Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik (GGK) Selama Menjalani Hemodialisa Di RSU Royal Prima Medan

The Effect of Music Therapy on Anxiety Levels in Patients with Chronic Kidney Disease (CKD) Undergoing Hemodialysis at Royal Prima General Hospital, Medan

Ivan Saputra Limbong[1], Suci Wiwit Cahyanggi[2], Swindy Yulianti Sinaga[3], Sunarti[4]
[1]Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia
[2]Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia
[3]Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia
[4]Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia
***Corresponding author:** Suci Wiwit Cahyanggi, Wiwitcahyanggi@gmail.com

ABSTRAK

Gagal Ginjal Kronik (GGK) ialah gangguan kesehatan jangka panjang yang dicerminkan dengan penurunan kemampuan ginjal bertahap hingga penderita memerlukan tindakan hemodialisa secara berkala. Proses terapi yang berlangsung terus-menerus sering memunculkan tekanan psikologis berupa kecemasan yang bisa memengaruhi kondisi fisik maupun kualitas hidup pasien. Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang bisa diterapkan untuk membantu mengatasi kondisi tersebut ialah terapi musik. Penelitian memakai metode kuantitatif dengan rancangan quasi experimental memakai desain one-group pretest-posttest. Mencapai 30 responden dipilih sesuai kriteria penelitian. Dalam mengukur tingkat kecemasannya dilaksanakan sebelum dan sesudah intervensi memakai instrumen Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Data dianalisa secara deskriptif dan dilanjutkan memakai uji Wilcoxon Signed Rank Test. Sebelum intervensi, distribusi tingkat kecemasan terdiri atas kategori sedang mencapai 46,7%, berat 40,0%, dan sangat berat 13,3%. Seusai terapi musik diberikan, proporsi kecemasan berubah menjadi sedang 60,0%, ringan 23,3%, dan berat 16,7%, tanpa ditemukannya lagi kategori sangat berat. Hasil analisa memperoleh nilai Z = - 3,640 dengan p = 0,000. Intervensi ini layak dipertimbangkan sebagai bagian dari pelayanan keperawatan karena praktis, aman, dan mudah diterapkan di lingkungan rumah sakit.

Keywords: Musik, Tingkat Kecemasan, GGK

ABSTRACT

ChronicKidney Disease (CKD) is a long-termconditioncharacterised by the gradualloss of kidney function, leaving manypatients dependent on regular haemodialysis. Beyond its physical burden, the treatment often gives rise to psychological distress, with anxiety being one of the most common concerns. Music therapy has increasingly been recognised as a simple, non-pharmacological approach that may help ease these symptoms. A quantitative quasi-experimentaldesign with a one-grouppre-test and post-testapproach was employed. Thirtyparticipants who met the inclusioncriteriawere recruited. Anxiety levels were assessedbefore and after the interventionusing the HARS. The data were analysedthrough descriptive statistics and the WilcoxonSigned-Rank Test. Prior to the intervention, 46.7% of participants experienced moderate anxiety, 40.0% severe anxiety, and 13.3% very severe anxiety. Following the music therapy sessions, the distribution shifted to 60.0% moderate anxiety, 23.3% mild anxiety, and 16.7% severe anxiety, with no participants remaining in the very severe category. Statistical analysis yielded a Z value of
−3.640 and a p-value of 0.000, confirming a significant reduction in anxiety after the intervention. These findings suggest that music therapy is a practical, safe, and effective complementary nursing intervention for reducing anxiety in patients receiving haemodialysis.
Keywords: *music, anxiety, chronic kidney disease*

ARTICLE IDENTIFIERS

ORIGINAL ARTICLE
Vol. 9 No. 10, 2026
Pages 4737-4745
DOI: 10.56338/jks.v9i10.12220

ARTICLE HISTORY

Received: 10 September 2026
Revised: 14 October 2026
Accepted: 28 October 2026

PENDAHULUAN

CC BY-SA 4.0

WHO di tahun 2020 mengungkapkan bahwasanya Gagal Ginjal Kronik (GGK) menempati posisi sebagai penyebab kematian terbesar ke-18 di seluruh dunia. Menurut informasi dari International Kidney Federation, pada tahun 2021 jumlah penderita GGK telah mencapai lebih dari 10 % dari populasi global yang setara dengan sekitar 800 juta kasus. International Society of Nephorology (ISN) pada tahun 2023 juga mencatat bahwa prevalensi GGK di seluruh dunia mencapai 9,5 %, dimana 80 negara (49,6%) (Keperawatan & Nightingale, 2024). GGK ialah keadaan medis berbahaya yang terjadi ketika fungsi ginjal tiba-tiba menurun. Hal ini bisa menyebabkan zat-zat bercaun menumpuk di dalam darah dan menggangu keseimbangan zat elektrolit dalam tubuh (Susanti et al., 2023). Pada penyakit Gagal Ginjal Kronik, fungsi ginjal menurun dan membutuhkan pengobatan seperti cuci darah (dialisis) secara teratur atau transplantasi ginjal (Halimah et al., 2022).

Pada level layanan kesehatan dasar, fenomena ini semakin tampak jelas, banyak individu yang mendatangi puskesmas atau pusat kesehatan masayarakat, tidak hanya melaporkan gejala fisik, tetapi juga menyampaikan kekhawatiran tentang penyakit yang kunjung reda. Kecemasan menyebabkan lonjakan tekanan darah, ketidakteraturan pada detak jantung, dan ketidakpatuhan terhadap jadwal hemodialisis dan pedoman diet yang di sarankan (Hardiansah et al., 2025). Fungsi utama ginjal ialah mengeluarkan produk sisa dari proses metabolisme dalam tubuh. Mampu mencapai volume 120-150 Liter, yang menghasilkan 1-2 Liter urine (Maryanti et al., 2024). Penurunan fungsi ginjal pada kondisi tersebut menghambat pembuangan zat sisa metabolisme dari tubuh sehingga limbah metabolik terakumulasi di dalam sirkulasi darah dan memicu munculnya manifestasi klinis berupa sindrom uremik. (Nurva Syuryani et al., 2021).

Kecemasan ialah hasil dari frustrasi akibat hal-hal yang meemberi penghalang kepada kecakapan individu guna menggapai misi tertentu yang diupayakan. Kecemasan yang dialami oleh individu dengan gagal ginjal muncul dari berbagai penyebab, Salah satu faktor perilaku yang berhubungan dengan ancaman fisik. Ancaman yang ditimbulkan oleh stres ini bisa memberi gangguang kepada identitasnya, harga dirinya, dan interaksi sosialnya yang terkait dengan orang itu (Ainun & Gustiani, 2025). Cemas ialah suatu keadaan ketika individu merespons situasi psikologis. Rasa cemas bisa berdampak pada sistem pencernaan yang mengakibatkan perubahan dalam produksi asam lambung, yang pada gilirannya bisa menyebabkan seseorang mengalami penyakit gastritis yang ditandai dengan gejala seperti sakit perut, kram perut, mual, dan muntah (Kharisma & Muzaenah, 2025). Tingkat kecemasan dipengaruhi oleh jenis kelamin. Wanita sering mengalami kecemasan karena mereka cenderung lebih sensitif dan kesulitan dalam menghadapi tekanan yang ada, dan merasa cemas terhadap berbagai masalah. Contohnya, saat harus menghadapi kenyataan bahwa mereka perlu melaksanakan hemodialisis seumur hidup untuk mempertahankan kehidupan. Sementara itu, pria umumnya lebih kuat secara fisik dan mental, sehingga mereka lebih mampu mengatasi masalah karena biasanya lebih santai (Surakarta & Nursing, 2024).

Gangguan kecemasan di kalangan orang tua bisa dievaluasi dengan mamanfaatkan kuesioner “Hamilton Anxiety Rating Scale” (HARS). HARS ialah instrumen yang dimaksimalkan guna memberi nilai seberapa parah gejala kecemasan dan sudah diterjemahkan keberbagai bahasa di dunia. Versi HARS dalam bahasa indonesia telah memenuhi standar sebagai alat ukur yang bisa diandalkan dan sah untuk memberi nilai atas gangguan kecemasan. HARS didalamnya ada 14 pertanyaannya, yang meliputi “rasa cemas, ketegangan emosional, ketakutan, gangguan tidur, hambatan konsentrasi dan proses berpikir, suasana hati depresif, keluhan fisik pada sistem otot, sensorik, kardiovaskular, pernapasan, pencernaan, urogenital, sistem saraf otonom, dan perubahan perilaku yang dinilai melalui proses wawancara.” Hasil total dari nilai yang didapatkan bisa mencerminkan seberapa serius gangguan kecemasannya yang dialami (Utami et al., 2025).Mengacu kepada standar penilaian HARS (Hamilton Anxienty Rting Scale), semakin tinggi tingkat kecemasan yang dirasakan pasien gagal ginjal kronik, semakin tinggi pula nilai hasil pengukuran tersebut (Indra Frana Jaya KK & Akbar, 2023).

Salah satu metode untuk mengurangi kecemasan ialah memaksimalkan teknik pengalihan, seperti mendengarkan musik, yang terbukti efektif dalam meredakan kecemasan serta menyelesaikan persoalan yang berkaitan dengan aspek fisiknya, psikologisnya, kognitifnya, dan sosial (Balqis Halwa Rifqanti et al., 2025). Terapi musik ialah sebuah pendekatan nonfarmakologis yang dimanfaatkan untuk membantu meminimalisir

CC BY-SA 4.0

berbagai gangguan pada aspek psikologis, kejiwaan, maupun kondisi fisik. (Yuniartika et al., 2022). Penanganan medis untuk menurunkan kecemasan bisa dijalankan lewat cara farmakologis. Intervensi farmakoligis, seperti penggunaan obat obatan anti depresan, bisa saja memiliki efek samping yang tidak diinginkan (Agustin, 2024).

Hemodialisasi merupakan pengobatan yang bertujuan untuk mengatasi kerusakan pada ginjal yang dilaksanakan satu hingga dua kali dalam seminggu dan berlangsung setidaknya selama tiga bulan secara terus-menerus bahkan selamanya, yakni hingga fungsi ginjal kembali normal. Maka, pasien yang melaksanakan hemodialisasi memerlukan tingkat kepatuhan yang tinggi, yang pada gilirannya bisa meningkatkan kualitas hidupnya (Putri & Afandi, n.d., 2022). Pasien dengan GGK memerlukan terapi hemodialisa, namun pasien wajib menjaga keteraturan dalam melaksanakan prosedur tersebut. Hemodialisa ialah suatu tindakan yang dipakai guna mengganti beberapa fungsi ginjalnya. Tindakan ini secara teratur dilaksanakan pada pasien penyakit ginjal tahap akhir. Efek samping dari hemodialisa ini bisa memengaruhi pemenuhan kebutuhan untuk merasa aman dan nyaman. Pasien dengan penyakit GGK yang mengikuti hemodialisis biasanya melaksanakan sesi 1-3 kali dalam satu minggu, dengan durasi 3-5 jam tiap kali (Manurung et al., 2023). Terapi ini berlanjut sepanjang hidup. Kondisi yang mengharuskan seseorang untuk melaksanakan hemodialisa bisa berpengaruh pada kondisi psikologis individu. Terapi musik merupakan pemanfaatan musik guna mencukupi keperluan fisiknya, emosionalnya, kognitifnya, dan sosianyal seseorang. Asosiasi terapi musik Amerika menjelaskan terapi musik ialah penerapan intervensi musik yang bersifat klinis dan berbasis pada bukti untuk mencapai tujuan tertentu, yang disesuaikan dengan kebutuhan tiap individu (Bleibel et al., 2023).

Musik klasik dan relaksasi ialah jenis terapi musik yang bisa mengurangi rasa khawatir. Musik klasik membantu mengarahkan pikiran, menghilangkan perasaan cemas, meningkatkan kualitas hidup, dan bisa meredakan kegelisihan, emosi, dan meningkatkan kemampuan belajar (Arly, Meika, Vivian. Pemila, Uke. Antoro, 2024). Dalam bidang neurologi, kajian telah memperlihatkan bahwa terapi musik bisa memengaruhi aktivitas dan pola gelombang otak. Mendengarkan alunan musik yang menenangkan, seperti musik klasik maupun musik meditasi, bisa merangsang aktivitas gelombang alfa dan theta pada otak yang identik dengan kondisi rileks serta ketenangan. Aktivitas tersebut turut memicu peningkatan pelepasan dopamin sehingga suasana hati menjadi lebih baik dan perasaan nyaman maupun bahagia lebih mudah dirasakan. (Lussy Putri Khadijah, 2023). Terapi musik disusun guna menambal masalah yang dihadapi seseorang terkait situasi saat ini. Setiap orang memiliki karakteristik kepribadian yang unik, cara berinteraksi yang berlainan, latar belakang budaya, pengalaman hidup yang berbeda, dan persepsi yang bervariasi. Karena adanya perbedaan ini, pendekatan terapi musik diterapkan secara berbeda untuk setiap individu. Dari sisi intervensi klinis, maka terapi musik berkaitan dengan aspek terapeutik dan memberi dampak signifikan dalam mengurangi rasa sakit. Ketika musik dipakai menjadi satu contoh metode untuk meredakan nyeri, hal ini secara tidak langsung bisa mengurangi transmisi sinyal rasa nyeri ke otak, yang mengarah pada penurunan secara keseluruhan persepsi terhadap rasa sakit (Auliya, n.d., 2023). Musik memiliki kemampuan untuk mempengaruhi perubahan dalam tubuh kita baik secara fisik maupun mental (Priority, 2021)

METODE

Penelitian ini memakai pendekatan kuantitatif dengan desain quasi experiment melalui rancangan one-group pre-test dan post-test, tanpa melibatkan kelompok kontrol sebagai pembanding. Kajian ini dijalankan di RSU Royal Prima Medan Tahun 2026. Populasi mencakup seluruh pasien GGK yang melaksanakan hemodialisa selama bulan Desember 2024, dengan jumlah mencapai 124 pasien, dengan sampel 30 pasien dari total 124. Seluruh peserta memenuhi ketentuan penelitian, yakni berusia 17–65 tahun dan mengalami kecemasan, dan belum pernah memperoleh intervensi terapi musik ataupun terapi guided imagery, sehingga layak diikutsertakan sebagai responden penelitian. Pengumpulan data memakai instrumen berupa kuesioner HARS guna memberi nilai level kecemasan responden.

CC BY-SA 4.0

HASIL

Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden

Karakteristik	Frekuensi	Persen (%)
Usia		
27-36	10	33,3
37-46	8	26,7
47-56	7	23,3
57-65	5	16,7
Total	30	100%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	17	56,7
Perempuan	13	43,3
Total	30	100%
Agama		
Islam	18	60
Kristen	10	33,3
Buddha	2	6,7
Total	30	100%
Pendidikan		
SD	5	16,7
SMP	3	10.0
SMA	13	43,3
Sarjana	9	30.0
Total	30	100

Dari tabel 1 bisa tercermin bahwasanya kebanyakan usia mencapai 10 respondennya (33,3%) dari usia 27-36 tahun, dari usia 37-46 tahun mencapai 8 responden (26,7%) usia 47-56 tahun 7 respondennya (23,3%) serta minoritas dari usia 57-65 tahun mencapai 5 respondennya (16,7%). Berdasarkan jenis kelamin mayoritas respondennya dengan berjenis kelamin laki-laki mencapai 17 respondennya (56,7%) dan minoritasnya perempuan yang mencapai 13 responden (43,3%). Berdasarkan Agama mayoritas responden beragama Islam mencapai 18 responden (60%) kemudian disusul Kristen mencapai 10 responden (33,3%) dan minoritas beragama Buddha mencapai 2 responden (6,7%). Kemudian berdasarkan pendidikan para responden, mayoritas responden dengan pendidikan SMA mencapai 13 responden (43%) kemudian pendidikan Sarjana mencapai 9 responden (30%) , pendidikan SD mencapai 5 responden (16,7%) dan minoritas pendidikan SMP 3 responden (10.0%).

CC BY-SA 4.0

Tabel 2. Distribusi frekuensi Berdasarkan Pre Test

No	Pre Test	Frekuensi	Persen (%)
1	KecemasanSedang	14	46,7
2	KecemasanBerat	12	40
3	KecemasanSangat Berat	4	13,3
	Total	**30**	**100%**

Mengacu kepada Tabel 2, hasil pre-test memperlihatkan bahwa sebelum diberi terapi musik, mayoritas responden ada pada kategori kecemasan sedang, yakni mencapai 14 responden (46,7%). Selanjutnya, mencapai 12 responden (40,0%) mengalami kecemasan berat, sedangkan kategori kecemasan sangat berat merupakan proporsi paling sedikit dengan jumlah 4 responden (13,3%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi Tingkat Kecemasan pasien Gagal Ginjal Kronik sesudah terapi musik

No	Post Test	Frekuensi	Persen (%)
1	Kecemasan Ringan	7	23,3
2	Kecemasan Sedang	18	60.0
3	Kecemasan Berat	5	16,7
	Total	**30**	**100%**

Mengacu kepada Tabel 3, hasil post-test memperlihatkan bahwa seusai pemberian terapi musik, mayoritas responden ada pada kategori kecemasan sedang, yakni mencapai 18 responden (60,0%). Selanjutnya, mencapai 7 responden (23,3%) ada pada kategori kecemasan ringan, sedangkan 5 responden (16,7%) masih mengalami kecemasan berat. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa seusai intervensi terapi musik tidak ditemui lagi responden yang ada pada kategori kecemasan sangat berat.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Data

No	Variabel	Kolmogorov-Smirnov Sig.	Shapiro-Wilk Sig.
1	Jenis Kelamin	0,000	0,000
2	Kategori Umur	0,003	0,001
3	Agama	0,000	0,000
4	Pendidikan	0,000	0,000
5	KAT_PRE	0,000	0,000
6	KAT_POST	0,000	0,000

Mengacu kepada tabel 4, diketahui dimana semua variabel penelitiannya memperoleh nilai signifikansinya (Sig.) tidak sampai 0,05 pada pengujian Kolmogorov-Smirnov maupun Shapiro-Wilk. Hasilnya memperlihatkan bahwasanya data penelitian tidak berdistribusikan dengan normal.

Analisa Bivariat

Tabel 5. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test Ranks

CC BY-SA 4.0

Kategori	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	16	8,50	136,00
Positive Rank	0	0,00	0,0
Ties	14	-	-
Total	30		

Mengacu kepada tabel Ranks, diketahui bahwa Negative Ranks berjumlah 16 responden. Hasil ini memperlihatkan bahwa tingkat kecemasan pada post-test lebih rendah dibandingkan dengan pre-test, sehingga mencapai 16 dari 30 responden mengalami penurunan tingkat kecemasan seusai mendapatkan terapi musik. Sementara itu, Positive Ranks berjumlah 0 responden, yang memperlihatkan bahwa tidak ada responden yang mengalami peningkatan tingkat kecemasan seusai pemberian terapi musik. Adapun Ties berjumlah 14 responden, yang berarti tingkat kecemasannya sebelum dan sesudah intervensi tetap sama atau tidak mengalami perubahan. Secara keseluruhan, hasil tersebut memperlihatkan bahwa jumlah responden yang tingkat kecemasannya turun lebih banyak daripada respondennya yang tidak ada perubahan, dan tidak terdapat responden yang mengalami peningkatan tingkat kecemasan seusai diberi terapi musik.

Tabel 6. Hasil Uji Statistik Wicoxon Signed Rank Test

Variabel	Nilai
Z	-3640
Asymp.Sig.(2-tailed)	0,000

Mengacu kepada hasil tabel 6, didapat skor Z = -3,640 dengan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,000. Nilai signifikansinya tidak sampai di angka yang ditetapkan (0,000 < 0,05), menjadikan H_0 ditolak dan H_a diterimanya. Hasil ini memperlihatkan bahwa pemberian terapi musik memberi pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan pada pasien GGK.

PEMBAHASAN

Mengacu kepada hasil kajian yang selesai dijalankan maka diketahui bahwa dari 30 responden, kelompok usia terbanyak ada pada rentang 27–36 tahun, yakni mencapai 10 responden. Pertambahan usia ialah satu dari beberapa faktor yang berkesinambungan dengan penurunan fungsi ginjal secara bertahap. Senada dengan tambahnya usia, maka kecakapan dari ginjal dalam menjalankan fungsinya akan mengalami penurunan sehingga meningkatkan risiko terjadinya Gagal Ginjal Kronik. Lalu, karakteristik responden mengacu kepada jenis kelamin memperlihatkan bahwa kebanyakan respondennya laki-laki, yakni mencapai 17 orang, sedangkan responden perempuan mencapai 13 orang.

Hasil kajian ini senada dengan kajian dari Hartini (2016) yang melaporkan bahwa kejadian GGK lebih banyak ditemui pada Pria. Laki-laki diketahui memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan ginjal, termasuk batu ginjal.

Kondisi tersebut bisa dipengaruhi rendahnya volume urin, tingginya kadar senyawa tertentu, dan pengaruh hormon, kondisi fisik, dan tingkat aktivitas. Lalu, saluran kemih pada laki-laki yang relatif lebih sempit menyebabkan batu ginjal lebih mudah menyumbat saluran kemih, sehingga berpotensi menimbulkan gangguan pada fungsi ginjal (Priority, 2021).

Tingkat Kecemasan Sebelum Pemberian Terapi Musik

Mengacu kepada hasil penelitian, sebelum pemberian terapi musik mayoritas responden ada pada kategori kecemasan sedang (46,7%). Tidak terdapat responden yang termasuk dalam kategori kecemasan ringan.

CC BY-SA 4.0

Temuan tersebut memperlihatkan bahwa seluruh responden telah mengalami kecemasan sebelum memperoleh intervensi terapi musik.

Tingkat kecemasan yang dialami responden menggambarkan bahwa pasien GGK yang melaksanakan hemodialisa menghadapi beban psikologis yang cukup tinggi. Hemodialisa merupakan terapi pengganti fungsi ginjal yang harus dijalani secara rutin dalam jangka waktu panjang, bahkan bisa berlangsung seumur hidup. Kondisi tersebut berpotensi menimbulkan berbagai respons psikologis, seperti rasa takut, kekhawatiran, stres, ketidakpastian, dan kecemasan. Menurut Hardiansah et al. (2025), gangguan kecemasan bisa dialami oleh berbagai kelompok usia, namun lebih sering ditemui pada perempuan dewasa dan individu yang ada pada rentang usia 21–45 tahun.

Menurut Stuart dan Sundeen, kecemasan merupakan suatu respons emosional yang muncul sebagai reaksi terhadap ancaman yang sumbernya tidak selalu bisa diidentifikasi secara jelas. Kondisi ini ditandai dengan munculnya perasaan tidak nyaman, khawatir, takut, gelisah, dan ketegangan yang bisa memengaruhi kondisi fisik maupun psikologis seseorang (Nurlela Petra Saragih, 2022). Pada pasien GGK, kecemasan umumnya dipicu oleh perubahan kondisi kesehatan, penurunan fungsi tubuh, ketergantungan pada tindakan hemodialisa, dan ketidakpastian mengenai perjalanan penyakit yang dialami.

Sejalan dengan kajiannya Santika dan rekan-rekan (2021), individu yang lebih tua lebih tinggi mengalami GGK dibandingkan dengan lebih muda. Hal ini disebabkan karena ginjal tidak mampu membentuk nefron baru sehingga jumlah nefron fungsional akan terus berkurang akibat proses penuaan maupun kerusakan ginjal (Nomor et al., 2025).

Mengacu kepada data karakteristik responden, mayoritas responden ada pada usia produktif yakni 27-36 tahun mencapai 33,3%. Pada usia produktif seseorang masih memiliki tanggung jawab yang besar terhadap pekerjaan, keluarga, dan kehidupan sosial. Ketika seseorang didiagnosis menderita GGK dan harus melaksanakan hemodialisa secara rutin, maka akan muncul kekhawatiran mengenai kemampuan bekerja, kondisi ekonomi keluarga, dan masa depan yang tidak pasti. Kondisi tersebut bisa memperberat tingkat kecemasan yang dialami pasien. Selain faktor usia, kecemasan juga bisa dipengaruhi oleh kondisi fisik pasien (Sadhu et al., 2023).

Menurut asumsi peneliti, tingginya kecemasan sebelum terapi musik terjadi karena pasien masih berfokus pada penyakit yang diderita, prosedur hemodialisa yang harus dijalani secara berulang, dan berbagai keterbatasan yang muncul akibat penyakit tersebut. Pasien juga belum mendapatkan stimulus relaksasi yang bisa membantu mengurangi ketegangan emosional yang dirasakan.

Tingkat kecemasan seusai Pemberian Terapi Musik

Ketika seseorang didiagnosis menderita GGK dan harus melaksanakan hemodialisa secara rutin, maka akan muncul kekhawatiran mengenai kemampuan bekerja, kondisi ekonomi keluarga, dan masa depan yang tidak pasti. Kondisi tersebut bisa memperberat tingkat kecemasan yang dialami pasien.

Selain faktor usia, kecemasan juga bisa dipengaruhi oleh kondisi fisik pasien. Pasien GGK umumnya mengalami berbagai keluhan seperti mudah lelah, sesak napas, gangguan tidur, penurunan nafsu makan, kelemahan fisik, dan keterbatasan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Berbagai perubahan tersebut menyebabkan pasien merasa kehilangan kemandirian sehingga memunculkan perasaan tidak berdaya dan meningkatkan kecemasan. (Hardiansah et al., 2025)

Faktor lain yang berkontribusi terhadap kecemasan ialah proses hemodialisa itu sendiri. Banyak pasien merasa takut terhadap prosedur pemasangan akses vaskuler, rasa nyeri saat penusukan jarum, kemungkinan terjadinya komplikasi selama hemodialisa, dan ketergantungan terhadap mesin dialisis. Ketakutan tersebut bisa meningkatkan respons stres yang akhirnya menyebabkan kecemasan.

Menurut teori adaptasi Roy, individu yang mengalami perubahan kondisi kesehatan akan berusaha melakukan adaptasi terhadap lingkungan dan situasi baru. Apabila kemampuan adaptasi tidak berjalan secara optimal, maka individu akan memperlihatkan respons maladaptif berupa kecemasan, stres, atau depresi. Pada pasien

CC BY-SA 4.0

GGK yang baru atau belum lama melaksanakan hemodialisa, proses adaptasi sering kali belum optimal sehingga tingkat kecemasan yang muncul cenderung lebih tinggi (Sadhu et al., 2023).

Menurut asumsi peneliti, tingginya kecemasan sebelum terapi musik terjadi karena pasien masih berfokus pada penyakit yang diderita, prosedur hemodialisa yang harus dijalani secara berulang, dan berbagai keterbatasan yang muncul akibat penyakit tersebut. Pasien juga belum mendapatkan stimulus relaksasi yang bisa membantu mengurangi ketegangan emosional yang dirasakan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi diatas dapat disimpulkan bahwa: Karakteristik responden memperlihatkan bahwa mayoritas kelaminnya laki-laki, yakni mencapai 17 orang (56,7%), lalu yang perempuan hanya 13 orang (43,3%). Mengacu kepada kelompok usia, mayoritas respondennya ada pada rentang usia 27–36 tahun mencapai 10 orang (33,3%). Berdasarkan agama, mayoritas responden beragama Islam mencapai 18 orang (60,0%), sedangkan dari sisi tingkat pendidikannya, kebanyakan pendidikan terakhirnya yakni SMA mencapai 13 orang (43,3%). Sebelum diberi terapi musik, mayoritas responden ada pada kategori kecemasan sedang mencapai 14 orang (46,7%), diikuti kategori kecemasan berat mencapai 12 orang (40,0%) dan kecemasan sangat berat mencapai 4 orang (13,3%).

Seusai memperoleh terapi musik, tingkat kecemasan responden bertransformasi ke arah yang lebih baik. Mayoritas responden ada pada kategori kecemasan sedang mencapai 18 orang (60,0%), diikuti kategori kecemasan ringan mencapai 7 orang (23,3%) dan kecemasan berat mencapai 5 orang (16,7%). Lalu, tidak ditemui lagi responden yang ada pada kategori kecemasan sangat berat.

SARAN

Mengacu kepada hasil kajian yang telah dilaksanakan, peneliti memberi berbagai saran, diantaranya:

Pihak rumah sakit diupayakan bisa mempertimbangkan penerapan terapi musik sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis pada pasien yang hemodialisa.

Pasien diupayakan bisa memanfaatkan terapi musik sebagai salah satu metode relaksasi yang bisa diterapkan selama melaksanakan hemodialisa maupun secara mandiri di rumah untuk membantumengendalikan kecemasan.

Hasil kajian ini diupayakan bisa dimaksimalkan menjadi bahan referensi dalam pembelajaran, khususnya terkait penerapan terapi komplementer pada pasien GGK.

Hasil kajian ini diupayakan bisa menjadi salah satu sumber bukti ilmiah (evidence-based practice) dalam pengembangan intervensi keperawatan nonfarmakologis, khususnya terapi musik, untuk membantu meminimalisir tingkat kecemasannya pada pasien GGK yang melaksanakan hemodialisa.

DAFTAR PUSTAKA

Ainun, K., Kristina, K., & Gustiani, W. S. (2025). Hubungan Self Efficacy dengan Kecemasan pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisa di UPTD Khusus RSU Haji Medan Tahun 2024. Jurnal Media Informatika, 6(2), 1401–1407. https://doi.org/10.55338/jumin.v6i2.5689

Auliya', E. P., & Yudiarso, A. (2023). Medium Effect Size Terapi Musik untuk Menurunkan Kecemasan melalui Musik Klasik, Tradisional dan Relaksasi/Instrumental. Jurnal Psikologi Perseptual, 8(2), 124–137. https://doi.org/10.24176/perseptual.v8i2.7468

Halimah, N., Alhidayat, N. S., & Handayani, D. E. (2022). Karakteristik Pasien Gagal Ginjal Kronik dengan Continuous Ambulatory Peritoneal Dialysis di RS TK II Pelamonia. Garuda Pelamonia Jurnal Keperawatan, 4(1), 14–28. https://doi.org/10.4425/garuda.v4i1.192

Hardiansah, G., & Falah, M. (2025). Pengaruh Edukasi dan Terapi Musik Komunitas terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik: Literature Review. Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik, 2(6). https://doi.org/10.61722/jmia.v2i6.7469

CC BY-SA 4.0

Kharisma, A., & Muzaenah, T. (2025). Determinan Gejala Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik pada Fase Awal Menjalani Hemodialisa. Holistik Jurnal Kesehatan, 19(5), 880–891. https://doi.org/10.33024/hjk.v19i5.1056

Manurung, N., Putri Mrp, H. A., Manurung, R., & Magdalena, C. (2023). Peningkatan Kepatuhan Penderita Gagal Ginjal Kronik dalam Menjalani Hemodialisa di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan Tahun 2022. Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA, 9(1), 20–27. https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v9i1.1232

Syuryani, N., Arman, E., & Putri, G. E. (2021). Perbedaan Kadar Ureum Sebelum dan Sesudah Hemodialisa pada Penderita Gagal Ginjal Kronik. Jurnal Kesehatan Saintika Meditory, 4(2), 117. https://doi.org/10.30633/jsm.v4i2.1292

Yuniartika, W., Santi, C. N., & Azizah S., N. (2019). Penurunan Kecemasan pada Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Menggunakan Terapi Musik. Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ, 6(1), 26–30. https://doi.org/10.32699/ppkm.v6i1.496

Yuniartika, W., Karunia, F. F., & Nurjanah, F. (2022). Literature Review: Pengaruh Terapi Murottal terhadap Kecemasan pada Pasien Hemodialisa. Jurnal Kesehatan, 11(2), 106–112. https://doi.org/10.37048/kesehatan.v11i2.429

Dharmika Utarayana, I. G. S., Permana, K. D., Rizki, I., & Bagiansah, M. (2023). Hubungan Lama Menjalani Hemodialisis dengan Tingkat Kecemasan pada Pasien Penyakit Ginjal Kronis di RSUD Provinsi NTB Tahun 2023. Jurnal Ilmiah Kesehatan Institut Medika Drg. Suherman.

CC BY-SA 4.0