

HUBUNGAN TERAPI MENDENGARKAN MUSIK DENGAN PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA TERHADAP PENULARAN COVID 19 DI JAKARTA

Nur Fajariyah
Dosen Universitas Nasional
fadis1812@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengakui bahwa virus dapat menyebar melalui udara. Hal ini pun didukung oleh penelitian ratusan ahli dari puluhan Negara. Dari data Worldometers, ada 12,3 juta orang di seluruh dunia yang telah terinfeksi virus corona penyebab penyakit covid-19. Sebanyak 557.405 orang meninggal dunia dan 7,1 juta dinyatakan sembuh. Masing-masing orang memiliki respons yang berbeda terhadap COVID-19. Beberapa jenis virus yang termasuk dalam golongan ini antara lain SARS (Severe Acut Respiratory Syndrome), MERS (Middle East Respiratory Syndrome), dan COVID-19 (WHO, 2020). Covid-19 merupakan jenis penyakit baru dan sangat mudah menular. Virus baru ini sebelumnya tidak dikenal sebelum menjangkit banyak penduduk Wuhan, Cina dan menyebabkan wabah di sana pada Desember 2019. (Kemenkes, 2020). Covid-19 sangat mudah menular melalui percikan batuk atau bersin. Percikan tersebut dapat menempel pada permukaan benda-benda kemudian dapat menular ke orang lain yang menyentuh permukaan yang terkontaminasi tersebut. Perubahan yang terjadi secara tiba-tiba dan terlalu lama tentu dapat menimbulkan kecemasan yang cukup tinggi dan sangat meresahkan bagi semua kalangan. Tujuan penelitian: mengetahui hubungan terapi mendengarkan musik terhadap kecemasan mahasiswa terhadap penularan Virus Covid-19.

Metode: Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan dengan menggunakan Chi Square dengan jumlah responden sebanyak 50 orang mahasiswa.

Hasil: Hasil uji bivariat dengan menggunakan *Chi Square* diketahui nilai *p-value* adalah 0.000 lebih kecil dari pada nilai *alpha* (0.05), sehingga H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan ada hubungan terapi mendengarkan musik dengan penurunan tingkat kecemasan mahasiswa terhadap penularan COVID-19.

Kesimpulan: Terdapat hubungan mendengarkan terapi musik pada mahasiswa dengan penurunan kecemasan mahasiswa terhadap penularan covid-19 sebagai berikut: Terdapat hubungan yang signifikan pada hasil penelitian Hubungan mendengarkan terapi musik pada mahasiswa dengan penurunan kecemasan mahasiswa terhadap penularan covid-19 dimana *p-value* adalah 0.000 lebih kecil dari nilai *alpha* (0.05).

Kata Kunci: Mendengarkan Musik, Kecemasan, Mahasiswa

PENDAHULUAN

Wabah COVID-19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh *CORONA* Virus, yang menjadi krisis kesehatan dunia karena penyebarannya sangat cepat (WHO 2020). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengakui bahwa virus dapat menyebar melalui udara. Hal ini pun didukung oleh penelitian ratusan ahli dari puluhan neraga. Dari data *Worldometers*, ada 12,3 juta orang di seluruh dunia yang telah terinfeksi virus

corona penyebab penyakit covid-19. Sebanyak 557.405 orang meninggal dunia dan 7,1 juta dinyatakan sembuh. Covid-19 sangat mudah menular melalui percikan batuk atau bersin. Percikan tersebut dapat menempel pada permukaan benda-benda kemudian dapat menular ke orang lain yang menyentuh permukaan yang terkontaminasi tersebut. Gejala utama para penderita yang terjangkit Covid-19 yaitu demam, batuk dan kesulitan bernapas (WHO, 2020)

Akademi keperawatan RSP TNI AU merupakan institusi pendidikan bidang keperawatan yang menghasilkan lulusan siap kerja dengan bekal keterampilan dan kedisiplinan yang merupakan bagian dari ciri khas tersendiri buat mahasiswanya. Mahasiswa Akademi keperawatan RSP TNI AU mulai diterjunkan ke lahan praktek adalah mahasiswa tingkat I semester II yang memang benar-benar masih dasar, dan disesuaikan dengan keterampilan yang sudah didapat selama pembelajaran di dalam kelas.

Kecemasan adalah sesuatu yang menimpa hampir setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seseorang, dan arena itu berlangsung tidak lama. Penting sekali untuk mengingat bahwa kecemasan bisa muncul sendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi. Rasa marah yang lebih mudah timbul, sakit kepala, getaran anggota tubuh serta aktivitas berlebihan dari sistem otonomi, menandai keadaan pikiran yang diliputi kecemasan.

Tujuan penelitian adalah:

1. Mengetahui pengetahuan mahasiswa terhadap corona virus
2. Mengetahui hubungan terapi mendengarkan musik terhadap penurunan kecemasan mahasiswa terhadap penularan virus covid-19.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan dengan menggunakan IChi Square dengan tujuan menguji hubungan dua variable. Teknik sampling menggunakan total populasi dengan jumlah responden sebanyak 50 orang mahasiswa. Data diambil menggunakan kuesioner kecemasan dalam menghadapi penularan covid-19.

HASIL

Usia Responden

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Val id	19	37	74.0	74.0
	20	7	14.0	88.0
	21	4	8.0	96.0
	22	3	4.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil penyebaran kuesioner maka disimpulkan bahwa dengan banyaknya jumlah sampel usia mahasiswa yakni 74% atau sebanyak 37 orang mahasiswa berusia 19 tahun, 14% mahasiswa berusia 20 tahun, 8% mahasiswa berusia 21 tahun dan 4% mahasiswa berusia 22 tahun.

Kecemasan Mahasiswa

	Freque ncy	Per cen t	Valid Prece nt	Cumulat ive Precent
Valid	37	74.	74.0	74.0
Sedang	11	22.	22.0	96.0
Berat	2	4.	4.0	100
Sangat Berat	50	10	100	
		0		

Berdasarkan tingkat kecemasan mahasiswa rata-rata mengalami rentang cemas sedang yaitu 74.0%, mahasiswa yang mengalami kecemasan berat sebanyak 22%, sedangkan mahasiswa yang mengalami kecemasan sangat berat sebanyak 4%.

Hubungan Mendengarkan Musik pada Mahasiswa dengan Kecemasan terhadap Penularan COVID-19

	Mean	SD	SE	P- Valu e	N
Kecemasa n mahasiswa terhadap penularan COVID- 19 - Terapi Musik	.6000 0	.4948 7	.0699 9	.000	5 0

PEMBAHASAN

Hubungan mendengarkan terapi music pada mahasiswa dengan penurunan kecemasan mahasiswa terhadap penularan COVID-19 hasil analisa bivariat dengan menggunakan pendekatan Chi Square diketahui nilai P-value adalah 0.000 lebih kecil dari nilai alpha (0.05), sehingga Ho ditolak. Hal ini menunjukkan ada

hubungan terapi mendengarkan musih terhadap tingkat kecemasan mahasiswa pada penularan COVID-19.

KESIMPULAN

Terdapat hubungan mendengarkan terapi musik pada mahasiswa dengan penurunan kecemasan mahasiswa terhadap penularan covid-19 sebagai berikut: Terdapat hubungan yang signifikan pada hasil penelitian Hubungan mendengarkan terapi musik pada mahasiswa dengan penurunan kecemasan mahasiswa terhadap penularan covid-19 dimana *p-value* adalah 0.000 lebih kecil dari nilai alpha (0.05).

Saran: Berdasarkan kesimpulan diatas, saran yang diberikan oleh penulis adalah:

1. Mahasiswa: Penelitian ini dapat dijadikan referensi dan literatur dalam proses belajar.
2. Peneliti: Diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan untuk penelitian selanjutnya.

REFERENSI

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. (2013). Riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2013. Retrived from <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013.pdf?opwvc=1>

- Bhola, R & Malhotra, R. (2014). Dental procedures, oral practices, and associated anxiety: A study on late teenagers. *Osong Public Healths and Reseach Perspectives*, 5(4): 219-232.
- Emilia, O. (2008). *Kompetensi dan lingkungan belajar klinik di rumah sakit*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press. Kessler, R. C., Aguilar-Gaxiola S., Alonso J.
- Hasanah, Uswatun. (2017) Hubungan Antara Stress Dengan Strategi Koping Mahasiswa Tahun Pertama Akademi Keperawatan. *Jurnal Wacana Kesehatan*. Volume 1, No.1. Diakses tanggal : 7 November 2020.
- Kuraesin, N. D. (2009). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pasien yang akan menjalani operasi mayor elektif di ruang Rawat Bedah RSUP Fatmawati (Skripsi). Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta, Indonesia.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Wedgeworth, M. (2016). Anxiety and education: An examination of anxiety across a nursing program. *Journal of Nursing Education and Practice*, 6(10): 23
- Wijayanti, E. T. (2015). Hubungan tingkat kecemasan dengan mekanisme koping mahasiswa semester II D-III Keperawatan dalam menghadapi praktik klinik keperawatan di Universitas Nusantara PGRI Kediri. *Efaktor*, 3(1): 19-24.
- Purfeerst, C. R. (2011). *Decreasing anxiety in nursing students (Thesis)*. St. Catherine University, St. Paul, Minnesota, USA.
- Rafati, F., Nouhi, E., Sabzehvari, S., & Dehghan-Nayyeri, N. (2017). Iranian nursing students' experience of stressors in their first clinical experience. *J Prof Nurs*, 33(3): 250–257.
- Potter, P. A. & Perry, A. G. (2009). *Fundamental of nursing: Concepts, process, and practice (7th edition)*. Singapore: Elsevier.
- Videbeck, S. L. (2008). *Psychiatric mental health nursing (4th edition)*. (Alih Bahasa: Renata Komalasari, Alfrina Hanny). Jakarta: EGC. (Buku asli diterbitkan 2007).

