

Penggunaan Terapi Musik Instrumental untuk Mengurangi Kecemasan Pasien Pada Saat Pencabutan Gigi Permanen di Puskesmas

Asridiana¹, Ira Liasari², Nurwiyana Abdullah³, Nabila Zalsabila⁴

^{1,2,3,4}Jurusan Kesehatan Gigi, Poltekkes Kemenkes Makassar
Email Penulis Korespondensi (K) : asridianapoltekkes@gmail.com

ABSTRAK

Kesehatan gigi dan mulut merupakan salah satu faktor yang menunjang kesehatan masyarakat. Prosedur pencabutan gigi adalah penyebab paling umum dari kecemasan dental. Salah satu cara untuk mengurangi kecemasan dental yaitu melalui intervensi nonfarmakologis. Terapi musik merupakan salah satu contoh intervensi nonfarmakologis. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh terapi musik instrumental terhadap tingkat kecemasan pasien pada saat pencabutan gigi permanen di Puskesmas. Jenis penelitian ini adalah penelitian *quasi eksperimental group pre-test dan post-test design*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan *consecutive sampling* dimana sampel yang diambil yaitu pasien dengan indikasi pencabutan gigi yang datang berkunjung di Puskesmas Batang sebanyak 30 pasien. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan Uji *paired t-test* untuk melihat perbedaannya. Hasil dari penelitian ini didapatkan perbedaan yang signifikan tingkat kecemasan pasien yang tidak diberikan terapi musik ($p>0,12$) dan yang diberikan terapi musik ($p>0,01$). Penelitian ini menyimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh tingkat kecemasan yang signifikan sebelum dan sesudah pencabutan gigi pada pasien yang tidak mendapatkan terapi musik. Sedangkan untuk pasien yang mendapatkan terapi musik terdapat pengaruh tingkat kecemasan yang signifikan sebelum dan sesudah pencabutan gigi.

Kata kunci : Kecemasan; musik instrumental; pencabutan gigi

The Utilization of Instrumental Music Therapy to Alleviate Patient Anxiety During Permanent Tooth Extraction at Community Health Centers

ABSTRACT

Dental and oral health is one of the supporting factors for public health. Tooth extraction procedures are the most common cause of dental anxiety. One way to reduce dental anxiety is through nonpharmacological interventions. Music therapy is an example of nonpharmacological intervention. The purpose of this study was to determine the effect of instrumental music therapy on the patient's anxiety level during permanent tooth extraction at the Community Health Center. This type of research is a quasi-experimental research group pre-test and post-test design. The sampling technique used was consecutive sampling where the samples taken were patients with indications for tooth extraction who came to visit the Batang Community Health Center as many as 30 patients. Data analysis in this study used a paired t-test to see the difference. The results of this study found significant differences in the anxiety levels of patients who were not given music therapy ($p>0.12$) and those who were given music therapy ($p>0.01$). This study concluded that there was no significant effect of anxiety levels before and after tooth extraction in patients who did not receive music therapy. Whereas for patients who received music therapy there was a significant influence of anxiety levels before and after tooth extraction.

Keywords : Anxiety; instrumental music; tooth extraction

PENDAHULUAN

Dari hasil laporan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Nasional tahun 2013, 25,9% penduduk Indonesia memiliki masalah gigi dan mulut. Sekitar 31,1% yang mendapat perawatan dan pengobatan dari tenaga kesehatan gigi (Perawat Gigi, Dokter Gigi, Atau Dokter Spesialis),

sedangkan 68,9% lainnya tidak mendapatkan pengobatan apa pun. Pencabutan Salah satu tindakan perawatan dalam bidang kedokteran gigi adalah pencabutan gigi. Prosedur ini merupakan penyebab paling umum dari kecemasan dental. (Bachri et al., 2017)

Salah satu cara untuk mengurangi kecemasan dental adalah melalui intervensi nonfarmakologis. Terapi musik merupakan salah satu contoh intervensi nonfarmakologis. Salah satu cara untuk mengurangi kecemasan sebelum tindakan dan perawatan gigi yaitu dengan memutar musik. (Drajat et al., 2017)

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Batang Kabupaten Bulukumba. Berdasarkan survei yang telah dilakukan didapati pasien pencabutan gigi berkisar 30 orang setiap perbulannya atau kadang melebihi. Hasil wawancara dengan salah satu perawat gigi yang bekerja di Puskesmas Batang, peneliti menemukan masih banyak pasien yang mengalami kecemasan dan ada juga yang tidak mengalami kecemasan sebelum melakukan pencabutan gigi. Dibutuhkan metode alternatif lain dalam mengatasi tingginya tingkat kecemasan ketika akan dilakukan pencabutan gigi dengan memberikan terapi musik instrumental. Dalam penelitian ini fenomena inilah yang mendorong peneliti ingin mengetahui tingkat kecemasan pasien yang diberikan terapi musik dan yang tidak diberikan terapi musik.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuasi-eksperimental, one group pre test dan post test design, yaitu mengkaji perubahan tingkat kecemasan pasien sebelum dan sesudah terapi diberikan. Penelitian ini dilakukan di Poli Gigi Puskesmas Batang pada bulan Desember 2022 sampai Maret 2023. Dengan mempertimbangkan

Tabel 1.

Distribusi tingkat kecemasan pasien sebelum dan sesudah pencabutan gigi pada pasien yang tidak diberikan terapi musik menggunakan skala FIS

Tingkat Kecemasan	Jumlah Pasien	
	Sebelum	Sesudah
Sangat tidak cemas	2	2
Tidak Cemas	2	5
Muka datar	4	6
Cemas	7	2
Sangat cemas	0	0
Jumlah	15	15

populasi penelitian yang terdiri dari semua pasien dengan indikasi pencabutan gigi di Puskesmas Batang yang datang pada bulan Desember 2022 sampai Maret 2023, teknik sampling yang akan digunakan adalah *convenience sampling*. Dalam metode ini, kami akan memilih sampel secara praktis, yaitu dengan memilih subjek-subjek yang paling mudah diakses atau yang paling mudah diwawancarai. Dengan memperkirakan bahwa sejumlah 30 orang akan diambil sebagai sampel, penelitian ini akan melibatkan pasien-pasien yang hadir di Puskesmas Batang dengan indikasi pencabutan gigi dalam periode yang telah ditentukan.

Instrument penelitian yang digunakan adalah menggunakan lembar checklist skala FIS (Face Image Scale) melalui ekspresi wajah pasien. Data dianalisis dengan menggunakan uji statistik Kolmogorov Smirnov dan uji Paired t-test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Penelitian ini telah dilakukan pada 30 pasien pencabutan gigi permanen di Puskesmas Batang yang telah memenuhi kriteria inklusi dengan teknik consecutive sampling. Terdapat 15 pasien yang tidak diberikan terapi musik instrumental dan 15 pasien yang diberikan terapi musik instrumental yang kemudian akan dilakukan perbandingan tingkat kecemasan antara pasien yang diberikan terapi musik instrumental dengan pasien yang tidak diberikan musik instrumental.

Pada tabel 1 menunjukkan jumlah pasien yang sangat tidak cemas tidak mengalami perubahan sebelum dan sesudah pencabutan gigi. Dari hasil penilaian skor FIS juga dapat diketahui bahwa pasien yang menunjukkan tingkat kecemasan dengan raut muka datar sesudah pencabutan gigi lebih dominan dibandingkan

dengan pasien yang tidak cemas dan cemas sesudah dilakukan pencabutan gigi. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terlihat perbedaan tingkat kecemasan yang signifikan sebelum dan sesudah pencabutan gigi pada pasien yang tidak diberikan terapi musik.

Tabel 2.
Distribusi tingkat kecemasan pasien sebelum dan sesudah pencabutan gigi pada pasien yang diberikan terapi musik menggunakan skala FIS

Tingkat Kecemasan	Jumlah Pasien	
	Sebelum	Sesudah
Sangat tidak cemas	1	3
Tidak Cemas	2	7
Muka datar	6	4
Cemas	6	1
Sangat cemas	0	0
Jumlah	15	15

Pada tabel 2 diketahui bahwa pasien yang datang dalam keadaan raut muka data dan cemas sebelum diputarkan musik instrumental, mengalami penurunan sesudah diutarakan musik. Sedangkan pasien yang datang dalam keadaan

sangat tidakcemas dan tidak cemas mengalami peningkatan sesudah diputarkan musik. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan pada pasien yang diberikan terapi musik instrumental.

Tabel 3.
Tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pencabutan gigi pada pasien yang tidak diberikan terapi musik dan pasien yang diberikan terapi musik di poli gigi Puskesmas Batang berdasarkan FIS

Perlakuan	Kategori	Mean	N	Std.Deviation	P Value
Tidak Diberikan Terapi Musik	Sebelum	3,06	15	1,09	0,12
	Sesudah	2,53	15	0,91	
Diberikan Terapi Musik	Sebelum	3,13	15	0,91	0,01
	Sesudah	2,2	15	0,86	

Hasil dari tabel 4.3 diperoleh bahwa perlakuan yang tidak diberikan terapi musik memiliki nilai $sig. = 0,12$. Karena nilai $sig. = 0,12$ lebih besar dari $\alpha 0,05$ maka memberikan kesimpulan untuk menolak H_1 dan menerima H_0 . dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat kecemasan yang signifikan sebelum dan sesudah pencabutan gigi pada pasien yang tidak diberikan terapi musik instrumental.

Sedangkan perlakuan yang diberikan terapi musik instrumental memiliki nilai $sig. = 0,01$. Karena nilai $sig. = 0,01$ lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka memberikan kesimpulan untuk menolak H_0 dan menerima H_1 . Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan yang signifikan sebelum dan sesudah pencabutan gigi pada pasien yang diberikan terapi musik instrumental.

PEMBAHASAN

Terapi musik telah menarik banyak perhatian para peneliti dan profesional kesehatan sebagai alat bantu dan penerapannya yang luas sebagai intervensi. Pasien yang menderita dental anxiety mengalami beberapa gejala fisiologis, seperti peningkatan tekanan darah dan detak jantung. Hal ini dikarenakan jika pasien mengalami stressor, yaitu kecemasan dental akibat pencabutan gigi, stressor tersebut memberikan sinyal ke hipotalamus untuk meningkatkan aktivitas sistem saraf simpatis dan meningkatkan pelepasan senyawa asetilkolin, norepinefrin dan epinefrin (Hanum et al., 2020).

Peningkatan sekresi noradrenalin juga meningkatkan tekanan darah dan detak jantung. Impuls elektrik dari terapi musik merangsang hipotalamus untuk mengurangi aktivitas sistem saraf simpatis, sehingga terjadi penurunan pelepasan noradrenalin ke dalam aliran darah dan bersamaan dengan penurunan pelepasan noradrenalin ke dalam aliran darah, sehingga meningkatkan tekanan darah dan detak jantung. Dengan mengurangi stress, terapi musik menstimulasi saraf dengan melepaskan endofin yang mengakibatkan efek analgesia menghilangkan neurotransmitter penyebab rasa nyeri pada pusat persepsi dan interpretasi sensorik tubuh otak (Hanum et al., 2020)

Teori biologi lain menunjukkan peningkatan neurotransmitter asam gamma-aminobutyric (GABA) sebagai penyebab kecemasan. GABA adalah neurotransmitter penghambat yang mencegah terjadinya rangsangan. Ketika tubuh mampu beradaptasi terhadap stres, maka kadar hormon akan beradaptasi dan fungsi tubuh kembali ke homeostatis, begitu pula sebaliknya. Tanda dan gejala kecemasan diekspresikan dalam berbagai cara, termasuk fisiologis, emosional, dan kognitif.

Secara fisiologis menyebabkan peningkatan denyut nadi, laju pernapasan, tekanan darah, pupil melebar, berkeringat, suara gemetar, jantung berdebar, susah tidur, wajah merah atau

pucat, dan gemetar. Secara emosional, kecemasan dapat bermanifestasi dalam perasaan kaku, tegang, kehilangan kendali dan mudah tersinggung pada pasien. Secara kognitif, hal ini tampak seperti perhatian yang berlebihan, kelupaan, sulit berkonsentrasi, dan kurang kewaspadaan. (Kurniawati & Pratama, 2019)

Sebelum dilakukan perawatan gigi pada pasien yang tidak diberikan terapi musik, beberapa pasien menunjukkan tanda-tanda kecemasan terutama pada tanda vital seperti beberapa pasien mengalami tekanan darah tinggi di atas 130/90 mmHg, hembusan nafas yang cepat, pasien mengepalkan tangan, dan gelisah di atas dental chair. Setelah perawatan selesai beberapa pasien masih menunjukkan tanda kecemasan dengan memasang raut muka datar. Sedangkan pada pasien pencabutan gigi sebelum diberikan terapi musik, juga menunjukkan tanda kecemasan seperti pasien mengalami tekanan darah tinggi 145/90 mmHg, muka terlihat gelisah, wajah terlihat pucat, dan bibir terlihat kering. Namun pada saat pasien diputarkan musik instrumental Indo Logo selama perawatan, perlahan-lahan pasien terlihat rileks dan santai. Efek dari musik instrumental tersebut dapat menutupi bunyi, dan perasaan yang tidak menyenangkan.

Pada tabel 4.5 gambaran tabulasi silang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pencabutan gigi pada pasien yang tidak diberikan terapi musik. Sedangkan perlakuan yang diberikan terapi musik instrumental, menunjukkan terdapat perbedaan tingkat kecemasan pada pasien yang diberikan terapi musik.

Berdasarkan hasil uji paired t test pada tabel 4.6 diperoleh bahwa perlakuan yang tidak diberikan terapi musik memiliki nilai *Sig.* = 0.12. Karena nilai *Sig.* = 0.12 lebih besar dari $\alpha = 0.05$ maka memberikan kesimpulan untuk menolak H1 dan menerima H0. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi perubahan tingkat kecemasan yang signifikan sebelum dan sesudah pencabutan gigi pada pasien yang tidak

mendapatkan terapi musik instrumental. Penelitian ini sesuai dengan pendapat Alshoraim et al., 2018 bahwa hal ini dapat terjadi karena pengalaman kunjungan ke dokter gigi dapat membantu mengurangi persepsi negatif mengenai dokter gigi. Sedangkan perlakuan yang diberikan terapi musik instrumental memiliki nilai $Sig. = 0.01$. Karena nilai $Sig. = 0.01$ lebih kecil dari $\alpha = 0.05$ maka memberikan kesimpulan untuk menolak H_0 dan menerima H_1 . Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terjadi perubahan tingkat kecemasan yang signifikan pada pasien yang mendapatkan terapi musik. Hal ini sejalan dengan penelitian Suhartiningsih et al., 2021 bahwa musik instrumental memiliki pengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien ketika sedang menjalani perawatan gigi. Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Packyanathan et al., 2019 bahwa tingkat kecemasan menurun pada kelompok perlakuan yang mendengarkan musik instrumental.

Masalah lain yang biasa ditimbulkan dari kecemasan dental adalah ketidakpuasan pasien terhadap perawatan yang diberikan. Pasien yang cemas kadang merasa tidak puas dengan penampilan giginya dan curiga bahwa perawatan gigi tidak menyenangkan. Kebanyakan pasien yang cemas tidak berfikir positif tentang dokter gigi. Persepsi pasien terhadap kompetensi dokter gigi yang menurun, menyebabkan kecemasan pasien meningkat. Secara tradisional, kecemasan terhadap gigi dapat diobati dengan menggunakan teknik farmakologis, namun obat ini dapat menyebabkan ketergantungan psikologis dan fisik pada pasien. Audio distraksi (mengarahkan perhatian ke musik) merupakan teknik yang tidak memancing resistensi pasien saat mendengarkan musik selama perawatan (Abdillah & Saleh, 2010).

Musik sering digunakan untuk mengobati gangguan mental, dan telah terbukti efektif dalam mengobati kecemasan dan depresi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa adanya rangsangan suara melalui musik memiliki efek relaksasi dan analgesik. Musik juga bisa

mempengaruhi aktivasi gelombang otak sehingga dapat mengubah kondisi mental seseorang. Pada umumnya lagu-lagu instrumental dengan suara yang tenang sering dipilih. Irama musik instrumental yang lambat dapat mengubah aktivasi gelombang beta menjadi gelombang alfa, membuat keadaan tegang menjadi lebih rileks. Musik instrumental yang lambat dan berirama juga dapat mengaktifkan gelombang otak bagian bawah, atau gelombang theta. Gelombang alfa terutama dikaitkan dengan keadaan relaksasi, imajinasi, dan kelupaan terhadap apa yang terjadi di dunia luar (Abdillah & Saleh, 2010).

Musik instrumental Indo Logo merupakan salah satu lagu daerah Indonesia yang berasal dari kebudayaan suku Bugis. Lagu ini merupakan lagu rakyat yang menceritakan dua pasangan yang saling merindukan. Lagu daerah Indo Logo yang diakses lewat youtube https://youtu.be/dvsvXAGnu_g diciptakan oleh Trio Daz dan Dian Ekawaty. Pemilihan lagu Indo Logo dalam penelitian ini dikarenakan masih kurang familiar didengarkan oleh masyarakat Bugis sendiri. Tujuannya guna menambah wawasan terkait kebudayaan nusantara agar bisa dilestarikan eksistensi budayanya. Musik instrumental Indo Logo memberikan efek positif serta menenangkan pada saat menjalani perawatan gigi karena lantunan musiknya yang indah.

Untuk meningkatkan kepuasan pasien di klinik gigi, pengenalan terapi musik dapat membantu dalam penelitian. Penyedia layanan kesehatan menawarkan solusi terhadap ketakutan mereka akan perawatan gigi dengan melakukan terapi musik. Studi ini menunjukkan pentingnya menyediakan musik untuk pasien yang cemas di klinik gigi. Penggunaan terapi musik tampaknya merupakan teknik non-invasif yang baik untuk beberapa pasien dan dapat memberikan kenyamanan tambahan bagi pasien dalam situasi stress. Dalam konteks ini, terapi musik menggabungkan inovasi ilmiah dan berbasis bukti yang relevan untuk mengoptimalkan kualitas,

kepuasan pasien dan efisiensi pasien (Hanum et al., 2020)

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil, diperoleh kesimpulan bahwa tidak terdapat pengaruh tingkat kecemasan yang signifikan sebelum dan sesudah pencabutan gigi pada pasien yang tidak mendapatkan terapi musik. Lain halnya untuk pasien yang mendapatkan terapi musik diperoleh kesimpulan bahwa terdapat pengaruh tingkat kecemasan yang signifikan sebelum dan sesudah pencabutan gigi. Dari hasil penelitian ini dapat dikatakan bahwa pemberian terapi musik instrumental lebih efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien pada saat pencabutan gigi permanen dibandingkan dengan yang tidak diberikan terapi musik instrumental.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memotivasi pengembangan kebijakan yang mendukung integrasi terapi musik instrumental sebagai pendekatan non-farmakologis yang berkelanjutan dalam praktek klinis gigi, dengan potensi memberikan manfaat positif terhadap kesejahteraan dan kepuasan pasien. Bagi penelitian selanjutnya, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh terapi musik instrumental dengan terapi relaksasi lain atau menggunakan metode lain terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pada saat pencabutan gigi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, N., & Saleh, E. (2010). Pengaruh Musik Mozart terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Dokter Gigi. *Mutiara Medika*, 10(1), 22–28.
- Alshoraim, M. A., El-Housseiny, A. A., Farsi, N. M., Felemban, O. M., Alamoudi, N. M., & Alandejani, A. A. (2018). Effects of child characteristics and dental history on dental fear: Cross-sectional study. *BMC Oral Health*, 18(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12903-018-0496-4>
- Bachri, S., Cholid, Z., & Rochim, A. (2017). Perbedaan Tingkat Kecemasan Pasien Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan dan Pengalaman Pencabutan Gigi Di RSGM FKG Universitas Jember. *E-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 5(1), 138–144.
- Drajat, R. S., Wardhana, E. S., & Rochmah, Y. S. (2017). Perbedaan Pengaruh Musik Instrumental Kitaro Dan Musik Tradisional Langgam Jawa Terhadap Tingkat Kecemasan Anak – Anak Sebelum Tindakan Perawatan Gigi. *ODONTO: Dental Journal*, 4(1), 21. <https://doi.org/10.30659/odj.4.1.21-26>
- Hanum, F., Meliala, A., & Kusumaratna, R. K. (2020). Pengaruh Metode Manajemen Stres Dengan Intervensi Stress Management of Music Intervention Impact on Children Anxiety. 23(01), 7–14. <https://jurnal.ugm.ac.id/jmpk>
- Kurniawati, D., & Pratama, A. (2019). Pengaruh Musik Terhadap Penurunan Dental Anxiety. *JIKG (Jurnal Ilmu Kedokteran Gigi)*, 2(1).
- Packyanathan, J. S., Lakshmanan, R., & Jayashri, P. (2019). Effect of music therapy on anxiety levels on patient undergoing dental extractions. 3854–3860. <https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc>
- Suhartiningsih, E, N., & A, P. (2021). Efektifitas Terapi Musik Instrumental Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Pasien Fraktur Di Ruang Bedah RSUD dr. R. Soedjono Selong. *Jurnal Imiah Ilmu Kesehatan*, 7(1), 75–80.