

Pemberian Terapi Musik Sebagai Media Penyaluran Emosi Bagi Pasien Jiwa Rawat Inap Di RSKD Dadi Makassar

Siti Wardaya Yaman¹, Ahmad Ridfah²

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar

E-mail: wardayayaman@gmail.com¹, ahmad.ridfah@unm.ac.id²

Article History:

Received: 27 April 2022

Revised: 29 April 2022

Accepted: 29 April 2022

Keywords: Pasien Jiwa,
Penyaluran Emosi, Terapi
Musik

Abstrak: Gangguan jiwa merupakan kondisi yang mempengaruhi kehidupan individu secara psikis. Terapi musik merupakan terapi yang digunakan untuk membantu pasien jiwa dalam mengekspresikan perasaan, memberikan pengaruh positif terhadap emosi dan suasana hati, serta menyediakan kesempatan untuk berinteraksi dengan membangun kedekatan emosional. Terapi ini dilakukan dengan memberikan musik dan alat musik sebagai media terapi. Data terkait hasil terapi dikumpulkan dengan cara observasi dan wawancara. Hasil yang dicapai dari terapi musik ini adalah munculnya emosi positif bagi pasien dan kesempatan untuk saling berinteraksi.

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan aset yang paling berharga bagi setiap individu. Kesehatan merupakan keadaan sejahtera bagi individu baik dari segi fisik maupun jiwa dalam menjalani kehidupan. Kesehatan jiwa juga merupakan aspek penting bagi setiap individu yang jarang diketahui oleh masyarakat. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Kementerian Kesehatan RI, 2019) kasus gangguan jiwa di Indonesia pada tahun 2018 mengalami peningkatan. Peningkatan tersebut terlihat dari kenaikan prevalensi rumah tangga yang memiliki ODGJ di Indonesia.

Rusdi (Lubis, Krisnani, & Fedryansyah, 2014) mengemukakan bahwa terdapat berbagai macam gangguan jiwa, yaitu gangguan jiwa organik dan simtomatik, skizofrenia, gangguan skizotipal, dan gangguan waham, gangguan suasana perasaan, gangguan neurotik, gangguan somatofrom, sindrom perilaku yang berhubungan dengan gangguan fisiologis dan faktor fisik, gangguan kepribadian dan perilaku masa dewasa, retardasi mental, gangguan perkembangan psikologis, gangguan perilaku dan emosional dengan masa kanak dan remaja. Taqiyah (2016) mengemukakan bahwa gangguan jiwa merupakan penyakit yang dialami oleh individu memengaruhi emosi, pikiran, atau tingkah laku dan menimbulkan efek negatif bagi kehidupannya.

Nadhiroh (2015) mengemukakan bahwa sejak lahir setiap individu diberikan kemampuan dalam merasakan berbagai macam emosi dan berkembang seiring dengan proses kematangan melalui pengalaman dan interaksi dengan orang lain. Emosi sering muncul ketika individu mendapatkan perubahan yang terjadi secara tiba-tiba dari dalam diri atau lingkungan baik positif maupun negatif. Ditinjau dari segi efek yang ditimbulkan, emosi dibagi menjadi dua yaitu positif dan negatif. Emosi positif merupakan emosi yang selalu diharapkan oleh individu, seperti bahagia, senang, puas dan sebagainya. Sedangkan emosi negatif merupakan emosi yang tidak diharapkan terjadi pada diri individu yang timbul akibat adanya konflik atau stres.

Nadhiroh (2015) mengemukakan bahwa pengendalian emosi sangat penting bagi individu, khususnya untuk mereduksi ketegangan akibat dari emosi yang memuncak. Emosi dapat

menyebabkan terjadinya ketidakseimbangan hormonal di dalam tubuh, memunculkan ketegangan psikis terutama pada emosi negatif. Pengendalian emosi terdiri beberapa model. Pertama, *displacement* merupakan cara mengalihkan atau menyalurkan ketegangan emosi ke objek lain, seperti katarsis, rasionalisasi dan *dzikrullah*. Kedua, *cognitive adjustment* merupakan proses penyesuaian antara pengalaman dan pengetahuan dalam memahami satu masalah seperti, atribusi positif, empati, dan altruisme. Ketiga, *coping* merupakan proses menerima atau menjalani segala hal yang terjadi dalam kehidupan.

Prasetya (2018) mengemukakan bahwa terapi musik merupakan salah satu bentuk dari teknik relaksasi yang bertujuan untuk mengurangi agresif, memberikan perasaan tenang, sebagai pendidikan moral, mengendalikan emosi, pengembangan spritual dan menyembuhkan gangguan psikologis. Raharjo (2007) mengemukakan bahwa terapi musik merupakan pemanfaatan musik yang digunakan sebagai media untuk memperbaiki, mengembangkan mental, fisik, kesehatan emosi, interaksi sosial, memelihara, mengembangkan hubungan interpersonal, ekspresi emosi secara alamiah, dan untuk meningkatkan kesadaran diri. Taqiyah (2016) mengemukakan bahwa terdapat beberapa jenis musik yang dapat digunakan untuk terapi, yaitu musik klasik, instrumental, *jazz*, dangdut, *pop rock*, dan keroncong. Sunarko (Raharjo, 2007) mengemukakan bahwa musik merupakan pernyataan isi hati manusia yang diungkapkan dalam bentuk bunyi yang teratur dengan melodi, ritme dan harmoni yang indah. Kamardi, Satiadarma, dan Suryadi (2017) mengemukakan bahwa terapi musik diterapkan dengan dua cara, yaitu pasif diterapkan dengan cara mendengarkan musik, sedangkan terapi musik aktif diterapkan dengan cara memainkan alat musik atau bernyanyi.

METODE

Pengabdian ini dilakukan dengan menggunakan Terapi Musik yang diberikan kepada pasien jiwa rawat inap di RSKD Dadi Makassar. Kegiatan Terapi musik dilaksanakan di Ruang Rehabilitasi Psikososial RSKD Dadi Makassar. Rentang usia pasien jiwa yang diberikan Terapi musik yakni antara usia 14 hingga 50 tahun.

Adapun metode yang digunakan dalam melakukan Terapi musik, yaitu mempersiapkan alat/bahan yang digunakan untuk terapi, mengajak pasien bermain alat musik, mengajak pasien untuk bernyanyi dan melakukan observasi serta wawancara. Observasi dilakukan untuk melihat perubahan perilaku yang ditunjukkan oleh pasien jiwa. Wawancara dilakukan untuk mengetahui perasaan pasien jiwa setelah terapi.

Dengan pemberian Terapi musik diharapkan mampu membantu pasien jiwa dalam mengekspresikan perasaan, memberikan pengaruh positif terhadap emosi dan suasana hati, serta menyediakan kesempatan untuk berinteraksi dengan membangun kedekatan emosional.



Gambar 1. Kegiatan Terapi Musik

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hal yang diperoleh dari Terapi Musik yang dilakukan selama 6 kali adalah kondisi psikologis berupa munculnya emosi positif dari pasien jiwa rawat inap RSKD Dadi Makassar. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara bagi pasien sebelum, selama dan setelah melakukan Terapi Musik, pasien merasa mendapatkan perubahan dalam diri dengan lebih terhibur, merasa senang, merasa bahagia, merasa lebih baik, dan dapat berinteraksi dengan orang lain. Berikut beberapa kutipan wawancara dari pasien yang mengikuti terapi:

“Dapat perubahan dalam diri, lupa penyakit dan merasa terhibur”, menurut pasien TA.

“Merasa enak sekali karena tidak ada rasa penasaran pada pasien lain”, menurut pasien AG.

“Ingat masa sekolah dan ingat orang tua saat kerja”, menurut pasien SA.

“Merasa senang karena bisa menyanyi-menyanyi”, menurut pasien DR.

“Saya senang, bahagia, dan lega”, menurut pasien THR.

“Senang karena ada musik”, menurut pasien FZC.

“Senang dan bahagia karena banyak orang”, menurut pasien ERW.

“Merasa baik”, menurut pasien RD.

“Baik-baik dan bahagia karena dapat bernyanyi, goyang dan ingin ketemu ibu dan bapak”, menurut pasien ZLF.

“Senang”, menurut pasien AP.

“Senang”, menurut pasien HF.

“Merasa terhibur sekali, semoga Allah memberikan kelancaran kepada kalian”, menurut pasien MMN.

KESIMPULAN

Kegiatan berupa Terapi Musik berjalan dengan lancar dan dapat disimpulkan bahwa:

1. Terapi yang diberikan mampu membantu pasien dalam mengekspresikan emosi positif.
2. Terapi yang diberikan mampu memberikan kesempatan bagi pasien untuk saling berinteraksi satu sama lain.

Berdasarkan hasil yang kami peroleh, maka kami menyarankan hal-hal berikut ini:

1. Bagi pihak RSKD Dadi Makassar
 - a. Menjalankan kembali kegiatan Terapi musik di Ruang Rehabilitasi Sosial.
 - b. Memberikan terapi secara rutin bagi pasien.
 - c. Memberikan fasilitas berupa alat musik untuk kegiatan terapi.
2. Bagi Mahasiswa KKP selanjutnya
 - a. Menggunakan alat musik selain gitar dalam melakukan terapi. Seperti keyboard, gendang, biola, suling, dan alat musik lainnya.
 - b. Melakukan observasi secara detail agar perilaku dapat tergambarkan secara jelas.
 - c. Menciptakan suasana yang lebih menarik dan seru.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Pengabdian mengucapkan terima kasih kepada pihak Rumah Sakit Khusus Daerah Dadi Makassar yang telah mengizinkan kami untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Pengabdian juga mengucapkan terima kasih atas dukungan dari Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar sehingga kegiatan ini dapat terlaksana.

DAFTAR REFERENSI

- Kamardi, J. D. M., Satiadarma, M. P., & Suryadi, D. (2017). Penerapan terapi musik untuk menurunkan gejala negatif pada penderita schizophrenia di panti sosial x. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 1(1), 127-136.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Situasi Kesehatan Jiwa di Indonesia*. Jakarta: INFODATIN Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Lubis, N., Krisnani, H., & Fedryansyah, M. (2015). Pemahaman masyarakat mengenai gangguan jiwa dan keterbelakangan mental. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(3), 137-144.
- Nadhiroh, Y. F. (2015). Pengendalian emosi. *SAINTIFIKA ISLAMICA: Jurnal Kajian Keislaman*, 2(01), 53-62.
- Prasetya, A. S. (2018). Penerapan Terapi Musik Pada Pasien Yang Mengalami Resiko Perilaku Kekerasan Di Ruang Melati Rumah Sakit Jiwa Provinsi Lampung. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, 6(1), 84-90.
- Raharjo, E. (2007). Musik sebagai Media Terapi. *Harmonia: Journal of Arts Research and Education*, 8(3), 1-13.
- Taqiyah, Z.. (2016). Terapi gangguan jiwa melalui music instrumental di panti rehabilitasi mental dan narkotik Yayasan Citra Medika Banyumas. *Skripsi*. Purwokerto: IAIN.