

## PENGARUH MODIFIKASI TERAPI MUSIK KLASIK DAN RELAKSASI BENSON TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PRA OPERASI DI RUANG PRA OPERASI RUMAH SAKIT BESUKI

Siti Nurhayati<sup>1</sup>, Iin Aini Isnawati<sup>2</sup>, Nur Hamim<sup>3</sup>

1,2,3 Universitas Hafshawaty Zainul Hasan Probolinggo

\*e-mail: siti@gmail.com

### *Abstract*

*Pembedahan adalah pengobatan yang menggunakan invasif dan diagnosis dengan membuka atau menampilkan bagian tubuh yang dirawat. Operasi dapat berupa tindakan potensial atau bahkan aktual yang mempengaruhi kondisi seseorang yang dapat menyebabkan reaksi psikologis, salah satunya kecemasan.*

*Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh modifikasi terapi musik klasik dan relaksasi benson terhadap tingkat kecemasan pasien pra operasi di ruang pra operasi. Penelitian ini merupakan penelitian kuasi-eksperimental dengan desain penelitian pra-eksperimental dan pendekatan pra-tes satu kelompok – post test. Jumlah sampel penelitian sebanyak 31 responden incidental sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi selama Juli 2024 di RS Besuki Pengumpulan data meliputi editing, coding, scoring, dan tabulating. Kemudian dianalisis dengan uji Paired T menggunakan SPSS ver 20.0.*

*Mayoritas responden mengalami kecemasan sebelum diberikan Modifikasi terapi musik klasik dan relaksasi benson, dengan nilai rata-rata 22,48. Setelah diberikan Modifikasi terapi musik klasik dan relaksasi benson, dengan nilai rata-rata 17,77. Perbedaan nilai rata-rata sebelum dan sesudah diberikan Modifikasi terapi musik klasik dan relaksasi benson, adalah 4.710. Hasil tes T berpasangan pada pasien pra operasi sebelum diberikan modifikasi terapi musik klasik dan relaksasi benson dan setelah diberikan modifikasi terapi musik klasik dan relaksasi benson memiliki nilai p 0,000 yang berarti nilai  $p < 0,05$ . Jadi  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Oleh karena itu, modifikasi terapi musik klasik dan relaksasi benson berpengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pra operasi di ruang pra operasi RS Besuki*

***Kata kunci:*** Modifikasi terapi musik klasik dan relaksasi benson, Tingkat kecemasan, untuk pasien pra operasi

### 1. PENDAHULUAN

Bedah adalah pengobatan yang menggunakan invasif dan diagnosis dengan membuka atau menampilkan bagian tubuh yang dirawat (Rusmanto, 2020). Prosedur bedah ini dapat melukai jaringan sehingga menyebabkan perubahan fisiologis pada tubuh dan organ lainnya. Prosedur bedah dikelompokkan menjadi dua, yaitu operasi besar dan operasi minor.

Dalam prosedur bedah, tidak dapat dipisahkan dari persiapan operasi yang disebut keperawatan perioperatif (Yorpina, 2020).

Keperawatan perioperatif umumnya dibagi menjadi tiga fase, yaitu pra operasi, intra operatif dan pasca operasi (Rusmanto, 2020). Fase pra-operasi sering menyebabkan kecemasan, kecemasan tentang rasa sakit setelah operasi, takut mati, takut merusak citra tubuh seseorang,

khawatir akan keberhasilan anestesi, kecemasan akan menyebabkan ketinggalan prosedur, bangun di tengah pekerjaan, prosedur sampai mati. Kecemasan pra operasi ditandai dengan perasaan takut, gugup, dan ketegangan sebelum operasi (Rusmanto, 2020).

Berdasarkan sumber data Kementerian Kesehatan pada tahun 2021, operasi atau operasi menepati urutan ke-11 dari 50 perawatan penyakit di Indonesia, terdapat pola penyakit di Indonesia dalam perkiraan 32% operasi besar (Romadhona et al., 2023). Menurut data Dinas Kesehatan Jawa Timur, pada tahun 2018 di Jawa Timur terdapat 10.503 kasus operasi elektif (Sugiharto, 2022).

Berdasarkan data dari ruang operasi RS Besuki Kabupaten Situbondo menunjukkan bahwa jumlah pasien bedah pada tahun 2022 sebanyak 842 pasien, meningkat signifikan pada tahun 2023 dengan jumlah pasien bedah sebanyak 952 pasien. Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada 20 Januari 2024, di ruang pra operasi, pada 10 pasien pra operasi, 60% (6 pasien) mengalami kecemasan sedang, 30% (3 pasien) mengalami kecemasan berat, dan 10% (1 pasien) mengalami kepanikan. Mayoritas pasien pra operasi akan merasa cemas atau cemas, kecemasan yang dirasakan oleh pasien pra operasi adalah cemas apakah operasi akan berhasil atau tidak, cemas jika operasi tidak berhasil dan luka dari operasi tidak cepat kering atau sembuh (Yorpina, 2020).

Selain itu, faktor lain yang dapat memicu kecemasan pasien adalah lamanya waktu tunggu operasi dan ruang tunggu. Kecemasan adalah kondisi psikologis

seseorang yang penuh dengan ketakutan dan kekhawatiran, di mana perasaan takut dan khawatir akan sesuatu yang tidak pasti akan terjadi (Mangapi et al., 2023). Menurut penelitian oleh Jumiran et al., (2019), kecemasan yang timbul bisa karena operasi merupakan pengalaman baru bagi pasien, kecemasan yang terjadi pada pasien pra operasi disebabkan karena pasien takut dengan prosedur operasi yang akan dilakukan. Ditambah dengan lamanya waktu tunggu jadwal operasi pasien yang menjalani operasi dapat menyebabkan reaksi stres fisiologis dan psikologis yang dapat meningkatkan tingkat kecemasan pasien. Kecemasan yang tidak diobati atau berkelanjutan akan menyebabkan stres pasien dan dapat mempengaruhi kondisi hemodinamik pasien sendiri (Jumiran et al., 2019). Selain itu, beberapa faktor yang terkait dengan kecemasan pasien pra operasi antara lain suasana dan keadaan ruang operasi, tidak adanya anggota keluarga yang menunggu, kesibukan lalu lintas petugas ruang operasi, waktu tunggu pelaksanaan operasi, jumlah alat kesehatan, dan kondisi pasien pra operasi lainnya. Kecemasan ditandai dengan perubahan fisik seperti telapak tangan yang lembab, peningkatan denyut nadi dan frekuensi pernapasan, kegelisahan, gerakan tangan yang tidak terkendali, mengajukan pertanyaan yang sama berulang kali, kesulitan tidur dan sering buang air kecil (Agustina, 2021)

Relaksasi Benson adalah teknik relaksasi pernapasan yang melibatkan keyakinan yang mengakibatkan penurunan konsumsi oksigen oleh tubuh dan otot-otot

tubuh menjadi rileks, menyebabkan perasaan tenang dan nyaman (Pratiwi & Samiasih, 2022). Relaksasi Benson adalah cara relaksasi yang dalam prosesnya menggabungkan kepercayaan diri dan mendengarkan lagu sehingga memperkuat situasi dan membuat otot rileks. Kombinasi respons relaksasi kepercayaan diri dengan mendengarkan lagu dapat melipatgandakan rasa relaksasi pada seseorang (Pratiwi & Samiasih, 2022).

## 2. METODE

Desain yang dilakukan adalah *jenis satu kelompok pre test – postest*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh modifikasi terapi musik klasik dan relaksasi benson terhadap tingkat kecemasan pada pasien pra operasi di ruang pra operasi RS Besuki pada tahun 2024.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Sampel penelitian adalah 31 responden. Dengan teknik pengambilan sampel yang tidak disengaja. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Tes statistik menggunakan uji-t berpasangan jika uji normalitas didistribusikan secara normal dan ujiwilcoxon jika hasil uji normalitas didistribusikan secara tidak normal dengan tingkat  $\leq 0,05$  yang signifikan.

## 3. DISKUSI

### **Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada Pasien Pra Operasi Sebelum diberikan Modifikasi Terapi Musik Klasik dan Relaksasi Benson.**

Berdasarkan tabel 5.5, ditemukan bahwa rata-rata responden memiliki skor kecemasan 22,48 dengan skor median 22,00, mode 21, standar deviasi 1.480, nilai minimal 20 dan nilai maksimum 25. Rata-rata pasien

mengalami perasaan cemas, ketegangan, ketakutan, gangguan kecerdasan, dan gangguan kardiovaskular.

Pembedahan adalah pengobatan dan diagnosis invasif dengan membuka atau menampilkan bagian tubuh yang sedang dirawat (Rusmanto, 2020). Dalam prosedur bedah, tidak terlepas dari persiapan operasi yang disebut keperawatan perioperatif (Yorpina, 2020).

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa sebagian besar jenjang pendidikan responden dalam penelitian ini adalah SMA sebanyak 15 responden (48,4%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mukhlis et al. (2024), bahwa pendidikan tertinggi pasien pra operasi yang mengalami kecemasan adalah SMA dengan 22 orang (36,70%). Tingkat pendidikan sejalan dengan tingkat pengetahuan seseorang. Tingkat pendidikan merupakan faktor yang menentukan tingkat pemahaman dan kemampuan pasien untuk mengatasi kecemasan yang dialami. Individu yang terdidik akan memiliki kemampuan berpikir, sehingga semakin tinggi tingkat pendidikan semakin banyak seseorang akan mampu berpikir dalam keadaan rasional dan mudah menangkap informasi baru, hingga menggambarkan masalah baru (Damayanti & Sofyan, 2022).

### **Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada pasien pra operasi setelah modifikasi terapi musik klasik dan relaksasi Benson.**

Berdasarkan tabel 5.6, ditemukan bahwa rata-rata responden memiliki skor kecemasan 17,77 dengan skor median 18,00, mode 18, standar deviasi 2,390, skor minimal 13 dan skor maksimal 24. Rata-rata, pasien masih mengalami gejala kecemasan, sedangkan gejala awal telah menurun.

Terapi musik klasik adalah terapi atau pengobatan yang menggunakan musik sebagai alat untuk mencapai tujuan tertentu, seperti mengurangi stres dan kecemasan. Terapi musik dipercaya dapat membantu meredakan kecemasan dan stres karena musik dapat mempengaruhi kerja sistem saraf dan hormon dalam tubuh (Safira, 2022). Dimana dalam ritme, melodi, harmoni, lirik musik dapat menciptakan emosi yang kuat dan dalam.

Menurut para peneliti, ketika seseorang mendengarkan musik yang menyenangkan, seperti musik klasik atau meditasi, otak dapat menghasilkan gelombang alfa dan theta yang terkait dengan perasaan tenang dan relaksasi. Selain itu, musik dapat menyebabkan pelepasan hormon dopamin, yang dapat meningkatkan suasana hati dan menyebabkan perasaan bahagia. Hal ini dibuktikan dengan penurunan rata-rata skor kecemasan yang dialami oleh 31 responden yang sebelumnya mengalami kecemasan dengan skor 22,48 hingga 17,77.

### **Analyzing the Effect of Classical Music Therapy Modification and Benson Relaxation on the Level of Preoperative Patient Anxiety in the Operating Room of Besuki Hospital**

Based on the results of the paired T test in table 5.7 which aims to determine the effect of modification of classical music therapy and benson relaxation on the anxiety level of preoperative patients in the preoperative room of Besuki Hospital, a p value of 0.000 was obtained, which means a p-value  $\alpha < 0.05$ . So  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. Therefore, the modification of music therapy and relaxation of benson has an effect on reducing anxiety in pre-operative patients at Besuki Hospital. The average anxiety before music therapy modification and benson relaxation was

22.48, while the average anxiety after music therapy modification and benson relaxation was 17.77. The difference in anxiety values before and after being given classical music therapy modification and benson relaxation was 4.71.

According to researchers, classical music therapy is a therapy to relax, relieve stress, and reduce anxiety because music is an organized auditory stimulus, because classical music will give a positive impression to the hippocampus and amygdala so as to cause a positive mood and Benson Relaxation is a way of relaxation that in the process combines one's beliefs and listening to songs so as to strengthen the situation and make muscles relax. The combination of relaxation response and belief by listening to songs can multiply a person's sense of relaxation.

The results of this study are in accordance with the research conducted by Lingga (2019), showing that there is a significant influence of providing classical music therapy on reducing anxiety levels. This is also in line with research conducted by Sari (2022), showing that there is an effect of benson relaxation therapy on the anxiety level of *preoperative* patients. Based on the data in this study, there was a difference in the anxiety level of preoperative patients before and after modification of classical music therapy and benson relaxation of 4,710.

### **4. CONCLUSION**

1) The majority of respondents experienced moderate to severe anxiety before being given modification therapy classical music therapy and benson relaxation, the average respondent had an anxiety score of 22.48 with a median score of 22.00, mode 21, standard deviation of 1.480, minimum score of 20 and maximum score of 25. According to

the HARS questionnaire, the anxiety value of 22.48 is included in the category of moderate anxiety.

- 2) The majority of respondents experienced a decrease in anxiety scores after being given modifications of classical music therapy and benzon relaxation, from a score of 17.77 with a median value of 18.00, mode 18, standard deviation of 2.390, minimum value of 13 and maximum value of 24. On average, patients still experience some mild symptoms such as feelings of anxiety, feeling tense, experiencing sleep disturbances, feelings of depression, somatic motor and sensory symptoms, and respiratory symptoms.
- 3) Based on the results of the paired T test which aimed to determine the effect of modification of classical music therapy and benson relaxation on the anxiety level of preoperative patients in the preoperative room of Besuki Hospital, a p value of 0.000 was obtained, which means a p-value < 0.05. So H<sub>0</sub> is rejected and H<sub>a</sub> is accepted. Therefore, the modification of music therapy and relaxation of benson has an effect on reducing anxiety in pre-operative patients at Besuki Hospital.

## 5. REFRENCY

- Agustina, H. (2021). *The Effect of Benson's Relaxation Technique on Sleep Quality: Literature Review* [University of Muhammadiyah East Kalimantan].  
<https://Dspace.Umkt.Ac.Id/Handle/463.2017/2774>
- Anggraini, N., Saputri, S., Prayogi, A. S., & Mardalena, I. (2020). Pre-anesthesia waiting time is related to the anxiety level of preoperative patients. *Journal Of Health Technology*, 16(1),

16–22. <https://E-Journal.Poltekkes.jogja.Ac.Id/Index.Php/Jtk/Article/View/580/696>

- Damayanti, Y. D. (2021). The Effect of Music Therapy on Anxiety in Preoperative Patients [Stikes Hang Tuah]. In *Journal Of Chemical Information And Modeling*.  
<https://Doi.Org/10.1080/09638288.2019.1595750>
- Jumiran, Isnaini, R., & Dewi, S. (2019). The Relationship of Surgery Waiting Time with Preoperative Patient Anxiety at the Central Surgical Installation of Dr. Soediran Mangun Sumarso Sumarso Wonogiri Hospital. *Doctoral Dissertation, Kusuma Husada University Surakarta*, 15, 1–10.
- Mangapi, Y. H., Allo, O. A., & Kala, S. (2023). The Effect of Music Therapy on the Anxiety Level of Preoperative Patients in the Surgical Inpatient Room of Elim Rantepao Hospital, North Toraja Regency in 2022. *Scientific Journal of Promoting Health*, 7(2), 267–283.
- Marshal, T. L. (2023). The Effect of Music Therapy in Overcoming Anxiety in Teuku Odontectomy Patients. In *Repository Polkesyo*. Polytechnics of the Ministry of Health of Yogyakarta.
- Notoadmodjo, S. (2018). *Research Methodology in Health*. Egc.
- Nur Salam. (2015). Experimental Research Methods. *Qualitative Quantitative Research Methods and R&D, Nursalam*, 111.
- Nursalam. (2016). *Nursing Science Research Methodology* (4th Edition). Medical Salimba

- Nursalam. (2020). *Nursing Science Research Methodology* (4th Edition). Medical Salimba.
- Potter, A.P., Perry, A.G., & Hall, A.M. (2020). *Basics of Nursing* (10th Edition). Elsevier Health Sciences.
- Pratiwi, A., & Samiasih, A. (2022). Application of Benson Relaxation Therapy for Preoperative Oral Surgery Patients (Gingivectomy) Who Experienced Anxiety. *Young Ners*, 3(3). <https://doi.org/10.26714/Nm.V3i3.10248>
- Purwandi, H., Adi, G. S., & Kurniawan, S. T. (2021). The Effect of Passive ROM on the Change in Alderte Score Value in Postoperative Patients with General Anesthesia in the Conscious Recovery Room of Indriati Solo Baru Haryo Hospital. *Eprints Ukh*, 25. <https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/2466/>
- Romadhona, F. S., Anggraini, R. B., & Kurniawan. (2023). The relationship between age, hemoglobin levels and diabetes mellitus disease with the length of healing of surgical wounds in postoperative patients with general surgery. *Indonesian Journal Of Nursing And Health Sciences*, 1(1), 37–48.
- Rusmanto, A. (2020). *Literature Review of the Effect of Murottal Al-Qur'an Therapy on Reducing Pain Scale in Postoperative Laparotomy Patients*. University of Muhammadiyah Ponorogo.
- Safira, J. (2022). The Effect of Classical Music Therapy to Reduce Anxiety in Preoperative Patients in IBS: A Literature Review. *Literature Review, November*, 33–37.
- Sugiharto, S. (2022). The relationship between family support and the anxiety level of patients pre-surgery major in the Rose Room of Dr. Darsono Pacitan. In *Repository Umpo*. University of Muhammadiyah Ponorogo.
- Sugiyono. (2019). *Quantitative, Qualitative and R&D Research Methods* (Sutopo (ed)) Alfabet.
- Talitha, A. R., & Relawati, A. (2020). Effectiveness of Benson Relaxation Application in Lowering Anxiety in Pre-Operative Patients: A Case Study. *Nusantara Medical Journal*, 1(1), 47–54. <https://doi.org/10.59680/Medika.V1i1.297>
- Winangsih, E. (2022). *Perioperative Nursing Care for Dextra Inguinal Hernia Patients with Herniotomy at Bhayangkara Hospital of the Lampung Regional Police in 2022* [Tanjung Karang Polytechnic]. <https://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/2929/>