


RSPAD GATOT SOEBROTO DITES AD 	SOP PEMBERIAN TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL PADA PASIEN DENGAN NYERI PADA CEDERA ACL		
	No. Dokumen	No. Revisi :0	Halaman
SOP (STANDAR PROSEDUR OPRASIONAL)	Tanggal terbit	Ditetapkan, Kepala RSPAD Gatot Soebroto (dr Terawan Agus Putranto, Sp.Rad (K))	
Pengertian	Terapi musik adalah materi yang mampu mempengaruhi kondisi seseorang baik fisik maupun mental. Musik memberi rangsangan pertumbuhan fungsi – fungsi otak seperti fungsi ingatan, belajar, mendengar, berbicara, serta analisis intelek dan fungsi kesadaran		
Tujuan	Distraksi teknik reduksi nyeri dengan mengalihkan perhatian kepada hal lain sehingga kesadaran terhadap nyeri berkurang		
Kebijakan	Bahwasemuapasiennyeri cedera Acl dapat diberikan terapi musik distraksi		
Prosedur	Waktu yang dibutuhkan untuk memberikan terapi relaksasi auto genik yaitu 30 menit. Pelaksanaan pemberian terapi relaksasi auto genik 1. Persiapan. a. Siapkan lingkungan yang nyaman dan tenang. b. Kontrak waktu dan jelaskan tujuan. 2. Pelaksanaan a. Persiapan sebelum memulai latihan <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tubuh berbaring, kepala disanggah dengan bantal, dan mata terpejam ▪ Atur napas hingga napas menjadi lebih lentur ▪ Tarik napas sekuat-kuatnya lalu buang secara perlahan-lahan b. Langkah : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Fokuskan diri saat menikmati musik instrumental ▪ Bayangkan anda sedang berada di tempat yang tenang, sejuk dan damai.lakukan sampai 30 menit. ▪ Setelah 30 menit buka mata dan ceritakan apa yang dirasakan 		
Unit terkait	Ruang rawat inap		

Lampiran 2

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Perubahan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi Musik Instrumental di Ruang Perawatan Lantai 6 Bedah RS Kepresidenan Gatot Soebroto Jakarta (n=5).

	1	2	3	4	5
Sebelum pemberian terapi musik Instrumental	Skala nyeri 5	Skala nyeri 5	Skala nyeri 4	Skala nyeri 5	Skala nyeri 4
Sesudah pemberian terapi musik instrumental	Skala nyeri 0	Skala nyeri 0	Skala nyeri 0	Skala nyeri 1	Skala nyeri 0

Lampiran 3

TABEL EVALUASI TINDAKAN

No	Evaluasi yang dinilai	Responden				
		1	2	3	4	5
1	Ekspresi wajah klien rileks atau tenang selama mengikuti terapi musik	√	√	√	√	√
2	Klien memejamkan mata ketika mendengarkan terapi musik	√	√	√	√	√
3	Klien tertidur ketika atau selama mendengarkan terapi musik	√	√	√	√	√
4	Klien terlihat menggunakan nafas dalam ketika nyeri muncul selama prosedur terapi musik	√	√	√	√	√
5	Klien mengatakan skala nyeri berkurang setelah mendengarkan musik	√	√	√	√	√
6	Klien mengatakan hati tenang dan nyaman setelah mendengarkan terapi musik	√	√	√	√	√
	Total	6	6	6	6	6

Lampiran 4

KONSEP TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL

1. Pengertian

Terapi musik adalah materi yang mampu mempengaruhi kondisi seseorang baik fisik maupun mental. Musik memberi rangsangan pertumbuhan fungsi – fungsi otak seperti fungsi ingatan, belajar, mendengar, berbicara, serta analisis intelek dan fungsi kesadaran (Satiadarma,2011). Terapi musik merupakan suatu disiplin ilmu yang rasional yang memberi nilai tambah pada musik sebagai dimensi baru secara bersama dapat mempersatukan seni, ilmu pengetahuan dan emosi (Widodo,2010).

Menurut Federasi Terapi Musik Dunia (WMFT), terapi musik adalah penggunaan musik dan elemen musik (suara, irama, melodi, dan harmoni) oleh seseorang terapis musik yang telah memenuhi kualifikasi, terhadap klien atau kelompok dalam proses membangun komunikasi, meningkatkan relaksasi interpersonal, belajar, meningkatkan mobilitas, mengungkapkan ekspresi, menata diri atau untuk mencapai berbagai tujuan terapi lainnya (Utomo,2013).

Musik Instrumen adalah suatu komposisi atau rekaman musik tanpa lirik atau music vokal, terapi musik instrumental (new age) merupakan salah satu distrkasi yang efektif dan dipercaya dapat menurunkan nyeri fisiologis, stress dan kecemasan dengan mengalihkan perhatian seseorang dari nyeri, namun teknik ini masih jarang bahkan belum dipakai dalam praktek keperawatan medikal bedah (Potter&Perry, 2010). Musik adalah segala sesuatu yang menyenangkan, mendatangkan keceriaan, mempunyai irama (ritme), Melody, Timbre (tone color) tertentu untuk membantu tubuh dan pikiran saling bekerja sama (Fauzi,2010). Musik memberi nuansa yang bersifat menghibur, menumbuhkan suasana yang menenangkan dan menyenangkan seseorang, sehingga music tidak hanya berpengaruh terhadap kecerdasan berfikir saja tetapi juga kecerdasan emosi (Sari, 2013).

2. Jenis – jenis musik

Seiring dengan perkembangan dan kemajuan teknologi juga semakin meningkatkan jenis-jenis musik seperti musik rok, musik contry, musik jazz, musik barok, musik klasik, musik instrumen dll. Sebagian dari musik ini dapat digunakan untuk merangsang kecerdasan, walau demikian bukan berarti musik lain tidak berpengaruh sama sekali

(Satiadarma, 2013). Jenis musik yang sudah diteliti untuk dapat menurunkan rasa nyeri adalah

a. Musik Instrumen

Musik Instrumen adalah suatu komposisi atau rekaman musik tanpa lirik atau music vokal, tetapi musik instrumental (new age) merupakan salah satu distraksi yang efektif dan dipercaya dapat menurunkan nyeri fisiologis, stress dan kecemasan dengan mengalihkan perhatian seseorang dari nyeri, namun teknik ini masih jarang bahkan belum dipakai dalam praktek keperawatan medikal bedah (Potter&Perry, 2010).

b. Musik Klasik

Musik klasik disebut juga dengan dampak Mozart yaitu teori yang menyatakan bahwa dengan memperdengarkan musik klasik menimbulkan rasa tenang, dan santai, secara umum beberapa musik klasik dianggap memiliki dampak psikofisik yang menimbulkan kesan rileks, santai, cenderung membuat data nadi bersifat konstan, memberikan dampak menenangkan, dan menurunkan stress (Fauzi,2010)

c. Musik Barok

Musik jenis ini dianggap sebagai *scooting music* atau musik yang memebelai, menimbulkan rasa tenang dan nyaman. Musik barok ini juga membangkitkan suasana positif dalam bermain musik jenis ini cenderung mendorong untuk berani bereksplorasi dalam suasana yang menggembirakan. Pada hakikatnya musik ini membangkitkan aktivitas keseniman dalam diri (*the artist withn*). Dengan memperdengarkan musik ini kemampuan kreatif juga dibangkitkan karena dapat mengembangkan daya imajinasi seseorang (Satiadarma, 2013).

3. Manfaat musik

Musik adalah pengatur yang baik membentuk tubuh dan pikiran untuk saling bekerjasama. Musik berguna untuk :

- a. Menurunkan intensitas nyeri
- b. Menurunkan tingkat kecemasan
- c. Intervensi alami non invansif yang dapat diterapkan secara sederhana tidak selalu membutuhkan kehadiran ahli terapi harga terjangkau dan tidak menimbulkan efek samping (Faradisi, 2012)

Hasil riset menunjukkan bahwa musik mampu untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien pot op ceasar, pada pasien strok dan pada pasien kanker. (Satiadarma,2013)

4. Cara pelaksanaan terapi musik

Terapi musik dapat dilakukan dimana saja sesuai dengan keinginan pasien, dan dalam penelitian ini musik ini di dengar dalam keadaan pasien terbaring. Dengan jaraknya sekitar setengah meter (50 cm) dari tape dapat juga menggunakan walkman. Usahakan suara (Volume) tidak terlalu keras atau lemah, intinya volume tersebut dapat membuat penderita merasa nyaman dan membuat berkonsentrasi penuh (Satiadarma,2013).

Waktu yang digunakan 30 menit yang dibagi menjadi distraksi dan stimulus. Stimulus sekitar 15 sampai 20 menit, distraksi sekitar 10 sampai 15 menit. Dianjurkan pada pasien cedera ACL adalah sekitar 30 menit setiap hari. Dianjurkan pada pasien mendengarkan musik intrumental, penderita dianjurkan mendengarkan dengan penuh perhatian dan kesadaran bahwa musik dapat merasuk kedalam pikiran. Dengan demikian harmoni dan iram musik instrumental dapat mendorong untuk bergairah, mencapai titik relaksasi

5. Mekanisme trapi music instrumen terhadap penurunan nyeri pada cedera ACL

Mekanisme trapi music terhadap penurunan nyeri cedera ACL sesuai dengan teori *Gate Control* yang dikemukakan oleh *Wall*, bahwa implus nyeri dihantarkan saat sebuah pertahanan dinuka dan implus dihambat saat sebuah peratahanan tertutup. Upaya menutup pertahanan tersebut merupakan dasar terapi untuk menghilangkan nyeri. Pemblokkan ini dapat dilakukan melalui mengalihkan perhatian ataupun dengan tindakan relaksasi

Ketika diperdengarkan musik intrumental, maka harmonisasi dalam musik yang indah akan masuk telinga dalam bentuk suara (audio), menggetarkan genderangan telinga, mengguncangkan cairan ditelinga dalam serta menggetarkan sel-sel rambut didalam koklea untuk selanjutnya melalui saraf koklearis menuju otak dan menciptakan imajinasi keindahan di otak kanan dan otak kiri. Kemudian akan memberikan dampak berupa kenyamanan dan perubahan perasaan. Perubahan perasaan ini diakibatkan karena musik dapat menjangkau wilayah kortek cerebri (Mindli,2009).

Dari kortek limbik, jarak pendengaran dilanjutkan ke hipokampus, dan meneruskan sinyal musik ke Amigdala yang merupakan area prilaku kesadaran yang bekerja pada

tingkat bawah sadar, sinyal kemudian diteruskan ke hipotalamus. Hipotalamus merupakan area pengaturan sebagai fungsi vegetatif dan fungsi endokrin tubuh seperti halnya banyak aspek perilaku emosional, jaras pendengaran dan diteruskan ke formatio retikularis sebagai penyalur implus menuju serat otonom. Serat saraf tersebut mempunyai dua sistem saraf, yaitu saraf simpatis dan para simpatis. Kedua saraf ini dapat mempengaruhi pusat rasa ganjaran sehingga timbul ketenangan(Genong, 2011).

Trapi music merupakan salah satu bentuk dari teknik distraksi yang dapat menurunkan nyeri dengan cara menstimulasi sistem kontrol desenden, yang megakibatkan lebih sedikit stimuli nyeri yang ditransmisikan ke otak. Keefektifan distraksi tergantung kepada kemampuan pasien untuk menerima dan membangkitkan input sensori selain nyeri (Smeltzer & Bare 2002).

DOKUMENTASI PEMBERIAN INOVASI

