanti, A. N., & Faidah, N. (2022). Tingkat Kecemasan Pada Pasien Preoperasi Sectio Caesarea di Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus. *Indonesian Journal of Nursing Research (IJNR)*, 5(2), 110–116.

<https://doi.org/10.35473/ijnr.v5i2.1461>

Kurniadi, M. F., Khasanah, S., & Haniyah, S. (2022). Pengaruh Pemberian Terapi Musik terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien Intra Operasi dengan Regional Anestesi di RSUD Kota Tangerang. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (SNPPKM) Purwokerto, Indonesia*, 372–377.

Lusia, A., Ocktavia, I., & Juliyanti. (2023). Pengaruh Musik Instrumental Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di Ruang Rawat Inap Santo Lukas Rumah Sakit Umum Santo Vincentius Singkawang. *AT-TAWASSUTH: Jurnal Ekonomi Islam*, VIII(1), 1–19.

PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik*. DPP PPNI.

Pratiwi, C. J., & Ningsih, A. D. (2022). Instrumen State-Trait Anxiety Inventory–Trait (Stai-

- T)Mengukur Kecemasan Pada Pasien Kemoterapi. *Portal Jurnal Malabayati*, 2(4), 827–837.
- Riskesdas. (2018). *Hasil utama riset kesehatan dasar (Riskesdas)*. 44(8).
- Sholati, S. S., Adriani, P., Handayani, R. N., Keperawatan, P., Sarjana, P., Kesehatan, F., & Harapan Bangsa, U. (2021). Perbedaan Kecemasan Intraoperasi Pasien Sectio Caesarea (SC) Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Musik di Ruang Instalasi Bedah Sentral (IBS) RSUD Ajibarang. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (SNPPKM)*, 208–215.
- Uskenat, M. (2021). Perbedaan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Dengan General Anestesi Sebelum Dan Sesudah Diberikan Relaksasi Otot. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 30, 1–8. <http://pmb.stikestelogorejo.ac.id/e-journal/index.php/ilmukeperawatan/article/view/64>
- Warsiyati, W., Susanti, I., & Safitri, M. (2022). Pengaruh Terapi Musik terhadap Status Hemodinamik Intra Operasi pada Pasien Sectio Caesarea (SC) dengan Anestesi Spinal di Ruang Instalasi Bedah Sentral RST Wijayakusuma”, Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (SNPPKM)*, 366–371. <https://prosiding.uhb.ac.id/index.php/SNPPKM/article/view/1130/315>
- WHO. (2021). *Caesarean section rates continue to rise amid growing inequalities in access*. <https://www.who.int/news/item/16-06-2021-caesarean-section-rates-continue-to-rise-amid-growing-inequalities-in-access>
- Wulandari, T. suraning, Kurniawati, R., & Azizatul Ilmiyah, V. (2023). Efek Musik Suara Alam (Nature Sounds Music) terhadap Penurunan Kecemasan pada Pasien Pasca Stroke. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 12–18. <https://doi.org/10.46815/jk.v12i1.117>
- Yunizar, V. R., Mita Juliawati, & Andayani, L. H. (2023). Pengaruh Musik Instrumental terhadap Kecemasan Pasien pada Tindakan Perawatan Gigi dan Mulut. *E-GiGi*, 12(2), 192–198. <https://doi.org/10.35790/eg.v12i2.50562>