

## **TERAPI MUSIK *BABY SHARK* MAMPU MENURUNKAN KECEMASAN PADA ANAK USIA PRASEKOLAH**

Elfira Awalia Rahmawati  
Akademi Keperawatan Pelni Jakarta  
elfira.wijaya@gmail.com

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik *baby shark* terhadap kecemasan anak usia prasekolah di Rumah Sakit Pelni Jakarta. Metode penelitian ini merupakan metode deskriptif sederhana dengan desain penelitian adalah studi kasus. Hasil penelitian studi kasus dengan terapi musik *baby shark* memberikan pengaruh yang dapat mengurangi tingkat kecemasan pada anak saat berada di Rumah Sakit. Terjadi penurunan kecemasan pada kedua subjek penelitian yaitu dari kecemasan sedang pada awal pengkajian menjadi kecemasan ringan dan tidak ada kecemasan pada hari ketiga penelitian. Simpulan, terapi musik *baby shark* dapat menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah.

Kata Kunci: *Baby shark*, Hospitalisasi, Kecemasan, Prasekolah, Terapi Musik

### **ABSTRACT**

*This study aims to determine the effect of baby shark music therapy on preschoolers' anxiety at Pelni Hospital in Jakarta. This research method is a simple descriptive method with a research design that is a case study. The results of case study research with baby shark music therapy have an effect that can reduce the level of anxiety in children while in the hospital. There was a decrease in anxiety in both study subjects, from moderate anxiety at the beginning of the assessment to mild stress and no strain on the third day of the study. In conclusion, baby shark music therapy can reduce anxiety levels in preschool children.*

*Keywords: Baby shark, Hospitalization, Anxiety, Preschool, Music Therapy*

### **PENDAHULUAN**

Angka kesakitan anak di Indonesia berdasarkan Survei Kesehatan Nasional (Susenas) tahun 2010 di daerah perkotaan menurut kelompok usia 0-4 tahun sebesar 25,8%, usia 5-12 tahun sebanyak 14,91%, usia 13-15 tahun sekitar 9,1%, usia 16-21 tahun sebesar 8,13%. Angka kesakitan anak usia 0-21 tahun apabila dihitung dari keseluruhan jumlah penduduk adalah 14,44%. Angka kesakitan anak di Indonesia yang dirawat di rumah sakit cukup tinggi yaitu sekitar 35 dari 100 anak yang di tunjukkan dengan selalu penuhnya ruangan anak baik rumah sakit pemerintah maupun rumah sakit swasta (Sari, Suryani, 2017).

Masa anak dianggap sebagai fase yang penting karena akan menentukan kualitas kesehatan, kesejahteraan, pembelajaran, dan perilaku dimasa yang akan datang serta masa depan masyarakat tergantung pada anak yang mampu mencapai pertumbuhan dan

perkembangan yang optimal. Pertumbuhan pada masa anak mengalami perbedaan yang bervariasi sesuai dengan bertambahnya usia anak (Padila et al., 2019; Padila et al, 2019; WHO, 2017).

Hospitalisasi merupakan kondisi krisis bagi anak. Kondisi krisis ini terjadi karena anak mencoba beradaptasi dengan lingkungan yang dianggapnya asing dan baru, sehingga kondisi tersebut mengharuskan anak untuk berpisah dengan lingkungan yang dirasakannya aman (Oktiawati, 2017; Legi et al., 2019)

Menurut *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2008 hampir 80% anak mengalami perawatan di rumah sakit. *The National Centre for Health Statistic* memperkirakan bahwa 3-5 juta anak dibawah usia 15 tahun menjalani hospitalisasi setiap tahun. Angka kesakitan anak di Indonesia yang dirawat di rumah sakit cukup tinggi yaitu 15,26 % yang ditunjukkan dengan selalu penuhnya ruangan anak baik rumah sakit pemerintah maupun swasta. Angka kesakitan anak di Indonesia berdasarkan Survei Kesehatan Nasional (Susenas) tahun 2010 di daerah perkotaan sebesar 25,8% menurut kelompok usia 0-4 tahun, sebanyak 14,91% usia 5-12 tahun, usia 13-15 tahun sekitar 9,1%, usia 16-21 tahun sebesar 8,13%. Angka kesakitan anak usia 0-21 tahun apabila dihitung dari jumlah keseluruhan jumlah penduduk adalah 14,44% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2013).

Penelitian yang dilakukan Kazemi et al., (2012) menyatakan bahwa musik secara signifikan dapat mengurangi kecemasan pada anak usia sekolah yang mengalami hospitalisasi. Selain itu, dalam studinya dikatakan juga bahwa efek negatif dari kecemasan akibat hospitalisasi dapat dikurangi dengan terapi musik di rumah sakit (Ariani et al, 2015).

Selama anak menjalani proses hospitalisasi, perawat diharapkan mampu melakukan tindakan mengurangi respon stress terhadap hospitalisasi seperti meminimalkan pengaruh perpisahan, meminimalkan kehilangan kontrol pada anak, memaksimalkan manfaat hospitalisasi anak, mendukung anggota keluarga dan mempersiapkan anak untuk hospitalisasi (Hockenberry, Wilson, 2013). Distraksi melalui audio, visual, dan audio visual adalah salah satu bentuk pengalihan perhatian yang efektif untuk anak usia prasekolah yang sedang dalam proses hospitalisasi (Padila et al, 2019).

Audiovisual yang dapat kita berikan tentunya yang sesuai dengan usia anak, seperti kartun animasi baby shark, Anak usia prasekolah sangat mudah dialihkan, salah satunya dengan menonton animasi kartun sehingga teknik distraksi dapat membantu dalam manajemen nyeri dan cemas (Sarfika, 2015). Berdasarkan latar belakang diatas dan dari pengamatan yang peneliti dapatkan serta fenomena yang terjadi selama praktik di Ruang Cempaka Anak Rumah Sakit Pelni hampir seluruh anak yang dirawat mengalami dampak hospitalisasi dan kecemasan, contohnya pada saat perawat akan melakukan tindakan keperawatan seperti pemasangan infus anak yang dirawat langsung ketakutan, menangis, bahkan sampai berteriak dan berontak saat akan dilakukan pemasangan infus. Hampir setiap anak yang mengalami hospitalisasi dan kecemasan tidak diberikan terapi oleh perawat ruangan baik terapi bermain ataupun terapi lainnya.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang dipilih untuk penelitian yang akan dilaksanakan yaitu studi kasus. Penelitian ini melibatkan 2 individu yaitu anak yang dilakukan intervensi pemberian terapi musik *baby shark* untuk menurunkan tingkat kecemasan akibat hospitalisasi pada anak. Instrumen yang digunakan yaitu

lembar kuisioner kecemasan *Spance Children Anxiety Scale* (SCAC), lembar observasi, handphone dan video musik *baby shark*.

Kriteria inklusi pada sampel penelitian ini adalah anak usia prasekolah (3-6 tahun) anak yang mengalami dampak hospitalisasi kecemasan, anak yang baru menjalani perawatan di rumahsakit, lama perawatan anak minimal 3 hari masa perawatan, dan orang tua bersedia apabila anak menjadi subjek penelitian.

Kriteria eksklusi pada sampel penelitian ini adalah usia anak yang tidak sesuai dengan kriteria yang akan dilakukan penelitian, anak yang dirawat dengan lama perawatan lebih dari 3 hari masa perawatan, orang tua menolak apabila anak akan dijadikan subjek penelitian, anak yang tidak mengalami kecemasan akibat dampak dari hospitalisasi, anak yang mengalami penurunan kesadaran dan anak yang memiliki gangguan mental.

## HASIL PENELITIAN

Tabel. 1  
Proses Intervensi Subjek Penelitian I

Pertemuan	Tujuan	Respon	Kemajuan	
Pertemuan I 18 Juli 2019 Pukul 15.00 WIB	Pengkajian, Hubungan Percaya penurunan kecemasan	Bina Saling dan tingkat	An.M tampak takut kepada perawat, wajah tampak tegang dan cemberut, mata tajam menatap perawat, skor kecemasan sebelum dilakukan tindakan terapi musik <i>baby shark</i> yaitu 55 merupakan kecemasan sedang. An.M belum dapat mengikuti arahan dari perawat dan sulit untuk berkonsentrasi saat menonton video musik <i>baby shark</i> yang diberikan kurang lebih selama 5 menit.	An. M tertarik terhadap ajakan perawat untuk menonton video musik <i>baby shark</i> yang akan diberikan besok oleh perawat
Pertemuan II 19 Juli 2019 Pukul 19.00 WIB	Melakukan intervensi terapi musik <i>baby shark</i> untuk menurunkan tingkat kecemasan	untuk	An. M tampak masih takut saat perawat datang, wajah masih cemberut, tetapi mulai dapat mengikuti arahan dari perawat untuk menonton video musik <i>baby shark</i> yang diberikan kurang lebih selama 5 menit.	An. M tampak antusias saat menonton video bersama perawat dan subjek penelitian tidak ingin berhenti menonton video yang perawat berikan.
Pertemuan III 20 Juli 2019 Pukul 19.00 WIB	Melakukan intervensi terapi musik <i>baby shark</i> untuk menurunkan tingkat kecemasan dan melakukan evaluasi hasil intervensi	untuk	An. M tampak lebih ceria dan sudah mulai tersenyum kepada perawat, sudah mengikuti arahan dari perawat untuk menonton video music <i>baby shark</i> yang diberikan kurang lebih selama 5 menit.	An. M tampak merespon apa yang di bicarakan oleh perawat, tampak ceria setelah menonton video usik <i>baby shark</i> kurang lebih selama 5 menit. Nafsu makan meningkat, sudah tidak ada mual. Skor kecemasan yaitu 21, yang merupakan tidak ada kecemasan

Kondisi subjek penelitian I sebelum diberikan intervensi didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa Subjek penelitian I tampak takut kepada perawat, menangis saat perawat datang, wajah tampak tegang dan sering cemberut, mata An.M tampak tajam saat menatap perawat, tingkat kecemasan sedang dengan skor 55, ibu dari subjek penelitian mengatakan An. M tidak nafsu makan, mual setiap habis makan, sering terbangun pada malam hari dan sulit tidur, demam sejak 3 hari yang lalu, sariawan dan kadang bibir berdarah.

Tabel. 2  
Proses Intervensi Subjek Penelitian II

Pertemuan	Tujuan	Respon	Kemajuan
Pertemuan I 22 Juli 2019 Pukul 09.30 WIB	Pengkajian, Hubungan Percaya dan penurunan kecemasan	Bina Saling dan tingkat An.F tampak gelisah, rewel, takut saat melihat perawat datang, wajah tampak tegang dan cemberut, tidak ingin jauh dari ibunya, tidak menjawab ketika perawat tanya, sulit berkonsentrasi. Skor kecemasan yaitu 60, merupakan kecemasan sedang. An.F mudah diajak untuk mengikuti arahan dari perawat untuk menonton video musik <i>baby shark</i> yang diberikan kurang lebih selama 5 menit tetapi masih sulit untuk berkonsentrasi pada saat menonton video.	An.F tertarik terhadap ajakan perawat untuk menonton video musik <i>baby shark</i> yang akan diberikan besok oleh perawat
Pertemuan II 23 Juli 2019 Pukul 19.00 WIB	Melakukan intervensi terapi musik <i>baby shark</i> untuk menurunkan tingkat kecemasan	An. F tampak malu saat perawat ajak bicara. Saat perawat mengajak bicara, An.F hanya diam dan tersenyum. An. F tidak ingin jauh dari ibu nya saat mulai menonton video musik <i>baby shark</i> yang diberikan oleh perawat, sulit berkonsentrasi pada saat menonton video.	An.F tampak antusias saat menonton video musik <i>baby shark</i> , sesekali An.F mengajak perawat bicara dan bercanda.
Pertemuan III 24 Juli 2019 Pukul 19.00 WIB	Melakukan intervensi terapi musik <i>baby shark</i> untuk menurunkan tingkat kecemasan dan melakukan evaluasi hasil intervensi.	An. F tampak ceria, dan semangat saat ingin menonton video musik <i>baby shark</i> yang akan diberikan oleh perawat. Skor kecemasan yaitu, merupakan kecemasan ringan.	An.F tampak senang setelah menonton video musik <i>baby shark</i> , sudah tidak malu saat diajak bicara oleh perawat. An.F suka mengajak perawat bercanda. Skor kecemasan saat ini yaitu 30, merupakan kecemasan ringan.

Kondisi subjek penelitian II sebelum diberikan intervensi didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa Subjek penelitian II tampak gelisah, rewel, takut dan menangis ketika perawat datang, wajah tampak tegang, gemetar, tidak bisa jauh dari ibunya, tingkat kecemasan sedang dengan skor 60, mata tampak tidak fokus, sulit diajak bicara

dan berinteraksi oleh perawat, menangis ketika diberi obat injeksi, ibu dari subjek penelitian mengatakan An. F tidak nafsu makan dan sulit tidur, batuk.

Tabel. 3  
Perbandingan Kondisi Klien Sebelum dan Sesudah Dilakukan  
Intervensi pada Subjek I

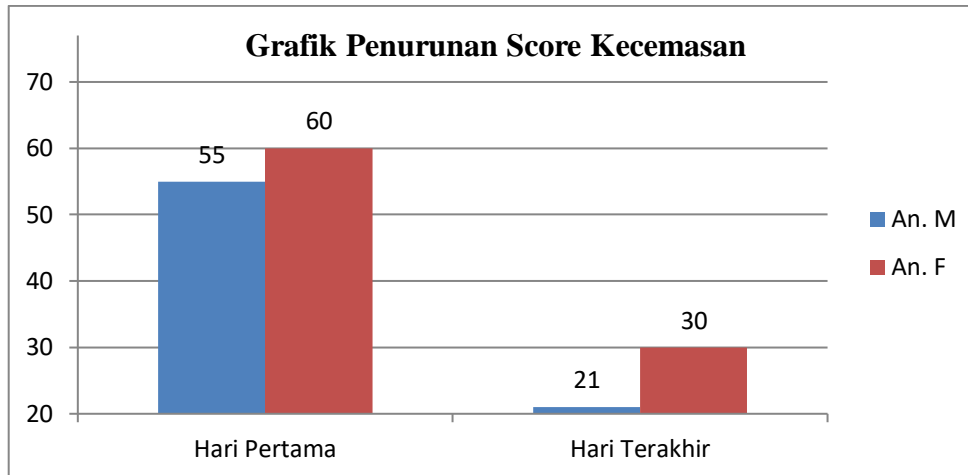
Hari Ke-	Aspek	Sebelum	Sesudah
I	Respon fisiologis	Gelisah, tidak nafsu makan karena sariawan dan bibir berdarah, sulit tidur, demam dan mual. Nadi : 130x/menit	Cemas berkurang, tidak nafsu makan, demam menurun.
	Respon kognitif	Sulit berkonsentrasi saat diberikan terapi menonton video musik <i>baby shark</i> .	Kemampuan berkonsentrasi mulai meningkat
	Respon perilaku dan emosional	Takut ketika perawat datang, wajah cemberut, tidak menatap perawat, dan tampak diam.	Masih sedikit takut, tidak mau jauh dari orang tuanya, tetapi sudah mulai tersenyum pada perawat.
II	Respon fisiologis	Cemas dan gelisah mulai berkurang, tidur nyenyak, nafsu makan mulai meningkat, sudah tidak demam dan mual. Nadi: 112x/menit	Cemas sudah berkurang, tidak gelisah, nafsu makan mulai meningkat dan dapat tidur nyenyak di malam hari.
	Respon kognitif	Kemampuan berkonsentrasi sudah mulai meningkat.	Kemampuan berkonsentrasi sudah meningkat dan mulai dapat mengikuti arahan dari perawat
	Respon perilaku dan emosional	Wajah mulai rileks dan mulai tersenyum kepada perawat yang datang tetapi masih sering diam dan malu menjawab ketika ditanya oleh perawat.	An. M tampak ceria, tetapi kadang masih malu ketika ditanya oleh perawat.
III	Respon fisiologis	cemas berkurang, tidak gelisah, tidur nyenyak, nafsu makan meningkat. Nadi : 110x/menit	An.M sudah tidak gelisah, nafsu makan meningkat dan dapat tidur nyenyak di malam hari.
	Respon kognitif	Kemampuan berkonsentrasi dalam menonton video musik <i>baby shark</i> meningkat.	Kemampuan berkonsentrasi meningkat dan anak sudah tampak ceria.
	Respon perilaku dan emosional	Wajah anak tampak rileks, tersenyum terhadap perawat yang datang dan sudah tidak malu dan mau berinteraksi dengan perawat.	An.M tampak ceria dan sudah mulai menjawab ketika ditanya oleh perawat.

Kondisi subjek penelitian I setelah diberikan intervensi dari hasil evaluasi adalah terdapat penurunan tingkat kecemasan yang dialami oleh An. M dengan skor 21 yaitu tidak ada kecemasan. An.M tampak ceria dan mulai berinteraksi dengan perawat yang ada disekitarnya, kemampuan berkonsentrasi meningkat. Kondisi subjek penelitian II setelah diberikan intervensi dari hasil evaluasi adalah terdapat penurunan tingkat kecemasan yang dialami oleh An. F dengan skor 30 yaitu kecemasan ringan. An.F tampak ceria dan mulai berinteraksi dengan perawat yang ada disekitarnya, kemampuan berkonsentrasi meningkat.

Tabel. 4  
Perbandingan Kondisi Klien Sebelum dan Sesudah Dilakukan  
Intervensi pada Subjek II

Hari Ke	Aspek	Sebelum	Sesudah
I	Respon fisiologis	Gelisah, rewel, takut ketika perawat datang, wajah tampak tegang, gemetar, tidak bisa jauh dari ibunya, sulit diajak bicara dan berinteraksi oleh perawat, anak tampak diam, tidak nafsu makan, sulit tidur. Nadi : 128x/menit.	Gelisah dan cemas berkurang, sudah mulai mau berinteraksi dengan perawat, tidak nafsu makan dan sulit tidur.
	Respon kognitif	Sulit berkonsentrasi saat diberikan terapi menonton video musik <i>baby shark</i> .	Kemampuan berkonsentrasi sudah mulai meningkat.
	Respon perilaku dan emosional	Takut dan tampak diam ketika perawat datang menghampirinya.	Rasa takut sudah mulai berkurang tetapi anak tidak mau jauh dari ibunya.
II	Respon fisiologis	Cemas sudah mulai berkurang, tidur nyenyak, nafsu makan sudah mulai meningkat, anak sudah mau berinteraksi dengan perawat. Nadi: 120x/menit	Cemas sudah makin berkurang, tidur nyenyak nafsu makan sudah meningkat, dan anak sudah mulai aktif.
	Respon kognitif	Kemampuan berkonsentrasi meningkat saat diberikan terapi menonton video musik <i>baby shark</i> .	Kemampuan berkonsentrasi meningkat dan anak aktif mengikuti nyanyian <i>baby shark</i> .
	Respon perilaku dan emosional	Wajah rileks dan tersenyum kepada perawat yang datang.	An.F tampak antusias, ceria dan aktif.
III	Respon fisiologis	Sedikit rewel, nafsu makan meningkat dan tidur nyenyak di malam hari. Nadi: 118x/menit	cemas dan gelisah berkurang, nafsu makan meningkat dan tidur nyenyak di malam hari.
	Respon kognitif	Kemampuan berkonsentrasi meningkat saat menonton video musik <i>baby shark</i> dan dapat mengikuti arahan perawat.	Kemampuan berkonsentrasi meningkat dan anak sudah pintar menyanyikan lagu <i>baby shark</i> .
	Respon perilaku dan emosional	Wajah tampak rileks, dan tersenyum kepada perawat yang datang.	An.F sangat ceria dan aktif.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan penurunan kecemasan pada kedua subjek penelitian yaitu dari kecemasan sedang pada awal pengkajian menjadi kecemasan ringan dan tidak ada kecemasan pada hari ketiga penelitian. Pada subjek I yaitu An.M dari skor 55 mengalami penurunan skor kecemasan menjadi 21, sedangkan pada subjek II yaitu An.F dari skor 60 mengalami penurunan skor kecemasan menjadi 30.



Grafik. 1  
Penurunan Skor Kecemasan pada  
Subjek I dan Subjek II

Berdasarkan grafik diatas menunjukkan bahwa terjadi penurunan skor kecemasan pada An. M dan anak. F pada hari pertama dan hari terakhir diberikan intervensi.

## PEMBAHASAN

Subjek penelitian I dan II telah mengalami penurunan pada tingkat kecemasan yang sama. Subjek penelitian I bernama An. M berumur 4 tahun 3 bulan, jenis kelamin laki-laki dan subjek penelitian II bernama An. F berumur 4 tahun berjenis kelamin perempuan. Penurunan tingkat kecemasan dari kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan dan tidak ada kecemasan selama 3 hari berturut-turut dimana kedua subjek penelitian sama-sama diberikan intervensi terapi musik *baby shark*. Penurunan kecemasan disebabkan karena selama proses intervensi yang dilakukan pada subjek I dan subjek II menunjukkan adanya perubahan fisiologis, perilaku emosional serta kemampuan kognitif.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Yuliana, Nela (2018) yang menyatakan bahwa adanya pengaruh intervensi terapi musik *baby shark* terhadap perubahan fisiologis seperti menurunnya frekuensi nadi, dan perubahan perilaku emosional serta kognitif pada anak yang menjalani hospitalisasi sehingga tingkat kecemasan dapat menurun.

Kedua subjek penelitian yang diberikan terapi musik *baby shark* saat dilakukan oleh peneliti, diperoleh hasil akhir memiliki jenis kelamin berbeda yaitu subjek penelitian I berjenis kelamin laki-laki dan subjek penelitian II berjenis kelamin perempuan, dimana kedua subjek penelitian memiliki penurunan tingkat kecemasan yang berbeda yaitu pada subjek penelitian I tidak ada kecemasan dengan skor kecemasan 21 dan kecemasan ringan dengan skor 30 pada subjek penelitian II, lebih tinggi dibandingkan dengan subjek penelitian I.

Penelitian Ulfa, Kurniawati (2015) menunjukkan sesudah perlakuan responden pada kelompok perlakuan tingkat kecemasan mengalami penurunan. Sedangkan pada kelompok kontrol mayoritas tidak mengalami penurunan, meskipun ada yang mengalami penurunan yaitu 1 anak. Hal ini dikarenakan vibrasi musik yang mengalir melalui gendang telinga diterima oleh system saraf pusat melalui syaraf auditori lalu Hipotalamus mengeluarkan Hormon Pituitari sehingga endorphen meningkat

mengakibatkan rasa rileks, fly, nyeri menurun, senang, tenang sehingga mekanisme koping anak adaptif dan tingkat kecemasan turun.

Sejalan dengan penelitian Sari, Suryani (2017) hasil penelitian ini menunjukkan tingkat kecemasan anak *todler* sebelum dilakukan intervensi terapi musik adalah sedang dan berat dengan nilai rata-rata 28,2. Tingkat kecemasan anak *todler* setelah dilakukan intervensi terapi musik lebih dari separuh adalah ringan dengan nilai rata-rata 18,80. Tingkat kecemasan anak *todler* sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi musik dengan nilai rata-rata 9,40. Terdapat pengaruh pemberian terapi musik terhadap tingkat kecemasan anak usia *todler* di Ruang Anak RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi tahun 2016. Penelitian Permana (2017) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi musik (lagu anak-anak) terhadap kecemasan pada anak usia prasekolah akibat hospitalisasi di RS Amal Sehat Wonogiri.

Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Mia et al., (2017) menunjukkan bahwa responden anak yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi di Iriana E RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado terbanyak yakni berjenis kelamin perempuan yang berjumlah 38 orang dari 44 orang dengan persentase 86,4 % sedangkan yang berjenis kelamin laki-laki lebih sedikit yakni berjumlah 6 orang dengan persentase 13,6 %, dikarenakan anak laki-laki cenderung lebih mempunyai mental yang kuat dan aktif sehingga lebih mudah untuk beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit dan kecemasan akibat hospitalisasi lebih minimal dibandingkan dengan anak perempuan.

Lama perawatan pada subjek penelitian I dan subjek penelitian II memiliki perbedaan sebelum dilakukan intervensi. Pada subjek penelitian I yaitu An.M dengan lama perawatan 2 hari dan subjek penelitian II yaitu An.F dengan lama perawatan 1 hari. Pada subjek penelitian II An.F dengan lama perawatan 1 hari mengalami kecemasan sedang dengan skor kecemasan 60, lebih tinggi dibandingkan dengan subjek penelitian I yaitu An.M yang juga mengalami kecemasan sedang namun dengan skor 55. Anak yang dirawat dirumah sakit selama lebih dari tiga hari tingkat kecemasan akan lebih rendah dibandingkan dengan anak yang baru menjalani perawatan. Karena semakin lama anak dirawat maka tingkat kecemasan akan berkurang.

Perbedaan usia subjek penelitian yang diberikan terapi musik *baby shark* yaitu pada subjek penelitian I An.M berusia 4 tahun 3 bulan sedangkan pada subjek penelitian II yaitu An.F berusia 4 tahun. Menurut teori yang dikemukakan oleh Heri, Fazrin (2017) semakin tua seseorang maka semakin baik dalam mengendalikan emosinya. Stress hospitalisasi yang dialami oleh anak dapat terjadi karena anak belum dapat beradaptasi dengan lingkungan baru yang belum dikenalnya seperti rumah sakit.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti kepada kedua subjek penelitian yaitu pada An.M di hari pertama sebelum diberikan terapi musik *baby shark* diperoleh skor 55 yaitu kecemasan sedang tetapi setelah selama 3 hari diberikan terapi musik *baby shark* tingkat kecemasan nya menurun dengan skor 21 yaitu tidak ada kecemasan . Pada An.F di hari pertama sebelum diberikan terapi musik *baby shark* diperoleh skor 60 (kecemasan sedang) tetapi setelah selama 3 hari diberikan terapi musik *baby shark* tingkat kecemasannya menurun dengan diperoleh skor 30 yaitu kecemasan ringan.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Agustina (2016) yang menyatakan bahwa musik baby shark merupakan musik yang digemari oleh anak-anak karena memiliki lirik yang unik. Menurut Natalina (2013) musik *baby shark* memiliki gerakan dan lirik lagu yang mudah dihafal oleh anak serta video musik yang menarik sehingga musik tersebut menjadi salah satu musik yang disukai oleh anak-anak. Dibuktikan dengan sebelum terapi musik *baby shark* diberikan, anak diukur terlebih dahulu tingkat



kecemasan yang dialami anak dan anak kembali diukur tingkat kecemasannya setelah diberikan terapi musik *baby shark* dan didapatkan hasil bahwa adanya penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah.

## SIMPULAN

Dalam penelitian ini didapatkan kesimpulan bahwa terapi musik *baby shark* dapat menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang pada penelitian ini menggunakan 2 subjek penelitian yang sama-sama diberikan terapi musik *baby shark*. Penurunan tingkat kecemasan disebabkan karena selama proses intervensi yang dilakukan pada subjek I dan II menunjukkan adanya perbedaan fisiologis, kognitif, perilaku dan emosional. Faktor usia, lingkungan juga dapat menjadi salah satu faktor yang dapat menurunkan tingkat kecemasan anak yang dirawat.

## SARAN

Terapi musik *baby shark* dapat diterapkan dalam proses asuhan keperawatan di Rumah Sakit PELNI Jakarta. Rumah sakit perlu menyediakan fasilitas peralatan bermain yang cukup untuk anak-anak yang dirawat dirumah sakit agar dapat menurunkan tingkat kecemasan akibat hospitalisasi. Sebaiknya calon subjek penelitian lebih dari dua, yang dapat menjadikan permasalahan yang lebih kompleks serta data-data yang didapat lebih bervariasi dan beragam.

Kepada institusi pendidikan untuk peneliti selanjutnya, disarankan terapi musik *baby shark* bisa lebih dikembangkan lagi, tidak hanya untuk menurunkan tingkat kecemasan tetapi bisa diterapkan untuk mengatasi gangguan pola tidur pada anak usia prasekolah yang dirawat dirumah sakit.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, H. (2016). *Pengaruh Distraksi Audiovisual terhadap Respons Penerimaan Injeksi Intravena melalui Saluran Infus pada Anak Prasekolah di Ruang Anak RSD Kalisat Jember*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Jember
- Ariani, I., Nurhaeni, N., & Waluyanti, F. T. (2015). Pengaruh Terapi Musik terhadap Respon Fisiologis dan Perilaku Kecemasan Anak selama Hospitalisasi. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad (JKA)*, VIII(2), 52-63
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2013). *Penyajian Pokok-Pokok Hasil Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Heri, S., & Fazrin, I. (2017). Penurunan Tingkat Kecemasan Anak Akibat Hospitalisasi dengan Penerapan Terapi Bermain. *Jurnal Konseling Indonesia*, 3(1), 9-12
- Hockenberry, M. J., & Wilson, D. (2013). *Wong's Essentials Of Pediatric Nursing*. Edisi 9. St. Louis: Mosby
- Kazemi S., Ghazimoghaddam K., Besharat S., & Kashani L. (2012). Music and Anxiety in Hospitalized Children. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 6(1), 94-96
- Legi, J. R., Sulaiman, S., & Purwanti, N. H. (2019). Pengaruh Storytelling dan Guided-Imagery terhadap Tingkat Perubahan Kecemasan Anak Usia Prasekolah yang Dilakukan Tindakan Invasif. *Journal of Telenursing*, 1(1), 145-156. DOI: <https://doi.org/10.31539/joting.v1i1.496>
- Mia, A., Franly, O., & Fedinan, W. (2017). Hubungan Dampak Hospitalisasi Anak dengan Tingkat Kecemasan Orang Tua. *E-Journal Keperawatan*, 5(1),1-8

- Natalina, D. (2013). *Terapi Musik Bidang Keperawatan*. Jakarta: Mitra Wacana Media
- Oktiawati, A., Khodijah, K., Ikawati S., & Rizky C. D. (2017). *Teori dan Konsep Keperawatan Pediatrik*. Jakarta: Trans Info Media
- Padila, P., Agusramon, A., & Yera, Y. (2019). Terapi Story Telling dan Menonton Animasi Kartun terhadap Ansietas. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(1), 51–66. <https://doi.org/10.31539/joting.v1i1.514>
- Padila, P., Andari, F. N., & Andri, J. (2019). Hasil Skrining Perkembangan Anak Usia Toddler antara DDST dengan SDIDTK. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), 244–256. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i1.809>
- Padila, P., Andari, F. N., Harsismanto, J., Andri, J. (2019). *Tumbuh Kembang Anak Usia Toddler Berbasis Research*. Lubuklinggau: Asra
- Permana, B. (2017). *Pengaruh Terapi Musik (Lagu Anak-Anak) terhadap Kecemasan pada Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi di RS Amal Sehat Wonogiri*. Universitas Muhammadiyah Semarang
- Sarfika, R. (2015). Pengaruh Teknik Distraksi Menonton Kartun Animasi terhadap Skala Nyeri Anak Usia Prasekolah saat Pemasangan Infus di Instalasi Rawat Inap Anak RSUP dr.M. Djamil Padang. *Jurnal Ners Jurnal Keperawatan*, 11(1), 32-40
- Sari, Y. K., & Suryani, A. (2017). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Toodler yang Mengalami Hospitalisasi di RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Prima Nusantara*, 8(2), 106-108
- Ulfa, A. F., & Kurniawati, K. (2015). Pengaruh Terapi Musik terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi di Paviliun Seruni RSUD Jombang. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(2), 1-5
- WHO. (2017). *Early Child Development*. [https://www.tandfonline.com/loi/gecd20?open=187&year=2017&repitition=0#vol187\\_2017](https://www.tandfonline.com/loi/gecd20?open=187&year=2017&repitition=0#vol187_2017)
- Yuliana, Y., & Nela, N. (2018). *Pengaruh Terapi Musik Baby Shark terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah akibat Rawat Inap di RSUD Deli Serdang Lubuk Pakam*. Sumatera Utara: Repositori Institusi USU