

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan jiwa adalah suatu kondisi sehat emosional, psikologis, dan sosial yang terlihat dari hubungan interpersonal yang memuaskan perilaku dan coping individu efektif, konsep diri yang positif dan kestabilan emosional (Endang, 2018). Kesehatan jiwa juga mempunyai sifat yang harmonis dan memperhatikan semua segi dalam kehidupan manusia dalam berhubungan dengan manusia lainnya yang akan mempengaruhi perkembangan fisik, mental, dan sosial individu secara optimal yang selaras dengan perkembangan masing-masing individu (Prasetya, 2020).

Menurut data WHO (2018) prevalensi masalah kesehatan jiwa mencapai 13% dari penyakit secara keseluruhan dan kemungkinan akan berkembang menjadi 25% di tahun 2030. Pada umumnya masalah kesehatan jiwa yang terjadi adalah gangguan kecemasan. Prevalensi secara global kecemasan ada sebanyak 11,6 % dari jumlah seluruh penduduk Indonesia atau sekitar 24.708.000 jiwa. Selain itu prevalensi kecemasan di negara berkembang pada usia dewasa sebanyak 50% baik akut maupun kronis dengan perbandingan wanita dan pria 2:1 dan lebih dari 85%. (WHO, 2018).

Berdasarkan data catatan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), menunjukkan peningkatan. Ada peningkatan jumlah prevalensi skizofrenia/psikosis di Indonesia menjadi 7 per 1000 rumah tangga. Artinya, dari 1.000 rumah tangga terdapat 7 rumah tangga yang mempunyai anggota rumah tangga (ART) pengidap

skizofrenia/psikosis, sehingga jumlahnya diperkirakan sekitar 450 ribu ODGJ berat (Riskesdas, 2018).

Salah satu program pengembangan puskesmas yang terintegrasi dengan kegiatan puskesmas *Community Mental Health Nursing* (CMHN). CMHN merupakan salah satu upaya yang digunakan untuk membantu masyarakat menyelesaikan masalah-masalah kesehatan jiwa. Salah satu program CMHN yaitu upaya promotif dan preventif dalam penanganan kasus gangguan jiwa adalah keterlibatan keluarga. Perawat memberikan upaya kesehatan jiwa kepada individu, keluarga dan komunitas agar mampu melakukan perawatan pada diri sendiri, anggota keluarga dan anggota masyarakat lain (Hertiana, 2020).

Ansietas atau kecemasan adalah kondisi psikologis seseorang yang penuh dengan rasa takut dan khawatir, dimana perasaan takut dan khawatir akan sesuatu hal yang belum pasti terjadi. Kecemasan berasal dari bahasa Latin (*anxius*) dan dari bahasa Jerman (*anst*), yaitu suatu kata yang digunakan untuk menggambarkan efek negatif. Perasaan tidak nyaman atau kekhawatiran yang dirasakan oleh seseorang, disertai dengan respon otonom dan sering bersumber dari hal yang tidak diketahui seseorang juga dapat menyebabkan kecemasan (Kumbara et al., 2019).

Kecemasan merupakan hal normal apabila kecemasan tersebut dapat mendukung adaptif seseorang untuk mempersiapkan hal apa yang ditakuti. Kecemasan akan menjadi hal tidak normal apabila direspon berlebihan. Kecemasan merupakan suatu hal yang wajar dan pernah dialami manusia dan sudah dianggap sebagai dari kehidupan sehari-hari. Kecemasan muncul pada

saat keadaan emosi saat seseorang mengalami stres, dan ditandai dengan perasaan tegang, pikiran yang membuat khawatir, jantung berdetak kencang, dan naiknya tekanan darah (Pertiwi et al., 2021).

WHO menyatakan bahwa terdapat lebih dari 200 juta orang diseluruh dunia menderita kecemasan. Prevalensi kecemasan menunjukkan 9,1% orang berusia 13-18 tahun memiliki kecemasan sosial, pada kelompok dewasa menunjukkan 9,7% mengalami kecemasan sosial. Di Asia Tenggara terdapat 4,9% mengalami gangguan kecemasan, pada usia dewasa awal meningkat 6% pada tahun 2013 menjadi 9,8% pada tahun 2018. Kemudian di Indonesia prevalensi terkait gangguan kecemasan menurut Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2018 menunjukkan sebesar 6% usia 15 tahun ke atas atau sekitar 24 juta penduduk Indonesia mengalami gangguan kecemasan (Kemenkes RI, 2019).

Banyak cara dapat dilakukan untuk menanggulangi kecemasan, baik secara farmakologis maupun non-farmakologis salah satunya yaitu terapi relaksasi musik klasik. Terapi relaksasi musik klasik terbukti secara *evidence-based practice* dapat mempengaruhi perubahan tingkat kecemasan seseorang. Pengaruh pemberian terapi relaksasi musik klasik terhadap tingkat kecemasan juga dibuktikan pada pasien hipertensi dengan hasil terdapat pengaruh yang signifikan (Pertiwi et al., 2021).

Musik klasik adalah esensi keteraturan dan membaca pada semua hal yang baik, adil dan indah. Berdasarkan pengertian musik secara umum, musik klasik diartikan sebagai suatu cipta, rasa, dan karsa manusia yang indah dan dituangkan dalam bentuk bunyi-bunyian, suara melodi, ritme dan harmoni yang dapat membangkitkan emosi, dan bisa membuat *mood* menjadi bahagia,

menghilangkan stres, pengiring selama proses pembelajaran dan bisa untuk mengurangi nyeri (Yuspitasari, 2020)

Mendengar musik klasik dalam sebuah studi eksperimen yang dilakukan oleh Hyeongyeong dalam (Yuspitasari, 2020) yang mengevaluasi bagaimana musik menjadi terapi dalam mengurangi kecemasan melalui meta-analisis dalam 43 studi yang dilakukan rentan waktu tahun 2004-2013 dengan model efek acak, hasilnya menunjukkan terapi musik sangat efektif dalam menurunkan kecemasan hingga stress dan sangat berdampak positif bagi individu. Tahun 2011 *The World Federation of Music Therapy* (WFMT) mendefinisikan bahwa dengan melakukan terapi menggunakan musik, elemen yang ditimbulkan secara profesional dapat mengoptimalkan kualitas hidup dalam individu maupun kelompok dengan begitu terapi musik termasuk sarana intervensi dalam beberapa kondisi tertentu. Musik menjadi stimulus untuk mengurangi tekanan yang dialami oleh seseorang membuatnya merasa nyaman dan rileks dengan ritme musik, melodi yang muncul menjadi nilai tersendiri dalam memenuhi kebutuhan psikologis seseorang, sehingga tidak terlepas dari genre musik apa yang didengarkan. Oleh karena itu musik dianggap sangat membantu mengubah suasana hati seseorang saat itu juga dan dapat membantu seseorang untuk beradaptasi dengan lingkungannya yang baru (Osmanoğlu, 2019).

Menurut Campbell Musik Mozart dapat merangsang otak belahan kanan untuk meningkatkan kreativitas berpikir seseorang. Banyak penelitian terdahulu yang menggunakan musik mozart dalam menurunkan kecemasan, meningkatkan konsentrasi, bahkan meningkatkan kreativitas. Musik dapat

memberikan getaran pada syaraf otak untuk melepaskan perasaan senang, bahagia, maupun sedih dan cemas (Melati, 2018).

Berdasarkan penelitian Eka Lavenia Martini (2020) tentang pengaruh pemberian terapi relaksasi musik klasik mozart terhadap perubahan tingkat kecemasan penderita hipertensi didapatkan dari 81 responden distribusi kecemasan sebelum diterapi yaitu kecemasan ringan sebanyak (66,7%), kemudian (24,7%) mengalami kecemasan sedang, (7,4%) mengalami kecemasan berat, serta (1,2%) mengalami kecemasan sangat berat. setelah dilakukan terapi musik klasik diperoleh (9,9%) mengalami penurunan kecemasan hingga kebatas normal, (66,7%) mengalami kecemasan ringan, (18,5%) mengalami kecemasan sedang, dan (4,9%) mengalami kecemasan berat. hasil dari anaisa menunjang bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada pemberian terapi relaksasi musik klasik terhadap perubahan tingkat kecemasan penderita hipertensi ($P < 0,001$).

Berdasarkan penelitian Paras Cristin Noviarti Hutagalung (2022) tentang pengaruh musik klasik mozart terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi didapatkan dari 50 responden rerata tekanan sistolik responden setelah diberi terapi musik klasik lebih rendah bila dibandingkan dengan rerata sebelum diterapi, yaitu 145,2 mmhg. hasil uji *t-test* dan *wilcoxon* menunjukkan adanya pengaruh musik klasik yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah lansia penderita hipertensi ($p= 0,000$). kesimpulan, mendengar musik klasik mampu menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

Berdasarkan penelitian Sahara Putri Dwi Novitasari (2023) tentang implementasi pemberian teknik musik klasik mozart terhadap penurunan

tingkat kecemasan pada lansia didapatkan dengan adanya penelitian tentang pengaruh terapi musik mozart terhadap tingkat kecemasan dengan hasil nilai signifikansi $0,001 < 0,005$, sehingga pemberian terapi musik mozart dapat memberikan pengaruh terhadap kecemasan.

Hasil survey yang dilakukan melalui wawancara dan pengkajian oleh penulis di wilayah kerja puskesmas Kuranji didapatkan bahwa seorang warga RW 04 yaitu Ny. D berumur 39 tahun menderita hipertensi dan diabetes sudah 3 tahun yang lalu dan mengalami komplikasi hipertensi klien takut mengalami penyakit seperti stroke, jantung dan penyakit lainnya. Pada saat lakukan pengkajian ansietas menggunakan konsienor HARS didapatkan klien mengalami ansietas berat skor 28 dengan gejala cemas, geisah, gangguan tidur dan berdebar-debar. Saat ditanyakan terkait dengan terapi musik klasik untuk mengatasi kecemasan Ny. D mengatakan belum pernah melakukan terapi musik klasik sebelumnya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk membuat suatu karya ilmiah akhir ners dengan “Asuhan Keperawatan Jiwa Komunitas (CMHN) Pada Ny. D Dengan Pemberian Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Penurunan Ansietas Disebabkan Hipertensi Di wilayah Kerja Puskesmas Kuranji ”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah yaitu bagaimana “Asuhan Keperawatan Jiwa Komunitas (CMHN) Pada Ny. D Dengan Pemberian Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Penurunan Ansietas Di wilayah Kerja Puskesmas Kuranji”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mampu mengaplikasikan ilmu pengetahuan dan keterampilan yang sudah didapatkan secara nyata dalam memberikan asuhan keperawatan jiwa komunitas (CMHN) pada Ny. D yang mengalami kecemasan dengan pemberian terapi musik klasik Mozart di wilayah kerja puskesmas kuranji.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian keperawatan pada Ny. D dengan ansietas melalui pemberian terapi musik klasik mozart di wilayah kerja puskesmas kuranji.
- b. Mampu merumuskan diagnosa keperawatan pada Ny. D dengan ansietas melalui pemberian terapi musik klasik mozart di wilayah kerja puskesmas kuranji.
- c. Mampu membuat intervensi keperawatan pada Ny. D dengan ansietas melalui pemberian terapi musik klasik mozart di wilayah kerja puskesmas kuranji.

- d. Mampu melakukan implementasi keperawatan pada Ny. D dengan ansietas melalui pemberian terapi musik klasik mozart di wilayah kerja puskesmas kuranji.
- e. Mampu melakukan evaluasi keperawatan pada Ny. D dengan ansietas melalui pemberian terapi musik klasik mozart di wilayah kerja puskesmas kuranji.
- f. Mampu mendokumentasikan keperawatan pada Ny. D dengan ansietas melalui pemberian terapi musik klasik mozart di wilayah kerja puskesmas kuranji.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

- a. Bagi Penulis

Dapat dijadikan sebagai bahan untuk meningkatkan wawasan dan pemahaman dalam mengaplikasikan ilmu pengetahuan dan keterampilan asuhan keperawatan CMHN khususnya pada klien yang mengalami ansietas.

- b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan kepada penulis selanjutnya untuk menerapkan terapi lain pada kasus yang sama melalui pendekatan *evidence based practice* (EBP) seperti terapi tarik napas dalam, hipnotis lima jari dan terapi spiritual.

2. Praktis

a. Bagi Klien

Diharapkan dapat menjadi informasi sekaligus sebagai tambahan ilmu pengetahuan bagi penderita yang mengalami ansietas diharapkan bisa mengaplikasikan terapi musik klasik untuk meredakan ansietas dalam kehidupan sehari-hari.

b. Bagi Institusi Pendidikan STIKes Alifah

Diharapkan agar dapat menjadi tambahan bahan bacaan referensi, pertimbangan dan meningkatkan pengetahuan tentang penelitian yang diambil yaitu ansietas dan terapi musik klasik bagi mahasiswa khususnya mahasiswa pendidikan profesi ners di STIKes Alifah Padang.

