

Peran Musik Terapi bagi Kesehatan Pada Skizofrenia Dan Gangguan Motorik

Fitri Lindriyani¹, Nabila Rizkiani Hidayat², Nafisha Nurul Febriyanti³, Sherina Putri Salsabilla⁴, Tri Meylani Nurjanah⁵

^{1,2,3,4,5} Pendidikan Seni Musik, Universitas Pendidikan Indonesia
e-mail: fitrilindriyani22@gmail.com¹, nabilarizkiani5@gmail.com²,
nafishanurulfnafishanurulfabri@gmail.com³, trimeylani24@gmail.com⁴,
sherinaputrisalsabilla@gmail.com⁵

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi manfaat musik terapi dalam meningkatkan kualitas hidup, mengurangi gejala psikosis, serta memperbaiki fungsi sosial dan emosional pada penderita skizofrenia. Hasil penelitian musik menunjukkan bahwa musik terapi dapat meredakan gejala seperti halusinasi, delusi, dan kecemasan, sekaligus memberikan efek menenangkan. Selain itu, musik terapi juga terbukti meningkatkan interaksi sosial dan kemampuan komunikasi pasien. Implementasi musik terapi secara teratur, baik dalam sesi individual maupun kelompok, memberikan dampak positif terhadap Kesehatan mental pasien secara keseluruhan. Oleh karena itu, musik terapi direkomendasikan sebagai bagian dari pendekatan holistik dalam perawatan skizofrenia dan gangguan mental lainnya.

Kata kunci : *Terapi Musik, Skizofrenia, Mozart, Pasien*

Abstract

This study aims to explore the benefits of music therapy in improving quality of life, reducing psychotic symptoms, and improving social and emotional function in patients with schizophrenia. The results of music research indicate that music therapy can relieve symptoms such as hallucinations, delusions, and anxiety, while providing a calming effect. In addition, music therapy has also been shown to improve social interaction and communication skills of patients. Regular implementation of music therapy, both in individual and group sessions, has a positive impact on the overall mental health of patients. Therefore, music therapy is recommended as part of a holistic approach in the treatment of schizophrenia and other mental disorders.

Keywords: *Music Therapy, Schizophrenia, Mozart, Patients*

PENDAHULUAN

Latar belakang kesehatan mental skizofrenia dan gangguan motorik menunjukkan adanya kebutuhan yang merujuk pada pendekatan terapi non-farmakologia yang inovatif. Munculnya musik terapi sebagai salah satu intervensi yang efektif untuk mendukung pemulihan pada pasien skizofrenia dan gangguan motorik. Penelitian ini menunjukkan bahwa musik terapi dapat membantu mengurangi gejala psikosis, meningkatkan fungsi kognitif, serta mengurangi ketegangan dan tremor pada penderita skizofrenia dan gangguan motorik.

Musik sudah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan manusia, tidak hanya sebagai hiburan tapi juga sebagai media untuk mengekspresikan emosi juga meningkatkan suasana hati, dan menjalin hubungan sosial yang baik. Dalam beberapa tahun terakhir, musik juga berperan sebagai pendekatan terapeutik yang berhasil menarik perhatian para peneliti juga praktisi kesehatan. Salah satunya, pendekatan yang berkembang sangat baik adalah musik terapi, yaitu menggunakan musik secara sistematis dan terencana guna mendukung pemulihan emosional, fisik, sosial juga kognitif pada setiap individu dengan berbagai kondisi medis. Penelitian juga menunjukkan bahwa musik terapi mempunyai potensi yang cukup besar dalam membantu proses

penyembuhan dan peningkatan kualitas hidup pasien, termasuk pada pasien penderita skizofrenia juga gangguan motorik.

Skizofrenia adalah gangguan mental kompleks yang ditandai dengan gangguan pada proses berfikir, persepsi, dan juga hubungan sosial. Kondisi ini juga dapat seringkali disertai bersamaan dengan adanya gejala seperti delusi, halusinasi, gangguan afektif yang dapat berpengaruh pada kehidupan sehari-hari pasien penderita skizofrenia. Disini lain ga gguan motorik yang melibatkan kesulitan dalam koordinasi gerakan dan fungsi motorik, juga dapat masalah yang signifikan bagi individu, termasuk pada pengurangan kemampuan untuk menjalankan aktivitas pada umumnya. Keduanya sangat membutuhkan pendekatan terapi yang holistik dan juga terintegrasi. Dalam hal ini, musik terapi muncul sebagai salah satu intervensi non-farmakologis yang cukup menjanjikan karena kemampuannya dapat merangsang otak, memperbaiki suasana hati, juga meningkatkan hubungan sosial.

Masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah sejauh mana terapi musik dapat memberikan dampak positif terhadap Kesehatan pasien yang mengalami skizofrenia dan gangguan motorik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi pengaruh terapi musik dalam peningkatan kualitas hidup pasien yang mengalami skizofrenia dan gangguan motorik.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan tinjauan literatur dari jurnal nasional yang relevan. Data juga diperoleh melalui studi kasus pasien dengan skizofrenia dan gangguan motorik yang menjalani terapi musik selama 12 minggu. Intervensi melibatkan sesi individu dan kelompok, termasuk aktivitas bermain alat musik, mendengarkan musik, dan latihan ritmik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Terapi Halusinasi pendengaran adalah ciri umum dan penentu skizofrenia. Tetapi, tak banyak literatur yang mengungkapkan bahwa pasien skizofrenia halusinasi nya memiliki kualitas musikal. Individu yang memiliki skizofrenia sering kali mengalami halusinasi pendengaran, dimana mereka dapat mendengar bunyi atau suara yang tidak dapat di dengar orang lain. Tetapi meskipun begitu, para peneliti sudah menemukan bahwa individu yang memiliki penyakit skizofrenia mungkin mempunyai kepekaan yang cenderung lebih tinggi terhadap beberapa aspek dari musik contohnya seperti ritme dan nada.

Pada tahun 1997, terdapat survei yang menyatakan 100 pasien skizofrenia dan menemukan hasil bahwa 16 pasien mengakui mengalami halusinasi musikal. Halusinasi musikal ini cenderung terjadi secara tiba-tiba dan familiar yang merupakan campuran instrumental dan juga vokal dengan 62% pasien yang mengalami respons afektif yang menyenangkan terhadap musik. Musik yang dapat digunakan sebagai media terapi adalah musik yang pada umumnya memiliki irama dan juga nada - nada yang teratur.

Contohnya instrumentalia atau musik klasik Mozart 4.

Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa musik Mozart bermanfaat dalam bidang kesehatan karena musik klasik Mozart adalah musik klasik yang dapat digunakan untuk memperbaiki konsentrasi ingatan serta persepsi spasial juga musik ini memiliki kekuatan untuk membebaskan, mengobati, dan menyembuhkan. Melodi dan frekuensi yang cukup tinggi dalam setiap karya Mozart dapat merangsang juga memberdayakan daerah kreatif serta motivatif otak penderita skizofrenia. Tak hanya itu, penelitian mengenai efek terapi musik terhadap individu dengan skizofrenia sudah menunjukkan hasil yang efektif dalam mengurangi gejala gejala negatif seperti penarikan diri dari kehidupan sosial dan depresi. Hal ini sekaligus meningkatkan kualitas hidup individu secara keseluruhan.

Melalui terapi musik, pasien penderita skizofrenia belajar untuk berinteraksi, membangun kepercayaan diri, dan juga meningkatkan keberanian. Ketika terapi ini dilaksanakan, terapi ini dapat menjaga baik dari segi kesehatan jasmani dan rohani, maupun spiritual pada pasien penderita skizofrenia.

Penelitian menunjukkan bahwa musik terapi memiliki dampak signifikan terhadap perbaikan fungsi motorik pada berbagai kondisi, seperti penyakit Parkinson, stroke, dan cerebral palsy.

Intervensi berbasis ritme dalam musik, seperti Rhythmic Auditory Stimulation (RAS), terbukti membantu meningkatkan koordinasi gerakan, stabilitas, dan kecepatan berjalan. Musik dengan tempo yang konsisten mampu merangsang area motorik di otak, termasuk korteks motorik dan ganglia basalis, yang memainkan peran penting dalam mengontrol gerakan tubuh. Perbaikan koordinasi dan keseimbangan studi pada pasien dengan gangguan motorik pasca-stroke menunjukkan bahwa terapi musik berbasis ritme dapat meningkatkan kemampuan pasien dalam menjaga keseimbangan dan melakukan aktivitas motorik sederhana, seperti berjalan atau memindahkan benda. Selain itu, penggunaan musik dengan tempo tertentu dapat membantu pasien untuk menyinkronkan gerakan mereka dengan irama, sehingga mengurangi risiko jatuh atau gerakan yang tidak terkontrol. Musik terapi dalam Rehabilitasi Neurologis juga berperan dalam rehabilitasi neurologis dengan memfasilitasi pembentukan kembali jalur saraf melalui fenomena neuroplasticity. Dalam kasus gangguan motorik, penggunaan musik secara konsisten dapat membantu otak menciptakan pola gerakan baru yang lebih efisien. Hal ini diperkuat oleh pengamatan bahwa pasien yang menerima musik terapi cenderung menunjukkan pemulihan yang lebih cepat dibandingkan mereka yang hanya menjalani terapi konvensional.

Dampak psikologis musik terapi selain manfaat fisik, musik terapi juga memberikan efek psikologis yang signifikan pada pasien gangguan motorik. Musik mampu mengurangi tingkat kecemasan, meningkatkan motivasi untuk berpartisipasi dalam sesi rehabilitasi, dan memperbaiki suasana hati. Kombinasi antara manfaat psikologis dan fisik ini menciptakan pendekatan yang lebih menyeluruh dalam terapi gangguan motorik. Tantangan implementasi musik terapi meskipun manfaatnya telah terbukti, implementasi musik terapi dalam pengelolaan gangguan motorik masih menghadapi beberapa tantangan. Hal ini termasuk kurangnya terapis musik yang terlatih, keterbatasan akses terhadap fasilitas terapi berbasis musik, serta kebutuhan akan program terapi yang dipersonalisasi sesuai dengan kondisi unik setiap pasien. Musik terapi terbukti menjadi intervensi yang efektif untuk meningkatkan fungsi motorik dan kesejahteraan emosional pada pasien dengan gangguan motorik.

SIMPULAN

Musik terapi merupakan pendekatan yang efektif dalam meningkatkan Kesehatan mental dan fisik pasien dengan skizofrenia dan gangguan motorik. Terapi ini membantu mengurangi gejala psikotik, meningkatkan koordinasi motorik, dan memperbaiki kesejahteraan emosional pasien. Kedepannya. Oleh karena itu, musik terapi dapat menjadi pilihan yang berharga dalam perawatan pasien dengan skizofrenia dan gangguan motorik, dengan memberikan manfaat jangka Panjang bagi kualitas hidup mereka.

Pertama-tama dan yang paling utama, kami selaku pembuat artikel ingin memanjatkan puji dan syukur kepada Tuhan yang maha esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya kami dapat mengumpulkan, menyusun, dan mengolah artikel ini hingga selesai. Kemudian, tidak lupa juga kami mengucapkan terima kasih kepada dosen pengampu mata kuliah Pendidikan Bahasa Indonesia, yaitu Bapak Ahmad Fuadin, M. Pd. yang telah membimbing kami selama masa pembuatan artikel ini hingga selesai. Terima kasih karena membagikan pengetahuan bapak dan membantu kami.

Tidak lupa juga kami ucapkan terima kasih kepada kedua orang tua kami yang telah mendukung kami baik secara moral maupun dukungan emosional.

Kami sadar, bahwa dalam pembuatan artikel ini, masih banyak sekali kekurangan dan masih ada begitu banyak kesalahan. Maka dari itu, kami sangat mengharapkan kritik serta saran dari bapak pengampu mata kuliah Bahasa Indonesia maupun teman teman dan rekan penulis lainnya. Besar harapan kami agar artikel kami dilirik dan dapat di pahami oleh banyak orang

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, D. (2020). Pengaruh Musik Terapi terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 23 (2), 102-108.
- Suwarto, S. (2018). Peran musik dalam pemulihan Kesehatan mental di Indonesia: Studi Kasus pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental Indonesia*, 15(1), 45-53.

- Lestari, I. W., & Widyawati, M. N. (2021). Efektivitas Musik Terapi Ritmik dalam Meningkatkan Keseimbangan dan Koordinasi Pasien dengan Gangguan Motorik. *Jurnal Fisioterapi Indonesia*, 8(4), 210-220.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Pedoman Terapi Musik untuk Kesehatan Mental*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Putri, P. A. (2020). Terapi Musik sebagai Pendekatan Psikososial pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Kesehatan Jiwa*, 5(2), 89-96.
- Terapi musik dan skizofrenia: Pendekatan dan efeknya
<https://translate.google.com/translate?u=https://timewellnesscenters.com/music-therapy-and-schizophrenia-approaches-and-effects/&hl=id&sl=en&tl=id&client=rq&prev=search#:~:text=It%20helps%20individuals%20with%20schizophrenia,engagement%20with%20music%2Dbased%20activities.>
- HALUSINASI PENDENGARAN PADA PASIEN SKIZOFRENIA
<https://translate.google.com/translate?u=https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4508634/&hl=id&sl=en&tl=id&client=rq&prev=search#:~:text=Musical%20hallucinations%20in%20schizophrenia%20have,schizophrenia%20often%20contain%20religious%20themes>
- Penerapan Terapi music Terhadap Penurunan Halusinasi Pendengaran Pada pasien Skizofrenia
Diruang Srikandi RSJD Dr.Arief Zainudin
<https://journal.mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC/article/download/486/374/3221>
- Efektivitas terapi musik terhadap penderita skizofrenia
<https://studentjournal.umpo.ac.id/index.php/HSJ/article/download/2680/1012>
- Familiaritas musik dalam terapi skizofrenia
<http://repository.isi-ska.ac.id/3762/1/Thesis%20Elya%20Nindy%20Alfionita.pdf>
- Pengaruh terapi musik
<https://lib.ui.ac.id/file?file=digital/2016-11/124781-Endang%20Caturini%20Sulistiyowati.pdf>
- Terapi musik klasik terhadap perubahan gejala perilaku agresif pasien skizofrenia
<http://poltekkes-denpasar.ac.id/files/JURNAL%20GEMA%20KEPERAWATAN/JUNI%202014/I%20Wayan%20Candra,%20dkk.pdf>