

**EFEKTIVITAS SPIRITUAL GUIDED IMAGERY AND MUSIC TERHADAP
KECEMASAN PASIEN KANKER YANG MENJALANI
KEMOTERAPI DI RSU ROYAL
PRIMA MEDAN**

**Antonia Yunita Simamora^{1*}, Putri Naysila Zahwa², Nurmala Sari³, Ratnasari
Laia⁴, Eva Latifah Nurhayati⁵**

¹⁻⁵Falkultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia

Email Korespondensi: yunisimamora41@gmail.com

Disubmit: 24 April 2024

Diterima: 03 Juli 2024

Diterbitkan: 01 Agustus 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i8.14971>

ABSTRACT

Cancer is a disease or disorder caused by anomalies in initially healthy tissue that attack the body. One method of treatment for cancer is chemotherapy, but it tends to cause anxiety in cancer patients, patients often experience emotional stress due to uncertainty about the future due to the disease they suffer from. Therefore, providing Spritual Guided Imagery and Music (SGIM) as an intervention. This research applies a single pre-and post design and also a quasi-experimental design. In this study, there were 30 patients who would represent 76 patients who were undergoing chemotherapy. The results obtained after using Guided Imagery and Music were $0.03 < 0.05$. This shows that there is a difference in anxiety before and after Guided Imagery and Music in cancer patients undergoing chemotherapy.

Keywords: *Cancer, Chemoterapy, Guided Imagery and Music*

ABSTRAK

Kanker adalah salah satu penyakit atau kelainan yang disebabkan oleh anomaly pada jaringan yang awalnya sehat berbalik menyerang tubuh. Salah satu metode pengobatan dalam penyakit kanker adalah kemoterapi, namun cenderung menyebabkan kecemasan pada pasien kanker, pasien sering mengalami stress emosional disebabkan ketidakpastian mengenai masa depan akibat penyakit yang dideritanya. Oleh karena itu, pemberian Spritual Guided Imagery and Music (SGIM) sebagai interverensi. Penelitian ini menerapkan design single *pre-and post* dan juga design *quasi eksperimental*. Pada penelitian ini sebanyak 30 pasien yang akan mewakili dari 76 pasien yang sedang menjalani kemoterapi. Hasil yang didapatkan setelah dilakukan Guided Imagery and Music $0,03 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa adanya perbedaan kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan Guided Imagery and Music pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi.

Kata Kunci: *Kanker, Kemoterapi, Guided Imagery and Music*

PENDAHULUAN

Kanker adalah salah satu penyakit atau kelainan yang disebabkan oleh anomali pada jaringan yang awalnya sehat berbalik menyerang tubuh. Sel-sel atau jaringan ini dapat membawa dampak buruk bagi kesehatan manusia hingga dapat menyebabkan kematian (Bessho et al., 2000). Kemoterapi merupakan sebuah teknik pengobatan untuk menanggulangi perkembangan sel kanker, namun teknik atau metode ini memiliki efek samping bagi pasien yang menjalani kemoterapi. Efek samping dari kemoterapi muncul dikarenakan obat yang diterima oleh pasien mempunyai efek sangat kuat. Efek dari obat ini dapat membunuh sel-sel sehat selain kanker, seperti sel rambut, sumsum tulang belakang, kulit, mulut, tenggorokan, dan sistem pencernaan lainnya.

Berbagai penelitian telah dilakukan untuk mengatasi gejala psikologis dan fisik akibat kemoterapi, antara lain terapi perilaku kognitif, meditasi mindfulness, relaksasi progresif, imajinasi terbimbing, dan terapi musik. Menurut Saleh Nuwa (2018) dan Wang et al. (2018), Di antara perawatan tersebut, *Spiritual Guided Imagery and Music* (SGIM) direkomendasikan untuk mengatasi keluhan pasien kemoterapi yang mengalami kecemasan. Metode konvensional dalam merekam kecemasan terkadang tidak mampu menyediakan solusi yang memadai. Efek dari kemoterapi juga memiliki ciri-ciri seperti mual atau muntah, kehilangan nafsu makan, rambut rontok, kerusakan sumsum tulang belakang, neuropati, gangguan pencernaan, dan lesi kulit (Chan & Ismail, 2014; Lorusso et al., 2017).

Kemoterapi cenderung menyebabkan kecemasan pada pasien kanker, pasien sering

mengalami stress emosional disebabkan ketidakpastian mengenai masa depan akibat penyakit yang dideritanya. Obat-obatan mungkin membantu dalam mengendalikan gejala, tetapi seringkali tidak mencapai akar penyebab kecemasan. Oleh karena itu, pemberian *Spiritual Guided Imagery and Music* (SGIM) sebagai intervensi. Kecemasan ini dapat memperburuk kondisi kesehatan dan mengganggu proses penyembuhan. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan holistik terhadap pasien yang mengidap kanker, sehingga mempercepat kesembuhan pada pasien (Rosenberg et al., 2017). Alternatif muncul sebagai opsi yang menjanjikan. SGIM mencakup dimensi spiritual dan psikologis, yang dapat secara potensial memberikan dampak positif yang lebih holistik pada pasien kanker.

Menurut SGIM merupakan terapi non-farmakologis yang berhubungan aspek pikiran dan spiritual dengan mendengarkan kata-kata dan musik yang dapat memotivasi dalam membangun spiritualitas, Saat ini, spiritualitas menjadi salah satu fokus utama dalam perawatan pasien yang mengalami kecemasan. Spiritualitas adalah aspek kemanusiaan yang mengacu pada bagaimana individu mencari dan mengungkapkan tujuan dan sarana untuk menjalin hubungan baik dengan dirinya sendiri, dengan orang lain, dengan alam, dan dengan hal-hal yang penting atau sacral Puchalski et al., (2009). SGIM merupakan terapi non-farmakologis yang melibatkan aspek mind-body dan spirit dengan mendengarkan motivasi spiritual dan musik yang sesuai. Saat ini aspek spiritualitas merupakan aspek yang menjadi perhatian utama dalam perawatan pasien.

Spiritualitas merupakan aspek kemanusiaan yang mengacu pada cara individu dalam mencari serta mengungkapkan tujuan dan cara mereka dalam menjalin sebuah hubungan baik untuk diri sendiri, orang lain, alam, hingga hal-hal penting atau sakral. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh terapi *Spiritual Guided Imagery and Music* (SGIM) memiliki efek positif bagi fisik, psikologis, sosial, dan spiritual yang dapat meningkatkan dukungan pada perawatan pasien kanker, selain itu tinjauan sistematis (Wang et al, 2018); (Bhana, 2016). Menunjukkan bahwa terapi musik dapat mengurangi kecemasan, meningkatkan mood, serta memperbaiki tekanan darah, denyut jantung dan laju pernapasan pada pasien kanker.

Hasil penelitian Saleh Saleh Nuwa, (2018) juga menunjukkan bahwa *Spiritual Guided Imagery* (SGI) dapat mengurangi kecemasan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Hasil studi (Nuwa & Kiiik, 2020) menunjukkan ada pengaruh SGIM terhadap penurunan kecemasan pasien kanker yang menjalani kemoterapi dengan besar sumbangan pengaruh sebesar 29% sisanya dipengaruhi variabel yang lain. Pemberian Terapi SGIM menurunkan kecemasan pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Rekomendasi penelitian adalah SGIM dapat diaplikasikan sebagai salah satu terapi komplementer dalam pemberian intervensi keperawatan di rumah sakit untuk menurunkan kecemasan pasien terutama pada saat pertama kali melakukan kemoterapi. Adapun (Sulistyarini et al., 2022) mendapatkan hasil evaluasi perawatan terhadap Kecemasan Skala Gradasi menunjukkan pergeseran dari tingkat kecemasan sedang menjadi ringan. Dan Intervensi Keperawatan dengan menggunakan Skala Gradasi

Kecemasan (SGI) membuktikan efektivitasnya dalam mengurangi tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara yang mengalami gejala sedang.

SGIM dapat diimplementasikan sebagai tindakan mandiri dalam mengurangi tingkat kecemasan pada pasien kanker, terutama bagi mereka yang sedang menjalani proses kemoterapi. Tujuan penelitian ini, adalah untuk mengetahui efektifitas *spiritual Guided Imagery and Music* (SGIM) terhadap kecemasan pasien yang mengidap kanker dalam menjalani proses kemoterapi.

KAJIAN PUSTAKA

Konsep Kanker

Kanker adalah penyakit yang dapat menyerang bagian tubuh mana pun. Istilah lain yang digunakan adalah keganasan dan tumor. Salah satu ciri penyakit kanker adalah cepatnya terbentuknya sel-sel abnormal yang tumbuh melampaui batas normal dan kemudian dapat menyerang bagian tubuh terdekat dan menyebar ke bagian tubuh lain; Proses ini disebut metafase. Metafase yang luas adalah penyebab utama kematian akibat kanker (WHO, 2022). Kanker adalah kumpulan penyakit yang diidentifikasi melalui penggandaan sel yang tidak terkontrol dan memiliki sifat menyerang sel-sel sehat yang ada di sekitarnya secara langsung (invasi) atau dengan menyebar keseluruhan tubuh (Amalia, (2009).

Salah satu metode pengobatan dalam penyakit kanker adalah operasi, radioterapi atau radiasi ataupun kemoterapi, namun kemoterapi memiliki efek samping yang berbahaya dan merugikan bagi pasien. Kemoterapi adalah kemoterapi melibatkan penggunaan obat antitumor yang merusak sel tumor dengan mengganggu

reproduksi sel (Smeltzer, 2002). Penggunaan bahan kimia untuk pengobatan penyakit kanker dikenal sebagai kemoterapi. Dalam konteks saat ini istilah kemoterapi umumnya mengarah pada penggunaan obat sitostatik yang ditujukan untuk menanggulangi kanker (Maya Indrawati, 2009).

Salah satu efek dari kemoterapi yang di rasakan pasien pada saat kemoterapi ialah kecemasan. Kecemasan merupakan masalah kesehatan mental yang dipicu oleh kekhawatiran samar yang berakar pada rasa takut dan persepsi ketidakcukupan. Keadaan emosional yang disebutkan tidak menunjukkan gejala khusus. Kecemasan mencakup dimensi yang bermanfaat dan merugikan, manifestasinya tergantung pada intensitas dan durasi kecemasan yang dialami, bersamaan dengan upaya penanganan individu. (Annisa & Ildil, 2016; Rusman et al., 2021).

Konsep Kecemasan

Sejalan dengan pandangan sebelumnya, Gail W. Stuart (2007) menjelaskan, "Kecemasan merupakan kecemasan yang tidak jelas, meluas serta mengganggu, terkait dengan sensasi ketidakpastian kurangnya kendali. Menurut Gail W. Stuart, (2007) kecemasan dibedakan menjadi respon perilaku, respon kognitif, dan respon efektif, antara lain:

- a. Perilaku tersebut meliputi: 1) mudah tersinggung, 2) ketegangan fisik, 3) gemetar, 4) respon terkejut, 5) bicara cepat, 6) kurang koordinasi, 7) kerentanan, 8) menarik diri dari pergaulan, 9) penghambatan, 10) penghindaran masalah, 11) penghindaran, 12) hiperventilasi, dan 13) kewaspadaan berlebihan.
- b. Aspek kognitif, meliputi: 1) gangguan, 2) kurang perhatian,

3) lupa, 4) salah penilaian, 5) konsentrasi, 6) gangguan berpikir, 7) berkurangnya jangkauan persepsi, 8) menurunnya kreativitas, 9) menurunnya produktivitas, 10) kebingung, 11) kewaspadaan yang berlebihan, 12) kesadaran diri, 13) hilangnya objektivitas, 14) takut kehilangan kendali, 15) takut pada gambaran visual, 16) takut akan cedera atau kematian, 17) kilas balik, dan 8) mimpi buruk.

- c. Afektif meliputi: 1) mudah teralihkan, 2) tidak sabar, 3) gelisah, 4) tegang, 5) gelisah, 6) ketakutan, 7) waspada, 8) kekhawatiran, 9) kecemasan, 10) mati rasa, 11) rasa bersalah, dan 12) rasa malu.

Konsep SGIM

SGIM (*Spiritual Guided Imagery and Music*) merupakan suatu metode penyembuhan dengan melakukan pendekatan rohani dengan tujuan untuk menetralkan dan mengatasi pola batin yang terpengaruh oleh gangguan penyakit, kondisi fisik, dan pikiran. Pendekatan ini bertujuan untuk mengembangkan perasaan kegembiraan, menciptakan rasa aman, menenangkan pikiran, serta membimbing individu dalam memperoleh keyakinan bahwa kesembuhan berasal dari Tuhan Yang Maha Esa. SGIM melibatkan pemberian motivasi spiritual melalui sesi mendengarkan rekaman imajinasi terbimbing yang dipadukan dengan musik spiritual yang sesuai. Metode ini juga dikenal sebagai terapi relaksasi spiritual (Saleh Nuwa, 2018).

SGIM ini mengacu pada terapi dalam bentuk terapi non-farmakologis yang mengintegrasikan dimensi pikiran-tubuh-jiwa Melalui penggunaan SGIM, yang melibatkan mendengarkan motivasi spiritual dan musik yang cocok, saat ini, aspek

spiritualitas telah menjadi fokus utama Dalam konteks perawatan kanker, spiritualitas berperan penting sebagai dimensi kemanusiaan yang menggambarkan bagaimana individu mencari dan mengekspresikan makna dan tujuan dalam hidupnya. Hal ini juga berkaitan dengan bagaimana individu membangun hubungan dengan dirinya sendiri, satu sama lain, alam, dan unsur sakral yang penting bagi mereka. (Puchalski et al., 2009)

Sebuah metode penyembuhan spiritual, bertujuan untuk menetralkan pola internal yang terganggu oleh penyakit, kondisi fisik dan pikiran, membentuk alternatif kreatif dalam proses penyembuhan orang sakit. Fokusnya adalah menanamkan keimanan, keberanian, kesalehan, dan kebijaksanaan, sehingga muncul motivasi spiritual yang bersumber dari Tuhan. Penggunaan musik rohani yang tepat digunakan untuk membangkitkan refleksi dan menciptakan citra batin yang kuat. Terapi ini kadang-kadang dikenal sebagai terapi spiritual (Saleh Nuwa, 2018). Spiritualitas merupakan suatu proses penemuan yang mencakup pencarian makna hidup, tujuan hidup, dan bimbingan hidup, bahkan bagi individu yang tidak percaya akan keberadaan Tuhan (Puchalski et al., 2009).

Kepercayaan pada adanya Tuhan memperlihatkan spiritualitas yang meliputi aspek-aspek berikut ini;

- a. Eksplorasi terhadap yang tak dikenal dan ketidakpastian dalam kehidupan. Mencari makna dan tujuan hidup secara dalam.
- b. Kesadaran akan kekuatan internal dan eksternal, serta kemampuan untuk mengaktifkan sumber daya tersebut

- c. Merasa terhubung dengan diri sendiri dan dengan Pencipta. Pemanfaatan guided imagery sebagai intervensi perilaku menonjolkan keberhasilannya dalam menangani tantangan kecemasan, stres, dan rasa nyeri (Smeltzer, 2002); (Setiadi & Irawandi, 2017).

Terbukti sebagai terapi standar, guided imagery memberikan dampak positif dalam meredakan kecemasan serta memberikan pengalaman relaksasi baik pada kalangan dewasa maupun anak-anak. Terapi Guided Imagery, sebagaimana diungkapkan oleh (Handayani & Rahmayati, 2018) sejumlah manfaat yang signifikan, antara lain:

- a. Pemanfaatan *Guided Imagery* sebagai pendekatan untuk mengurangi tingkat kecemasan dan nyeri pada pasien.
- b. Membangkitkan sensasi kenyamanan yang mendalam bagipara pasien.
- c. Menurunkan tekanan darah tinggi dan kadar gula darah secara efektif.
- d. Mengurangi sensasi pusing akibat sakit kepala.
- e. Mempercepat proses penyembuhan luka dan regenerasi tulang.
- f. Meningkatkan kelancaran masalah pernapasan.
- g. Tanpa adanya efek samping yang perlu dikhawatirkan oleh pasien.
- h. Mengurangi pengeluaran biaya yang dibutuhkan untuk perawatan di rumah sakit.

Dengan beragam manfaat ini, terapi Guided Imagery menjadi alternatif yang berharga dalam meningkatkan kesejahteraan pasien. Musik mempunyai dampak yang luas, mencakup aspek psikologis, fisik, sosial dan spiritual, serta dapat meningkatkan dukungan perawatan, memperbaiki emosi dan meningkatkan kualitas hidup pasien

kanker (Nuwa & Kiik, 2020). Meskipun masih ada perdebatan seputar dampak positif dari terapi musik, penelitian Li et al. (2020) menyatakan bahwa Terapi musik terbukti efektif mengurangi tingkat kecemasan pada pasien kanker.

Selain seni, terapi musik merupakan salah satu metode yang digunakan untuk mengendalikan kondisi psikologis pasien. Penelitian juga menunjukkan bahwa intervensi terapi musik secara signifikan mengurangi komplikasi fisiologis dan psikologis pada pasien osteoarthritis, membantu mengurangi rasa sakit dan kecemasan serta meningkatkan kualitas tidur. Menuju Bhana (2016), mengatakan bahwa *Guided Imagery and Music* (GIM) mempunyai dampak positif pada tingkat fisik, psikologis, sosial dan spiritual, yang dapat meningkatkan dukungan perawatan kanker. Efektivitas terapi musik dan pencitraan yang dipandu secara terpisah telah dilaporkan secara luas.

METODOLOGI PENELITIAN

Dalam pelaksanaan penelitian ini metode yang digunakan adalah kuantitatif. Penelitian ini menerapkan design single pre-and post-test (Notoatmodjo, 2018), dan juga design quasi eksperimental tanpa kelompok kontrol untuk membandingkan hasil sebelum dan sesudah penilaian setelah penerapan *Spiritual Guided Imagery and Music* (SGIM) pada responden. Terdapat dua tahap pengamatan atau pengukuran tingkat kecemasan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi, yaitu sebelum dan setelah *penerapan Spiritual Guided Imagery and Music* (SGIM). Pengamatan awal sebelum eksperimen (01) disebut Pre-test, sedangkan pengamatan setelah eksperimen (02) disebut post-test. Tindakan terhadap sampel

penelitian disimbolkan dengan (X). Perbedaan antara (01) dan (02) mengidentifikasi efek dari pemberian *Spiritual Guided Imagery and Music* (SGIM).

Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Umum Royal Prima Medan, berfokus pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Jenis dan desain penelitian ini mencakup populasi dan sampel. Populasi dalam penelitian ini merujuk kepada subjek (seperti manusia atau klien) yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan sebelumnya. Artinya, populasi mencakup individu-individu yang memenuhi persyaratan yang telah dijelaskan sebelumnya sebagai syarat untuk menjadi bagian dari penelitian (Nursalam, 2020). Populasi dalam penelitian ini adalah pasien kanker yang memiliki kecemasan pada saat menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Umum Royal Prima Medan sebanyak 78 orang. Sedangkan sampel merupakan sebagian kecil dari populasi yang dipilih menggunakan suatu teknik sampling tertentu dengan tujuan untuk meminimalkan bias dan mencerminkan karakteristik populasi secara umum (Nursalam, 2020). Pada penelitian ini sebanyak 30 pasien yang akan mewakili dari 78 pasien yang sedang menjalani kemoterapi Rumah Sakit Umum Royal Prima Medan.

Sampel studi terdiri dari 30 pasien yang menderita kanker yang memenuhi syarat inklusi dan telah dikecualikan berdasarkan kriteria tertentu. Kriteria inklusi adalah atribut yang harus dipenuhi oleh setiap individu dalam populasi yang memenuhi syarat untuk menjadi bagian dari sampel, sementara kriteria eksklusi adalah faktor-faktor yang menyebabkan individu tidak memenuhi syarat untuk menjadi bagian dari sampel penelitian (Notoatmodjo, 2010)

a. Kriteria Inklusi

Partisipan yang dipilih untuk penelitian ini memenuhi syarat inklusi yang mencakup: Individu cemas dengan rentang usia 17-65 tahun;. Tidak pernah mengikuti sesi terapi citra terbimbing atau terapi musik sebelumnya.

b. Kriteria Eksklusi

Persyaratan yang membuat seseorang tidak memenuhi kriteria untuk menjadi bagian dari sampel penelitian ini melibatkan; Adanya kondisi penyakit ganda yang menyertai: Kehadiran masalah pendengaran sebagai hambatan untuk keterlibatan dalam penelitian.

Pengumpulan data yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini antara lain dengan melakukan observasi terhadap responden dengan menggunakan lembar kuesioner HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). Pada saat tahap pre-test yaitu sebelum menerapkan *Spiritual Guided Imagery and Music* (SGIM). Setelah memperoleh data pada tahap pre-test, peneliti melanjutkan dengan memberikan edukasi dan mengajak pasien untuk menjalani perawatan *Spiritual Guided Imagery and Music* (SGIM), dan selanjutnya membandingkan tingkat kecemasan pasien sebelum dan setelah perawatan dilakukan. Dalam penelitian ini, digunakan instrument penelitian yang telah diakui standarnya dan telah melalui uji validasi dan rehabilitas.

Evaluasi tingkat kecemasan dilakukan dengan menggunakan alat ukur pengukur kecemasan yang dikenal sebagai HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Menurut Hamilton, M (Nuwa & Kiik, 2020) Skala HARS digunakan untuk

mengukur tingkat kecemasan berdasarkan gejala yang dialami setiap individu. Setiap faktor yang diamati dinilai menggunakan skala Likert dengan lima skor, yaitu dari 0 (Tidak ada gejala) hingga 4 (Sangat parah). Kuesioner ini menggunakan skor dengan rentang skala likert 0-4, yang terdiri dari; 0: Tidak ada gejala; (2) 1: Gejala ringan; (3) 2: Gejala sedang; (4) 3: Gejala berat; (5) 4: Gejala berat sekali Dengan hasil pengukuran skor < 14 menandakan tidak ada kecemasan, skor 14-20 menandakan kecemasan ringan, skor 21-27 menandakan kecemasan sedang, skor 28-41 menandakan kecemasan berat, skor 42-56 menandakan kecemasan berat sekali.

Penelitian memutuskan menggunakan kuesioner HARS sebagai alat penelitian karena keberhasilannya sebagai pengukuran tingkat kecemasan yang terbukti. Kuesioner HARS memiliki jumlah komponen yang lebih terbatas dibandingkan dengan instrument lain, sehingga dapat mempertahankan fokus responden dalam mengisi kuesioner dengan cermat. Analisa data yang digunakan penelitian ini memakai Uji wilcoxon signed test yang digunakan untuk mengetahui adanya pengaruh antara variabel independent dengan variabel dependen dengan pengukuran dua kelompok data berpasangan berskala ordinal dan interval, namun data berdistribusi tidak normal dengan dasar keputusan dimana jika terdapat nilai $p < 0,05$ berarti terdapat perbedaan rata-rata diantaranya kedua variabel yang diteliti, dan sebaliknya nilai $p > 0,05$ maka berarti tidak ada perbedaan rata-rata diantara kedua variabel yang diteliti.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Usia		
	40-45 tahun	5	17
	46-51 tahun	6	20
	52-57 tahun	7	23
	58-63 tahun	8	27
	64-69 tahun	4	13
	Total	30	100
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	17	57
	Perempuan	13	43
	Total	30	100

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada Tabel 1, karakteristik responden berdasarkan umur menunjukkan bahwa kelompok umur 58 sampai 63 tahun mayoritas berjumlah 8 orang (27%) dan

kelompok minoritas umur 70 sampai 79 tahun berjumlah 5 orang. (17%). Berdasarkan gender, dapat diketahui bahwa mayoritas terdiri dari 13 perempuan (43%) dan minoritas adalah 17 laki-laki (57%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Pekerjaan		
	PNS	9	30
	Wiraswasta	14	47
	Karyawan Swasta	7	23
	Total	30	100

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada Tabel 2, karakteristik responden berdasarkan pekerjaan menunjukkan mayoritas adalah

wiraswasta sebanyak 14 orang (47%), dan minoritas adalah pekerja swasta sebanyak 7 orang (23%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kecemasan Sebelum *Guided Imagery and Music* (SGIM) Terhadap Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi

No	Skala Nyeri (Pretest)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Kecemasan ringan	3	10
2	Kecemasan sedang	8	27
3	Kecemasan berat	14	47
4	Kecemasan sangat berat	5	17
	Total	30	100

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada Tabel 3 terlihat bahwa kecemasan sebelum melakukan pertunjukan guide imagery dan musik pada 30

responden termasuk minoritas dengan tingkat kecemasan ringan sebanyak 3 orang (10%) dan mayoritas dengan tingkat kecemasan berat sebanyak 14 orang (47%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kecemasan Sesudah *Guided Imagery and Music* (SGIM) Terhadap Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi

No	Skala Nyeri (<i>Posttest</i>)	Frekuensi (<i>f</i>)	Persentase (%)
1	Kecemasan ringan	9	30
2	Kecemasan sedang	15	50
3	Kecemasan berat	4	13
4	Kecemasan sangat berat	2	7
Total		30	100

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada Tabel 4, kecemasan setelah dipandu imagery dan musik dilakukan pada 30 orang, ditemukan mayoritas mengalami kecemasan

sedang sebanyak 15 orang (50%) sedangkan minoritas mengalami kecemasan sangat berat sebanyak 2 Orang (7%).

Tabel 5. Efektifitas *Guided Imagery and Music* (SGIM) Terhadap Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi

Variabel	Mean	N	Std. Deviation	Z	Sig. (2-tailed)
<i>Pre test</i>	2,70	30	877	-	0,03
<i>Post test</i>	1,97	30	850	2,967	

Berdasarkan hasil analisis dari Tabel 5, terdapat 30 partisipan yang mengalami perubahan pada variabel kecemasan sebelum (*Pre-test*) dan sesudah (*Post-test*) dilakukan *guided imagery and music*. Ditemukan nilai Z sebesar -2.967 dengan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0.03, yang menunjukkan bahwa nilai

signifikansi tersebut kurang dari 0.05. Dengan demikian, hasil ini mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan dalam tingkat kecemasan sebelum dan sesudah penerapan *guided imagery and music* pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi.

PEMBAHASAN

Kecemasan Pasien Kanker Sebelum Dilakukannya SGIM

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada Tabel 3 terlihat bahwa kecemasan sebelum melakukan pertunjukan guide imagery dan musik pada 30 responden termasuk minoritas dengan tingkat kecemasan ringan

sebanyak 3 orang (10%) dan mayoritas dengan tingkat kecemasan berat sebanyak 14 orang (47%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat sebelum kecemasan pasien kemoterapi berkisar antara berat hingga dengan tingkat sedang. Beberapa kecemasan pasien yang parah melaporkan bahwa factor

utama penyebab kecemasan adalah suasana hati yang tertekan dan ketakutan terhadap pikiran mereka sendiri, dengan ketakutan yang terus menerus menjadi factor yang mengganggu. Kondisi ini berdampak pada gangguan tidur, gangguan pencernaan, buang air kecil, dan kemampuan penurunan konsentrasi.

Hampir semua pasien mengalami kecemasan tingkat berat atau sedang, yang menunjukkan ketakutan reaksi yang tidak perlu terhadap kemoterapi yang akan dijalani (Pratiwi, 2017). Kecemasan penting untuk hidup (Smeltzer & O'Connell, 2013), bagaimana pun, tingkat ketegangan yang tinggi dapat melemahkan kehidupan. Efektifitas terapi musik dan guided imagery secara terpisah telah banyak dilaporkan. GIM memiliki efek fisik, psikologis, sosial dan spiritual yang dapat meningkatkan dukungan pada perawatan pasien kanker. GIM mampu meningkatkan mood dan meningkatkan kualitas hidup pasien kanker. Sebuah tinjauan sistematis tentang efek fisik dan psikologis dari terapi musik pada pasien kanker diketahui bahwa terapi musik dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan mood pada pasien kanker, selain itu terapi musik juga mampu memperbaiki tekanan darah pasien, menstabilkan denyut jantung dan laju pernapasan (Hidayanti, 2021).

Penelitian tentang terapi music dan guided visual imagery untuk mengungkapkan efek positif dalam mengurangi kecemasan, mual dan muntah pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Hasilnya adalah tingkat kecemasan pasien sebelum dan sesudah kemoterapi dan tingkat kecemasan pasca kemoterapi menunjukkan tingkat kecemasan yang dicapai sebelum siklus kemoterapi kedua ketika mereka berada di kelompok kontrol lebih signifikan yaitu lebih tinggi

daripada yang mereka capai selama siklus ketiga ketika mereka berada di kelompok kasus. Sementara tingkat kecemasan lebih tinggi setelah siklus kemoterapi kedua, tingkat kecemasan menurun secara statistik secara signifikan setelah siklus kemoterapi ketiga selama terapi musik dan guided visual imagery dilaksanakan.

Kecemasan Pasien Kanker Setelah Dilakukannya SGIM

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada Tabel 4, kecemasan setelah dipandu imagery dan musik dilakukan pada 30 orang, ditemukan mayoritas mengalami kecemasan sedang sebanyak 15 orang (50%) sedangkan minoritas mengalami kecemasan sangat berat sebanyak 2 Orang (7%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketegangan pasien meningkat dari kegugupan serius dan sedang menjadi kegelisahan ringan dan tidak ada kegugupan setelah diberikan mediasi SGIM. Mendengarkan musik yang disukai dan musik yang mendukung serta perumpamaan memberikan kesempatan untuk meringankan penderitaan yang terkait dengan diagnosis dan pengobatan kanker. Penderita dan mekanisme kopingnya dipengaruhi oleh intervensi atau transformasi pengalaman hidup yang jurnal di dapat, menurut Deshields et al., (2016), terutama untuk respons adaptif. Bisa juga sebaliknya jika respons koping yang tidak sesuai berlanjut, bahkan dapat menyebabkan kecemasan jangka panjang. Penelitian tentang terapi musik dan guided imagery dilakukan untuk menguji efek terhadap respon terapi musik, distress, kecemasan dan depresi pada kanker selama rawat jalan kemoterapi (Bagenda, 2016).

Musik yang dipilih untuk didengarkan terdiri dari genre

berikut: New Age, 2000-an (dekade), kristen, jazz, 60-an/70-an, 80-an/90-an, klasik (Seni musik barat), Broadway, dan spiritual. Hasilnya menjelaskan bahwa efek dari dua intervensi berbeda secara statistik untuk tiga dari empat subskala. Untuk Skala Penilaian Diri Sesi Terapi Musik (MTSRS), dengan kelompok musik dan citra mendapat skor lebih tinggi daripada kelompok mendengarkan musik pada kesadaran tubuh, fokus emosional, dan perlakuan khusus. Kelompok musik dan guided imagery mendapat skor lebih tinggi daripada kelompok mendengarkan musik. Sementara musik dan guided imagery memberikan pasien kesempatan tambahan untuk mengakses sumber daya batin, mendengarkan musik mungkin lebih disukai daripada pasien yang khawatir tentang mengeksplorasi pengalaman mereka terkait dengan kanker, atau yang memiliki waktu terbatas untuk proses terapeutik yang sedang berlangsung (Harlisa, 2021).

Beberapa pasien mungkin menjadi menarik diri dari pergaulan sehubungan dengan penemuan atau pengobatan dan perawatan (Deshields et al., 2016). Dalam penelitian ini, kecemasan pada pasien kanker yang menerima kemoterapi disebabkan oleh respons maladaptive terhadap stressor pemicu rasa takut, khususnya kesimpulan penyakit dan gambaran kematian yang umumnya menyiksa kita. Kondisi ini membuat pertimbangan hanya terpusat pada satu hal saja, ruang untuk meyakini terbatas dan pasien rentan, pada tingkat yang lebih signifikan pasien tidak akan pernah bisa lagi mengontrol dirinya dan tidak bisa berbuat apa-apa lagi terlepas dari apakah terkoordinasi atau tidak.

Menganalisis Efektivitas SGIM terhadap kecemasan Pasien Kanker

Berdasarkan hasil analisis dari Tabel 5, terdapat 30 partisipan yang mengalami perubahan pada variabel kecemasan sebelum (Pre-test) dan sesudah (Post-test) dilakukan guided imagery and music. Ditemukan nilai Z sebesar -2.967 dengan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0.03, yang menunjukkan bahwa nilai signifikansi tersebut kurang dari 0.05. Dengan demikian, hasil ini mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan dalam tingkat kecemasan sebelum dan sesudah penerapan guided imagery and music pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Spiritual Guided Imagery and Music menurunkan skor kecemasan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Hasil penelitian ini konsisten dengan hasil (Karagozolu et al., 2012) menemukan bahwa terapi Music dan Guided Imagery memiliki hasil konstruktif dalam mengurangi ketegangan, mual dan muntah pada pasien kemoterapi. Musik berdampak pada pola pikir dan terkadang dapat mengubah cara pasien menghadapi dan merasakan penyakitnya. Musik dapat meningkatkan perasaan pesimis seperti gugup, sedih, dan kesakitan sebelum, selama dan setelah interaksi kemoterapi. (Wang et al., 2018).

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa intervensi terapi musik efektif mengurangi rasa sakit dan kecemasan pada pasien kanker yang menjalani tindakan kemoterapi. Penelitian ini menggunakan study double blind, RCT, dimana bertujuan untuk melihat efektivitas terapi musik terhadap pengurangan kecemasan dan depresi dari pasien kanker payudara yang akan menjalani tindakan kemoterapi. Terapi ini

diberikan selama 24 minggu, setiap sesi terdiri dari 30 menit. Penelitian ini terdiri dari 60 pasien yang direkrut secara acak, yang terdiri dari 30 pasien dimasukkan dalam kelompok intervensi sedangkan 30 lainnya dimasukkan dalam kelompok control. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi terapi musik menunjukkan dampak terhadap penurunan kecemasan.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah kecemasan yang diderita oleh pasien kanker yang menjalani kemoterapi diakibatkan dari penyakit terminal, tindakan pengobatan, dan ketidaktahuan atas terapi atau pengobatan yang sedang dijalani pasien. Terapi Spiritual Guided Imagery and Music (SGIM) dalam penelitian ini mampu mengurangi kecemasan pada pasien kanker yang sedang menjalani pengobatan kemoterapi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, L. (2009). *Mengobati kanker serviks dan 32 jenis kanker*. Landscape. http://202.65.121.165/lib/index.php?p=show_detail&id=8072%0Ahttp://202.65.121.165/lib/lib/phpthumb/phpThumb.php?src=../../images/docs/12881.jpg.jpg
- Annisa, D. F., & Ildil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Bagenda, L., & Apriliani, N. (2016). *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Stres Pada Pasien Yang Dirawat Di Rumah Sakit Stella Maris Makassar* (Doctoral dissertation, STIK STELLA MARIS).
- Bessho, A., Tabata, M., Kiura, K., Takata, I., Nagata, T., Fujimoto, N., Kunisada, K., Ueoka, H., & Harada, M. (2000). Detection of occult tumor cells in peripheral blood from patients with small cell lung cancer by reverse transcriptase-polymerase chain reaction. *Anticancer Research*, 20(2 B), 1149-1154. <https://doi.org/10.3322/caac.20121>. Available
- Bhana, V. M. (2016). Implementation of Bonny Method of Guided Imagery and Music (BMGIM) To Complement Care Provided in. *University of Pretoria, May*, 77. <https://repository.up.ac.za/handle/2263/56946>
- Chan, H. K., & Ismail, S. (2014). Side effects of chemotherapy among cancer patients in a Malaysian general hospital: Experiences, perceptions and informational needs from clinical pharmacists. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, 15(13), 5305-5309. <https://doi.org/10.7314/APJCP.2014.15.13.5305>
- Gail W. Stuart. (2007). *Buku saku keperawatan jiwa* (A. B. R. P. Kapho & E. K. Yudh (eds.)). EGC. http://opac.kaltimprov.go.id/ucs/index.php?p=show_detail&id=34737
- Harlisa, N., Wulandari, A. N., & Kusuma, P. D. (2021). Studi Literatur: Manajemen Kecemasan dengan Guided Imagery dan Musik pada Pasien Kanker Ovarium yang Menjalani Kemoterapi. *Prosiding Diseminasi Hasil Penelitian Dosen Program Studi*

- Keperawatan dan Farmasi Volume 3 Nomor 1 Bulan Januari Tahun 2021*, 3(1).
- Hidayanti, A., & Kusuma, P. D. (2021). Manajemen Kecemasan dengan Guided Imagery pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi. *Prosiding Diseminasi Hasil Penelitian Dosen Program Studi Keperawatan dan Farmasi Volume 3 Nomor 1 Bulan Januari Tahun 2021*, 3(1).
- Jeffrey S, N., Rathus, S. A., & Greene, Beverly, J. M. (2005). *Psikologi Abnormal Edisi 5 jilid 1* (5th ed.). Erlangga. http://202.162.35.204:8191/0pac/uploaded_files/sampul_koleksi/original/Monograf/5987.jpg
- Jess Feist, Feist, G. J. (2010). *Teori kepribadian* (7th ed.). Salemba Humanika. http://libcat.uin-malang.ac.id//index.php?p=show_detail&id=41447
- Li, X., Du, G., Liu, W., & Wang, F. (2020). Music intervention improves the physical and mental status for patients with breast cancer: A protocol of randomized controlled trial. *Medicine (United States)*, 99(49), E23461. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000023461>
- Liu, H., Gao, X., & Hou, Y. (2019). Effects of mindfulness-based stress reduction combined with music therapy on pain, anxiety, and sleep quality in patients with osteosarcoma. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 41(6), 540-545. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2018-0346>
- Lorusso, D., Bria, E., Costantini, A., Di Maio, M., Rosti, G., & Mancuso, A. (2017). Patients' perception of chemotherapy side effects: Expectations, doctor-patient communication and impact on quality of life - An Italian survey. *European Journal of Cancer Care*, 26(2), 19. <https://doi.org/10.1111/ecc.12618>
- Maya Indrawati. (2009). *Bahaya Kanker; bagi wanita dan pria; pengenalan, penanganan dan pencegahan kanker*. Publisher. http://pustaka.fkm.unand.ac.id//index.php?p=show_detail&id=2166
- Mustian, K. M., Morrow, G. R., Carroll, J. K., Figueroa-Moseley, C. D., Jean-Pierre, P., & Williams, G. C. (2007). Integrative Nonpharmacologic Behavioral Interventions for the Management of Cancer-Related Fatigue. *The Oncologist*, 12(S1), 52-67. <https://doi.org/10.1634/theoncologist.12-s1-52>
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika.
- Nuwa, M. S., & Kiik, S. M. (2020). Spiritual Guided Imagery and Music. *Pengaruh Spiritual Guided Imagery and Music Terhadap Kecemasan Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi*, 95-106. <https://doi.org/10.26699/v7i1.ART.p095>
- Puchalski, C., Ferrell, B., Virani, R., Otis-Green, S., Baird, P., Bull, J., Chochinov, H., Handzo, G., Nelson-Becker, H., Prince-Paul, M., Pugliese, K., & Sulmasy, D. (2009). Improving the quality of spiritual care as a dimension of palliative care: The report of the consensus conference. *Journal of Palliative Medicine*, 12(10), 885-904. <https://doi.org/10.1089/jpm.2009.0142>
- Pratiwi, S. R., Widiyanti, E., & Solehati, T. (2017). Gambaran faktor-faktor yang berhubungan dengan

- kecemasan pasien kanker payudara dalam menjalani kemoterapi. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 3(2), 167-174.
- Rosenberg, A. R., Bona, K., Ketterl, T., Wharton, C. M., Wolfe, J., & Baker, K. S. (2017). Intimacy, Substance Use, and Communication Needs During Cancer Therapy: A Report From the "Resilience in Adolescents and Young Adults" Study. *Journal of Adolescent Health*, 60(1), 93-99. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2016.08.017>
- Rusman, A. D. P., Umar, F., & Majid, M. (2021). Kecemasan Masyarakat Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 8(1), 10. <https://doi.org/10.29406/jkmk.v8i1.2554>
- Saleh Nuwa, M. (2018). *Pengaruh Kombinasi Progressive Muscle Relaxation Dengan Spiritual Guided Imagery And Music Terhadap Koping Dan Resiliensi Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi*.
- Smeltzer. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Brunner & Suddarth Ed. 8 Vol. 3* (8th ed.). EGC. http://opac.kaltimprov.go.id/ucs/index.php?p=show_detail&id=15736
- Sulistyarini, W. D., Suyatmi, Indra Kusuma, A., Dwiyantri Abdullah, R. S., & Mia Siska, E. (2022). Implementasi Intervensi Spritual Guided Imagery (Sgi) Terhadap Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi: Studi Kasus Dan Studi Literatur. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 8(2), 427-437. <https://doi.org/10.33023/jikep.v8i2.1178>
- Triantoro, S., & Nofrans Eka, S. (2012). *Manajemen Emosi sebuah panduan cerdas bagaimana mengelola emosi positif dalam hidup anda*. Bumi Aksara. http://library.unisma.ac.id/sl_ims_unisma/index.php?p=show_detail&id=46%0A
- Wang, X., Zhang, Y., Fan, Y., Tan, X. S., & Lei, X. (2018). Effects of Music Intervention on the Physical and Mental Status of Patients with Breast Cancer: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Breast Care*, 13(3), 183191. <https://doi.org/10.1159/000487073>
- WHO. (2022). *Cancer*. World Health Organisation. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cancer%0D>