

ABSTRACT

The Influence Of Playing Therapy And Music Therapy (Listening Al-Qur'an : Juz Amma) To Anxiety Respond At Toddler

By :
Abdul Ghofar¹, Lutfiyah Ningsih²

¹Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu
²Perawat Rumah Sakit Husada Utama

E-mail : ghofarabd@gmail.com

Child feels uncomfortable feeling, such as affraid, worry, painful, when treated at the hospital. It makes crisis, caused by many things, that are child development age, experiences of past disease, farewel or hospital treatment, support system and how dangerous the disease, also treatment threatening. Most effective media to express the feeling and can work along with officer of health during treatment is activity of gameor listening to the music.

The result of the research shows that there are influences of both playing and listening music therapies. Before both therapies are given, anxiety respond shows all 15 get maladaptive (100%). After playing therapies was given for 3 days 10 children show adaptive (66,7%), as well for listening to music therapy get, 4 children that show adaptive signing. Based from t-test result with significant level $\alpha=0,012$. Its means, there was influences of giving playing therapy and music therapy (listening to Al-Qur'an : Juz Amma) to decrease of anxiety respond at toddler children age.

Playing therapy has better influences than music therapy, because when the therapy is being done, the children have more interact with the nurse. Parent support as well as nurses are needed as motivator for them in giving these therapies. Givin sicialization at the child and parent before entering the hospital, by orientation at treatment room, camber friend, giving both playing and listening to music therapies are very important to decrease anxiety response of child age of toddler.

Keyword: Anxiety response of toddler, music therapy, playingtherapy.

1. Pendahuluan

Anak mengalami perasaan yang tidak menyenangkan, seperti takut, cemas, tegang, nyeri saat dirawat di rumah sakit (Supartini, 2004). Ini menimbulkan suatu krisis yang terjadi akibat perubahan lingkungan, anak mengalami keterbatasan untuk mengatasi kecemasan. Krisis ini dipengaruhi oleh berbagai hal, yaitu usia perkembangan anak, pengalaman masa lalu tentang penyakit, perpisahan atau

perawatan di rumah sakit, support system serta keseriusan penyakit dan ancaman perawatan (Alifatin, 2003).

Dari hasil survey di Paviliun Seruni RSUD Jombang, diperoleh data dari medical recordnya, jumlah usia toddler yang dirawat di Paviliun Seruni dari bulan Mei sampai bulan Oktober 2008, sebanyak 372 dari 1371 jumlah pasien anak yang dirawat. Dari data di Paviliun Seruni selama bulan November 2008 terdapat 53 anak usia toddler yang dirawat dan 80% anak cenderung menunjukkan respon kecemasan, seperti : menangis, rewel, berontak, ingin pulang, menolak tindakan, menjerit, berteriak, dan cenderung minta digendong ibu, ayah atau keluarganya.

Perawatanrumah sakit mengharuskan adanya pembatasan terhadap pergerakannya, anak akan kehilangan kemampuannya untuk mengontrol diri dan anak menjadi tergantung pada lingkungannya. Hal itu menyebabkan anak semakin menunjukkan kecemasan dengan prosedur yang dilakukan terhadap dirinya (Wong, 2003). Ini akan mempunyai dampak pada saat dilakukan proses asuhan keperawatan dan perhitungan kontribusi keperawatan pada perawatan pasien akan berjalan lebih lama sehingga biaya perawatan juga akan semakin meningkat (Doengoes, 1999). Prosedur tindakan keperawatan yang dilakukan setiap harinya dapat terganggu sehingga keakuratan hasil dari tindakan tidak bisa maksimal. Untuk itu, kecemasan yang dialami seorang anak saat dirawat di rumah sakit perlu mendapatkan perhatian dan pemecahan agar saat dirawat seorang anak mengetahui dan kooperatif dalam menghadapi permasalahan yang terjadi saat dirawat. Cara untuk menghadapi permasalahan tersebut yang harus dilakukan adalah melalui permainan atau mendengarkan musik yang tentunya juga perlu melibatkan orang tua untuk tetap selalu menemani anak yang juga diharapkan dapat memberikan ketenangan.

Ini dibuktikan dari penelitian Munasih pada tahun 2007 mengenai pengaruh pemberian terapi bermain terhadap respon kecemasan pada anak usia toddler, didapatkan hasil bahwa ada pengaruh pemberian terapi bermain terhadap penurunan respon kecemasan pada anak usia toddler.

Terapi musik merupakan sebuah pekerjaan yang menggunakan musik dan aktivitas musik sebagai sarana untuk mengatasi kekurangan dalam aspek fisik, emosi, kognitif, sosial dan anak-anak serta orang dewasa yang mengalami sakit (Papilaya, 2008). Musik berfungsi sebagai pengalihan perhatian dari rasa sakit atau menghasilkan relaksasi. Di rumah sakit, ada banyak keadaan dan situasi yang mana para perawat berada dalam posisi yang tepat untuk menerapkan musik sebagai sebuah intervensi (Snyder, 1992). Bacaan Al-Qur'an dengan keteraturan irama dan bacaan yang benar juga sebuah musik. Dalam sebuah penelitian Kedokteran Islam Amerika Utara 1984, Al-Qur'an mampu mendatangkan ketenangan dan meminimalkan kecemasan sampai 97% bagi mereka yang mendengarkannya, yang menjadi objek adalah mereka yang mengertibahasa Arab. Muhammad Salim dari Universitas Boston juga melakukan penelitian dengan menggunakan sampel 3 pria dan 2 wanita yang samasekali tidak mengerti bahasa Arab dan tidak tahu kalau yang akan dibacakan padanya adalah ayat Al-

Qur'an. Salim melakukan 2 percobaan yaitu membacakan ayat-ayat Al-Qur'an dengan cara mujawwad, dan membacakan bacaan dalam bahasa Arab yang bukan berasal dari Al-Qur'an dan dibacakan dengan cara yang sama. Peneliti diukur dengan menggunakan alat ukur yang diciptakan oleh Universitas Boston. Percobaan dilakukan sebanyak 210 kali ini mengungkapkan bahwa responden mendapatkan ketenangan sebanyak 65% dari bacaan ayat-ayat Al-Qur'an dan hanya mendapatkan 35% dari bacaan dalam bahasa Arab bukan Al-Qur'an (Sundana, 2004). Yang rutin mendengarkan bacaan Al-Qur'an, terbukti mampu merasakan perubahan fisiologis yang besar, seperti penurunan depresi, kecemasan, kesedihan, bahkan dapat memperoleh ketenangan (Fillah Azzam A, 2008).

2. Metodologi Penelitian

Penelitian menggunakan desain penelitian *Pre Experiment Pretest-Posttest Design*, yaitu peneliti melakukan intervensi dan observasi sebelum terapi bermain dan sesudah pemberian terapi bermain kepada kelompok subjek sampai beberapa kali, selain itu peneliti juga melakukan hal yang sama tetapi dengan terapi musik (mendengarkan Al-Qur'an : Juz Amma). Jadi, dalam desain ini terdapat dua kelompok subjek.

Penelitian ini dilakukan di Paviliun Seruni RSUD Jombang. Setelah data terkumpul melalui observasi, kemudian diklasifikasikan berdasarkan kriteria maladaptif dan adaptif. Pada kedua jenis responden, untuk perilaku maladaptif dan perilaku adaptif. Pada masing-masing responden diobservasi sebanyak tiga kali. Tiap observasi dilakukan selama 30 menit pada masing-masing responden.

Sedangkan untuk menganalisa pengaruh terapi bermain dan terapi musik terhadap respon kecemasan anak usia toddler digunakan uji statistik *T-test*. Dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

3. Hasil Penelitian

1. Distribusi responden berdasarkan umur.

Distribusi responden berdasarkan umur pada kelompok terapi bermain menunjukkan sebagian besar berumur 12-24 bulan sebanyak 10 orang (67%) dan hampir setengahnya menunjukkan berumur 25-36 bulan sebanyak 5 orang (33%).

Distribusi responden berdasarkan umur pada kelompok terapi musik menunjukkan sebagian besar berumur 12-24 bulan sebanyak 10 orang (67%) dan hampir setengahnya menunjukkan berumur 25-36 bulan sebanyak 5 orang (33%).

4. Variabel Yang Diukur

Tabel 1 Pengaruh pemberian terapi bermain dan terapi musik terhadap respon kecemasan anak usia toddler di Paviliun Seruni RSUD Jombang.

No	Respon kecemasan	Kelompok Terapi Bermain				Kelompok Terapi Musik			
		Sebelum		Sesudah		Sebelum		Sesudah	
		Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
1	Maladaptif	15	100 %	5	33,3 %	15	100 %	11	73,3 %
2	Adaptif	0	0 %	10	66,7 %	0	0 %	4	26,7 %
			x=12,06		x=7,00		x=11,93		x=8,73
			Sd=1,437		Sd=1,690		Sd=1,624		Sd=1,751
		Signifikasi =0.000				Signifikasi =0.000			
		Post terapi bermain – Post terapi musik				Signifikasi =0.012			
		$\alpha = 0,05$							

Tabel 1 di atas menunjukkan bahwa respon kecemasan maladaptif pada kelompok terapi bermain sebelum diberikan intervensi sebanyak 15 orang (100%) terdapat hubungan yang signifikan terhadap penurunan respon kecemasan dengan memperhatikan uji-*t* *dependent* yang menunjukkan nilai signifikansi $\alpha = 0,000$. Pada kelompok terapi musik sebelum diberikan intervensi sebanyak 15 orang (100%) terdapat hubungan yang signifikan terhadap penurunan respon kecemasan dengan memperhatikan uji-*t* *dependent* menunjukkan nilai yang signifikansi $\alpha = 0,000$. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti ada pengaruh pemberian terapi bermain dan terapi musik (mendengarkan Al-Qur'an : Juz Amma) terhadap penurunan respon kecemasan anak usia toddler.

4. Pembahasan

Menurut peneliti, dari hasil tabel 1 menunjukkan anak mulai dapat beradaptasi dan berinteraksi dengan lingkungan rumah sakit, meskipun tidak sebesar respon adaptasi yang ditunjukkan pada anak yang diberikan terapi bermain. Hal ini dapat dikarenakan dengan adanya pengalaman masuk rumah sakit yang membuat anak dapat lebih adaptif dan terbiasa dengan lingkungan rumah sakit. Berdasarkan data responden pada anak usia toddler yang dilakukan terapi musik sebagian besar sebanyak 60% anak baru masuk rumah sakit sehingga anak masih sangat merasa asing dengan lingkungan rumah sakit yang dapat menyebabkan anak semakin menunjukkan kecemasan terhadap prosedur tindakan keperawatan yang dilakukan terhadap dirinya. Untuk itu peran dan dukungan orang tuanya terhadap keberhasilan pemberian terapi musik diharapkan membuat anak dapat beradaptasi, lebih tenang dan dapat berinteraksi dengan lingkungan rumah sakit termasuk dokter dan perawat.

3. Pengaruh Pemberian Terapi Bermain dan Terapi Musik Terhadap Penurunan Respon Kecemasan Hospitalisasi Anak Usia Toddler

Berdasarkan uji *t*-test *independent* antara post terapi bermain dan post terapi musik didapatkan nilai yang signifikansi $\alpha = 0,012$ berarti ada beda antara kelompok terapi bermain dan kelompok terapi musik sebelum dan setelah dilakukan terapi

bermain dan terapi musik (mendengarkan Al-Qur'an : Juz Amma) terhadap penurunan respon kecemasan pada anak usia toddler di paviliun Seruni RSUD Jombang.

Menurut Wong (1995) permainan adalah satu dari aspek yang paling penting dalam kehidupan seorang anak, dan merupakan salah satu dari aspek yang paling penting dalam kehidupan seorang anak, dan merupakan salah satu cara yang paling efektif untuk menghadapi dan mengatasi stres. Permainan adalah "pekerjaan" anak, dan dalam lingkup rumah sakit permainan akan memberikan peluang untuk meningkatkan ekspresi emosional anak, termasuk pelepasan yang aman dari rasa marah, benci, takut dan sedih.

Musik terbukti dapat menurunkan denyut jantung. Ini membantu menenangkan dan merangsang bagian otak yang terkait ke aktivitas emosi dan tidur. Peneliti dari Science University of Tokyo menunjukkan bahwa musik membantu menurunkan tingkat stress dan gelisah sehingga menjadi lebih tenang. Musik berfungsi sebagai pengalihan perhatian dari rasa sakit atau menghasilkan relaksasi. Di rumah sakit, ada banyak keadaan dan situasi yang mana para perawat berada dalam posisi yang tepat untuk menerapkan musik sebagai sebuah intervensi (Snyder, 1992). Bacaan Al-Qur'an dengan keteraturan irama dan bacaan yang benar juga sebuah musik. Dalam sebuah penelitian Kedokteran Islam Amerika Utara 1984, Al-Qur'an mampu mendatangkan ketenangan dan meminimalkan kecemasan sampai 97% bagi mereka yang mendengarkannya (Fillah Azzam A, 2008). Dengan hanya mendengar lantunan Juz Amma saja sudah mampu untuk memberi ketenangan karena kita akan merasa bahwa kita selalu dilindungi Allah SWT (Rohim, 2008).

Menurut peneliti, anak memerlukan media yang dapat mengekspresikan perasaan kecemasan terhadap hospitalisasi dan mampu bekerjasama dengan petugas kesehatan selama perawatan, media yang paling efektif adalah melalui kegiatan permainan. Permainan yang terapeutik didasari oleh pandangan bahwa bermain bagi anak merupakan aktivitas yang sehat dan diperlukan untuk kelangsungan tumbuh kembang anak dan memungkinkan untuk dapat mengalihkan perasaan takut, cemas, nyeri dan tegang. Aktivitas bermain yang dilakukan dapat meningkatkan hubungan anak dan keluarga juga dengan petugas rumah sakit. Dengan kegiatan aktivitas bermain yang terprogram, perawat dirumah sakit yang dirasakan membatasi fisik dapat memulihkan perasaan mandiri anak.

Penurunan respon kecemasan anak usia toddler terjadi pada sebagian besar anak yang diberikan terapi bermain, dapat memberi rasa senang pada anak dan juga dapat membantu anak mengekspresikan perasaan dan pikiran cemas, takut, sedih, tegang dan nyeri dengan menekankan pada upaya ekspresi sekaligus relaksasi dan distraksi. sehingga anak sudah mampu beradaptasi dan berinteraksi dengan lingkungan, anak sudah merasa nyaman dan aman dengan kondisinya. Adanya pengaruh dari pemberian terapi bermain terhadap penurunan kecemasan anak usia toddler karena peran orang tua sangat mendukung dalam keberhasilan pelaksanaan pemberian terapi bermain yang dilakukan sehingga dengan anak

melakukan permainan, maka ketegangan dan kecemasan yang dialami akan terlepas, karena dengan melakukan permainan rasa sakit dapat dialihkan pada permainannya dan juga akan terjadi proses relaksasi melalui kesenangannya melakukan permainan.

Begitu juga yang terjadi saat diberikan terapi musik pada anak toddler diharapkan respon kecemasan anak menurun sehingga anak dapat lebih adaptif dengan lingkungan rumah sakit. Respon kecemasan yang ditunjukkan oleh anak usia toddler saat diberikan terapi musik sebagian besar menunjukkan maladaptif, sedangkan yang diberikan terapi bermain sebagian besar menunjukkan adaptif.

Berdasarkan data responden pada anak usia toddler yang dilakukan terapi musik sebagian besar sebanyak 60% anak baru masuk rumah sakit sehingga anak masih sangat merasa asing dengan lingkungan rumah sakit yang dapat menyebabkan anak semakin menunjukkan kecemasan terhadap prosedur tindakan keperawatan yang dilakukan terhadap dirinya.

Penurunan respon kecemasan anak usia toddler yang diberikan terapi musik, dikarenakan adanya peran dan dukungan orang tuanya terhadap keberhasilan pemberian terapi musik yang diharapkan membuat anak dapat beradaptasi, lebih tenang dan dapat berinteraksi dengan lingkungan rumah sakit termasuk dokter dan perawat.

6. Kesimpulan

1. Sebelum pemberian terapi bermain anak usia toddler, respon kecemasan yang terjadi pada anak seluruhnya maladaptif. Setelah pemberian terapi bermain anak usia toddler selama tiga hari sebagian besar menunjukkan adaptif dan hampir setengahnya menunjukkan maladaptif.
2. Sebelum pemberian terapi musik anak usia toddler, respon kecemasan yang terjadi pada anak seluruhnya maladaptif. Setelah pemberian terapi musik anak usia toddler selama tiga hari hampir setengahnya menunjukkan adaptif dan sebagian besar menunjukkan maladaptif.
3. Berdasarkan uji statistik *t-test Independen* yang dilakukan antar post terapi bermain dan post terapi musik didapatkan hasil bahwa ada perbedaan pengaruh antara pemberian terapi bermain dan terapi musik (mendengarkan Al-Qur'an : Juz Amma) terhadap penurunan respon kecemasan anak usia toddler.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi, (1998). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Edisi Revisi IV*. PT. Rineka Cipta : Jakarta.
- Campbell, Don (2002). Alih bahasa : Alex Tri K. *Efek Mozart Bagi Anak-anak*. Gramedia Pustaka Utama : Jakarta.

- Fillah, Azzam (2008). *Al-Qur'an dan Fakta Medis*. <http://ukhtifillahimakumullah.com/khazanah/dirosah-hikmah/al-qur-an-dan-fakta-medis.html>. Tanggal 11-12-2008. Jam 23.07.
- Hidayat, A. Aziz Azimul, Skep, Ners (2003). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah. Edisi I*. Salemba Medika : Jakarta.
- Hoesodo, Aji (2008). *Pengaruh Qur'an Terhadap Organ Tubuh*. http://stgallery.com/index.php?option=com_content&task=view&id=29&Itemid=36. Tanggal 11-12-2008. Jam 23.50.
- Hurlock. E. B (1998). *Perkembangan Anak, Edisi 6. Jilid 1*. Erlangga : Jakarta.
- Kristiyani, Titik (2008). *Bermain Atasi Kecemasan Anak*. <http://www.kompas.com/kompas-cetak/0708/27/humaniora/3793815.htm>. Tanggal 12-12-2008. Jam 11.03.
- Leman, Martin (2008). *Bermain Sebagai Media Terapi*. <http://www.tabloid-nakita.com/artikel.php3?edisi=04184&rubrik=sehat>. Tanggal 11-12-2008. Jam 22.04.
- Munasih (2007). *Pengaruh pemberian terapi bermain terhadap respon kecemasan pada toddler di ruangan anak RSD Bapelkes Jombang*. Universitas Pesantren Tinggi Darul 'Ulum Jombang.
- Muscari, Mary E (2005). Editor : Esti Wahyuningsih. Alih bahasa : Alfrina Hany. *Keperawatan Pediatrik (Pediatric Nursing)*. EGC : Jakarta.
- Mussen, Paul Henry dkk (1994). Alih bahasa : F.X. Budiyanto dkk. *Perkembangan dan Kepribadian Anak*. ARCAN : Jakarta.
- Notoatmodjo, Soekidjo, Dr (2002). *Metodologi Penelitian Kesehatan. Edisi Revisi*. PT. Rineka Cipta : Jakarta.
- Nursalam, Nurs (Hons), dkk (2005). *Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak (Untuk Perawat dan Bidan). Edisi I*. Salemba Medika : Jakarta.
- Prasetyo, Dwi Sunar (2007). *Membedah Psikologi Bermain Anak*. Think : Yogyakarta.
- Revarius (2009). *Manfaat Musik Bagi Penyembuhan dan Kesehatan*. <http://varius-opinion.blogspot.com/2008/12/manfaat-musik-bagi-penyembuhan-dan.html>. Tanggal 17-02-2009. Jam 21.51.
- Riza (2008). *Musik Sebagai Obat*. <http://nursingbrainriza.blogspot.com/2008/05/musik-sebagai-obat-hampir-setiap-orang.html>. Tanggal 27-11-2008. Jam 10.58.
- Rohim, Kholilul (2008). *Terapi Juz Amma*. Hikmah : Jakarta.
- Sacharin, Rosa M (1996). Editor : Ni Luh Gede Yasmin Asih, SKp. Alih bahasa : R.F. Maulany. *Psinsip Keperawatan Pediatrik, Edisi 2*. EGC : Jakarta.
- Soetijiningsih (1995). Editor : IG. N. GdeRanuh. *Tumbuh Kembang Anak*. EGC : Jakarta.
- Sondang, Aemilia P (2007). *Efek Musik Pada Tubuh Manusia*. <http://samjeff.net/2007/10/30/efek-musik-pada-tubuh-manusia/>. Tanggal 24-02-2009. Jam 12.56.
- Sundana, Dudung Kurnia (2008). *Cerdas Lewat Musik*. <http://www.mail-archive.com/nasyid-indonesia@yahoogroups.com/msg00088.html>. Tanggal 11-12-2008. Jam 22.55.
- Supartini, Y. (2004). Editor : Monica Ester. *Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan Anak*. EGC : Jakarta.

Wong. D.L (2003). Editor : Sari Kurniaingsih. Alih bahasa : Monica Ester.
*PedomanKlinisKeperawatanPediatrik (Wong and Whaley's Clinical Manual of
Pediatric Nursing).Edisi 4.EGC : Jakarta*