

## **BAB 2**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 HOSPITALISASI**

##### **2.1.1 Pengertian Hospitalisasi**

Hospitalisasi merupakan pengalaman yang mengancam bagi setiap orang. Penyakit yang diderita akan menyebabkan perubahan perilaku normal sehingga klien perlu menjalani perawatan (Hospitalisasi) (Asmadi, 2008).

Menurut Supartini (2004) Hospitalisasi merupakan suatu proses yang karena suatu alasan bencana atau darurat, mengharuskan anak untuk tinggal dirumah sakit, menjalani terapi dan perawatan sampai pemulangnya kembali kerumah. Berbagai perasaan yang sering dialami anak yaitu cemas, marah, sedih, dan timbul perasaan tidak nyaman lainnya.

##### **2.1.2 Dampak hospitalisasi bagi anak**

Kecemasan akibat perpisahan merupakan stress terbesar yang ditimbulkan oleh hospitalisasi selama masa kanak-kanak awal. Anak prasekolah dapat menoleransi perpisahan singkat dengan orang tua dan lebih cenderung membangun rasa percaya mengganti pada orang dewasa lain yang bermakna untuknya. Akan tetapi, stress karena penyakit biasanya membuat anak prasekolah menjadi kurang mampu dalam menghadapi perpisahan, akibatnya mereka menunjukkan banyak tahap perilaku cemas akibat perpisahan (Wong, 2009).

Menurut wong (2008) perasaan yang sering muncul pada anak yaitu cemas, marah, sedih, takut dan rasa bersalah timbul karena :

1. Menghadapi sesuatu yang baru dan belum pernah dialaminya
2. Rasa tidak aman dan nyaman
3. Perasaan kehilangan sesuatu yang biasa dilaminya dan sesuatu yang dirasakn menyakitkan

### **2.1.3 Menyiapkan anak untuk hospitalisasi**

Menurut Wong (2009) menyiapkan anak untuk hospitalisasi adalah sebagai berikut.

- a. Mencegah atau meminimalkan perpisahan

Tujuan keperawatan yang utama adalah mencegah perpisahan, terutama pada anak-anak yang berusia kurang dari 5 tahun, perubahan kebijakan rumah sakit selama tahun—tahun terakhir ini mencerminkan perubahan sikap terhadap orang tua.

- b. Meminimalkan kehilangan pengendalian

Perasaan kehilangan pengendalian terjadi akibat perpisahan, restriksi fisik, perubahan rutinitas, pemaksaan ketergantungan, dan pemikiran magis, meskipun beberapa diantaranya tidak dapat dicegas, tetapi sebagian besar dapat diminimalkan melalui perencanaan asuhan keperawatan secara individual.

- c. Mencegah atau meminimalkan ketakutan akan cedera tubuh

Anak-anak dapat merasa takut akan cedera tubuh karena berbagai sumber. Mesin sinar X, penggunaan alat-alat asing untuk pemeriksaan, ruang yang tidak dikenal atau posisi yang canggung dapat dianggap sebagai bahaya potensial.

d. Memfasilitasi aktifitas yang sesuai dengan perkembangan

Tujuan utama asuhan keperawatan bagi anak yang dihospitalisasi adalah meminimalkan munculnya masalah perkembangan. Bermain adalah “pekerjaan” anak-anak semua usia dan berperan penting dalam perkembangan anak.

e. Meberi kesempatan untuk bermain/atau aktivitas ekspresif

Bermain adalah salah satu aspek penting dalam kehidupan anak dan salah satu alat paling efektif untuk penatalaksanaan stress, karena sakit dan hospitalisasi menimbulkan krisis dalam kehidupan anak, dan arena situasi tersebut sering disertai stress berlebihan, maka anak-anak perlu bermain untuk mengeluarkan rasa takut dan cemas yang mereka alami sebagai alat koping dalam menghadapi stress tersebut.

## **2.2 KONSEP KECEMASAN**

### **2.2.1 Pengertian Kecemasan**

Kecemasan adalah suatu perasaan afektif yang tidak menyenangkan yang disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan orang terhadap bahaya yang akan datang. Keadaan yang tidak menyenangkan itu sering kabur dan sulit menunjukkan dengan tepat, tetapi kecemasan itu sendiri selalu dirasakan. (Freud, dalam Semiun, Y, 2006)

Kecemasan adalah hasil dari proses psikologi dan proses fisiologi dalam tubuh manusia. Kecemasan tidak sama dengan rasa takut sekalipun memang ada kaitannya. Kecemasan ialah menunjukkan reaksi terhadap bahaya yang meperingatkan orang “dari dalam” secara naluri bahwa ada bahaya dan orang bersangkutan mungkin kehilangan kendali dalam situasi tersebut. Kecemasan adalah reaksi terhadap bahaya sesungguhnya yang mungkin menimbulkan bencana. (Ramaiah, 2003)

Kecemasan adalah suatu keadaan tidak tenang dimana pasien merasakan adanya bahaya yang akan datang. Ini adalah respon dasar terhadap segala macam stress seperti perceraian, cedera, celaan social, atau berkurangnya harga diri. Kecemasan dan ketakutan adalah reaksi umum terhadap stress penyakit. Perasaan hilang kendali, bersalah dan frustrasi juga turut berperan dalam reaksi emosional pasien. (Swartz, 2000)

### **2.2.2 Penyebab Kecemasan**

Kecemasan tidak dapat dihindarkan dari kehidupan individu dalam memelihara keseimbangan. Pengalaman cemas seseorang tidak sama pada beberapa situasi dan hubungan interpersonal. Hal yang dapat menimbulkan kecemasan biasanya bersumber dari :

1. Ancaman integritas biologi meliputi gangguan kebutuhan dasar, makan, minum, kehangatan, seks.
2. Ancaman terhadap keselamatan diri :
  - a) Tidak menemukan integritas diri.
  - b) Tidak menentukan status dan prestise.

- c) Tidak memperoleh pengakuan dari orang lain.
- d) Ketidaksesuaian pandangan diri dengan lingkungan nyata.

(SULiswati, 2005)

### **2.2.3 Tingkat Kecemasan**

Menurut Peplau ada empat tingkat kecemasan yang dialami oleh individu yang ringan, sedang, berat, dan panic.

#### **a. Kecemasan Ringan**

Dihubungkan dengan ketegangan sehari-hari, individu masih waspada serta lapang persepsinya masih luas, menajamkan indra. Dapat memotivasi individu untuk belajar dan mampu memecahkan masalah secara efektif dan menghasilkan pertumbuhan dan kreatifitas. Contohnya : seseorang yang menghadapi ujian akhir, pasangan dewasa yang akan memasuki jenjang pernikahan, individu yang akan melanjutkan pendidikan kejenjang lebih tinggi, dan individu yang tiba-tiba dikejar anjing menggonggong.

#### **b. Kecemasan sedang**

Individu hanya terfokus pada pikiran yang menjadi perhatiannya, terjadi penyempitan lapang persepsi, masih dapat melakukan sesuatu dengan arahan orang lain. Contohnya : pasangan suami istri yang menghadapi kelahiran bayi pertama dengan resiko tinggi, keluarga yang menghadapi perpecahan (perpecahan), individu yang mengalami konflik pekerjaan.

#### **c. Kecemasan berat**

Lapangan persepsi individu sangat sempit. Pusat perhatiannya pada detail yang kecil (spesifik) dan tidak dapat berpikir tentang hal-hal lain. Seluruh perilaku dimaksudkan untuk mengurangi kecemasan dan perlu banyak perhatian/arahan untuk terfokus pada area lain. Contohnya : individu yang mengalami kehilangan harta benda dan orang yang dicintai karena bencana alam dan individu dalam penyanderaan.

d. Panik

Individu kehilangan kendali diri dan detil perhatian hilang. Karena hilang. Karena hilangnya control, maka tidak mampu melakukan apapun meskipun dengan perintah. Terjadi peningkatan aktifitas motorik, berkurangnya kemampuan berhubungan dengan orang lain, penyimpanan persepsi dan hilangnya pikiran rasional, tidak mampu berfungsi secara efektif. Biasanya disertai dengan disorganisasi kepribadian, contohnya : individu dengan kepribadian pecah/depersonalisasi. (Suliswati, 2005)

#### **2.2.4 mekanisme koping**

Mekanisme koping adalah mekanisme yang digunakan individu untuk menghadapi perubahan yang diterima. Apabila mekanisme koping berhasil, maka orang tersebut akan dapat beradaptasi terhadap perubahn yang terjadi. Mekanisme koping dapat dipelajari sejak awal timbulnya stressor tersebut. Kemampuan koping individu tergantung pada tempramen, persepsi, dan kognisi serta latar belakang budaya/norma tempatnya dibesarkan (Carlson dalam Nursalam, 2007)

Mekanisme koping terbentuk dari proses belajar dan mengingat. Belajar yang dimaksud adalah kemampuan menyesuaikan diri (adaptasi) pada pengaruh factor internal dan eksternal (Nursalam, 2003)

### **2.2.5 Mengukur kecemasan menggunakan skala HARS**

Menurut Hawari (2004), tingkat kecemasan dapat diukur dengan menggunakan alat ukur (instrument) yang dikenal dengan anam Hamilton Rating Scale for anxiety (HRS-A), yang terdiri dari 14 kelompok gejala, antara lain sebagai berikut :

- 1) Perasaan cemas : cemas, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri dan mudah tersinggung.
- 2) Ketegangan : merasa tegang, lesu, tidak dapat beristirahat dengan tenang, mudah terkejut, mudah menangis, gemetar dan gelisah.
- 3) Ketakutan : pada gelap, pada orang asing, ditinggal sendiri, pada binatang besar, pada keramaian lalu lintas dan pada kerumunan orang banyak.
- 4) Gangguan tidur : sukar untuk tidur, terbangun pada malam hari, tidur dengan nyenyak, bangun dengan lesu, banyak mimpi, mimpi buruk, dan mimpi yang menakutkan.
- 5) Gangguan kecerdasan : sukar berkonsentrasi, daya ingat menurun dan daya ingat buruk.
- 6) Perasaan depresi (murung) : hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hobi, sedih, terbangun pada dini hari dan perasaan berubah-ubah setiap hari.
- 7) Gejala somatic/fisik (otot) : sakit dan nyeri otot, kaku, kedutan otot, gigi gemerutuk dan suara tidak stabil.

- 8) Gejala somatic/fisik (sensorik) : tinnitus (telinga berdenging), penglihatan kabur, muka merah atau pucat, merasa lemas dan perasaan ditusuk-tusuk.
- 9) Gejala kardiovaskuler (jantung dan pembuluh darah) : takikardi (dengut jantung cepat), berdebar-debar, nyeri didada, denyut nadi mengeras, rasa lesu/lemas seperti mau pingsan dan detak jantung menghilang/berhenti sekejap.
- 10) Gejala respiratori (pernafasan) : rasa tertekan atau sempit didada, rasa tercekik, sering menarik nafas dan nafas pendek/sesak.
- 11) Gejala gastrointestinal (pencernaan) : sulit menelan perut melilit, gangguan pencernaan, nyeri sebelum dan sesudah makan, perasaan terbakar diperut, rasa penuh atau kembung, mual muntah, BAB konsistennya lembek, sukar BAB (konstipasi) dan kehilangan berat badan.
- 12) Gejala urogenital (perkemihan dan kelamin) : sering buang air kecil, tidak dapat menahan BAK, tidak datang bulan (tidak dapat haid), darah haid berlebihan, darah haid sangat sedikit, masa haid berkepanjangan, masa haid sangat pendek, haid beberapa kali dalam sebulan, menjadi dingin (frigid, ejakulasi dini, ereksi melemah.
- 13) Gejala autonom : mulut kering, muka merah, mudah berkeringat, kepala pusing, kepala terasa berat, kepala terasa sakit dan bulu-bulu berdiri.
- 14) Tingkah laku/sikap : gelisah, tidak tenang, jari gemetar, kening/dahi berkerut, wajah tegang, otot tegang/mengeras, nafas pendek dan cepat serta wajah merah.

Masing-masing kelompok gejala diberi penilaian angka (score) antara 0-4, cara penilaian kecemasan adalah dengan memberikan nilai pada setiap item diatas berdasarkan gejala yang dialami responden dengan kategori :

0 : tidak ada gejala sama sekali

1 : satu gejala dari pilihan yang ada

2 : separuh dari gejala yang ada

3 : lebih dari separuh gejala yang ada

4 : semua gejala yang ada

Penggolongan tingkat kecemasan berdasarkan HARS :

- 1) Skor <6 = tidak ada kecemasan
- 2) Skor 6-14 = kecemasan ringan
- 3) Skor 15-27 = kecemasan sedang
- 4) Skor >27 = kecemasan berat

## **2.3 GANGGUAN KECEMASAN ANAK**

### **2.3.1 Pengertian Gangguan Kecemasan anak**

Gangguan kecemasan pada masa kanak-kanak meliputi gangguan rasa cemas akan perpisahan (separation anxiety disorder), gangguan untuk menghindar (avoidant disorder), dan gangguan kecemasan yang berlebihan (overanxious disorder). (Semiun, Y. 2006).

### **2.3.2 macam-macam gangguan kecemasan pada anak**

#### **a. Gangguan kecemasan perpisahan**

Gangguan kecemasan perpisahan adalah kecemasan dan kekhawatiran yang tidak realistic pada anak tentang apa yang akan terjadi bila ia berpisah dengan orang-orang yang berperan penting dalam hidupnya, misalnya orang tua. Ketakutan itu mungkin berpusat pada apa yang mungkin terjadi dengan individu yang berpisah dengan anak itu (misalnya orang tua akan meninggal, atau tidak kembali kaena suatu alasan lain) atau apa yang terjadi dengan anak itu bila terjadi perpisahan (ia akan hilang, diculik, disakiti, atau dibunuh).

#### **b. Gangguan kecemasan berlebihan**

Gangguan kecemasan berlebihan adalah kekhawatiran atau kecemasan yang terus menerus dan berlangsung dengan lama (sekurang-kurangnya dalam jangka waktu 6 bulan) terhadap peristiwa-peristiwa dimasa yang akan datang (misalnya ujian bahaya, peristiwa social), tingkah laku-tingkah laku masa lampau, dan kemampuan (social akademis, dan atletik). (Saimun, Y, 2006)

#### **c. Gangguan menghindar**

Gangguan menghindar adalah enggan berhubungan dengan orang-orang yang tidak dikenal yang mengganggu fungsi social anak itu dengan kawan-kawan sebayanya. Karena kecemasan tersebut, maka anak akan menarik diri, malu, takut, sulit berbicara atau malah membisu terhadap kehadiran orang-orang yang tidak dikenal. (Saimun, Y, 2006)

### **2.3.3 Perawatan**

Proses-proses yang mendasari gangguan kecemasan adalah sama dengan yang terdapat pada orang dewasa, tetapi pendekatan terapi yang digunakan untuk anak-anak adalah berbeda atau juga pendekatan-pendekatan perawatan yang digunakan untuk orang dewasa dimodifikasi karena ada perbedaan mengenai abilitas kognitif atau verbal antara anak-anak dan orang dewasa. (Saimun, Y,2006)

## **2.4 KONSEP ANAK USIA TODDLER**

### **2.4.1 Pengertian Anak Usia Toddler**

Pengertian Toddler Anak usia toddler adalah anak usia 12–36 bulan (1-3 tahun) pada periode ini anak berusaha mencari tahu bagaimana sesuatu bekerja dan bagaimana mengontrol orang lain melalui kemarahan, penolakan dan tindakan keras kepala. Hal ini merupakan periode yang sangat penting untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan intelektual secara optimal (Perry,1998)

Anak usia toddler ( 1–3 th ) mempunyai sistem control tubuh yang mulai membaik, hampir setiap organ mengalami maturitas maksimal. Pengalaman dan perilaku mereka mulai dipengaruhi oleh lingkungan diluar keluarga terdekat,mereka mulai berinteraksi dengan teman, mengembangkan perilaku/moral secara simbolis, kemampuan berbahasa yang minimal. Sebagai sumber pelayanan kesehatan, perawat berkepentingan untuk mengetahui konsep tumbuh kembang anak usia toddler guna memberikan asuhan keperawatan anak dengan optimal.

### **2.4.2 pertumbuhan anak usia toddler**

Pada pertumbuhan masa toddler pada anak pertumbuhan fisik khususnya berat badan mengalami kenaikan rata-rata pertahunnya 1,8-2,7 kg, kelihatan kurus akan tetapi aktivitas motorik tinggi, dimana system tubuh sudah mencapai kematangan seperti berjalan tanpa bantuan (usia 15 bulan), melompat dengan 2 kaki, dan lain-lain. Pada pertumbuhan khususnya ukuran tinggi badan anak akan bertambah rata-rata 7,5 centimeter setiap tahunnya. (Dwi Sulisty, 2011)

### **2.4.3 perkembangan anak usia toddler**

#### **a. Perkembangan psikososial (Erikson)**

Erikson memberi istilah krisis social yang dihadapi toddler sebagai “otonomi vs rasa malu dan ragu”, toddler telah mengembangkan rasa percaya dan siap menyerahkan ketergantungannya untuk membangun perkembangan kemampuan pertamanya dalam mengendalikan dan otonomi, toddler mulai menguasai keterampilan social, toddler sering menggunakan kata “tidak” bahkan ketika bermaksud “ya” untuk mengungkapkan kebebasannya (perilaku negativistic), toddler sering terus menerus mencari benda familiar yang melambangkan rasa aman, seperti selimut, selama waktu stress dan perasaan tidak menentu.

#### **b. Perkembangan psikoseksual (Freud)**

Perkembangan tahap anal dari usia 8 bulan-4 tahun. Zona erogenous terdiri dari anus dan bokong dan aktivitas seksual berpusat pada saat pembuangan dan penahanan sampah tubuh.

- Focus toddler berganti dari area oral ke anal dengan penekanan pada pengendalian defekasi saat dia mencapai pengendalian neuromuscular terhadap sfingter anal.
  - Toddler mengalami kepuasan dan frustrasi saat ia menahan dan mengeluarkan, memasukkan dan melepaskan
  - Konflik antara menahan dan melepaskan secara bertahap diselesaikan seiring dengan kemajuan latihan defekasi. Penyelesaian terjadi saat kemampuan mengendalikan benar-benar terbentuk.
- c. Perkembangan kognitif (Piaget)

Tahap sensori motorik. Tahap ini berlangsung antara usia 12 dan 14 bulan dan melibatkan 2 subtahap.

- Subtahap 1 (12-18 bulan). Reaksi sirkular tersier melibatkan eksperimen trial and error dan eksplorasi aktif yang terus menerus
- Subtahap 2 (18-24 bulan). Munculnya kombinasi mental memungkinkan toddler untuk melengkapi pemahaman makna yang baru dalam menyelesaikan tugas

Subtahap prakonseptual pada fase praoperasional. Dalam tahap ini, dimulai dari usia 2-4 tahun, toddler menggunakan pikiran representatif untuk mengingat masa lampau, menampilkan masa kini dan mengantisipasi masa depan

- d. Perkembangan moral (Kohlberg)

Toddler biasanya berada dalam subtahap pertama tahap prakonvensional, yang berorientasi pada hukuman dan kepatuhan. Penilaian toddler didasarkan

pada perilaku untuk menghindari hukuman atau mendapat penghargaan. Pola disiplin mempengaruhi perkembangan moral toddler.

- Hukuman fisik dan menahan hak anak cenderung memberikan toddler pandangan yang negative mengenai moral.
- Menahan cinta dan kasih sayang sebagai bentuk hukuman menimbulkan perasaan bersalah

## **2.5 TERAPI MUSIK**

### **2.5.1 Pengertian Terapi Musik**

Terapi musik adalah usaha meningkatkan kualitas fisik dan mental dengan rangsangan suara yang terdiri dari melodi, ritme, harmoni, timbre, bentuk dan gaya yang diorganisir sedemikian rupa hingga tercipta musik yang bermanfaat untuk kesehatan fisik dan mental, Ketika musik diterapkan menjadi sebuah terapi, musik dapat meningkatkan, memulihkan dan memelihara kesehatan fisik, mental, emosional dan spiritual. Musik memiliki beberapa kelebihan yaitu karena musik bersifat nyaman, menenangkan, membuat rileks, berstruktur dan universal.( Rasyid, 2010 )

Terapi musik sangat mudah diterima organ pendengaran kita dan melalui saraf pendengaran disalurkan ke bagian otak yang memproses emosi (sistem limbik). Contohnya ketika kita mendengarkan suatu alunan musik (meskipun tanpa lagu) seketika kita bisa merasakan efek dari musik tersebut. Ada musik yang membuat kita gembira, sedih, terharu, terasa sunyi, semangat, mengingatkan masa lalu dan lain-lain.

### **2.5.2 Bagian-bagian Musik**

Pada dasarnya hampir semua jenis musik bisa digunakan untuk terapi musik. Dalam terapi musik, komposisi musik disesuaikan dengan masalah atau tujuan yang ingin kita capai. Musik memiliki 3 bagian penting yaitu beat mempengaruhi tubuh, ritme mempengaruhi jiwa, sedangkan harmony mempengaruhi roh.

### **2.5.3 Dua Macam Terapi Musik**

Dalam dunia penyembuhan dengan musik, dikenal 2 macam terapi musik, yaitu :

#### **a. Terapi Musik Aktif**

Dalam terapi musik aktif pasien diajak bernyanyi, belajar main menggunakan alat musik, menirukan nada-nada, bahkan membuat lagu singkat. Dengan kata lain pasien berinteraksi aktif dengan dunia musik.

#### **b. Terapi Musik Pasif**

Terapi musik yang murah, mudah dan efektif. Pasien tinggal mendengarkan dan menghayati suatu alunan musik tertentu yang disesuaikan dengan masalahnya. Hal terpenting dalam terapi musik pasif adalah pemilihan jenis musik harus tepat dengan kebutuhan pasien.

### **2.5.4 Manfaat Terapi Musik**

#### **a. Relaksasi, Mengistirahatkan Tubuh dan Pikiran**

Terapi musik memberikan kesempatan bagi tubuh dan pikiran untuk mengalami relaksasi yang sempurna. Dalam kondisi istirahat, seluruh sel dalam

tubuh akan mengalami reproduksi, penyembuhan alami berlangsung, produksi hormon diseimbangkan dan pikiran mengalami penyegaran.

b. Meningkatkan Kecerdasan

Sebuah efek terapi musik yang bisa meningkatkan intelegensia seseorang disebut Efek Mozart. Hal ini telah diteliti secara ilmiah oleh Franches Rauscher.et.al dari Universitas California.

c. Meningkatkan Kemampuan Mengingat

Terapi musik bisa meningkatkan daya ingat dan mencegah kepikunan. Hal ini bisa terjadi karena bagian otak yang memproses musik terletak berdekatan dengan memori, sehingga ketika seseorang melatih otak dnegan terapi musik, maka secara otomatis memorinya juga terlatih.

d. Kesehatan Jiwa

Seorang ilmuwan Arab, Abu Nasr al-Farabi (873-950 M) dalam bukunya “Grat Book About Musik”, mengatakan bahwa musik membuat rasa tenang, sebagai pendidikan moral, mengendalikan emosi, pengembangan spiritual, menyembuhkan gangguan psikologis.

e. Mengurangi Rasa Sakit

Musik bekerja pada sistem saraf otonom yaitu bagian sistem saraf yang bertanggung jawab mengontrol tekanan darah, denyut jantung dan fungsi otak yang mengontrol perasaan dan emosi. Menurut penelitian, kedua sistem tersebut bereaksi sensitif terhadap musik. Ketika kita merasa sakit, kita menjadi takut, frustrasi dan marah yang membuat kita menegangkan otot-otot tubuh, hasilnya rasa sakit menjadi semakin parah. Mendengarkan musik secara teratur membantu

tubuh relaksasi secara fisik dan mental, sehingga membantu menyembuhkan dan mencegah rasa sakit.

f. Meningkatkan kekebalan tubuh

Dr. John Diamond dan Dr. David Nobel, telah melakukan riset mengenai efek dari musik terhadap tubuh manusia dimana mereka menyimpulkan bahwa : apabila jenis musik yang kita dengar sesuai dan dapat diterima oleh tubuh manusia, maka tubuh akan bereaksi dengan mengeluarkan hormone (serotonin) yang dapat menimbulkan rasa nikmat dan senang sehingga tubuh akan menjadi lebih kuat (dengan meningkatnya system kekebalan tubuh) dan membuat kita menjadi lebih sehat.

g. Meningkatkan motivasi

Motivasi adalah hal yang bias dilahirkan dengan perasaan dan mood tertentu. Apabila ada motivasi, semangat akan muncul dan segala kegiatan bias dilakukan. Begitu juga sebaliknya, jika motivasi terbelunggu maka semangat menjadi luruh, lemas, tidak bertenaga untuk beraktivitas.

h. Pengembangan diri

Musik ternyata sangat berpengaruh terhadap pengembangan diri seseorang. Musik yang kita dengarkan menentukan kualitas pribadi kita. Hasil penelitian menunjukkan orang yang mempunyai masalah perasaan, biasanya cenderung mendengarkan musik yang sesuai dengan perasaannya.

i. Menyeimbangkan tubuh

Menurut penelitian para ahli, stimulasi musik membantu menyeimbangkan organ keseimbangan yang terdapat ditelinga dan otak. Jika organ keseimbangan sehat, maka kerja organ tubuh lainnya juga menjadi lebih seimbang dan lebih kuat

j. Meningkatkan Olahraga

Mendengarkan musik selama olahraga dapat memberikan olahraga yang lebih baik dalam beberapa cara, diantaranya meningkatkan daya tahan, meningkatkan mood dan mengalihkan kita dari pengalaman yang tidak nyaman selama olahraga.

### **2.5.5 Mekanisme penurunan tingkat kecemasan melalui terapi musik**

Musik merupakan suatu gelombang suara yang teratur. Apapun bunyi yang kita dengar, selama hal itu tersusun dengan teratur dapat disebut dengan musik (Rasyid, 2010).

Proses pengenalan musik didalam otak diawali dari penjalaran gelombang suara berupa musik yang diterima oleh telinga. Gelombang suara bergerak melalui rongga telinga luar yang menyebabkan membrane timpani bergetar. Getaran-getaran tersebut selanjutnya diteruskan menuju inkus dan stapes, melalui malleus yang terkait pada membrane itu. Karena gerakan-gerakan yang timbul pada setiap tulang, maka tulang-tulang tersebut memperbesar getaran yang kemudian disalurkan menuju perilymfe (pearce, 1999)

Getaran perilymfe dialihkan melalui membrane menuju endolimfe dalam saluran kokhlea, dan rangsangan mencapai ujung-ujung akhir saraf dalam organ corti, untuk kemudian diantarkan menuju otak oleh nervus auditorius. Oleh otak tepatnya pada lobus temporalis kesan suara akan diterima dan ditafsirkan. Gelombang suara birama teratur menghasilkan bunyi musikal enak (Pearce, 1999). Bagian utama dari system limbik adalah hipotalamus. Fungsi dari hipotalamus yaitu mengatur sebagian besar fungsi vegetative dan endokrin. Perangsangan dari fungsi vegetative dan fungsi endokrin dari hipotalamus

seringkali memberikan efek yang menyeluruh pada perilaku dan emosional (Guyton & Hall, 1997). Dalam system limbic terdapat pusat ganjaran dan pusat hukuman. Apabila perangsangan dilakukan pada area yang lebih rostral dari area rasa terhukum akan menyebabkan timbulnya rasa takut dan cemas. Tetapi sebaliknya, apabila perangsangan dilakukan di area pusat ganjaran yang terletak disepanjang rangkaian berkas bagian medial otak depan, khususnya pada nuclei lateral dan nuclei ventromedial hipotalamus, maka akan timbul ketenangan dan kejinakan (Guyton & Hall, 1997).

### **2.5.6 Jenis musik**

#### **a. Lagu Anak-anak**

Endraswara mengatakan, yang disebut lagu anak-anak ialah lagu yang bersifat riang dan mencerminkan etika luhur. Lagu anak merupakan lagu yang biasa dinyanyikan anak-anak, sedangkan syair lagu anak-anak berisi hal-hal sederhana yang biasanya dilakukan oleh anak-anak. Lagu anak-anak adalah bagian dari budaya populer, dan lagu anak-anak merupakan lagu pop yang bernuansakan anak-anak.

Menurut Nurita (2011), lagu anak juga mengajarkan suatu budi pekerti yang memberikan pengaruh baik dalam pertumbuhan dan perkembangan mereka. Dengan kata lain, dampak positif dalam lagu anak yang mengajarkan tentang suatu tindakan sopan santun yang dapat mempengaruhi pikiran, ketenangan jiwa, dan raga mereka. Sebab lagu anak yang tepat dapat mencakup semua aspek tujuan pembelajaran pada anak. Beberapa aspek tujuan pembelajaran yang terdapat pada lagu anak yang mengajarkan budi pekerti adalah :

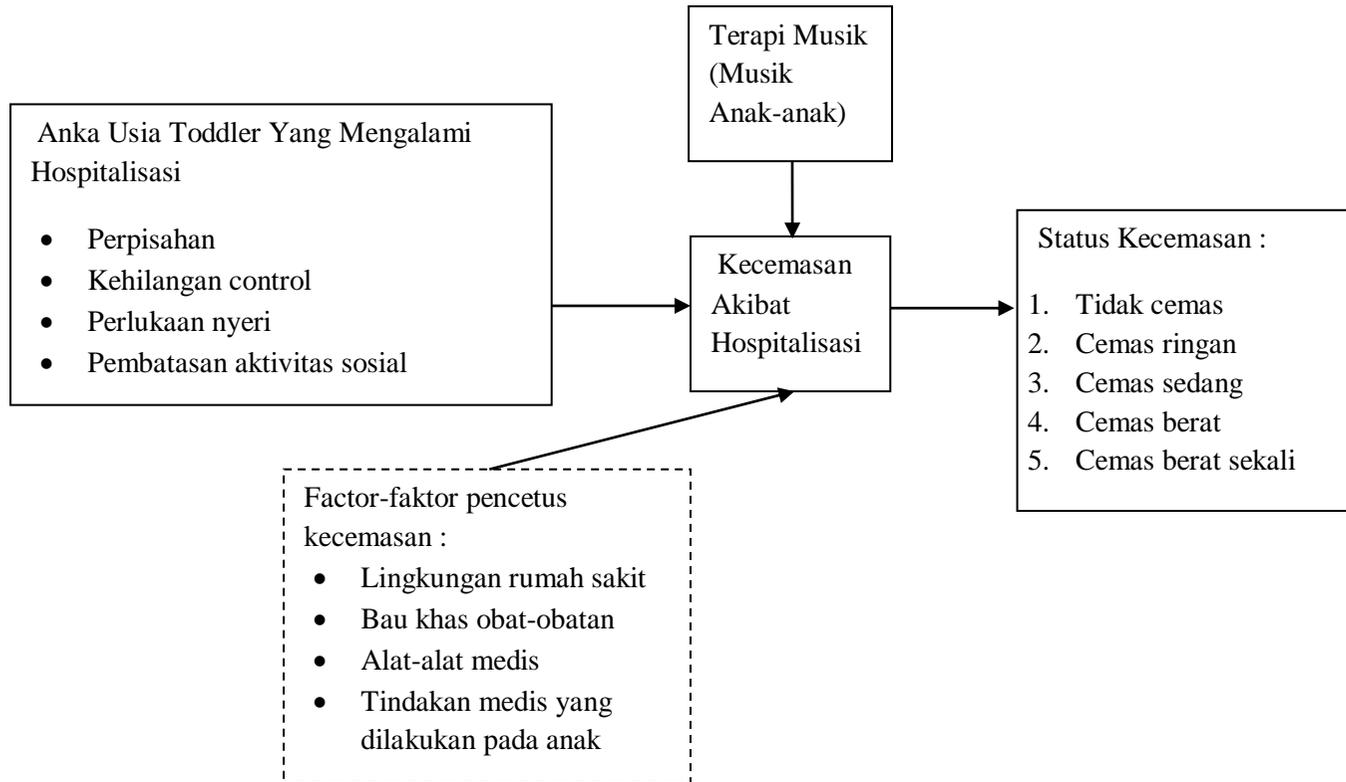
1. Aspek kognitif atau pemahaman dan pemikiran mereka terhadap pengetahuan tentang tingkah laku terpuji.
2. Aspek afektif yang menekankan pada pengaruh lagu anak terhadap emosi atau perasaan serta perilaku mereka. Dapat membuat anak menjadi riang gembira dan menimbulkan perasaan tenang dan nyaman.
3. Aspek psikomotorik yakni kemampuan mereka dalam berperilaku sopan santun, yang tercermin dalam keterampilan berkomunikasi verbal atau non verbal sesuai dengan keadaan dan situasi.

Sufeni Susilo (Marketing Manager Gema Nada Pertiwi (GNP), menjelaskan bahwa lagu anak sangat penting dan bermanfaat bagi anak, karena mampu menstimulasi (dorongan) kreativitas, hafalan, dan keseimbangan bagi anak. Jadi bisa ditarik kesimpulan bahwa lagu anak memiliki guna yang luar biasa bagi perkembangan kognitif, psikomotorik dan afektif anak.

#### **b. Judul Lagu Anak-Anak**

- Anak Ayam
- Naik Delman
- Naik Kereta Api
- Ambilkan bulan
- Balonku
- Lihat Kebunku
- Pelangi
- Cicak di dinding
- Bintang Kecil
- Topi saya bundar

## 2.6 KERANGKA KONSEP



**Gambar 2.1. Kerangka Konsep Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak Usia**

### **Toddler Setelah Mendapat Terapi Musik**

Keterangan : ..... : Tidak Di teliti  
 ————— : Diteliti