

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Terapi Musik

1. Definisi Terapi Musik

Dalam bahasa Yunani terapi berarti pengobatan. Musik merupakan bagian yang sangat penting dalam budaya masa lalu hingga hari ini. Musik memengaruhi serta membentuk cara orang merespons secara sosial dalam berbagai situasi. Dianggap bahwa musik dapat memengaruhi respons fisik dan emosional seseorang, serta suaranya bisa membantu memperjelas pikiran. Selain itu, suara musik juga mampu menciptakan efek fisik yang berdampak pada kesehatan dan perilaku sehari-hari (Ningsi dkk. 2024).

Terapi musik adalah cara yang terencana untuk mencegah dan membantu penyembuhan pasien yang mengalami gangguan atau hambatan dalam tumbuh kembang mereka, baik secara fisik, sosial-emosional, atau mental. Dalam terapi ini, terapis menggunakan musik atau bagian-bagian dari musik untuk meningkatkan, menjaga, dan memulihkan kesehatan mental, fisik, emosi, serta spiritual pasien (Nurfiana dkk., 2020).

2. Jenis-jenis Terapi Musik

- a. Terapi musik klasik: Mendengarkan musik klasik, seperti karya Mozart, dapat mengurangi frekuensi dan intensitas halusinasi pendengaran. Penelitian menunjukkan bahwa hal ini membantu pasien merasa lebih tenang dan lebih mampu mengendalikan halusinasi mereka.
- b. Terapi musik relaksasi: Jenis terapi ini menggunakan musik dengan tempo lambat dan melodi yang menenangkan untuk membantu pasien rileks, sehingga mengurangi gejala halusinasi. Studi kasus menunjukkan bahwa terapi musik relaksasi dapat mengurangi gejala halusinasi pendengaran.
- c. Terapi Musik Umum dan Khusus: Metode ini mengurangi frekuensi halusinasi dengan menggabungkan terapi umum dan terapi musik klasik. Terapi ini telah terbukti efektif dalam mengurangi jumlah halusinasi pendengaran yang dialami pasien selama beberapa hari berturut-turut.

3. Tujuan dan Manfaat Terapi Musik

Terapi musik bertujuan untuk mengurangi perilaku agresif, memberikan rasa tenang, berfungsi sebagai alat untuk mengajarkan nilai-nilai moral, membantu mengelola emosi,

mendorong pertumbuhan spiritual, dan memperbaiki gangguan psikologis. Karakteristik ini menjadikan terapi musik sebagai alat yang umum digunakan oleh psikolog dan psikiater dalam menangani berbagai masalah mental dan psikologis. Terapi musik juga digunakan sebagai metode pengobatan untuk berbagai gangguan mental dan kondisi medis tertentu.

Terapi musik adalah dapat mengurangi gejala yang tidak biasa, mengurangi depresi, mengurangi rasa sakit, membantu menyampaikan perasaan mereka, meningkatkan kreativitas, memberikan motivasi kepada pasien, meningkatkan interaksi dengan orang lain, meningkatkan daya ingat, mengurangi perilaku yang kasar, dan memberikan rasa nyaman, berperan sebagai sarana pembelajaran moral, mengendalikan emosi, mendorong pertumbuhan spiritual, serta membantu mengatasi gangguan mental. Manfaat dari penelitian ini dapat diukur dengan metode yang tepat. Metode yang digunakan adalah kuesioner AHRS. AHRS adalah alat untuk mengukur tingkat halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia. Alat ini dikembangkan oleh Haddock pada tahun 1994. AHRS berbentuk kuesioner yang terdiri dari 11 pertanyaan. Skor hasil AHRS dibagi menjadi lima kategori, yaitu: 0 (tidak ada), 1–11 (ringan), 12–22 (sedang), 23–33 (berat), dan 34–44 (sangat berat).

Sistem limbik dan sistem saraf otonom dapat membantu menciptakan suasana yang rileks, tenang, dan menyenangkan. Proses ini mendorong tubuh untuk melepaskan zat kimia seperti Asam Gamma-Amino Butirat (GABA), enkephalin, atau beta endorfin. Zat-zat ini berperan dalam mengurangi aktivitas neurotransmitter yang menyebabkan perasaan depresi, kecemasan, dan stres, sehingga membantu menciptakan rasa tenang dan meningkatkan mood pasien. Selain itu, terapi musik juga dapat mendukung keluarga dalam merawat pasien skizofrenia di rumah, membantu menjaga stabilitas mereka dan mengurangi risiko kambuh, seperti yang dijelaskan oleh Shandy (2020).

4. Faktor-faktor Penyebab Keterbatasan Terapi Musik.

Terapi musik tidak cocok untuk semua orang dan memiliki batasan tertentu. Orang yang mengalami gangguan pendengaran atau alergi terhadap jenis musik tertentu mungkin tidak bisa menjalani terapi ini.

5. Standar Operasional Prosedur Terapi Musik

Tabel 2. 1 SOP Terapi Musik

No	Standar Operasional Prosedur	Pemberian Terapi Musik
1.	Pengertian	Usaha meningkatkan kondisi fisik dan mental dengan menggunakan rangsangan suara yang meliputi melodi, ritme, harmoni, timbre, bentuk, dan gaya yang disusun secara teratur sehingga menghasilkan musik yang berguna bagi kesehatan tubuh dan otak.
2.	Tujuan	1. Untuk membuat perasaan lebih tenang 2. Untuk membuat emosi lebih stabil 3. Untuk mengurangi rasa gelisah
3.	Tempat	RSJ PROF.DR.M ILDREM Medan
4.	Petugas	Mahasiswa Yang Sedang Meneliti
5.	Prosedur	A. Tahap Pra Interaksi Prosedur: 1. Memperhatikan informasi tentang pasien 2. Mengetahui riwayat kesehatan pasien B. Tahap Orientasi : 1. Memberi salam dan menyapa pasien 2. Menceritakan maksud dan langkah yang akan dilakukan 3. Meminta izin dan menanyakan apakah pasien siap atau tidak 4. Memberikan terapi musik agar membuat perasaan lebih rileks C. Tahap Kerja 1. Pastikan ruangan tenang dan nyaman, bebas dari gangguan suara lain, Jelaskan tujuan terapi musik kepada pasien agar pasien memahami manfaatnya. 2. Pilih musik yang sesuai, musik klasik yang menenangkan, tanpa lirik yang dapat memicu halusinasi. 3. Periksa dan siapkan alat pemutar musik (handphone atau speaker) agar berfungsi dengan baik. 4. Posisikan pasien dengan nyaman, baik dalam posisi duduk maupun berbaring.

-
5. Atur volume musik pada tingkat yang nyaman, tidak terlalu keras atau terlalu pelan.
 6. Minta pasien fokus pada musik, mendengarkan dengan rileks, dan mengalihkan perhatian dari suara halusinasi.
 7. Terapi dilakukan 1x sehari, selama 20-30 menit selama 7 hari.
- D. Tahap Terminasi
1. Melakukan pengecekan ulang tentang tindakan yang telah dilakukan
 2. Lanjutkan melakukan pengamatan terhadap kondisi pasien
-

B. Halusinasi Pendengaran

1. Definisi Halusinasi Pendengaran

Salah satu masalah yang sering terjadi dalam perawatan pasien yang mengalami gangguan jiwa adalah gangguan dalam cara merasakan atau mengenali sesuatu, yang biasanya disebut halusinasi. Pasien merasakan sensasi seperti rasa, sentuhan, suara, melihat, atau mencium sesuatu meskipun tidak ada stimulus nyata di sekitarnya. Halusinasi merupakan gangguan yang paling sering terjadi, namun bisa muncul pada berbagai kondisi medis. Pada penyakit skizofrenia, halusinasi berupa suara (auditorik) umum terjadi. Sementara itu, halusinasi visual lebih banyak terjadi pada kondisi yang berkaitan dengan organ tubuh. Halusinasi terkait perabaan (taktil) sering muncul pada keadaan berhenti mengonsumsi zat beralkohol dan sedatif (Lattouf, 2021).

Halusinasi pendengaran adalah kondisi di mana seseorang merasa mendengar suara, biasanya suara orang lain. Suara tersebut bisa beragam, mulai dari suara biasa hingga suara yang berbicara langsung kepada klien. Klien mungkin mendengar orang-orang berbicara mengenai pikiran mereka dan memerintahkan mereka melakukan sesuatu, bahkan hal-hal yang berbahaya.

2. Tanda Dan Gejala Halusinasi Pendengaran

Beberapa kategori tanda dan gejala halusinasi pendengaran mencakup jumlah dan isi suara yang didengar, seberapa sering dan keras suara itu terdengar, se jelas apa dan dari mana suara itu berasal, seberapa yakin pasien dengan suara yang didengarnya, seberapa mampu pasien mengendalikan suara tersebut, serta dampak dan konsekuensi emosional serta perilaku yang muncul akibatnya. Jika tidak ditangani secara cepat, halusinasi pendengaran bisa berbahaya bagi pasien itu sendiri, orang di sekitarnya, dan lingkungan sekitarnya.

Orang di sekitar pasien dan lingkungan sekitarnya. Pasien yang mengalami halusinasi merasa stres karena isi halusinasi yang didengarnya, serta karena halusinasi muncul setidaknya lima kali sehari dan berlangsung lebih dari tiga jam sehari. Halusinasi pendengaran memiliki karakteristik tertentu, yaitu frekuensi terjadi, 27% terjadi beberapa kali dalam satu jam, 18% terjadi sekali dalam satu jam, 41% terjadi setiap hari, dan 14% terjadi setiap minggu. Durasi halusinasi, 63% berlangsung kurang dari 10 menit, 27% berlangsung kurang dari satu jam, dan 9% berlangsung sepanjang hari.

3. Proses Terjadinya Halusinasi Pendengaran

Halusinasi pendengaran adalah jenis gangguan jiwa yang biasanya terjadi pada skizofrenia. Ini terjadi ketika seseorang merasa mendengar sesuatu, meskipun tidak ada suara sebenarnya, atau tidak ada kejadian yang nyata, atau hanya karena kesalahan persepsi tanpa ada rangsangan fisik yang nyata. Situasi ini bisa membuat klien bertengkar, yang berpotensi menyebabkan cedera pada diri sendiri atau orang lain. Selain itu, klien mungkin menunjukkan tanda-tanda mendengar suara dari benda mati atau orang yang tidak berbicara. Halusinasi pendengaran merupakan gejala utama gangguan skizofrenia dan juga bisa menjadi indikator minor untuk melankonia involusi, psikosa mania depresi, serta sindrom otak organik.

4. Tahapan Halusinasi Pendengaran

Fase-fase halusinasi menurut sebagai berikut :

Tabel 2. 2 Fase-fase halusinasi

Fase Halusinasi	Karakteristik	Perilaku Pasien
Fase I Comforting Ansietas sedang halusinasi menyenangkan	Pasien merasa sangat gelisah, kesepian, merasa bersalah, dan takut, sehingga mencoba fokus pada pikiran yang menyenangkan agar rasa cemasnya berangsur mereda. Individu menyadari bahwa pikiran serta pengalaman sensorik berada dalam kendali kesadaran, asalkan kecemasan bisa dikelola dengan baik.	1. Tersenyum atau tertawa yang tidak sesuai 2. Menggerakkan bibir tanpa suara 3. Pergerakan mata cepat 4. Respon verbal lambat jika sedang asyik 5. Diam dan asyik sendiri
Fase. II Condemning Ansietas berat Halusinasi menjadi menjijikan	Pengalaman sensori yang menjijikan dan menakutkan. 1. Klien mudah lepas kendali dan mungkin	1. Meningkatnya tanda-tanda sistem saraf otonom akibat ansietas seperti peningkatan denyut

	mencoba untuk mengambil jarak dirinya dengan sumber yang dipersepsikan. 2. Klien mungkin mengalami dipermalukan oleh pengalaman sensori dan menarik diri dari orang lain. 3. Mulai merasa kehilangan. 4. Tingkat kecemasan berat, secara umum halusinasi menyebabkan perasaan antipasti.	jantung pernapasan, dan tekanan darah. 2. Rentang perhatian menyempit. 3. Asyik dengan pengalaman sensori dan kehilangan kemampuan membedakan halusinasi dan realitas. 4. Menyalahkan 5. Menarik diri dari orang lain. 6. Konsentrasi terhadap pengalaman sensori kerja
Fase. III Controlling Ansietas berat pengalaman sensori jadi berkuasa	1. Klien berhenti melakukan perlawanan terhadap halusinasi dan menyerah pada halusinasi tersebut. 2. Isi halusinasi menjadi menarik. 3. Klien mungkin mengalami kesepian jika sensori halusinasi berhasil.	1. Kemauan yang dikendalikan halusinasi akan lebih diikuiti. 2. Kesukaran berhubungan dengan orang lain. 3. Rentang perhatian hanyabeberapa detik atau menit. 4. Adanya tandatanda fisik ansietas berat: berkeringat, tremor, dan tidak mampu mematuhi perintah 5. Isi halusinasi menjadi atraktif. 6. Perintah halusinasi ditaati. 7. Tidak mampu mengikuti perintah dari perawat, tremor dan berkeringat.
Fase. IV Conquering	1. Pengalaman sensori menjadi mengancam jika klien mengikuti perintah halusinasinya. 2. Halusinasi berakhir dari beberapa jam atau hari jika ada intervensi therapeutic.	1. Perilaku eror akibat panik. 2. Potensi kuat suicide atau homicide. 3. Aktifitas fisik merefleksikan isi halusinasi seperti perilaku kekerasan, agitasi, menarik diri atau katatonik.

-
- 4. Tidak mampu merespon perintah yang kompleks.
 - 5. Tidak mampu merespon lebih dari satu orang.
-

5. Penatalaksanaan Halusinasi Pendengaran

a. Terapi Musik Klasik

Terapi musik klasik adalah jenis terapi tanpa obat yang memberikan rangsangan eksternal yang lebih kuat dibandingkan suara halusinasi. Musik klasik memiliki efek menenangkan yang bisa membantu mengurangi perasaan cemas dan stres, dua hal yang sering memicu halusinasi pendengaran. Selain itu, musik klasik juga meningkatkan produksi hormon dopamin dan serotonin yang membuat suasana hati lebih baik dan perasaan lebih positif. Dengan mendengarkan musik klasik secara rutin, pasien bisa merasa lebih tenang, sehingga frekuensi dan kekuatan halusinasi bisa berkurang. Dari sudut pandang neurologis, musik klasik juga memengaruhi kerja otak, terutama bagian yang bertugas mengenali suara dan mengatur gelombang otak. Terapi ini dapat membantu pasien lebih rileks dan lebih mampu mengendalikan pikiran mereka, sehingga tidak terlalu terpengaruh oleh suara halusinasi.

6. Mekanisme koping Halusinasi Pendengaran

Perilaku yang menunjukkan usaha melindungi diri dari pengalaman yang menakutkan terkait dengan respons neurobiologi, antara lain:

- a. Regresi, yaitu cara untuk menghindari stres dan kecemasan dengan menunjukkan perilaku seperti masa kecil, terkait dengan cara memproses informasi dan mengurangi rasa takut.
- b. Proyeksi, yakni keinginan yang tidak bisa ditahan dan menyalahkan orang lain karena kesalahan yang dilakukan sendiri, sebagai cara untuk menjelaskan persepsi yang salah.
- c. Menarik diri, yaitu reaksi fisik maupun psikologis, seperti pergi atau lari dari sumber stres, misalnya menjauhi polusi, infeksi, gas beracun, atau reaksi psikologis seperti sikap apatis, mengisolasi diri, tidak tertarik, dan sering merasa takut serta bermusuhan.

7. Faktor terjadinya Halusinasi Pendengaran

Ada dua hal yang memengaruhi munculnya halusinasi, yaitu faktor predisposisi dan faktor precipitasi. Faktor predisposisi mencakup berbagai hal seperti pengembangan, pengaruh sosial dan budaya, faktor biologis, psikologis, serta genetik. Sementara itu, faktor precipitasi berkaitan dengan cara seseorang menghadapi stres. Stimulus yang dianggap sebagai tantangan, ancaman, atau kebutuhan yang membutuhkan usaha ekstra

untuk diatasi disebut faktor precipitasi. Dalam situasi ini, perilaku seperti rasa percaya diri yang rendah, merasa putus asa, kehilangan semangat, serta kesulitan memenuhi kebutuhan spiritual bisa muncul. Berdasarkan Wardani (2020), faktor-faktor berikut adalah penyebab mengapa klien dengan gangguan jiwa mengalami halusinasi.

a. Faktor Predisposisi

- 1) Faktor biologis yang terkait dengan perkembangan sistem saraf yang tidak normal,
- 2) Faktor psikologis seperti cara orang tua membesarkan anak, situasi keluarga, dan lingkungan sekitar,
- 3) Faktor sosial budaya seperti kondisi ekonomi yang buruk, adanya konflik sosial, serta kehidupan yang terisolasi yang menyebabkan stres.

b. Faktor Presipitasi

- 1) Faktor biologi yang memengaruhi gangguan komunikasi dan proses pengaturan informasi di otak,
- 2) Faktor lingkungan yang menyebabkan tingkat stresor melebihi kemampuan seseorang untuk menahan,
- 3) Kemampuan seseorang dalam menghadapi stresor yang bisa memengaruhi tingkat toleransi mereka.

C. Hubungan Mendengarkan Musik Dengan Halusinasi Pendengaran

Pasien akan memulih secara perlahan setelah mengalami periode psikotik pertama. Pada masa pemulihan ini, fungsi tubuh dan pikiran pasien mulai kembali ke kondisi normal, namun kekambuhan bisa terjadi kembali. Setiap kali terjadi kekambuhan psikosis, fungsi dasar pasien cenderung semakin menurun. Pasien yang mengalami halusinasi pendengaran sulit untuk kembali ke fungsi dasar yang baik setiap kali mengalami kekambuhan. Gejala positif seperti halusinasi biasanya membaik seiring waktu, tetapi gejala negatif seperti gangguan sosial atau defisit fungsi bisa semakin parah (Kaplan dan Sadock's, 2020). Oleh karena itu, penting untuk mencegah terjadinya halusinasi pendengaran. Semakin sering seseorang mengalami masalah, semakin banyak cara untuk mengatasinya. Pasien yang tidak sering mengalami halusinasi pendengaran bisa lebih mudah mempelajari dan memahami cara mengatasi masalahnya, karena fungsi kognitifnya belum menurun. Namun, untuk pasien yang sering mengalami halusinasi pendengaran, fungsi kognitifnya sudah menurun dan memerlukan cara lain untuk mengatasi kekambuhannya (Stuart dan Sundeen, 2020). Teknik ini sangat berpengaruh terhadap individu yang mengalami gangguan jiwa, terutama pada klien yang mengalami halusinasi pendengaran. Teknik ini digunakan untuk mengalihkan perhatian klien

ke hal lain, sehingga stimulus sensori yang menyenangkan bisa merangsang sekresi endorphen serta membantu mengontrol dan menurunkan halusinasinya, menciptakan suasana yang tenang, aman, nyaman, santai, dan membuat klien merasa berada dalam situasi yang lebih menyenangkan.