

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecemasan adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami perasaan tidak tenteram hati karena khawatir, takut dan gelisah terhadap sesuatu yang akan terjadi.¹ Kecemasan merupakan suatu pengalaman yang wajar dan biasa dialami dalam kehidupan sehari-hari.² Perasaan cemas yang dialami oleh seseorang adalah hal normal dan hampir pernah dialami oleh semua orang.³

Pada umumnya kecemasan ini ditandai dengan rasa kekhawatiran, rasa tidak nyaman, dan perasaan yang buruk atau tidak enak yang tidak dapat dihindari oleh seseorang ketika merasa cemas.⁴ Kecemasan dapat menyebabkan terjadinya perubahan-perubahan fisik seperti meningkatnya frekuensi nadi dan pernafasan, gerakan tangan yang tidak terkontrol, telapak tangan yang lembab, perasaan yang gelisah, menanyakan pertanyaan yang sama berulang kali, dan menjadi sulit untuk tidur.⁵

Menurut *World Health Organization (WHO)* antara tahun 1990 sampai 2013 jumlah orang yang mengalami kecemasan meningkat hampir 50%, yaitu sekitar dari 416 juta menjadi 615 orang. Mendekati 10% dari populasi dunia. WHO memperkirakan bahwa dalam keadaan darurat, sebanyak 1 dari 5 orang akan mengalami kecemasan.⁶ Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan di Indonesia adalah sebesar 6% atau sekitar 14 juta orang.⁷

Kecemasan dental telah diidentifikasi sebagai masalah yang signifikan dan umum pada anak-anak dan dewasa dianggap sebagai kendala dalam pemberian perawatan gigi yang berkualitas.⁸ Diketahui bahwa 75% penyebab kegagalan dalam perawatan gigi adalah karena rasa cemas, juga dilaporkan bahwa 1 dari 6 orang dewasa mengalami beberapa bentuk kecemasan dental dan pada anak-anak kisaran antara 5,7% - 19,5%.^{8,9}

Pasien memiliki rasa cemas cenderung akan menghindari untuk melakukan kunjungan berkala ke dokter gigi, sehingga pasien akan membatalkan kunjungan selanjutnya, menjadi tidak kooperatif dan tidak mampu melaksanakan atau mengingat instruksi pasca-perawatan yang diberikan. Hal tersebut dapat menurunkan efisiensi dan efektifitas pelayanan kesehatan gigi yang diberikan. Dalam hal ini dokter gigi diharapkan akan dapat mengantisipasi perilaku pasien anak untuk membantu menghindari rasa cemas pada perawatan gigi.

Pada anak-anak kecemasan adalah suatu pola perkembangan yang normal dalam pertumbuhannya.¹⁰ Kelompok anak-anak usia 6 – 7 tahun merupakan usia dengan tingkat kecemasan tertinggi, dan saat usia 8 tahun adalah masa ketika seorang anak cenderung cemas terhadap hal yang spesifik atau kejadian yang dapat ditentukan.^{9,11}

Saat ini telah banyak dikembangkan terapi keperawatan untuk menangani kecemasan, salah satunya adalah terapi musik yang dapat mengurangi tingkat kecemasan pada pasien. Terapi musik ini terbukti berguna dalam proses perawatan yaitu memberikan perasaan rileks kepada pasien.¹² Hal ini telah dibuktikan dalam penelitian di tahun 1996, *Journal of the American Medical Association* melaporkan tentang hasil dari suatu studi terapi musik di Austin,

Texas yang membuktikan bahwa setengah dari ibu-ibu hamil yang mendengarkan musik selama kelahiran anaknya tidak membutuhkan anestesi. Rangsangan musik meningkatkan pelepasan endorfin dan akan menurunkan kebutuhan terhadap obat-obatan. Pelepasan endorfin tersebut memberikan pula suatu pengalihan perhatian dari rasa sakit dan dapat mengurangi kecemasan.¹³

Musik adalah suara yang memberikan stimulasi kepada indera pendengaran yang disengaja secara terorganisir yang memiliki elemen-elemen. Elemen yang terdapat dalam musik adalah ritme, syair, melodi, dan dinamik. Mendengarkan musik dapat membantu seseorang menjadi rileks. Adam J. Lonsdale dan Adrian C. dalam *British Journal of Psychology* menyelidiki alasan masyarakat mendengarkan musik dan hasilnya adalah kebanyakan masyarakat mendengarkan musik untuk mendapatkan rileksasi terhadap setiap kegiatan yang dilakukan.¹⁴

Campbell (2001) menerangkan bahwa musik memiliki beberapa manfaat, yaitu musik dapat menutupi perasaan yang tidak menyenangkan, musik dapat mempengaruhi pernapasan, denyut jantung, denyut nadi, dan tekanan darah, musik dapat mengatur hormon-hormon yang berkaitan dengan stress, dan musik dapat menimbulkan rasa aman dan sejahtera. Dari penjelasan Campbell tersebut dapat kita ambil kesimpulan bahwa musik sangat berpengaruh terhadap kecemasan seseorang.¹³

World Health Organization (WHO) menetapkan unsur spiritual (agama) sebagai salah satu dari empat unsur kesehatan. Keempat unsur kesehatan tersebut adalah sehat fisik, psikis, sehat sosial, dan sehat spiritual. Salah satu terapi kesehatan untuk menangani kecemasan saat ini adalah terapi yang mengarah

kepada pendekatan keagamaan, salah satunya yaitu terapi dari mendengarkan lantunan ayat suci Al-Qur'an.¹⁵

Lantunan ayat suci Al-Qur'an dapat digunakan sebagai teknik relaksasi spiritual untuk mendapatkan ketenangan jiwa.¹⁶ Ahmad Al Qadhi, direktur utama *Islamic Medicine Institute for Education an Research* melakukan presentasi hasil penelitiannya dengan tema pengaruh Al-Qur'an pada manusia dalam perspektif fisiologi dan psikologi pada konferensi tahunan ke XVII Ikatan Dokter Amerika, wilayah Missouri AS. Hasil penelitian menunjukkan hasil positif bahwa mendengarkan ayat suci Al-Qur'an memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan ketegangan urat saraf reflektif. Hasil penelitian ini tercatat dan terukur secara kuantitatif dan kualitatif oleh sebuah alat berbasis komputer.¹⁷

Murottal merupakan salah satu gaya membaca Al-Qur'an. Kata ini berasal dari bahasa arab "*tartil*" yang berarti perlahan-lahan atau tidak tergesa-gesa.¹⁸ Suara *murottal* memiliki frekuensi 0,5-3,0 Hz, yang berarti frekuensi tersebut memiliki pengaruh terhadap gelombang delta. Gelombang delta adalah gelombang yang erat kaitannya dengan proses relaksasi tubuh. Semakin tinggi gelombang delta yang dihasilkan dalam otak, semakin tinggi pula tingkat relaksasi yang didapat oleh seseorang.¹⁹ Stimulan *murottal* dapat dijadikan alternatif terapi baru sebagai terapi relaksasi bahkan lebih baik dibandingkan dengan terapi audio lainnya karena stimulan Al-Qur'an dapat memunculkan gelombang delta sebesar 63,11%.²⁰

Hammia Zanzabiela dalam jurnal departemen kedokteran gigi anak fakultas kedokteran gigi UMY melakukan penelitian tentang perbedaan tingkat kecemasan dengan pemberian *murottal* Al-Qur'an terhadap pasien gigi anak.

Penelitian ini dilakukan pada pasien perawatan restorasi dengan usia antara 8-12 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan pada seluruh pasien gigi anak yang diberikan lantunan *murottal* Al-Qur'an mengalami penurunan yang signifikan.²

Al Kaheel asal Suriah dalam makalahnya menjelaskan bahwa solusi paling baik untuk seluruh penyakit adalah musik *murottal*. Dengan mendengarkan ayat-ayat dari Al-Qur'an, getaran neuron akan kembali menjadi stabil dan bahkan dapat melakukan fungsi prinsipilnya secara baik.²¹

Musik *murottal* dijadikan salah satu terapi untuk mengurangi kecemasan di Indonesia karena mayoritas penduduk Indonesia memeluk agama Islam. Dilaporkan oleh Badan Pusat Statistik dalam sensus penduduk pada tahun 2010 bahwa 87.9% atau sekitar 207.2 juta masyarakat Indonesia beragama Islam.²³

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh terapi musik *murottal* terhadap perubahan tingkat kecemasan pada perawatan gigi anak.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

1.2.1 Rumusan Masalah Umum

Apakah terdapat pengaruh musik *murottal* terhadap perubahan tingkat kecemasan pada perawatan gigi anak?

1.2.2 Rumusan Masalah Khusus

1. Apakah terdapat perubahan tingkat kecemasan anak antara sebelum dan sesudah perawatan gigi dengan diberikan terapi musik *murottal*?

2. Apakah terdapat perubahan tingkat kecemasan anak antara sebelum dan sesudah perawatan gigi tanpa diberikan terapi musik?
3. Apakah terdapat perbedaan tingkat kecemasan perawatan gigi pada anak antara diberikan terapi musik *murottal* dan tidak diberikan terapi musik?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui adanya pengaruh terapi musik *murottal* terhadap perubahan tingkat kecemasan pada perawatan gigi anak.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui adanya perubahan tingkat kecemasan anak antara sebelum dan sesudah perawatan gigi dengan diberikan terapi musik *murottal*.
2. Mengetahui adanya perubahan tingkat kecemasan anak antara sebelum dan sesudah perawatan gigi tanpa diberikan terapi musik.
3. Mengetahui adanya pengaruh tingkat kecemasan perawatan gigi pada anak antara diberikan terapi musik *murottal* dengan tidak diberikan terapi musik.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Andalas

Penelitian ini dapat menjadi tambahan literatur di perpustakaan Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Andalas dan dapat dijadikan sebagai landasan di Rumah Sakit Gigi dan Mulut Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Andalas dalam menghadapi kecemasan pada pasien anak.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan apabila ingin mencoba metode terapi lain dalam menghadapi kecemasan pada perawatan gigi.

3. Bagi Peneliti

Peneliti dapat menambah ilmu pengetahuan mengenai pengaruh terapi musik *murottal* terhadap perubahan tingkat kecemasan pada perawatan gigi Anak.

4. Bagi praktisi dokter gigi dan masyarakat

Sebagai bahan pertimbangan dokter gigi dan masyarakat dalam membuat kebijakan penanganan pasien anak yang cemas dengan terapi musik *murottal*.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini membahas tentang pengaruh terapi musik *murottal* terhadap perubahan tingkat kecemasan perawatan gigi pada murid SD Adabiah Padang kelas 1 sampai 3, yang dilakukan di ruangan *Objective Structured Clinical Examination* (OSCE) Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Andalas.