



PENGARUH EDUKASI DAN TERAPI MUSIK KOMUNITAS TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK; LITERATUR RIVIEW

¹ Geri Hardiansah, ²Miftahul Falah

Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Ilmu Keperawatan

E-mail: gerihardiansah@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan merupakan masalah psikologis yang umum terjadi pada pasien gagal ginjal kronik (GGK) yang menjalani hemodialisa, selain berdampak pada kesehatan mental juga memengaruhi kondisi fisik. Kajian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi kesehatan dan terapi musik komunitas dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien GGK. Metode penelitian menggunakan literature review dengan sumber data dari Google Scholar. Artikel dipilih sesuai kriteria inklusi, yaitu penelitian berdesain quasi-eksperimen atau pre-eksperimen, melibatkan pasien GGK yang menjalani hemodialisa, dan artikel full-text yang diterbitkan pada kurun waktu 2019–2025. Kriteria eksklusi mencakup artikel yang tidak membahas kecemasan, pasien GGK, atau intervensi edukasi/terapi musik. Dari hasil pencarian, diperoleh 9 artikel yang relevan dianalisis menggunakan kerangka PRISMA. Hasil review menunjukkan bahwa edukasi kesehatan secara signifikan meningkatkan pemahaman pasien, mengurangi ketidakpastian, dan memperkuat kontrol diri, sedangkan terapi musik memberikan efek relaksasi fisiologis dan emosional yang menurunkan stres. Kombinasi kedua intervensi tersebut secara teoritis dan empiris lebih efektif dalam menurunkan kecemasan dibandingkan intervensi tunggal. Kajian ini merekomendasikan penerapan edukasi kesehatan dan terapi musik komunitas sebagai pendekatan non-farmakologis yang praktis, murah, dan berkelanjutan untuk mengelola kecemasan pasien GGK, khususnya di layanan kesehatan primer seperti Puskesmas Tamansari.

Kata kunci: Gagal Ginjal Kronik, Kecemasan, Edukasi Kesehatan, Terapi Musik Komunitas, Hemodialisa.

ABSTRACT

Anxiety is a common psychological problem experienced by patients with chronic kidney failure (CKD) undergoing hemodialysis. Besides affecting mental health, it also influences physical conditions. This review aims to analyze the effects of health education and community music therapy in reducing anxiety levels among CKD patients. The research method used is a literature review with data sources from Google Scholar. Articles were selected based on inclusion criteria, namely studies with a quasi-experimental or pre-experimental design, involving CKD patients undergoing hemodialysis, and full-text articles published between 2019–2025. Exclusion criteria included articles that did not discuss anxiety, CKD patients, or education/music therapy interventions. From the search results, 9 relevant articles were obtained and analyzed using the PRISMA framework. The review findings show that health education

significantly improves patient understanding, reduces uncertainty, and strengthens self-control, while music therapy provides physiological and emotional relaxation effects that reduce stress. The combination of both interventions is theoretically and empirically more effective in reducing anxiety compared to a single intervention. This review recommends the implementation of health education and community music therapy as practical, low-cost, and sustainable non-pharmacological approaches to managing anxiety in CKD patients, particularly in primary healthcare settings such as Tamansari Public Health Center (Puskesmas Tamansari).

Kata Kunci: *Chronic Kidney Failure, Anxiety, Health Education, Community Music Therapy, Hemodialysis.*

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan salah satu gangguan psikologis yang banyak ditemui di berbagai lapisan masyarakat dan menjadi perhatian penting dalam bidang kesehatan mental. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada aspek emosional dan kognitif individu, seperti timbulnya perasaan gelisah, ketakutan, atau kesulitan dalam mengambil keputusan, tetapi juga memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan fisik. Stres dan kecemasan kronis dapat memicu respons fisiologis tubuh, termasuk peningkatan tekanan darah, gangguan pola tidur, penurunan sistem kekebalan tubuh, serta risiko munculnya penyakit metabolik atau kardiovaskular. Dengan demikian, kecemasan merupakan masalah multidimensional yang memerlukan perhatian tidak hanya dari perspektif psikologis, tetapi juga dari sisi kesehatan fisik agar kesejahteraan individu dapat terjaga secara menyeluruh. (Khadijah, 2023).

Menurut Liy dan Liu (2020), kecemasan dapat diklasifikasikan ke dalam tiga tingkat keparahan, yaitu ringan, sedang, dan berat. Kecemasan ringan umumnya muncul dalam konteks kegiatan sehari-hari dan perlu mendapatkan perhatian, karena meskipun bersifat relatif ringan, kondisi ini berpotensi mengganggu kemampuan berpikir dan keterampilan individu dalam menyelesaikan masalah. Pada tingkat ini, individu biasanya menunjukkan gejala fisik maupun psikologis, seperti ketegangan otot, kebingungan, penurunan rasa percaya diri, rasa malu, serta kesulitan untuk memusatkan perhatian pada satu tugas tertentu. Gejala-gejala tersebut, jika tidak ditangani, dapat mengganggu produktivitas, interaksi sosial, dan kualitas hidup secara keseluruhan, sehingga pemahaman terhadap tingkatan kecemasan menjadi penting untuk perencanaan intervensi psikologis yang tepat. (Muldiansyah & Sahrudi, 2025).

Gangguan kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang paling sering dialami oleh pasien dengan penyakit kronis, termasuk pasien gagal ginjal kronik (GGK). Gagal ginjal kronik (GGK) merupakan kondisi kerusakan ginjal yang berlangsung secara progresif dan ditandai oleh akumulasi urea serta produk limbah lain dalam darah, yang dikenal sebagai uremia. Jika kondisi ini tidak diatasi melalui terapi pengganti ginjal, seperti cuci darah atau pemindahan organ, seperti dialisis atau transplantasi, komplikasi serius dapat terjadi. Secara klinis, GGK muncul sebagai akibat

penurunan fungsi ginjal yang berlangsung dalam jangka waktu lama, sehingga organ ini tidak lagi mampu menjalankan perannya dalam menjaga keseimbangan metabolisme, elektrolit, dan ekskresi zat sisa. Ketidakmampuan ginjal untuk mempertahankan fungsi-fungsi vital

tersebut dapat mengakibatkan penurunan kualitas hidup yang signifikan dan bahkan berpotensi menimbulkan kematian apabila tidak diberikan intervensi pengganti yang tepat dan berkelanjutan. (Damanik, 2020). GKG mengharuskan pasien menjalani terapi pengganti ginjal seperti hemodialisis seumur hidup atau hingga mendapatkan transplantasi ginjal (Prasetya et al., 2024). Fenomena ini menjadi perhatian kesehatan masyarakat, terutama karena proses hemodialisis bukan hanya memberikan beban fisik, tetapi juga memunculkan tekanan emosional yang signifikan. Banyak pasien melaporkan perasaan cemas sejak sebelum tindakan dimulai, selama proses hemodialisis, hingga setelah tindakan selesai. Kecemasan dapat muncul akibat rasa takut terhadap jarum dan mesin dialiser, kekhawatiran akan komplikasi selama prosedur, ketidakpastian kondisi kesehatan, hingga beban ekonomi akibat biaya terapi yang tinggi (Haidar et al., 2025). Secara psikologis, kondisi ini sering menempatkan pasien dalam keadaan stres kronis yang berdampak pada penurunan kualitas hidup (Muldiansyah & Sahrudi, 2025).

World Health Organization (WHO) pada tahun 2020 menyatakan bahwa Gagal Ginjal Kronik (GKG) merupakan penyebab kematian urutan ke-18 terbesar di dunia. Data dari *International Kidney Federation* menunjukkan bahwa pada tahun 2021 prevalensi penderita GKG mencapai lebih dari 10% populasi dunia atau sekitar 800 juta kasus. Prevalensi GKG terus meningkat secara global, dan sebuah studi meta-analisis yang menggabungkan 33 penelitian berbasis populasi di seluruh dunia memperkirakan jumlah total individu dengan GKG stadium 1-5 mencapai 843,6 juta orang pada tahun 2022. *International Society of Nephrology* (ISN) tahun 2023 juga melaporkan bahwa prevalensi GKG secara global mencapai 9,5%, di mana 80 negara (49,6%) memiliki tingkat prevalensi di atas rata-rata global (Haidar et al., 2025).

Di Indonesia, data Kementerian Kesehatan RI tahun 2021 menunjukkan bahwa sebanyak 19,3% pasien baru GKG tercatat berjumlah 66.433 orang dari total 251 juta penduduk, sedangkan jumlah pasien aktif mencapai 132.142 orang dari 499 juta penduduk. Pada tahun 2022, Jawa Barat menjadi provinsi dengan jumlah kasus GKG terbanyak yaitu 131.846 jiwa, diikuti Jawa Tengah dengan 113.045 jiwa, serta Sumatera Utara dengan 45.792 jiwa. Berdasarkan uraian tersebut, jumlah penderita laki-laki mencapai 355.726 jiwa, sedangkan perempuan 358.057 jiwa. Data terbaru tahun 2023 menunjukkan bahwa GKG lebih banyak terjadi pada laki-laki (0,42%) dibandingkan perempuan (0,33%), dengan jumlah pasien yang menjalani hemodialisa mencapai 38,71% dan peningkatan angka kasus sebesar 35,51% (Haidar et al., 2025).

Secara global maupun nasional, prevalensi kecemasan pada pasien GKG juga tergolong tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa GKG tidak hanya menimbulkan

masalah fisik, tetapi juga beban mental yang signifikan, sehingga memerlukan intervensi khusus untuk membantu mengurangi gangguan psikologis yang dialami pasien.

Di tingkat layanan kesehatan primer, fenomena ini semakin terlihat jelas. Banyak pasien yang datang ke puskesmas atau fasilitas kesehatan komunitas tidak hanya mengeluhkan gejala fisik, tetapi juga mengungkapkan kecemasan terhadap kondisi penyakit yang terus berlanjut. Kecemasan pada pasien GGK dapat berdampak pada peningkatan tekanan darah, ketidakteraturan detak jantung, serta ketidakpatuhan terhadap jadwal hemodialisis maupun aturan diet yang dianjurkan (Simanjuntak et al., 2024). Masalah ini kemudian memperburuk kondisi kesehatan pasien secara keseluruhan. Namun, pelayanan kesehatan dasar seperti puskesmas belum secara sepenuhnya mengintegrasikan intervensi psikososial dalam manajemen pasien GGK. Fokus pelayanan lebih banyak diarahkan pada pemeriksaan fisik, pengelolaan komplikasi, dan penyuluhan umum, sementara intervensi psikologis sering kali belum menjadi prioritas.

Selain itu, kecemasan yang dialami pasien GGK sering kali diperburuk oleh minimnya pemahaman mereka tentang proses penyakit, manfaat terapi, serta risiko yang mungkin terjadi (Simanjuntak et al., 2024). Edukasi kesehatan yang terstruktur dan berkesinambungan memiliki peran penting dalam membantu pasien memahami kondisi mereka sehingga mampu mengurangi ketidakpastian dan kecemasan (Manalu et al., 2021). Di sisi lain, intervensi non-farmakologis seperti terapi musik terbukti efektif memberikan efek relaksasi, menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis, serta meningkatkan ketenangan psikologis (Sahila et al., 2023). Musik dapat mempengaruhi emosi, detak jantung, tekanan darah, serta persepsi terhadap stres melalui mekanisme neurofisiologis (Antarika et al., 2021). Oleh karena itu, kombinasi antara edukasi kesehatan dan terapi musik komunitas dipandang sebagai pendekatan yang potensial dan mudah diterapkan di fasilitas layanan kesehatan primer.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa edukasi kesehatan maupun terapi musik mampu menurunkan tingkat kecemasan pasien GGK. Penelitian Rostianah Manurung et al. (2024) menunjukkan bahwa pemberian edukasi kesehatan melalui media leaflet secara signifikan dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien yang menjalani hemodialisis, dengan nilai $p=0,00$. Penelitian tersebut memperlihatkan bahwa pemberian informasi yang tepat dapat mengurangi perasaan takut, kebingungan, dan ketidakpastian pada pasien. Temuan serupa disampaikan oleh Lisbet Oktovia Manalu et al. (2021) yang melaporkan bahwa edukasi kesehatan efektif menurunkan kecemasan pasien GGK di RSKG Ny. Ra Habibie Bandung. Kedua penelitian ini secara konsisten menegaskan bahwa edukasi merupakan salah satu intervensi yang penting dan efektif.

Di sisi lain, penelitian mengenai terapi musik juga memberikan hasil yang signifikan. Vitiana Maryanti et al. (2024) menemukan bahwa terapi musik jazz memiliki efek positif dalam mengurangi kecemasan pada pasien hemodialisis, dengan banyak pasien menunjukkan penurunan kecemasan dari tingkat sedang menjadi ringan. Temuan serupa juga dikemukakan oleh Nanda Suryani Sagala et al. (2020) yang membuktikan

bahwa musik dangdut mampu menurunkan kecemasan pada pasien GJK di RSUD Tapanuli Selatan. Kedua penelitian ini memperlihatkan bahwa musik, terlepas dari jenisnya, dapat memberikan efek relaksasi dan menstabilkan kondisi emosional pasien.

Meskipun sejumlah penelitian tersebut telah menunjukkan efektivitas edukasi maupun terapi musik, namun terdapat keterbatasan yang membentuk research gap yang penting untuk dikaji. Pertama, sebagian besar penelitian hanya meneliti satu intervensi secara terpisah, baik edukasi saja atau terapi musik saja, sehingga belum ada kajian yang mengombinasikan keduanya sebagai bentuk intervensi komprehensif. Kedua, penelitian sebelumnya sebagian besar dilakukan di rumah sakit, bukan dalam konteks pelayanan kesehatan primer seperti puskesmas, yang memiliki pendekatan berbasis komunitas dan sangat relevan bagi pasien GJK yang menjalani pemantauan rutin. Ketiga, belum terdapat penelitian yang secara khusus mengkaji terapi musik dalam

konteks komunitas, yaitu diterapkan dalam kelompok pasien sehingga terdapat interaksi sosial yang dapat memperkuat dukungan emosional. Celah inilah yang melatarbelakangi pentingnya penelitian ini dilakukan.

Penelitian mengenai edukasi dan terapi musik komunitas juga memiliki urgensi yang tinggi karena intervensi psikososial yang bersifat sederhana, murah, dan praktis sangat diperlukan dalam layanan kesehatan dasar. Edukasi yang baik dapat membantu pasien memahami kondisi mereka, meningkatkan kontrol diri, dan menurunkan ketakutan terhadap proses pengobatan (Hotimah et al., 2022). Sementara itu, terapi musik komunitas mampu menciptakan suasana relaks, meningkatkan rasa nyaman, serta membantu pasien mengalihkan pikiran dari rasa cemas. Kombinasi kedua intervensi ini berpotensi memberikan dampak yang lebih kuat dibandingkan bila dilakukan secara terpisah.

Puskesmas Tamansari dipilih sebagai lokasi penelitian karena memiliki jumlah pasien GJK yang cukup tinggi dan menjalani pemantauan rutin, namun belum memiliki program intervensi psikososial terstruktur untuk mengatasi kecemasan pasien. Selain itu, puskesmas ini memiliki kelompok binaan penyakit kronik yang aktif, sehingga memungkinkan pelaksanaan edukasi dan terapi musik dalam pendekatan komunitas dengan lebih efektif. Lingkungan sosial di wilayah kerja Puskesmas Tamansari juga mendukung pendekatan kelompok karena adanya budaya gotong royong dan interaksi sosial masyarakat yang cukup kuat (Fauziyyah & Nur, 2025).

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk melakukan kajian (*literature review*) dengan menelaah secara mendalam jurnal-jurnal ilmiah terkait pengaruh edukasi dan terapi musik komunitas terhadap tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik di wilayah kerja Puskesmas Tamansari.

METODE

Desain

Penelitian ini merupakan systematic review bertujuan untuk mengevaluasi Pengaruh edukasi dan terapi musik komunitas terhadap tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik.

Sumber data

Sumber data dalam penelitian literature review ini diperoleh melalui dua database utama, yaitu *Google Scholar*. Database tersebut digunakan untuk mengidentifikasi artikel ilmiah yang relevan dengan topik edukasi dan terapi musik dalam komunitas dan pengaruhnya terhadap tingkat kecemasan individu dengan gagal ginjal kronik. Setelah artikel ditemukan, proses penilaian kualitas dilakukan dengan menggunakan kerangka kerja *Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analysis* (PRISMA) untuk memastikan bahwa setiap artikel memenuhi standar ilmiah dan sesuai dengan kriteria inklusi..

Strategi pencarian

Strategi pencarian dilakukan secara elektronik pada tanggal 30 November 2025 dengan memanfaatkan fitur pencarian lanjutan di *Google Scholar*. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian meliputi: “Edukasi Kesehatan”, “Terapi Musik”, “*Community Music Therapy*”, “Kecemasan”, “Gagal Ginjal Kronik”, “Hemodialisa”, serta kombinasi menggunakan operator Boolean AND/OR.

Batasan pencarian ditetapkan pada artikel yang terbit dalam rentang 2019-2025 dengan format full text. Dari proses pencarian awal diperoleh sejumlah artikel, kemudian diseleksi berdasarkan keterkaitan dengan tema dampak pendidikan dan terapi musik dalam komunitas terhadap rasa cemas pada pasien yang menderita gagal ginjal kronik. Setelah proses filtrasi menggunakan standar PRISMA, diperoleh 9 artikel yang memenuhi kriteria untuk dianalisis lebih lanjut. Dalam penentuan relevansi, penyusun menggunakan kerangka PICO (*Population, Intervention, Comparison, Outcomes*) untuk merumuskan pertanyaan klinis sebagai dasar seleksi. Pertanyaan klinis yang dirumuskan adalah: “Apakah pendidikan dan terapi musik dalam konteks komunitas berpengaruh terhadap pengurangan tingkat kecemasan pada individu dengan gagal ginjal kronik?”. Menilai dampak pendidikan dan terapi.

Table 1 Research Question (PICO Framework)

Elemen	Deskripsi	Istilah
P(population)	Pasien Gagal Ginjal Kronik yang menjalani perawatan di layanan kesehatan	<i>Chronic Kidney Disease Patienta</i>
I(Intervention)	Edukasi Kesehatan dan Terapi Musik Komunitas	<i>Health Education Community Music Htherapy</i>

C(Comparison)	Tanpa edukasi/terapi music atau intervensi standar	-
O(Outcome)	Penurunan tingkat kecemasan	<i>Anxiety Reduction</i>

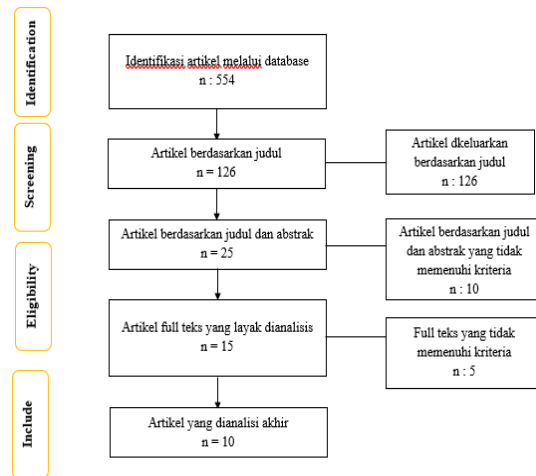
KRITERIA SELEKSI

Pemilihan artikel dalam penelitian ini dilakukan dengan menetapkan beberapa kriteria yang langsung terkait dengan fokus kajian, yaitu edukasi dan terapi musik komunitas pada pasien gagal ginjal kronik. Artikel yang disajikan harus mengulas tentang individu yang menderita penyakit ginjal kronis, baik yang menerima hemodialisis ataupun perawatan alternatif, serta menekankan masalah kecemasan yang dialami oleh pasien tersebut. Selain itu, artikel harus memuat pembahasan mengenai pemberian edukasi, terapi musik, atau intervensi serupa yang bertujuan memberikan ketenangan psikologis. Artikel yang digunakan juga dibatasi pada publikasi tahun 2019–2025 agar sesuai dengan perkembangan penelitian terbaru.

Sementara itu, artikel yang tidak membahas pasien gagal ginjal kronik, tidak mengangkat isu kecemasan, ataupun tidak menyinggung pendidikan kesehatan atau musik sebagai bentuk intervensi, dikeluarkan dari seleksi. Artikel yang hanya membahas aspek penyakit tanpa menyinggung kondisi psikologis pasien juga tidak dimasukkan. Dengan kriteria ini, artikel yang dipilih dalam penelitian benar- benar berhubungan erat dengan tujuan untuk

Berdasarkan hasil penelusuran, diperoleh 10 artikel yang memenuhi kriteria penelitian dengan metode kuantitatif, terutama desain quasi-eksperimen dan pre-eksperimental, yang membahas pengaruh edukasi kesehatan serta terapi musik pada level kecemasan pasien dengan Gagal Ginjal Kronis (GGK) yang menjalani prosedur hemodialisis. Seluruh artikel yang terpilih dianalisis melalui proses ekstraksi data dengan mengelompokkan informasi penting seperti nama penulis, tahun publikasi, tujuan penelitian, desain dan metode penelitian, jumlah sampel, instrumen yang digunakan, bentuk intervensi yang diberikan, serta hasil utama.

CHART DIAGRAM PRISMA



HASIL

No	Penulis, Tahun	Tempat	Design	Tujuan	Sampel	Instrumen	Interven si	Hasil
1	Rostianah Manurunget al., 2024	RSUD (lokasi tidak disebutkan, penelitian di Medan)	Quasi Eksperimen	Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan leaflet terhadap tingkat kecemasan pasien hemodialisa	38 responden	HRS- A(Hamilton Rating Scale for Anxiety)	Edukasi kesehatan menggunakan leaflet	Terdapat pengaruh signifikan ($p = 0,00$) pemberian edukasi Kesehatan terhadap penurunan kecemasan pasien GGK yang menjalani hemodialisa
2	Lisbet Oktovia Mazalu, Nia Nur Latifah, Ahmad Arifin, 2021	RSKG Ny.Ra Habibie Bandung	Pre Eksperimental (One Group Pretest Posttest)	Mengetahui pengaruh edukasi kesehatan terhadap tingkat kecemasan pasien GGK saat hemodialisa	60 responden	Kuesioner kecemasan (HARS)	Edukasi kesehatan tentang hemodialisa	Terdapat penurunan kecemasan signifikan ($p = 0,00$) setelah diberikan edukasi kesehatan
3	Enny Chusnul Hotimah,Feriana Ira Handian,SihAgeng Lumadi (2022)	Instalasi Hemodialisa RSUD dr.Saiful Anwar (RSSA) Malang	One Group Pre- Post Test Design	Menilai dampak pendidikan mengenai efek samping dari prosedur hemodialis yang dilakukan secara rutin terhadap tingkat kecemasan pasien sebelum menjalani hemodialisis	41 pasien pre- hemodialisa	Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)	Edukasi menggunakan SAP dan media leaflet tentang efek samping hemodialisa rutin selama 30 menit	Terdapat penurunan signifikan kecemasan ($p = 0,000$). Rerata kecemasan turun dari 28,32 → 17,73. Edukasi terbukti berpengaruh terhadap penurunan kecemasan pasien pre- hemodialisa

4	Desi Rahmawati & Maulidita KW, 2019	RSUD Dr. Adhyatma MPH Semarang	Studi kasus (One Group Pretest Posttest)	Memberikan pendidikan kesehatan untuk menurunkan kecemasan pada pasien GJK yang menjalani hemodialisa	2 responden	HRSA (Hamilton Rating Scale for Anxiety)	Pendidikan kesehatan menggunakan lembar balik (flipchart), leaflet, dan booklet tentang penatalaksanaan hemodialisa	Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap menurunkan kecemasan pasien GJK yang menjalani hemodialisa
5	Nanda Suryani Sagala, Hotma Royani Siregar, Saria Darmi, 2020	RSUD Tapanuli Selatan	Quasi Eksperimen	Mengetahui pengaruh terapi musik dangdut terhadap kecemasan pasien GJK saat hemodialisa	12 responden	Uji Wilcoxon, kuesioner kecemasan	Terapi musik dangdut	Ada pengaruh signifikan ($p = 0,002$) terapi musik dangdut dalam menurunkan kecemasan pasien hemodialisa
6	Maryanti Gatot Suparm Vitiana anto, Diyanah Sholihan Rinjani Putri, 2024	Ruang Hemodialisa RS Slamet Riyadi Surakarta	Pre Experiment (One Group Pre- Post Test Design Without Control)	Mengetahui pengaruh terapi musik jazz terhadap tingkat kecemasan pasien hemodialisa	66 orang (Total Sampling)	Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)	Mendengarkan musik jazz instrumental selama 20 menit	Terdapat pengaruh signifikan terapi musik jazz terhadap kecemasan ($p = 0,000$)
7	Argi Syahdila Darma, Hermawati, Panggah Widodo, 2024	ICU RSUD Panda Arang Boyolali	Studi Kasus Deskriptif	Mempelajari dampak penggunaan terapi musik klasik pada pasien dengan gagal ginjal kronis yang sedang menjalani hemodialisa	2 responden	HARS	Pemberian musik klasik (durasi tidak dicantumkan)	Kedua responden mengalami penurunan kecemasan setelah intervensi
8	Ahmad Maulana, Meti Agustini, Mariani, 2024	Ruang Hemodialisa RS Islam Banjarmasin	Pre Eksperimental (One Group Pretest-Posttest Design)	Mengetahui pengaruh terapi musik terhadap tingkat kecemasan pasien hemodialisa	30 responden (Sampling Jenuh)	State Trait Anxiety Inventory (STAI)	Terapi musik menggunakan headset (jenis musik tidak dijelaskan)	Ada pengaruh terapi musik dengan nilai $p = 0,000$
9	Betty Simanjuntak, Ni Luh Widani, Supardi Sidibyo, 2024	RS Swasta X dan Y Bekasi Timur	Quasi Eksperimen dengan Case-Control	Mengetahui efektivitas terapi musik relaksasi alam terhadap kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani Hemodialisis	67 responden (31 intervensi, 36 kontrol)	Tidak disebutkan instrumen nama spesifik	Musik relaksasi alam 30 menit, 2x/minggu selama 4 minggu	Terdapat pengaruh signifikan ($p = 0,000$) dalam penurunan kecemasan

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis dari 9 artikel yang telah dikaji, terlihat bahwa edukasi kesehatan dan terapi musik merupakan intervensi yang konsisten memberikan dampak

signifikan dalam menurunkan tingkat kecemasan pada individu yang mengalami gagal ginjal kronik (GGK) dan menjalani hemodialisis. Seluruh penelitian menunjukkan hasil yang seragam, yaitu terjadinya penurunan kecemasan setelah pasien diberikan intervensi, baik melalui edukasi maupun terapi musik. Kondisi kecemasan pada pasien GGK umumnya muncul akibat proses hemodialisa yang harus dijalani seumur hidup, adanya perubahan status kesehatan, ketidakpastian kondisi, serta efek samping dari prosedur hemodialisa.

Hemodialisis merupakan salah satu jenis terapi dialisis yang bertujuan untuk menghilangkan kelebihan cairan dan bahan limbah hasil metabolisme dan tubuh secara teratur dan terkendali. Meskipun merupakan prosedur penting bagi pasien gagal ginjal kronik, hemodialisis dapat menimbulkan berbagai komplikasi yang berdampak pada kesehatan fisik maupun psikologis. Proses terapi yang rutin dan intensif ini seringkali membuat pasien merasa lelah, stres, dan cemas, sehingga mengurangi produktivitas harian mereka, menimbulkan potensi kehilangan penghasilan, serta menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan. Kondisi tersebut menegaskan pentingnya perhatian tidak hanya pada aspek medis, tetapi juga pada dukungan psikososial bagi pasien yang menjalani hemodialisis jangka panjang (Saragih et al., 2024). Terapi ini memanfaatkan teknologi canggih untuk mengeluarkan sisa yang sudah di proses dalam tubuh dan zat zat berat dari darah, Proses ini melibatkan mekanisme difusi, osmosis, dan ultrafiltrasi (Lubis & Nurhayati, 2025). Kecemasan termasuk dampak psikologis dari hemodialisi yang paling sering ditemukan (Naibaho et al 2024). Dengan demikian, pemberian intervensi yang dapat menurunkan kecemasan sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup pasien. Dua intervensi komplementer yang terbukti efektif adalah edukasi kesehatan dan terapi musik.

Pada penelitian Rostianah Manurung et al. (2024), edukasi dengan leaflet menunjukkan penurunan kecemasan yang bermakna.

Edukasi membuat pasien merasa lebih memahami kondisinya, mengurangi ketidakpastian, dan meningkatkan sense of control terhadap prosedur hemodialisa. Hal yang sama ditunjukkan oleh penelitian Lisbet Oktovia Manalu et al. (2021), Enny Chusnul Hotimah et al. (2022), serta studi kasus oleh Desi Rahmawati dan Maulidta KW (2019). Seluruhnya menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan pasien, maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dirasakan. Edukasi membantu memberi rasa aman dan kesiapan mental sebelum menjalani prosedur hemodialisa, yang pada akhirnya mampu menekan reaksi emosional negatif. Hal ini menegaskan bahwa edukasi dapat meningkatkan pemahaman pasien mengenai prosedur hemodialisa, risiko, serta cara merawat diri sehingga pasien merasa lebih siap dan tidak cemas dalam menghadapi tindakan yang berulang. Ketika pasien memiliki pengetahuan yang cukup, ketakutan berbasis kesalahpahaman dapat diminimalkan dan kontrol diri meningkat. Temuan ini sejalan dengan kondisi pasien GGK di Puskesmas Tamansari, yang pada umumnya juga menghadapi kecemasan akibat ketidaktahuan tentang perjalanan penyakit dan proses hemodialisa.

Selain edukasi, terapi musik juga menunjukkan dampak signifikan yang konsisten di hampir semua penelitian. Musik yang digunakan pada masing-masing studi berbeda-beda seperti musik dangdut (Sagala et al., 2020), musik jazz instrumental (Maryanti et al., 2024), musik klasik (Darma et al., 2024), musik umum melalui headset (Maulana et al., 2024), serta musik alam (Simanjuntak et al., 2024), namun semuanya memberikan hasil yang sama, yaitu penurunan kecemasan secara signifikan. Hal ini membuktikan bahwa efek musik tidak bergantung pada satu jenis tertentu, tetapi pada karakter musik yang menghasilkan relaksasi, stabilisasi gelombang otak, dan penurunan aktivitas saraf simpatik. Dari sisi fisiologis, musik dapat menurunkan kadar hormon stres seperti kortisol, memperlambat detak jantung, memperbaiki kualitas pernapasan, serta meningkatkan hormon endorfin yang memberikan rasa nyaman (Naibaho et al., 2024).

Penelitian Sagala et al. (2020) dan Maryanti et al. (2024), misalnya, menunjukkan nilai signifikansi $p = 0,002$ dan $p = 0,000$ yang mempertegas bahwa jenis musik yang berbeda tetap memberikan efek terapeutik terhadap emosi dan kecemasan pasien.

Menariknya, efek terapi musik juga terlihat pada penelitian dengan sampel kecil seperti pada penelitian Darma et al. (2024) yang hanya melibatkan dua responden, namun keduanya menunjukkan penurunan kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa efek musik bersifat universal dan dapat dirasakan bahkan pada individu dengan kondisi psikologis yang berbeda-beda. Sementara itu, penelitian Betty Simanjuntak et al. (2024) yang menggunakan desain *quasi-eksperimen case-control* memperlihatkan bahwa musik alam yang diberikan secara rutin dua kali seminggu selama empat minggu mampu menurunkan kecemasan secara signifikan dibandingkan kelompok kontrol yang tidak memperoleh intervensi. Hasil ini menunjukkan bahwa durasi, frekuensi, dan konsistensi pemberian musik dapat memperkuat efek relaksasi dan berdampak pada penurunan kecemasan jangka panjang.

Jika dibandingkan antara intervensi edukasi dan terapi musik, keduanya memiliki mekanisme penurunan kecemasan yang berbeda tetapi saling melengkapi. Edukasi bekerja pada aspek kognitif, memperkuat pengetahuan, persepsi, dan rasa kontrol pasien terhadap penyakitnya. Sementara itu, terapi musik bekerja pada aspek afektif melalui mekanisme fisiologis dan emosional yang secara langsung menurunkan ketegangan. Kombinasi kedua intervensi ini secara teoritis memberikan keuntungan yang lebih besar, karena mengatasi kecemasan dari dua sisi: pikiran dan perasaan. Oleh karena itu, penelitian Anda yang menggabungkan “Edukasi dan Terapi Musik Komunitas” sangat relevan dan didukung oleh bukti empiris dari berbagai penelitian sebelumnya.

Dari seluruh artikel yang dianalisis, terlihat adanya konsistensi bahwa pasien GSK yang menjalani hemodialisa memiliki tingkat kecemasan yang tinggi, baik sebelum prosedur maupun selama menjalani terapi. Hal ini memperkuat argumen bahwa intervensi non-farmakologis sangat dibutuhkan dalam ruang hemodialisa. Banyak pasien merasa

takut terhadap efek samping, jarum, mesin dialiser, hingga kemungkinan komplikasi yang mungkin terjadi selama prosedur. Intervensi edukasi membantu pasien memahami apa yang harus dihadapi, sedangkan musik membantu menenangkan kondisi psikologis selama menjalani tindakan. Kombinasi ini bersifat praktis, tidak membutuhkan biaya besar, mudah diterapkan oleh perawat, dan tidak memiliki efek samping.

Hasil analisis juga menegaskan bahwa intervensi edukasi lebih efektif menurunkan kecemasan pada aspek persepsi dan kesadaran pasien, sedangkan terapi musik lebih efektif dalam menurunkan kecemasan situasional selama prosedur berlangsung. Hal ini menjelaskan mengapa penelitian yang menggunakan dua intervensi sekaligus memiliki potensi manfaat yang lebih kuat dibandingkan penelitian yang hanya menggunakan satu jenis intervensi. Dengan demikian, hasil ini sangat mendukung pelaksanaan penelitian di Puskesmas Tamansari yang akan menilai bagaimana kombinasi edukasi dan terapi musik dapat membantu pasien GGK dalam menghadapi kecemasan yang timbul akibat perawatan hemodialisa jangka panjang.

Secara keseluruhan, seluruh hasil penelitian terdahulu memberikan dukungan teori dan bukti empiris yang kuat bahwa edukasi dan terapi musik adalah intervensi efektif terhadap kecemasan pasien GGK. Temuan tersebut selaras dengan penelitian di Puskesmas Tamansari yang menggabungkan kedua intervensi dalam satu paket layanan yang lebih menyeluruh. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kombinasi edukasi dan terapi musik komunitas memiliki dasar ilmiah, efektivitas yang tinggi, serta kelayakan untuk diterapkan sebagai terapi komplementer dalam membantu mengurangi kecemasan pasien gagal ginjal kronik, khususnya pada layanan kesehatan tingkat pertama seperti Puskesmas Tamansari.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis sepuluh artikel yang dikaji, edukasi kesehatan dan terapi musik terbukti sebagai intervensi yang efektif dan konsisten dalam menurunkan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Edukasi kesehatan membantu meningkatkan pemahaman pasien mengenai prosedur, risiko, serta perawatan mandiri sehingga mengurangi ketidakpastian dan rasa takut, sementara terapi musik memberikan relaksasi fisiologis dan emosional yang menstabilkan respon stres selama tindakan berlangsung. Temuan ini sangat relevan dengan kondisi pasien GGK di Puskesmas Tamansari yang kerap mengalami kecemasan akibat kurangnya informasi dan tuntutan menjalani hemodialisa jangka panjang. Dengan demikian, kombinasi edukasi dan terapi musik memiliki dasar ilmiah yang kuat dan layak digunakan sebagai pendekatan komplementer dalam mengelola kecemasan pasien di Puskesmas tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

Antarika, G. Y., Nurachmah, E., & Yona, S. (2021). Intervensi Terapi Musik Terhadap Intensitas Nyeri pada Prosedur Invasif Gde Yasa Antarika. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 12(3), 261–264.

- Damanik, H. (2020). TINGKAT KECEMASAN PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK DALAM MENJALANI HEMODIALISA DI RUMAH SAKIT IMELDA PEKERJA INDONESIA. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 6(1), 80–85.
- Darma, A. S., Hermawati, & Widodo, P. (2024). Penerapan Terapi Musik Klasik Terhadap Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa Di Ruang ICU RSUD Pandan Arang Boyolali. *Vitamin : Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, 2(3), 277–284.
- Fauziyyah, W. R., & Nur, E. I. Y. (2025). GAMBARAN PENGETAHUAN , PERSEPSI , DAN KEPATUHAN DIET PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS TAMANSARI KOTA TASIKMALAYA TAHUN 2024. *Nutriture Journal*, 4(1), 54–68.
- Haidar, A., Mardiana, N., & Fitri, N. (2025). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN HEMODIALISA. *Jurnal Keperawatan Sisthana*, 10(1), 73–82.
- Hotimah, E. C., Handian, F. I., & Lumadi, S.A. (2022). PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI TENTANG EFEK SAMPING TINDAKAN HEMODIALISA RUTIN TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PRE HEMODIALISA DI RSSA MALANG. *Manuju: Malahayati Nursing Journal*, 4(8), 1901–1915.
- Khadijah, L. P. (2023). Efektivitas Terapi Musik Untuk Menurunkan Tingkat Stres Dan Kecemasan. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(3), 91–98.
- Lubis, L., & Nurhayati, E. (2025). KUALITAS HIDUP PASIEN GAGAL GINJAL KRONIS YANG MENJALANI HEMODIALISA. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(3), 729–734.
- Manalu, L. O., Latifah, N. N., & Arifin, A. (2021). Efektivitas Pemberian Edukasi Kesehatan Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronis yang dihemodialisa di RSKG Ny. Ra Habibie Bandung. *Risenologi*, 6(1a), 70–75.
- Manurung, R., Manurung, N., Bolon, C. M. T., Dewi, R., & Siregar, S. (2024). PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI KESEHATAN TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN YANG MENJALANI HEMODIALISA. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, 10(1), 117–122.
- Maryanti, V., Suparmanto, G., & Putri, D. S.R. (2024). PENGARUH TERAPI MUSIK JAZZ TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN YANG MENJALANI HEMODIALISA DI RUMAH SAKIT SLAMET RIYADI. *Universitas Kusuma Husada Surakarta*. Maulana, A., Agustini, M., & Mariani. (2024).
- The Effect Of Music Therapy On Anxiety Level Of Hemodialysis Patients. *Journal of Nursing and Health Education*, 3(2), 23–28.

- Muldiansyah, F., & Sahrudi. (2025). GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PASIEN DI INSTALASI GAWAT DARURAT RSUD KABUPATEN BEKASI. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 5(2), 726–743.
- Naibaho, A. E., Fadhila, F., & Daulay, W. (2024). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Kecemasan: Tinjauan Literatur. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 154–160.
- Prasetya, D. C. T., Pateda, S. M., Ihsan, M., Yusuf, M. N. S., & Antu, Y. (2024). KARAKTERISTIK DAN KOMORBIDITAS PASIEN GAGAL GINJAL KRONIS. *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*, 7(2), 147–154.
- Sagala, N. S., Siregar, H. R., & Darmi, S. (2020). Pengaruh terapi musik dangdut terhadap tingkat kecemasan pasien dengan gagal ginjal kronik dalam menjalani terapi hemodialisa. *Jurnal Education and development*, 8(4), 540–544.
- Sahila, L. N., Rohmah, M., Septimar, Z. M., & Sembiring, R. (2023). ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN CHRONIC KIDNEY DISEASE (CKD) DENGAN INTERVENSI PEMBERIAN MUSIK KLASIK TERHADAP KUALITAS TIDUR DI PAVILIUN MAWAR RSUD KABUPATEN TANGERANG. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(8), 237–242.
- Saragih, A. M., Wahyuni, S., Rafita Yuniarti, Indrayani, G., & Peri. (2024). GAMBARAN KARAKTERISTIK PASIEN GAGAL GINJAL KRONIS STADIUM V YANG MENJALANI HEMODIALISIS. *Scientica: Jurnal Ilmiah Sain dan Teknologi*, 3(1), 431–