

## Pengaruh Teknik Distraksi Musik Religi Terhadap Tingkat Kecemasan Pre Operasi Pada Pasien *Sectio Caesarea* di RSUD dr. H. L. M. Baharuddin M.Kes

### *The Effect of Religious Music Distraction Technique on Preoperative Anxiety Levels in Caesarean Section Patients at RSUD dr. H. L. M. Baharuddin*

Umiati<sup>1</sup>, Yataba<sup>1</sup>, Nur Yazlim<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, S1 Keperawatan, Universitas Karya Persada Muna

**Corresponding Author: Umiati**

Email : umiatiimy@gmail.com

#### Info Artikel

Diterima: 27-02-2026

Terbit: 28-09-2026

#### Abstract

*Background: Preoperative anxiety is a common psychological condition that may affect both emotional stability and physiological responses in patients. In mothers scheduled for cesarean section, elevated anxiety levels can disrupt the birthing process and prolong postoperative recovery. Objective: This study aims to analyze the effect of religious music distraction techniques on preoperative anxiety levels among caesarean section patients at RSUD dr. H. L. M Baharuddin, M.Kes. Methods: This research employed a pre-experimental design with a pretest-posttest without control group approach. The sample consisted of 17 patients meeting the inclusion criteria, selected through total sampling. Anxiety levels were measured using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) before and after the intervention. Data were analyzed using the Paired Sample t-Test with a significance level of 0,05. Result: The results revealed a statistically significant reduction in anxiety following the religious music intervention, with a p-value of 0,000 ( $p < 0,05$ ). Conclusion: In conclusion, the religious music distraction technique proved to be effective, practical, and safe to implement as part of preoperative care. Suggestion: It is recommended that nurses integrate this intervention into clinical practice and that future studies adopt designs incorporating control groups to strengthen the evidence base.*

**Keywords:** Religious music, anxiety preoperative, *sectio caesarea*

#### Abstrak

**Latar Belakang :** Kecemasan menjelang tindakan pembedaan merupakan kondisi psikologis yang umum terjadi dan dapat berdampak pada stabilitas emosional maupun respon fisiologis pasien. Pada ibu yang akan menjalani *sectio caesarea*, kecemasan tinggi berpotensi mengganggu proses persalinan dan memperpanjang pemulihan pasca operasi. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh teknik distraksi musik religi terhadap tingkat kecemasan pasien sebelum operasi *sectio caesarea* di RSUD dr. H. L. M Baharuddin, M.Kes. **Metode Penelitian :** Desain penelitian yang digunakan adalah pre-eksperimental dengan rancangan pretest-posttest tanpa kelompok kontrol. Sampel terdiri dari 17 pasien yang memenuhi kriteria inklusi, diambil menggunakan metode total sampling. Tingkat kecemasan diukur menggunakan instrumen *Hamilton Anxiety Rating Scala* (HARS) sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data menggunakan uji Paired Sample t-Test dengan taraf signifikansi 0,05. **Hasil Penelitian :** Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan yang bermakna setelah pemberian musik religi, dengan nilai  $p=0,000$  ( $p < 0,05$ ). **Kesimpulan :** Teknik distraksi musik religi terbukti efektif, mudah diterapkan, dan aman digunakan sebagai bagian dari perawatan pra operasi. **Saran :** Disarankan agar perawat mempertimbangkan penerapan intervensi ini dalam praktik klinis, sekaligus mendorong penelitian lanjutan dengan desain yang melibatkan kelompok kontrol untuk memperkuat bukti ilmiah.

**Kata Kunci :** Musik religi, kecemasan, pre operasi, *sectio caesarea*.

#### PENDAHULUAN

Tahap sebelum operasi merupakan langkah pertama dalam proses perioperatif. Proses ini dimulai saat keputusan untuk melakukan tindakan bedah dibuat hingga pasien siap di meja operasi. Pada tahap ini, pasien sering mengalami peningkatan emosi. Kecemasan dan ketegangan muncul karena lingkungan rumah sakit, prosedur medis yang akan dilakukan, dan kekhawatiran terhadap kesejahteraan serta kenyamanan mereka selama operasi. Oleh sebab itu, adalah krusial bagi pasien untuk melakukan persiapan yang baik baik secara fisik maupun mental, mengingat bahwa tingkat kecemasan seringkali berada pada titik tinggi di tahap ini (Sisy Rizkia Putri, 2020).

Berdasarkan informasi yang diberikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2018, antara 5 hingga 15% dari total kelahiran di dunia adalah melalui operasi *caesar*. (WHO, 2021 dalam Hastuti, 2024). Di Indonesia, data menunjukkan bahwa setiap tahun, 19,06% dari setiap 1000 bayi lahir melalui prosedur *caesar*.

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan (2020), sekitar 29,0% perempuan di Indonesia mengalami kecemasan menjelang persalinan. Perasaan takut dan kekhawatiran sering muncul, termasuk rasa bersalah atas kesalahan atau dosa yang mungkin pernah dilakukan (Agustin et al., 2024). Di wilayah Sulawesi Tenggara, data yang telah dikumpulkan menunjukkan bahwa jumlah operasi *caesar* terus meningkat setiap tahun 2019 hingga 2021 (DinKes Prov. Sultra, 2022).

Berdasarkan data dari RSUD dr. H. L. M. Baharuddin untuk tahun 2023 sampai 2024, diketahui bahwa 665 operasi telah dilaksanakan. Dari jumlah itu, hanya 1% operasi yang dilaksanakan pada tahun 2023, sementara 99% sisanya berlangsung pada tahun 2024. Di antara semua operasi tersebut, 68% adalah tindakan *sectio caesarea* dan 32% lainnya mencakup jenis operasi yang berbeda. Dua bulan sebelumnya, RSUD dr. H. L. M. Baharuddin, M. Kes telah melakukan 75 operasi, dan dari jumlah tersebut, 78% adalah *sectio caesarea* (RSUD, RM, 2025).

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian ini termasuk dalam kategori pre-eksperimental dengan desain pretest-posttest (Yusri, 2020).

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

Pengumpulan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner yang diisi secara sendiri oleh para responden, serta pelaksanaan wawancara terstruktur terhadap pasien pre operasi *sectio caesarea* sebanyak 17 orang.

**Tabel 1 Hasil Karakteristik Responden**

No	Karakteristik Responden	N	(%)
1	Jenis kelamin		
	Perempuan	17	100
	<b>Jumlah</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>
2	Kelompok umur		
	18-28 tahun	2	11,8%
	29-39 tahun	7	41,2%
	40-50 tahun	6	35,3%
	52-65 tahun	2	11,8%
<b>Jumlah</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>	
3	Pendidikan		
	Tidak pernah sekolah	2	11,8%
	SD	2	11,8%
	SMP	0	0,0%
	SMA	7	41,2%
	Perguruan tinggi	6	35,3%

	<b>Jumlah</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>
4	Pekerjaan		
	Mahasiswa	1	5,9%
	PNS	3	17,6%
	Swasta	5	29,4%
	Tidak Bekerja	8	47,1%
	<b>Jumlah</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>
5	Pengalaman OP SC		
	Tidak Pernah	12	70,6%
	1 Kali	3	17,6%
	2 kali	2	11,8%
	3 kali	0	0,0%
	<b>Jumlah</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>

Sumber: data primer, 2025

Dengan cermat memeriksa tabel tersebut, terlihat bahwa mayoritas pasien yang menjalani operasi *caesar* di RSUD dr. H. L. M Baharuddin, M. Kes berumur antara 29 dan 39 tahun, dengan jumlah 7 orang atau sekitar 41,2%. Berdasarkan pendidikan terakhir, mayoritas pasien memiliki pendidikan tingkat SMA. Terdapat juga 7 orang yang memiliki latar belakang sama dengan persentase yang juga mencapai 41,2%. Sementara itu, berdasarkan kategori pekerjaan, sebagian besar pasien yang menjalani operasi tidak memiliki pekerjaan, yakni sebanyak 8 orang atau 47,1%. Berdasarkan pengalaman operasi, (70,6%) responden belum pernah menjalani *sectio caesarea*.

**Tabel 2 Hasil Persentase Tingkat Kecemasan**

<b>Variabel</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>Mean+SD</b>	<b>95% CI</b>
Pretest				
Kecemasan Ringan	1	5,9%	27,41+6,083	24,28-30,54
Kecemasan Sedang	7	41,2%		
Kecemasan Berat	9	52,9%		
Posttest				
Kecemasan Ringan	3	17,6%	20,94+4,697	18,53-23,36
Kecemasan Sedang	14	82,4%		
Kecemasan Berat	0	0,0%		

Sumber: data primer, 2025

Berdasarkan analisis deskriptif yang dilakukan, sebelum intervensi yang menggunakan teknik distraksi musik religi (pre-test), sebagian besar dari responden merasakan tingkat kecemasan yang tinggi, dengan jumlah 9 orang (52,9%) mengalami kecemasan berat. Kemudian, ada 7 orang (41,2%) yang menderita kecemasan sedang, sementara hanya 1 responden (5,9%) yang merasakan kecemasan ringan. Setelah intervensi dilaksanakan (post-test), terlihat ada penurunan pada tingkat kecemasan. Tidak ada responden yang menunjukkan kecemasan berat lagi (0,0%). Sebagian besar berada dalam kategori kecemasan sedang, yaitu sebanyak 14 orang (82,4%), dan 3 orang (17,6%) memperlihatkan kecemasan yang ringan.

**Tabel 3 Pengaruh Distraksi Musik Religi**

<b>Tingkat kecemasan</b>	<b>Mean</b>	<b>Standar Deviasi</b>	<b>Different Mean</b>	<b>P-Value</b>
Pretest	27,41	6,083	6,471	0,000
Posttet	20,94	4,697		

Sumber: data primer, 2025

Berdasarkan analisis inferensial yang dilakukan dengan uji t-test sampel berpasangan, diketahui bahwa rata-rata kecemasan sebelum intervensi (pre-test) adalah 27,41. Setelah intervensi (post-test), rata-ratanya mengalami penurunan menjadi 20,94, sehingga terdapat selisih rata-rata sebesar 6,471 poin. Nilai signifikansi (p-value) yang diperoleh adalah 0,000 ( $p < 0,05$ ).

## B. Pembahasan

Studi ini dimulai dengan mengidentifikasi ciri-ciri dari setiap partisipan. Partisipan yang terlibat dalam penelitian tentang tingkat kecemasan praoperasi pada pasien *sectio caesarea* diambil langsung dari RSUD dr. H. L. M Baharuddin, M. Kes. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk memahami tingkat kecemasan pasien sebelum dan setelah mendapatkan intervensi yang menggunakan teknik distraksi dengan musik religius. Data mengenai pasien yang menjalani operasi *caesar* pada bulan Mei hingga Juni 2025 di RSUD dr. H. L. M Baharuddin, M. Kes menunjukkan adanya peningkatan frekuensi tindakan, sehingga diterapkanlah pendekatan model multiplikatif. Pendekatan ini dipilih karena kenaikan jumlah operasi diduga dipengaruhi oleh gabungan berbagai faktor, seperti tingkat pengetahuan serta sikap dari pasien tersebut. Dengan menggunakan model multiplikatif, peneliti dapat mengevaluasi pengaruh gabungan dari variabel-variabel independen terhadap tingkat kecemasan sebelum operasi *caesar*. Sebelum analisis dilakukan, data yang dikumpulkan sudah dianggap cukup dan memenuhi syarat untuk dianalisis lebih lanjut.

Mengacu pada tabel 1 yang menunjukkan hasil penelitian dengan 17 peserta, semua responden (100%) adalah perempuan. Mengenai rentang umur, mayoritas berada di antara 29-39 tahun (41,2%) dan 40-50 tahun (35,3%), yang termasuk dalam kelompok usia produktif. Berdasarkan pendidikan, responden terbanyak berpendidikan SMA (41,2%) dan perguruan tinggi (35,3%). Berdasarkan pekerjaan, responden terbanyak tidak bekerja (47,1%), disusul pekerja swasta (29,4%). Berdasarkan pengalaman operasi, (70,6%) responden belum pernah menjalani *sectio caesarea*.

Berdasarkan tabel 2 hasil persentase tingkat kecemasan terlihat bahwa sebelum penerapan intervensi melalui teknik distraksi musik religius (pre-test), mayoritas responden mengalami tingkat kecemasan yang parah, yaitu sebanyak 9 orang (52,9%). Selanjutnya, 7 orang (41,2%) mengalami kecemasan yang sedang, dan hanya 1 orang (5,9%) yang termasuk dalam kategori kecemasan ringan. Selain itu, rata-rata tingkat kecemasan pada tahap pre-test tercatat sebesar 27,41 dengan deviasi standar sebesar 6,083. Setelah dilakukan intervensi (post-test), tampak adanya penurunan tingkat kecemasan. Tidak terdapat lagi responden yang mengalami kecemasan berat (0,0%). Sebagian besar responden, yaitu 14 orang (82,4%), berada pada kategori kecemasan sedang, sementara 3 orang (17,6%) mengalami kecemasan ringan. Tingkat kecemasan rata-rata telah berkurang menjadi 20,94, dengan deviasi standar sebesar 4,697.

Berdasarkan penjelasan yang telah diungkapkan sebelumnya, analisis mengenai dampak tingkat kecemasan sebelum (pre-test) dan setelah (post-test) implementasi metode distraksi melalui musik religi pada pasien yang menjalani operasi *sectio caesarea* di RSUD dr. H. L. M Baharuddin, M. Kes, dilakukan dengan menggunakan pengujian statistik inferensial yaitu paired sample t-test, sebagaimana yang tertera pada tabel 3. Hasil dari analisis menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan sebelum intervensi mencapai 27,41, sedangkan setelah intervensi, tingkat kecemasan menurun menjadi 20,94, yang menunjukkan adanya selisih rata-rata sebesar 6,471 poin. Nilai signifikansi (p-value) yang diperoleh adalah 0,000 ( $p < 0,05$ ), yang menandakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara tingkat kecemasan pasien sebelum dan setelah menerima intervensi musik religi.

Uji t-test untuk pasangan sampel dilakukan untuk menilai hipotesis mengenai pengaruh teknik distraksi menggunakan musik religius terhadap tingkat kecemasan sebelum operasi pada pasien yang menjalani *sectio caesarea* di RSUD dr. H. L. M Baharuddin, M. Kes. Penelitian ini menganalisis data dengan software SPSS versi 20. Hasil yang diperoleh menunjukkan angka signifikansi sebesar 0,008 ( $p < 0,05$ ), yang berarti ada perbedaan signifikan secara statistik antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi musik religius. Karena angka signifikansi ini berada di bawah 5%, maka hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak sementara hipotesis alternatif ( $H_1$ ) diterima. Ini menunjukkan bahwa teknik distraksi dengan musik religius memberikan pengaruh signifikan dalam menurunkan kecemasan pada pasien yang menjalani operasi *sectio caesarea*.

Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kecemasan sebelum menjalani operasi pada pasien *sectio caesarea* di RSUD dr H. L. M Baharuddin, M. Kes dipengaruhi oleh berbagai karakteristik individu. Beberapa faktor tersebut meliputi usia, gender, pengalaman sebelumnya, serta penggunaan teknik distraksi dengan musik religi. Usia muncul sebagai faktor penting yang mempengaruhi tingkat kecemasan, di mana pasien lebih tua cenderung mengalami kecemasan yang lebih berat. Hal ini disebabkan oleh kedewasaan mereka dalam menghadapi stres serta pengalaman hidup yang lebih banyak (Fibriansari et al, 2023). Jenis kelamin juga turut memengaruhi, dengan perempuan cenderung menunjukkan kecemasan yang lebih tinggi karena sensitivitas emosional, perubahan hormonal, serta kekhawatiran terhadap keselamatan diri dan bayi (Santoso, 2021). Selain itu, pengalaman menjalani operasi sebelumnya dapat menurunkan tingkat kecemasan karena pasien telah memahami prosedur dan potensi risiko yang ada, sesuai dengan teori coping (Fibriansari et al, 2023). Dukungan psikososial dari keluarga maupun tenaga medis juga menjadi faktor penting, karena dapat memberikan rasa aman dan ketenangan emosional, sebagaimana dijelaskan dalam teori dukungan sosial (Izzah et al, 2022). Selain itu, terbukti bahwa musik keagamaan yang digunakan mengalihkan perhatian dapat sangat mengurangi kecemasan sebelum operasi. Hasil ini ditunjukkan oleh analisis statistik yang menghasilkan nilai p sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Penemuan ini sejalan dengan penelitian oleh Widiawati, yang menyatakan bahwa terapi musik memiliki dampak signifikan dalam mengurangi kecemasan pasien sebelum menjalani operasi.

#### KESIMPULAN DAN SARAN

##### A. Kesimpulan

Analisis yang dilakukan menggunakan metode t-test sampel berpasangan menunjukkan bahwa musik religi sebagai cara untuk mengalihkan perhatian memiliki dampak yang penting dalam menurunkan kecemasan. Uji ini menghasilkan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ).

##### B. Saran

Saran yang bisa penulis ajukan adalah agar penelitian berikutnya menggunakan desain penelitian yang mencakup kelompok kontrol. Hal ini memungkinkan perbandingan antara pasien yang mendapatkan distraksi musik religi dan yang tidak menerima perlakuan tersebut. Sehingga, efektivitas teknik distraksi musik religi dalam mengurangi kecemasan pasien sebelum operasi *sectio caesarea* dapat dibuktikan dengan lebih akurat.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memfasilitasi dan membantu selama proses penelitian ini berlangsung.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, N., Mujiastuti, I., Studi, P., Keperawatan, D.-I., & Kosgoro, A. K. (2024). Jka (Jurnal Kesehatan Arrahma) Pengaruh Pemberian Informasi Tentang Sectio Caesaria Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Pre Operasi Sectio Caesaria. 1(2), 69–76.
- Aslia, W. O., Amdriyani, & Hamudi, J. P. (2023). Analisis Penyebab Sectio Caesarea (SC) Di Rumah Sakit Umum Aliyah 1 Kota Kendari. Jurnal Pelita Sains Kesehatan, 3(6), 46–55.
- Fibriansari, R., Mulyantoro, A., Fakultas Keperawatan Universitas Jember, K., & Haryoto Lumajang, R. (2023). Peran Perawat Edukator dalam Menurunkan Kecemasan pada Pasien Pre-Operasi The Role of Nurse Educators in Reducing Anxiety in Pre-Surgery Patients. JURNAL PIKES Penelitian Ilmu Kesehatan, 4(2), 20–27.
- Izzah, U., Hariani, W. F., Winarna, N. B. A., & Kusumawati, D. (2022). Beberapa Faktor Yang Dapat Berpengaruh Pada Kecemasan Ibu Dalam Menghadapi Persalinan Sectio Caesarea (Sc) Di Rsi

- Fatimah Banyuwangi. Jurnal Penelitian Keperawatan, 8(2), 146–153.  
<https://doi.org/10.32660/jpk.v8i2.621>
- Rekam Medis Pasien. (2025). *Rekam Medis Pasien Pre Operasi*. Rumah Sakit Umum Daerah dr. H. L. M Baharuddin, M.Kes: Kabupaten Muna.
- Sisy Rizkia Putri. (2020). Efektivitas Penggunaan Distraksi Pendengaran Dan Distraksi Pernafasan Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Pre Operasi Seksio Sesarea. *British Medical Journal*, 2(5474), 1333–1336.
- Santoso, E. (2021). Kecemasan Matematis: What and How? *Indonesian Journal Of Education and Humanity*, 1(1), 1–8.
- Sofyani, H. (2023). Penentuan Jumlah Sampel pada Penelitian Akuntansi dan Bisnis Berpendekatan Kuantitatif. *Reviu Akuntansi dan Bisnis Indonesia*, 7(2), 311-319.  
<https://doi.org/10.18196/rabin.v7i2.19031>.
- Yusri, A. Z. dan D. (2020). Teori, Metode dan Praktik Penelitian Kualitatif. In *Jurnal Ilmu Pendidikan* (Vol. 7, Issue 2).
- Widiawati, W., & Cusmarih, C. (2023). Pengaruh Terapi Musik terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi di RSUD Kabupaten Bekasi. *Malahayati Nursing Journal*, 5(9), 3125–3133.  
<https://doi.org/10.33024/mnj.v5i9.10943>.