

**PENGARUH TERAPI MUSIK LANGGAM JAWA TERHADAP TINGKAT KECEMASAN
PADA PASIEN PRE OPERASI DI RSUD
DR. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN**

Alfia Dyah Permata¹, Arina Maliya^{2*}

¹⁻²Universitas Muhammadiyah Surakarta

Email Korespodensi: j230225171@student.ums.ac.id

Disubmit: 31 Oktober 2023

Diterima: 30 Juni 2024

Diterbitkan: 01 Juli 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i7.12845>

ABSTRACT

Music therapy has long been recognized for its potential to reduce anxiety levels in various medical conditions. Preoperative anxiety can negatively impact patients' psychological and physical well-being, as well as surgical outcomes. This study aims to investigate the effects of Javanese Langgam music therapy on preoperative anxiety levels among patients at RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen. This research method is pre-experimental design with one group pre-test and post-test design. The sampling technique in this study used purposive sampling, with 5 respondents and used the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire. The data analysis used in this research was the Wilcoxon test. Based on the results, it was found that there was a significant influence of Javanese nyidam sari music therapy on the level of anxiety in preoperative patients ($p=0.043 < 0.05$). It can be concluded that there is an influence of the Javanese style of nyidam sari music therapy on the anxiety level of pre-operative patients in the hospital. Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

Keywords: Music Therapy, Javanese Style, Anxiety

ABSTRAK

Terapi musik telah lama diakui memiliki potensi untuk mengurangi tingkat kecemasan pada berbagai kondisi medis. Kecemasan sebelum operasi dapat berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis dan fisik pasien, serta pada hasil operasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi music langgam jawa nyidam sari terhadap kecemasan pada pasien pre operasi di RSUD. dr. Soehadi Prijonegoro Sragen. Metode penelitian ini adalah pre eksperimen design dengan *one group pre - test dan post - test design*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan purposive sampling, dengan 5 responden dan menggunakan kuisisioner *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*. Analisa data yang digunakan pada penelitian ini adalah uji *Wilcoxon*. Berdasarkan hasil didapatkan ada pengaruh signifikansi terapi music langgam jawa nyidam sari terhadap tinggan kecemasan pada pasien pre operasi ($p=0,043 < 0,05$). Dapat disimpulkan terdapat pengaruh terapi music langgam jawa nyidam sari terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi di RS. dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

Kata Kunci: Terapi Music, Langgam Jawa, Kecemasan

PENDAHULUAN

Kecemasan sebelum menjalani operasi seringkali menjadi tantangan penting dalam praktik medis. Tingkat kecemasan yang tinggi dapat mengakibatkan ketegangan fisik dan psikologis pada pasien, mempengaruhi kualitas hidup, serta berpotensi memengaruhi hasil operasi (Hanser et al., 2020).

Tingkat kecemasan yang tinggi dapat memicu respons fisik dan psikologis yang merugikan pada pasien. Ketegangan yang dihasilkan dari kecemasan dapat menyebabkan peningkatan detak jantung, pernapasan yang lebih cepat, dan ketegangan otot yang tidak diinginkan (Sulastri, Trilianto, et al., 2019). Selain dampak fisik, kecemasan juga memiliki dampak negatif pada aspek psikologis pasien, seperti meningkatkan rasa takut, ketidaknyamanan, dan perasaan cemas yang berlebihan (Nurliawati, 2022).

Terapi musik Langgam Jawa adalah salah satu bentuk terapi musik yang berasal dari tradisi musik Jawa, Indonesia. Terapi ini memanfaatkan karakteristik unik dari musik Langgam Jawa dalam menurunkan tingkat kecemasan. Mekanisme musik Langgam Jawa dalam penurunan kecemasan dapat dihubungkan dengan kombinasi unsur-unsur musik seperti melodi, harmoni, dan ritme yang khas (Romadhon & AP, 2022). Musik memiliki kekuatan untuk memengaruhi suasana hati dan emosi seseorang, dan ini telah diakui dalam berbagai budaya dan tradisi, termasuk musik Langgam Jawa (Cho, 2018).

Langgam Jawa adalah salah satu bentuk musik tradisional Jawa yang memiliki ciri khas dalam melodi, harmoni, dan ritme. Ritme yang tenang dan ritmis dalam musik Langgam Jawa memang dapat memberikan perasaan keseimbangan

dan ketenangan pada pendengarnya (Meliyana et al., 2023). Ritme dalam musik Langgam Jawa memiliki pola yang tenang dan ritmis, menciptakan perasaan keseimbangan dan ketenangan pada pendengarnya. Pola ritmis yang teratur ini dapat memberikan efek relaksasi pada sistem saraf, yang pada gilirannya dapat mengurangi kecemasan (Triatna et al., 2018).

Melodi dan harmoni dalam musik Langgam Jawa sering kali mengikuti skala yang lembut dan alami. Melodi yang mendalam dan harmoni yang cocok dapat memberikan pengalaman mendalam yang dapat menenangkan pikiran dan mengurangi stres (Blank, 2019).

Durasi dan frekuensi pemberian terapi musik juga merupakan faktor penting dalam efektivitasnya. Meskipun belum ada standar baku, beberapa penelitian mengindikasikan bahwa pemberian terapi musik dalam jangka waktu tertentu secara konsisten dapat memberikan hasil yang lebih baik dalam mengurangi kecemasan (Mayer-Benarous et al., 2021). Berdasarkan penelitian sebelumnya, mendengarkan musik Langgam Jawa selama sekitar menit setiap sesi dapat memberikan efek yang positif terhadap tingkat kecemasan pasien (Sadiah & Aprilina, 2021). Durasi dan frekuensi dapat bervariasi tergantung pada tujuan terapi. Jika tujuannya adalah meredakan stres dan kecemasan harian, sesi yang lebih pendek dan frekuensi lebih tinggi mungkin lebih cocok. Namun, jika terapi musik digunakan untuk mengatasi masalah kecemasan yang lebih dalam, sesi yang lebih panjang dan frekuensi lebih rendah mungkin lebih efektif (Zang et al., 2023).

KAJIAN PUSTAKA

Operasi adalah semua tindakan pengobatan yang menggunakan cara invasive dengan membuka atau menampilkan bagian tubuh yang akan ditangani. Sedangkan sakit adalah proses dimana individu mengalami penurunan fungsi eksternal maupun internal dibandingkan dengan kondisi sebelumnya. Individu dengan berbagai penyakit yang akan dilakukan pembedahan sangat perlu kesiapan emosional yang kuat terhadap segala bentuk prosedur pembedahan yang akan dilakukan. Pembedahan adalah peristiwa yang menegangkan dan menimbulkan stress baik fisik maupun psikologis, dimana salah satu responnya adalah cemas (Mangapi et al., 2023).

Pre operasi adalah dimulai ketika keputusan untuk menjalani operasi dibuat dan berakhir ketika pasien dipindahkan ke meja operasi. Pada fase ini ada beberapa persiapan yang harus disiapkan oleh pasien sebelum dilakukan tindakan operasi. Hal ini perlu dilakukan sebelum operasi salah satunya adalah persiapan mental bagi pasien yang harus diperhatikan (Aulia & Murniati, 2022).

Tindakan pembedahan merupakan salah satu faktor seseorang merasa cemas, takut, gelisah, lesu, tidak dapat istirahat dengan tenang, saat menghadapi pembedahan pasien akan mengalami berbagai stressor, sedangkan rentang waktu menunggu pelaksanaan pembedahan akan menyebabkan rasa takut dan kecemasan pada pasien. Bila kecemasan tersebut tidak mendapat yang adekuat dari dokter, perawat maupun keluarga, tidak tertutup kemungkinan kecemasan akan bertambah parah yang berdampak kepada ketidak siapan pasien menjalani operasi (Aulia & Murniati, 2022).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mangapi et al., 2023) tentang pengaruh terapi musik terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi di RSUD dr. Moeloek Provinsi Lampung didapatkan bahwa tingkat kecemasan pasien sebelum diberikan terapi musik yaitu setelah pemberian terapi musik diketahui bahwa ada perubahan tingkat kecemasan sesudah pemberian terapi musik dimana yang mengalami tingkat kecemasan ringan sebanyak 10 responden (58,8%), cemas sedang sebanyak 6 responden (35,3%), tidak mengalami kecemasan sebanyak 1 responden (5,9%) dan cemas berat tidak ada.

Kualitas hidup pasien juga dapat terpengaruh oleh tingkat kecemasan yang tinggi. Pasien yang mengalami kecemasan yang kronis atau parah mungkin mengalami penurunan kualitas tidur, gangguan makan, serta kesulitan dalam menjalani aktivitas sehari-hari dengan nyaman. Kecemasan yang berkepanjangan juga dapat memengaruhi hubungan sosial dan emosional pasien, mengurangi partisipasi dalam kegiatan sosial dan menghasilkan perasaan isolasi (Hanser et al., 2020).

Selain itu, ada potensi bahwa tingkat kecemasan yang tinggi dapat berdampak negatif pada hasil operasi. Kecemasan yang tidak terkendali sebelum operasi dapat memicu pelepasan hormon stres seperti kortisol, yang dapat mempengaruhi sistem kekebalan tubuh dan memperlambat proses penyembuhan pasca operasi (Sinambela et al., 2023). Selain itu, tingkat kecemasan yang tinggi juga dapat mempengaruhi persepsi nyeri pasien setelah operasi, serta berpotensi memperpanjang waktu pemulihan (Sulastri, Cahyanti, et al., 2019).

Salah satu terapi yang dapat digunakan untuk menurunkan cemas yaitu terapi music langgam jawa. Langgam Jawa adalah salah satu bentuk musik tradisional Jawa yang memiliki ciri khas dalam melodi, harmoni, dan ritme. Ritme yang tenang dan ritmis dalam musik Langgam Jawa memang dapat memberikan perasaan keseimbangan dan ketenangan pada pendengarnya (Triatna et al., 2018). Ritme dalam musik Langgam Jawa memiliki pola yang tenang dan ritmis, menciptakan perasaan keseimbangan dan ketenangan pada pendengarnya. Pola ritmis yang teratur ini dapat memberikan efek relaksasi pada sistem saraf, yang pada gilirannya dapat mengurangi kecemasan (Meliyana et al., 2023).

Melodi dan harmoni dalam musik Langgam Jawa sering kali mengikuti skala yang lembut dan alami. Melodi yang mendalam dan harmoni yang cocok dapat memberikan pengalaman mendalam yang dapat menenangkan pikiran dan mengurangi stres (Blank, 2019). Kecepatan atau tempo musik Langgam Jawa cenderung lebih lambat dibandingkan dengan beberapa bentuk musik lainnya. Tempo yang santai ini dapat membantu melambatkan detak jantung dan pernapasan, menciptakan perasaan rileks dan damai

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 3 Agustus 2023, menggunakan desain eksperimental (*pre-test post-test design*, kelompok perlakuan akan menerima terapi musik langgam Jawa sebelum menjalani operasi.

Populasi penelitian adalah pasien pre operasi di RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen. Sampel yang diambil adalah 5 responden dengan kriteria usia 45 - 60, pasien suku jawa dan tidak mengalami gangguan pendengaran yang dipilih secara purposive berdasarkan kriteria inklusi, yaitu pasien dewasa yang menjalani operasi besar dan memiliki tingkat kecemasan yang bervariasi.

Sebelum mengumpulkan data, setiap responden akan diberikan formulir inform consent. Tingkat kecemasan responden akan diukur menggunakan skala kecemasan yang sudah teruji validitas dan reliabilitasnya, seperti Skala Kecemasan Hamilton Rating Scale For Anxiety (HARS), dengan skala >14 : tidak ada kecemasan, 14-20 : kecemasan ringan, 21-27 : kecemasan sedang, 28-41 : kecemasan berat, 42-56 : panik. Kelompok perlakuan akan mendapatkan terapi musik langgam Jawa nyidam sari selama 10 menit H - 1 sebelum operasi. Terapi ini akan dilakukan dengan menggunakan alat pemutar music HP dan headphone. Analisa data yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh antara dua variable secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Wilcoxon*.

HASIL PENELITIAN**Karakteristik responden**

Tabel 1
Distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik

Karakteristik Responden	Frekuensi	Presentase (%)
Usia		
40-50	1	20,0
51-60	3	60,0
61-70	1	20,0
Total	5	100
Jenis kelamin		
Perempuan	2	40,0
Laki-laki	3	60,0
Total	5	100
Dx.Medis		
DM	1	20,0
Appendicitis	1	20,0
CA Mammae	1	20,0
CA thyroid	2	40,0
Total	5	100
Jenis Operasi		
OP. Debridement	1	20,0
OP. Laparatomi	1	20,0
OP. Lupektomi	1	20,0
OP. Ismolobektomi	2	40,0
Total	5	100

Berdasarkan table 1. Karakteristik responden didapatkan hasil 60% responden berusia 51-60 tahun sebanyak 3 responden. Dengan mayoritas berjenis kelamin laki - laki sebanyak 3 responden (60%). Pada diagnose medis

terbanyak didapatkn diagnose medis CA thyroid yaitu (40%) atau 2 responden, dan berdasarkan jenis operasi yang akan dilakukan mayoritas adalah Tindakan operasi ismolobektomi yaitu 2 responden (40%)

Analisis Bivariat

Tabel 2
Distribusi responden berdasarkan Tingkat Kecemasan

Scala	T.Kecemasan	Pre		Post	
		N	%	N	%
>14	Tidak ada Kecemasan	0	0,0	5	100
14-20	Kecemasan ringan	5	100	0	0,0
21-27	Kecemasan sedang	0	0,0	0	0,0

28-41	Kecemasan berat	0	0,0	0	0,0
42-56	Panik	0	0,0	0	0,0
	<i>Negative Ranks</i>	5			
	<i>Positive Ranks</i>	0			
	<i>Ties</i>	0			
	<i>Wilcoxon Test</i>				
	<i>a = 0,043</i>				

Berdasarkan table 2. Hasil uji statistic *Wilcoxon* sebelum dan sesudah dilakukan eksperimen di dapatkan hasil nilai signifikansi $p=0,043$. Hal ini menunjukkan bahwa

terapi music langgam jawa nyidam sari mempengaruhi pada penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

PEMBAHASAN

Rerata usia antar kelompok sampel saling mendekati dan hampir sama. Responden berjenis kelamin laki - laki lebih banyak yaitu 60%, sedangkan responden berjenis kelamin Wanita 40%.

Faktor-faktor yang dapat memengaruhi bahkan meningkatkan kecemasan individu, diantaranya jenis kelamin, usia, pendidikan, pengetahuan, dan pekerjaan (Wahyuningsih et al., 2021). Pada penelitian ini mendapatkan hasil bahwa tingkat kecemasan yang diderita oleh responden perempuan secara signifikan lebih tinggi dibandingkan laki- laki.

Masing masing responden memiliki diagnose medis yang berbeda, respon dengan dengan diagnose CA thyroid yaitu 40%, DM 20%, Appendicitis 20%, CA mammae 20%. Selain itu tindakan pembedahan yang akan dilakukan kepada masing masing responden berbeda. Tindakan pembedahan ismelobektomi sebesar 40%, Tindakan debridement 20%, tindakana laparotomi 20% dan tindakan pembedahan lupektomi 20%.

Tingkat kecemasan pada masing - masing responden didapatkan hasil yang beragam. Setelah perhitungan akhir nilai

kuisisioner pertanyaan dengan nilai rerata pasien mengalami kecemasan ringan yaitu dengan score 14-20. H-1 sebelum dilakukan tindakan operasi.

Pada responden kecemasan kelompok eksperimen sebelum dilakukan tindakan operasi dengan pemberian terapi music langgam jawa nyidam sari terdapat penurunan kecemasan dari kecemasan ringan 5 responden (100%) menjadi tidak ada kecemasan 5 responden (100%).

Sesuai dengan penelitian dari (Triatna et al., 2018) bahwa pemberian terapi music langgam jawa dapat memberikan efek ketenangan dan berakibat pada penurunan kecemasan dengan cara menurunkan eksresi hormon kortisol dan pengaturan denyut jantung sehingga pembentukan imunitas akan tinggi.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Pome et al., 2019) tingkat kecemasan ringan berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari serta menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lahan persepsinya. Cemas dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan dan kreatifitas. Cemas sedang memungkinkan seseorang untuk

memusatkan pada hal yang penting dan mengenyampingkan pada hal yang lain sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah. Cemas berat sangat mengurangi lahan persepsi seseorang. Seseorang cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang terinci, spesifik dan tidak berfikir tentang hal yang lain, semua perilaku ditunjukkan untuk mengurangi ketegangan. Cemas berat berhubungan dengan terperangah ketakutan dan eror. Rincian terpecah dari proporsinya karena mengalami kehilangan kendali. Orang yang panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan. Panik terjadi aktifitas motorik penurunan kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain persepsi yang menyimpang dan kehilangan pemikiran yang rasional. Kecemasan adalah kekawatiran (Harsami et al., 2022)

Hasil penelitian uji statistic menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi music langgam jawa terhadap penurunan respons psikologis kecemasan pada pasien pre operasi. Hal ini disebabkan dengan mendengarkan music tempo lamban akan atau sekitar 60 beat per menit yang dimiliki oleh music langgam jawa dapat memperlambat dan menyeimbangkan gelombang otak yang menandakan ketenangan. Hal ini terjadi karena stimulasi *binaural-beat* dapat mendorong untuk seseorang kembali kedalam kesadaran.

Musik antara 56 sampai 60 beat per detik dapat digunakan untuk melatih relaksasi dan gelombang otak menuju keadaan alfa. Dalam keadaan tenang seseorang akan memiliki sub stansi yang memiliki beta karbolin, yaitu antagonis GABA yang menyebabkan penurunan jumlah down regulator receptor

GABA. Penurunan ini yang akan mengurangi hambatan terhadap timbulnya kecemasan (Yusli & Rachma, 2019). Penurunan respons psikologis kecemasan bisa disebabkan karena mendengarkan musik merupakan salah satu bentuk relaksasi yang bisa mensinkronisasi ritme tubuh dengan cara adanya fibrasi serta bisa menstimulasi seseorang untuk merasakan ketenangan (Simbolon, 2019). Rasa nyaman yang timbul pada saat mendengarkan musik dapat diakibatkan karena kelenjar hipofisis melepaskan endorfin, yang terjadi akibat aktivitas elektrik yang tersebar di regio-regio otak yang berhubungan dengan sistem limbik dan pusat kontrol otonomi. Dengan mendengarkan musik yang disukai, maka seseorang akan merasa lebih santai yang akhirnya bisa menurunkan ketegangan dan kecemasan terhadap stresor yang dihadapi (Yusli & Rachma, 2019).

Peneliti menemukan bahwa mendengarkan musik langgam jawa nyidam sari kepada pasien pre operasi bermanfaat dalam menurunkan tingkat kecemasan. Hal ini ditunjukkan dengan penurunan skor kecemasan pasien, dan pasien langsung tampak merasa lebih baik dibandingkan sebelum diberikan musik. Musik memiliki kemampuan untuk menghasilkan relaksasi dan meredakan kecemasan dalam berbagai suasana.

Musik bekerja sebagai suatu bentuk relaksasi dengan menstimulasi atau menyalurkan ritme dan nada ke saluran pendengaran dan kemudian ke thalamus, tempat memori dalam sistem limbik diaktifkan secara otomatis. Selanjutnya akan mempengaruhi saraf otonom, yang kemudian diteruskan ke otak dan kelenjar pituitari, yang pada akhirnya menimbulkan reaksi emosional melalui umpan balik ke

kelenjar adrenal untuk mencegah pelepasan hormon stres. Ketika hormon stres ditekan, seseorang menjadi rileks dan damai (Sadiah & Aprilina, 2021)

KESIMPULAN

Kelompok perlakuan dengan pemberian terapi music langgam jawa nyidam sari selama 10 menit H - 1 sebelum operasi mengalami penurunan kecemasan dengan $p=0,043 (<0.05)$. Hal ini dapat diartikan bahwa terapi music langgam jawa terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi.

Saran

Bagi rumah sakit diharapkan khususnya rumah sakit RSUD. Soehadi Prijonegoro Sragen dapat menggunakan terapi music langgam jawa nyidam sari untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre-operasi.

Bagi profesi perawat penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber ilmu informasi dan referensi, bahan acuan dalam dunia keperawatan non farmakologi, untuk penanganan kecemasan terhadap pasien pre operasi.

Bagi Pendidikan diharapkan institusi Pendidikan dapat meningkatkan mutu pelayanan Pendidikan yang berkualitas dengan menerapkan riset yang telah ada untuk dijadikan acuan dalam memberikan pelayanan Pendidikan, yang mampu menghasilkan perawat professional dan terampil dalam memberikan asuhan keperawatan berdasarkan ilmu dan kode etik keperawatan khususnya pada pasien pre operasi dengan tingkat kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, S. D., & Murniati, M. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di Rumah Sakit Umum Daerah Tgk. Chik Ditiro Sigli. *Journal Of Nursing And Health*, 7(3, Desember), 45-53.
- Blank, C. A. (2019). Early Childhood Music Therapy And Autism Spectrum Disorder. *Journal Of Music Therapy*, 56(2), 202-206. <https://doi.org/10.1093/jmt/thz002>
- Cho, H. K. (2018). The Effects Of Music Therapy-Singing Group On Quality Of Life And Affect Of Persons With Dementia: A Randomized Controlled Trial. *Frontiers In Medicine*, 5(Oct). <https://doi.org/10.3389/fmed.2018.00279>
- Hanser, S. B., Clements-Cortes, A., Mercadal-Brotons, M., & Tomaino, C. M. (2020). Editorial: Music Therapy In Geriatrics. *Frontiers In Medicine*, 7(March), 1-2. <https://doi.org/10.3389/fmed.2020.00087>
- Harsami, H., Rositasari, S., & Murtutik, L. (2022). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Yang Akan Menghadapi Operasi Di Ruang Al Huda R sui Kustati Surakarta*. Universitas Sahid Surakarta.
- Mangapi, Y. H., Allo, O. A., & Kala, S. (2023). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Di Ruang Rawat Inap Bedah Rs Elim Rantepao Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif*, 7(2), 267-283.
- Mayer-Benarous, H., Benarous, X., Vonthron, F., & Cohen, D. (2021). Music Therapy For Children With Autistic

- Spectrum Disorder And/Or Other Neurodevelopmental Disorders: A Systematic Review. In *Frontiers In Psychiatry* (Vol. 12). Frontiers Media S.A. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.643234>
- Meliyana, A., Kurniawan, W. E., & Yanti, L. (2023). Pengaruh Terapi Musik Gamelan Langgam Jawa Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Sudagaran Kabupaten Banyumas. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 8(2), 138-142.
- Nurliawati, E. (2022). Self-Healing Therapy Untuk Mengatasi Kecemasan. *International Conference On Islamic Guidance And Counseling*, 2, 295-300.
- Pome, G., Endriyani, S., & Rizal, F. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Makrayu Palembang. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 6(2), 1-6.
- Romadhon, W. A., & Ap, R. R. D. R. (2022). *Kombinasi Pemberian Aromaterapi Lavender (Lavandula Angustifolia) Dan Terapi Musik Langgam Jawa Sebagai Upaya Meningkatkan Kualitas Dan Kuantitas Tidur Lansia Insomnia Berbasis Roy's Adaptation Theory*. Penerbit Nem.
- Sadiyah, S., & Aprilina, H. D. (2021). Musik Langgam Jawa Terhadap Kecemasan Pada Pasien Pre Sectio Caesarea. *Adi Husada Nursing Journal*, 7(1), 27-33.
- Simbolon, H. (2019). *Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Di Pmb Afriana, Am. Keb Tahun 2018*.
- Sinambela, A. N. D., Irawati, D., & Maria, R. (2023). Efektivitas Terapi Musik Dalam Menurunkan Ansietas Pada Pasien Yang Dirawat Di Ruang Intensif. *Journal Of Telenursing (Joting)*, 5(1), 481-493.
- Sulastri, S., Cahyanti, A. I., & Rahmayati, E. (2019). Perilaku Caring Menurunkan Kecemasan Pasien Preoperasi. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 382-389.
- Sulastri, S., Trilianto, A. E., & Ermaneti, Y. (2019). Pengaruh Komunikasi Terapeutik Perawat Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 7(1).
- Triatna, A., Sucipto, A., & Wiyani, C. (2018). Musik Langgam Jawa Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 170-176.
- Wahyuningsih, A. S., Saputro, H., & Kurniawan, P. (2021). Analisis Faktor Kecemasan Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Hernia Di Rumah Sakit. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(3), 613-620.
- Yusli, U. D., & Rachma, N. (2019). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Gamelan Jawa Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia. *Jurnal Perawat Indonesia*, 3(1), 72-78.
- Zang, L., Cheng, C., Zhou, Y., & Liu, X. (2023). Music Therapy Effect On Anxiety Reduction Among Patients With Cancer: A Meta-Analysis. In *Frontiers In Psychology* (Vol. 13). Frontiers Media S.A. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1028934>