

# Efektifitas Terapi Musik Terhadap Penurunan Kecemasan Dan Kelelahan Pada Pasien Kanker Payudara Dimasa Pandemi Covid-19

Made Yuni Martini<sup>(1)</sup>, Wiwin Yuli Triana<sup>(2)</sup>, Nur Annisa Ilmiatun<sup>(3)</sup>, Yuni Damayanti<sup>(4)</sup>, Yosin Herloheti Pella<sup>(5)</sup>, Elizabeth Risha Murlina Lema<sup>(6)</sup>, Ratu Izza Auwah Mairo<sup>(7)</sup>, Muhammad Zaki<sup>(8)</sup>, Ninuk Dian Kurniawati<sup>(9)</sup>

Magister Keperawatan, Universitas Airlangga  
Jl. Dr. Ir. H. Soekarno, Mulyorejo, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Email: <sup>1</sup>made.yuni.martini-2020@fkp.unair.ac.id

---

## Tersedia Online di

<http://www.jurnal.unublitar.ac.id/index.php/briliant>

---

## Sejarah Artikel

Diterima pada 29 Januari 2022  
Disetujui pada 30 Mei 2022  
Dipublikasikan pada 31 Mei 2022  
Hal. 443-457

---

## Kata Kunci:

*Anxiety; Breast Cancer; Fatigue; Music Therapy*

---

## DOI:

<http://dx.doi.org/10.28926/briliant.v7i2.952>

---

**Abstrak:** Kanker payudara merupakan penyakit yang dapat menyebabkan gangguan fisik, penurunan fungsional, psikologis sampai kematian pada wanita. **Tujuan:** Review ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas terapi music terhadap penurunan kecemasan dan kelelahan pada penderita kanker payudara. **Methods:** review ini menggunakan pendekatan PRISMA dan sumber jurnal dari beberapa database, Science Direct, PubMed, CINAHL, ProQuest, dan Web of Science selama lima tahun terakhir. Kombinasi kata kunci yang digunakan ("breast cancer", 'anxiety', 'fatigue', dan 'music therapy') dengan padanan kata MeSH yang dihubungkan dengan Boolean operator "AND" dan "OR". **Hasil:** Total 901 artikel yang diidentifikasi tereksklusi sebanyak 659 artikel, dengan metode uji coba secara acak (RCT). Dari uji kelayakan *full text article* tersisa 48 artikel dan diambil 10 artikel penelitian untuk di *review*. **Kesimpulan:** Terapi music efektif digunakan untuk mengurangi stres psikologis (kecemasan) dan kelelahan pasien paliatif kanker dengan stadium lanjut.

## PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan penyakit yang dapat menyebabkan kematian pada wanita. Kanker payudara dapat terjadi karena penyebaran sel yang membelah lebih cepat, sel-sel berasal dari duktus lactiferi yang lama tidak mati akan tumbuh dan berinvansi sampai sel tersebut berkembang tidak terkendali dan sel normal mati (Dadkhah et al., 2019). Penderita kanker payudara harus menjalani proses terapi yang dapat berlangsung lama dan membutuhkan biaya. Kelelahan yang dirasakan oleh pasien akibat pengobatan dapat mencakup aspek fisik dan psikis. Secara fisik, pasien merasa lebih mudah lelah, lemah, dan kurang memiliki energi dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Secara psikis, pasien dapat merasa tertekan karena pengobatan yang berlangsung lama dan biaya yang besar. Kondisi kelelahan tersebut dapat mempengaruhi self-esteem, aktivitas sosial, dan kualitas hidup dari pasien tersebut (Sánchez-Jáuregui et al., 2018).

Berdasarkan *International Agency for Research on Cancer (IARC)* 2018, menyatakan terjadi adanya peningkatan penderita kanker dalam setiap tahun. Sejak tahun 2008 diketahui 12,7 juta kasus kanker di dunia dan secara terus menerus mengalami peningkatan hingga tahun 2018 menjadi 18,1 juta kasus kanker. Jumlah kematian yang disebabkan oleh kanker payudara juga terjadi peningkatan 7,6 juta pada tahun 2008 menjadi 9,6 juta pada tahun 2018. IARC menyatakan terjadinya peningkatan kasus kanker payudara yang menyerang wanita dengan tingkat kematian sejumlah 627.000 di seluruh dunia. Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 jumlah kejadian kanker payudara yang menyerang wanita adalah sebesar 42,1 per 100.000 penduduk dengan rata-rata kematian 17 per 100.000 penduduk dan data pada tahun 2012 sebesar 12,1 per 100.000 penduduk dengan jumlah kematian secara keseluruhan adalah 522.000. Dari data tersebut menunjukkan bahwa dalam setiap tahunnya terjadi peningkatan kejadian kanker payudara di Indonesia.

Banyak faktor seseorang dapat didiagnosis kanker, diantaranya adalah faktor keturunan dan genetik. Selain itu juga dapat dipengaruhi dari pola dan gaya hidup yang kurang sehat, seperti asupan makanan yang mengandung karsinogen, kurangnya berolahraga, minum-minuman beralkohol, merokok, dan dampak lain dari lingkungan hidup (Mondanaro et al., 2021). Selain itu komplikasi dan pengobatan kanker payudara memerlukan proses perawatan yang lama, sehingga membuat penderita kanker mengalami penurunan psikologis. Gejala depresi dan kecemasan pada pasien kanker payudara dapat bertahan selama beberapa tahun, yang mengarah pada efek buruk terhadap kualitas hidup, kepatuhan terhadap perawatan medis, kekambuhan, kelangsungan hidup serta pemulihan dari operasi pasien kanker payudara selama perawatan di rumah sakit (Zhou et al., 2018).

Selain prosedur *invasive* dilakukan, terdapat beberapa macam kegiatan alternatif yang dapat diberikan untuk membantu mengurangi rasa kelelahan dan rasa cemas yang dirasakan oleh pasien, salah satunya adalah aktivitas musik. Terapi pengobatan dapat dilakukan diberikan pada pasien dengan kanker yaitu terapi paliatif. Terapi ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup penderita kanker stadium terminal, dengan tujuan mencegah dan mengatasi gejala (nyeri) dan masalah psikososial (Zeppego et al., 2021). Perawatan paliatif tidak hanya digunakan untuk penyembuhan saja, tetapi untuk mengurangi penderitaan yang dialami pasien. Beberapa karakteristik perawat paliatif adalah mengurangi rasa sakit (nyeri) dan kelelahan lain yang mengganggu, dengan menggunakan *respite care* atau suatu layanan yang bersifat konseling dengan psikolog, bersosialisasi dengan penderita kanker dan terapi music (Chen et al., 2018).

Terapi musik merupakan terapi non farmakologi yang memiliki pengaruh yang besar terhadap pusat fisik dan jaringan saraf pada tubuh manusia. Terapi musik dapat berfungsi sebagai *agent anxiolytic* yang dapat mengalihkan perasaan cemas, stress, kelelahan dan ketakutan dengan menghasilkan efek relaksasi pada pasien paliatif terminal. Dalam penelitian Li et al., (2011), dijelaskan bahwa efek terapi musik pada nyeri pasien kanker dengan berbagai diagnosis telah mengungkapkan banyak manfaat termasuk peningkatan kenyamanan dan relaksasi dengan berkurangnya rasa sakit, kecemasan, tekanan terkait pengobatan, mual, dan muntah. Keahlian menggunakan musik atau elemen musik oleh terapis untuk

meningkatkan, mempertahankan dan mengembalikan kesehatan mental, fisik, emosional dan spiritual. Banyak penelitian yang dilakukan untuk mengurangi kecemasan dan perubahan respon fisiologis pasien yang akan menjalani ataupun selama menjalani prosedur diagnostik dengan menggunakan terapi musik.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka perlu dilakukan *systematic review* tentang efektifitas terapi musik terhadap penurunan kecemasan dan kelelahan pada pasien dengan penyakit kanker payudara dimasa pandemi covid-19.

## METODE

Metode pelaporan tinjauan sitematis dalam studi ini menerapkan pedoman PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-analyses) (Binar & Karakoc, 2018). Adapun prosedur dalam pelaporan meliputi strategi pencarian, kriteria inklusi dan eksklusi, seleksi studi, risiko bias dan ekstraksi data hingga terpilihnya item data yang layak untuk di review.

### Strategi Pencarian

Strategi pencerian literatur dalam studi ini diawali dengan memperoleh jurnal-jurnal penelitian dari beberapa database diantaranya yaitu, Science Direct, PubMed, CINAHL, ProQuest, dan Web of Science. Pencarian jurnal atau artikel ilmiah dimulai pada bulan November 2021 dengan padanan kata kunci (*'breast cancer'*, *'anxiety'*, *'fatigue'*, dan *'music therapy'*) dengan padanan kata MeSH menggunakan Logika Boolean, jurnal maupun artikel yang terpilih menyediakan full teks berbahasa Inggris yang dipublikasi dalam lima tahun terakhir, dari tahun 2017 sampai dengan tahun 2021.

### Kriterian Inklusi dan Eksklusi

Tabel 1. *Picot Framework*

PICOT <i>framework</i>	Kriteria Inklusi
<i>Population</i>	Artikel ilmiah yang membahas mengenai pasien dengan kanker payudara
<i>Intervention</i>	Artikel ilmiah yang menerapkan intervensi musik sebagai terapi tunggal maupun sebagai intervensi yang digabungkan dengan terapi lainnya
<i>Compartors</i>	Pasien yang tidak mendapatkan intervensi musik
<i>Outcomes</i>	Penurunan kecemasan dan kelelahan
<i>Time</i>	2017-2021
<i>Study Design</i>	RCT ( <i>Randomized control trial</i> )
<i>Laguage</i>	Bahasa Inggris
Kriteria pengecualian :	Artikel yang tidak menerapkan intervensi musik sebagai terapi tunggal maupun sebagai intervensi yang digabungkan dengan terapi lainnya untuk penurunan kecemasan dan kelelahan pasien dengan kanker payudara, artikel yang tidak menyediakan abstrak maupun <i>full teks</i> dalam kurun waktu kurang dari tahun 2017 dengan bahasa selain bahasa Inggris dan tidak menggunakan desain penelitia RCT dikeluarkan.

### **Seleksi Studi**

Sesuai dengan urutan pada pedoman PRISMA maka, artikel ilmiah diperoleh terlebih dahulu melalui database terakreditasi, kemudian dilanjutkan dengan penapisan artikel yang disesuaikan dengan adanya duplikasi menggunakan aplikasi Mendeley, kesesuaian judul dan abstrak. Artikel yang menyediakan full teks kemudian dipilih untuk selanjutnya diidentifikasi daftar referensinya dalam melakukan pencarian sekunder. Setelah semua artikel yang sesuai dengan standar dan kriteria inklusi diperoleh dilakukan tinjauan secara sistematis.

### **Risiko Bias**

JBI (*Critical Appraisal Checklist*) digunakan dalam menilai kualitas dari artikel ilmiah terpilih dengan desain RCT. Terdapat 13 hal yang menjadi acuan penilaian bias dari artikel. Setiap artikel dinilai kualitasnya dengan dipilah ke dalam risiko bias tinggi, rendah atau tidak jelas sesuai dengan 13 pernyataan yang ada. Apabila terdapat artikel yang dinilai memiliki risiko bias yang tinggi maka akan dieksklusi (Moola et al., 2017).

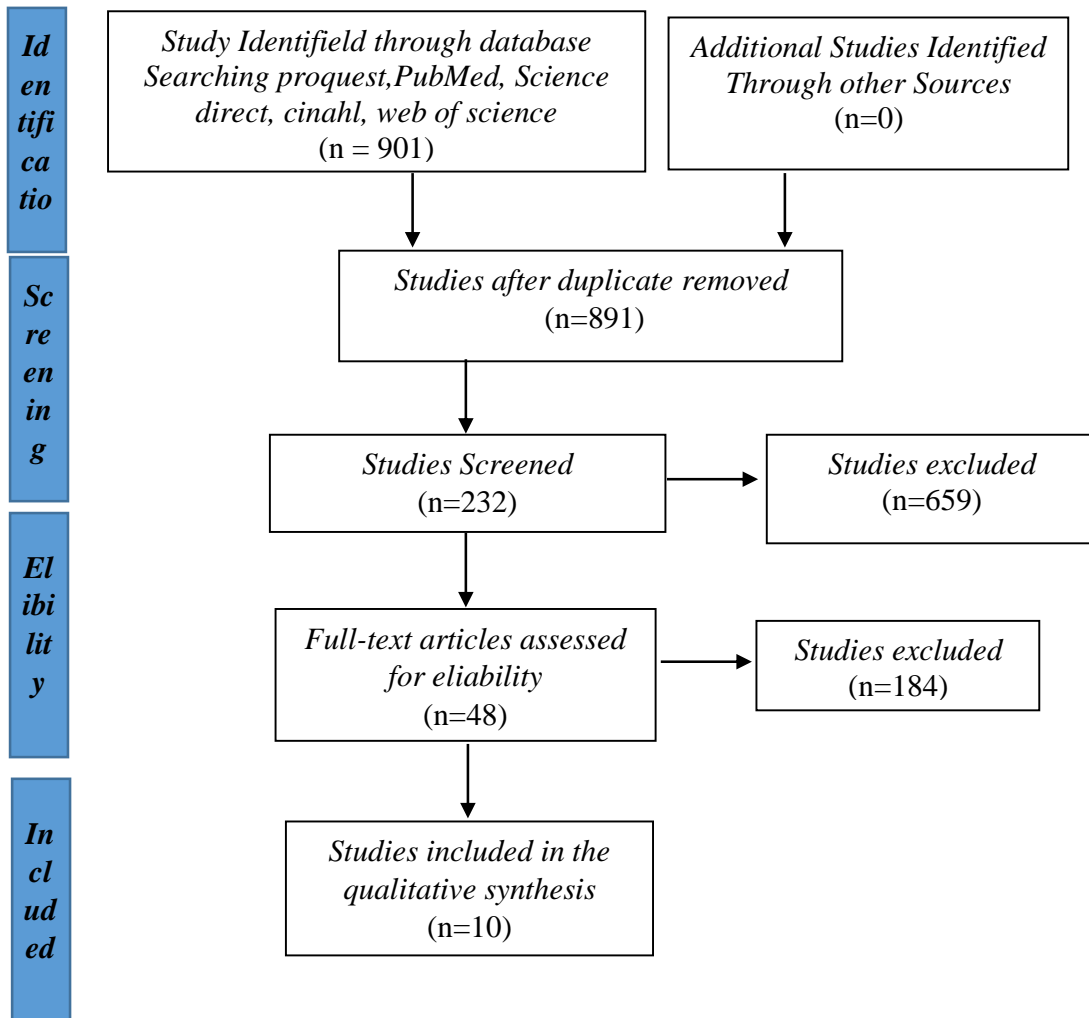
### **Ekstraksi data**

Tabel terstruktur digunakan untuk memberikan ringkasan informasi dari artikel ilmiah yang terpilih dengan memuat judul, nama penulis, tahun terbit atau publikasi, desain yang digunakan, besar sampel, usia responden, intervensi penelitian, luaran atau hasil, serta kesimpulan dari study yang digunakan dalam kaitannya mereview efek intervensi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Seleksi Studi**

Total 901 artikel diidentifikasi. Kemudian dilakukan penghapusan duplikat dan tersisa 891 artikel untuk ditinjau kelayakan. Kemudian tereksklusi sebanyak 659 artikel berdasarkan 10 tahun terakhir, metode uji coba secara acak (RCT), dan bahasa Inggris sehingga diperoleh 232 artikel. Dari uji kelayakan *full text article* tersisa 48 artikel dan diambil 10 artikel penelitian untuk di *review*.



Gambar 1. Diagram alur seleksi studi menggunakan PRISMA flow diagram for systematic review

**Resiko Bias**

Penulis dan Tahun	Critical Appraisal Checklist													Hasi 1	%
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
(Jáuregui et al., 2018)	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	13	100
(Peoples et al., 2019)	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	13	100
(Rossetti et al., 2017)	√	√	√	√	-	√	√	√	√	√	√	√	√	12	92
(Chirico et al., 2020)	√	√	√	√	√	-	√	√	√	√	-	√	√	11	84

(Hsieh, 2019)	√	√	√	√	-	√	√	√	√	√	√	√	√	12	92
(Silva et al., 2018)	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	13	100
(Zeppegno et al., 2021)	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	13	100
(Deng et al, 2021)	√	√	√	√	-	√	√	√	√	√	√	√	√	12	92
(Lima et al., 2020)	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	13	100
(Karadag et al, 2019)	√	√	√	√	-	-	-	-	√	√	√	√	√	9	69

Tabel 2. Penilaian Risiko bias dengan menggunakan *JBI critical appraisal checklist for randomized controlled trials*.

Berdasarkan tabel 2, terdapat 10 artikel yang dinilai resiko biasanya dengan menggunakan *JBI critical appraisal checklist for randomized controlled trials* dan hasilnya adalah: skor 100% (n=5 artikel) Skor 92% (n= 3 artikel) Skor 84% (n=1) skor 69% (n=1).

### Studi Karakteristik

Artikel yang disertakan diterbitkan pada tahun 2017 - 2020, dari 10 artikel yang terpilih semua berasal dari luar Indonesia yaitu dari (China=1) (Deng et al., 2021)), (Itali =1(Zeppegno et al., 2021)), (Brazil =2) ( Lima et al., 2020), ( Silva et al., 2018)) (USA= 6) ((Jáuregui et al., 2018), (Peoples et al., 2019), (Rossetti et al., 2017), (Chirico et al., 2020), (Karadag et al., 2019), Total responden tinjauan ini adalah 1117 peserta. Peserta yang terlibat dibatasi oleh beberapa kriteria seperti: Kriteria Inklusi: Kriteria inklusi *patients 18 years of age or older*, dengan *Eastern Cooperative Oncology Group (ECOG) score ≤2*, tidak ada riwayat gangguan jiwa, serta tidak sedang mendapatkan pengobatan *anxiolytic*, sedangkan kriterian eksklusinya antara lain pasien di diagnosa *meta- static disease*, tidak sedang menjalani kemoterapi, atau dengan nilai *ECOG > 3*.

### Karakteristik Intervensi

Beberapa karakteristik intervensi pada hasil studi literatur antara lain: menurut hasil penelitian Jáuregui et al (2018) karakteristik intervensi yang dilakukan pada 206 sample yang terbagi dalam tiga kelompok, 2 kelompok intervensi dan satu kelompok kontrol, untuk pengumpulan data sosio demografi dilakukan wawancara terstruktur, kemudian dilakukan pengukuran thermometer emosional. Pada hypnosis peneliti memberikan satu set MP3 dan menperdengarkan intervensi hipnosis yang direkam melalui audio. Sedangkan pada kelompok musik, peneliti menggunakan MP3 dan *headphone* yang sama, tetapi hanya mendengarkan musik latar tanpa sugesti hipnotik selama periode waktu yang sama.

Intervensi pada penelitian yang dilakukan oleh Peoples et al (2019) dilakukan dengan tujuan mengukur efektivitas band pressure terhadap intensitas mual pada pasien yang mendapatkan kemoterapi, intervensi musik dipadukan untuk meningkatkan relaksasi sehingga mual dapat ditekan, intervensi dibagi pada tiga kelompok yaitu 2 kelompok intervensi yang mendapatkan band presure dan MP3 dan antiemetik serta satu kelompok kontrol yang mendapatkan emetik terapi namun tidak mendapat band presure dan MP3

Pada penelitian dengan judul *The impact of music therapy on anxiety in cancer patients undergoing simulation for radiation therapy* yang dilakukan oleh (Rossetti et al., 2017) bertujuan untuk mengukur skala kecemasan pada pasien kanker payudara. Prosedur untuk pembuatan. Musik yang diidentifikasi pasien diambil dari sumber file musik mp3 yang berisis 20.000 karya individu yang mencakup beragam koleksi jenis musik yang berpusat pada budaya.

Penelitian lain tentang efektifitas terapi musik untuk penurunan kecemasan dan kelelahan pasien dengan kanker payudara dilakukan oleh Chirico et al (2020), pada penelitian dilakukan kombinasi musik terapi dan penggunaan *visual reality* (VR), untuk pengobatan kemoterapi dengan VR, seorang perawat peneliti bekerjasama dengan psikolog terlatih, menjelaskan cara menggunakan peralatan VR dan membantu pasien memasang *headset*.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Hsieh (2019), yang dilakukan untuk tujuan mengeksplorasi efek dari *Home-Based Music Intervention* (HBMI) terhadap tingkat keparahan, nyeri dan kelelahan pada pasien dengan kanker payudara. Para peserta dalam kelompok kontrol aktif mendengarkan ambient musik selama 30 menit lima kali seminggu. Intervensi kontrol musik ambient pada kelompok kontrol aktif juga berlangsung selama 24 minggu.

Kecemasan dan depresi adalah sesuatu yang tidak bisa dihindarkan pada pasien dengan kanker payudara (Zeppegno et al., 2021). Alat intervensi yang dipergunakan untuk mendengarkan adalah laptop dan *speaker* nirkabel serta *Bluetooth*. Volume lagu disesuaikan oleh terapis dan sama untuk semua peserta, dan volume disesuaikan untuk membatasi desibel hingga 60 desibel. Setelah mendengarkan lagu dan bertukar emosi dan perasaan sesuai dengan tujuan intervensi terapeutik, ingatan dan emosi dari musik dan lirik didorong sesuai dengan tujuan intervensi terapeutik, dan ini didiskusikan dalam kelompok. Setelah proses terapi selesai peserta dilakukan pemeriksaan darah dan pengkajian melalui kuesioner.

Beberapa terapi lain digabungkan untuk melihat efektivitasnya terapi musik terhadap penurunan nyeri dan kecemasan pada pasien dengan kanker payudara, penelitaian yang dilakukan oleh (Deng et al., 2021), strategi yang digunakan pada penelitian ini adalah Subyek diacak dalam rasio 1:1:1:1 dan membanginya menjadi kelompok (UC), aromaterapi (AT), terapi musik (MT), atau aromaterapi dan terapi musik (terapi kombinasi [CT]) dengan 40 kode pengacakan yang dihasilkan komputer di setiap kelompok.

Penelitian yang dilakukan oleh Lima et al, (2020) yaitu intervensi musik dilakukan dengan menggunakan playlist yang telah dipilih sebelumnya oleh peneliti, dengan lagu-lagu klasik dan tradisional berisi potongan instrumental melodi yang lambat, berurutan, dan musik santai yang berisi trek musik terkenal dari film yang digunakan dan diputar dalam penelitian sebelumnya. Membantu mengontrol gejala dan kualitas hidup (Piano Guys) dan soundtrack film (Sarah McLachlan's Angel Falls - City of Angels and Ocean of Memories - Titanic) Evaluasi terdiri dari wawancara sekitar 30 menit setelah selesainya setiap siklus kemoterapi, melalui instrumen *self assessment*.

Penelitian terakhir yang di *review* adalah penelitian yang dilakukan oleh Karadag et al, (2019) Peneliti membagi menjadi 2 kelompok, yaitu 30 pasien dalam kelompok intervensi dimana akan diberikan terapi musik dan 30 pasien dalam kelompok kontrol tanpa diberikan terapi musik. Terapi dilakukan 5 kali seminggu selama 5 minggu. Peneliti melakukan pengukuran tingkat kecemasan dan kenyamanan pada pre dan post pemberian terapi musik diawal dan diakhir pertemuan.

Tabel 2. Studi Karakteristik dan Temuan

<i>Study author, year</i>	<i>Sample</i>	<i>Intervention content, duration, and frequency</i>	<i>Outcome indicators; Primary (1) Secondary (2)</i>	<i>Scale</i>	<i>Main finding and effect sizes (Cohen's d) if applicable</i>
(Sánchez-Jáuregui et al., 2018)	170 pasien wanita TH = 58 MT = 55 Control = 57	Kelompok musik menggunakan MP3 dan <i>headphone</i> , dilakukan selama 17 menit. Kelompok hipnosis diberikan satu set MP3 dan <i>headphone</i> untuk mendengarkan intervensi hipnosis yang direkam dengan audio.	Tingkat kecemasan, stres, nyeri, depresi, dan optimisme pada wanita yang dijadwalkan untuk biopsi payudara	Skala visual analog berupa termometer digunakan untuk mengukur kecemasan, depresi, stres, rasa sakit dan optimisme berdasarkan termometer emosional (TE)	pengurangan kecemasan yang signifikan secara statistik, ( $p < .001$ , $\eta^2p = .07$ ), stress ( $p < .001$ , $\eta^2p = 0,06$ ); nyeri, ( $p < .01$ , $\eta^2p = .04$ ); dan depresi, ( $p < .001$ , $\eta^2p = 0,05$ ) pada kelompok hipnosis dan musik dibandingkan dengan kelompok kontrol.
(Peoples et al., 2019)	242 pasien kemoterapi dengan kanker payudara secara acak Arm 1: 81 Arm 2: 80 Arm 3: 81	MP3 musik berdurasi 12 menit dengan latar belakang musik seruling. <i>Acupressure bands combined with relaxation music</i> (ARM) 1 dan 2 menerima pita akupresur, ditambah MP3 relaksasi dan selebaran tertulis yang meningkatkan harapan (ARM 1), netral harapan (ARM 2), kontrol tanpa pita (ARM 3).	Membandingkan gkan efektifitas acupressure bands dengan musik relaksasi terhadap mual akibat kemoterapi.	selama 24 jam terakhir juga dinilai pada skala 11 poin mulai dari 0 hingga 10, dengan skor yang lebih tinggi menunjukkan kecemasan terburuk. Dari sini, variabel kecemasan dikotomis (tinggi vs rendah) dihitung (berpusat pada nilai median).	Pasien intervensi dengan kecemasan pra-pengobatan yang tinggi memiliki CIN puncak yang lebih rendah daripada control.



(Rossetti et al., 2017)	78 pasien breast kanker terdiri dari (39 pada kelompok MT dan 39 pada kelompok tanpa MT)	Music Therapy (MT). Pasien yang menerima intervensi MT individu akan mendengarkan musik sekitar 20 menit. Dilengkapi dengan musik live yang dimainkan dengan gitar senar nilon dalam tuning drop D	Tingkat kecemasan pasien kanker payudara, maupun kepala yang menjalani terapi radiasi	STAI-S dan SDT. STAI-S adalah ukuran laporan diri dengan 20 item untuk menilai kecemasan, dengan evaluasi pada skala Likert 4 poin tiap <i>item</i> -nya	Secara signifikan MT dapat menurunkan kecemasan dan kesusahan pasien selama prosedur simulasi. Kelompok MT memiliki rata-rata skor STAI-S sebelum dan sesudah simulasi masing-masing 39,1 dan 31,0 ( $P < .0001$ ), dan rata-rata SDT sebelum dan sesudah simulasi 3,2 dan 1,7 ( $P < .0001$ ).
(Chirico et al., 2020)	94 pasien kanker payudara VR :30 MT :30 Kontrol: 34	Virtual reality (VR) and Music Therapy (MT). Untuk kondisi MT, mp3 dan headphone diberikan kepada pasien setelah 5 menit dari awal infus kemoterapi, pasien mendengarkan musik santai selama 20 menit.	Tingkat kecemasan dan suasana hati pasien kanker payudara dalam menjalani kemoterapi	State Anxiety Inventory (SAI) untuk orang dewasa Pengukuran keadaan suasana hati menggunakan versi pendek dari Profile of Mood States (SV-POMS; Shacham, 1983), yang terdiri dari 37 item	Perbedaan kecemasan yang signifikan antara VR dan kelompok kontrol ( $p = .001$ ) dan antara MT dan kelompok control ( $p = .049$ ) ditemukan setelah prosedur
(Hsieh, 2019)	60 orang wanita dengan kanker payudara HBMI: 30 Control: 30	<i>Home Based Music dan ambient Music Intervention.</i> Kelompok HBMI diberikan HBMI 24 minggu yang melibatkan lima sesi 30 menit per minggu. Persamaan perkiraan umum digunakan untuk membandingkan efek setelah 6, 12, dan 24 minggu	<i>symptom severity</i> (1) sakit dan kelelahan (2)	Symptom severity, the therapy-related symptom checklist (TRSC). Nyeri dan kelelahan, diukur menggunakan the 101-point numerical rating scale (NRS-101), dan <i>multidimensional fatigue symptom</i>	HBMI secara signifikan kelelahan keseluruhan, kelelahan umum, kelelahan emosional dan kekuatan ( $p < 0,05$ ). Selain itu, HBMI secara signifikan mengurangi kelelahan fisik setelah 6 minggu ( $p = 0,003$ ) dan 12 minggu ( $p = 0,013$ )

		intervensi antara kedua kelompok.		<i>inventory-short form-Chinese version</i> (MFSI-SF-C)	dan kelelahan mental setelah 6 minggu ( $p = 0,001$ ). Setelah 6, 12 dan 24 minggu, HBMI mengurangi keparahan gejala, nyeri
(Alcântara-Silva et al., 2018)	116 pasien kanker payudara 63 orang kelompok kontrol 53 orang kelompok terapi musik	Musik terapi. Kelompok terapi musik menjalani sesi terapi music individu selama 30-40 menit dua kali seminggu sebelum sesi radioterapi. Sesi 1: dipilih 12 lagu yang instrumental, dengan tempo lambat, nada, dan denyut nadi teratur Sesi 2: mendengarkan daftar lagu favorit pasien Sesi 3: seperti sesi 1 namun tempo lebih cepat	<i>Fatigue (1) quality of life, and symptoms of depression</i> (2)	Kelelahan diukur dengan menggunakan <i>The Functional Assessment of Cancer Therapy: Fatigue</i> (FACT-F) <i>version 4</i> , dan <i>Functional Assessment of Cancer Therapy-General</i> (FACT-G) <i>version 4</i> untuk mengukur quality of life, and symptoms of depression	Hasil FACT-F signifikan terkait Uji Coba Indeks Hasil ( $P = .011$ ), FACT-G ( $P = .005$ ), dan FACT-F ( $P = .001$ ) untuk MTG dibandingkan dengan CG.
(Zeppenogno et al., 2021)	60 Pasien kanker payudara PMI = 30 control group=30	Musik terapi. Kelompok PMI melakukan 6 sesi mingguan psikoterapi psikodinamik. Penilaian dilakukan pada awal (T0), pada akhir RT (T1), dan tiga bulan setelah akhir RT (T2)	anxiety/depression (1)	penilaian kecemasan /depresi menggunakan <i>Plasma Glutathione</i> (GSH), and <i>Thiobarbituric Acid Reactive Substances</i> (TBARS) pada kedua lengan	di grup PMI, ditemukan peningkatan GSH yang signifikan (perubahan rata-rata 2,2 95%, CI 0,7 menjadi 3,7) dan penurunan yang signifikan dari TBARS (perubahan rata-rata 1.1 95%, CI 1.8 menjadi 0.3) pada T2 vs. T0.
(Deng et al., 2021)	33 Wanita dengan kanker	Aromaterapi dan musik terapi. Terapi musik, yang mencakup 40 nama	Mengevaluasi efek pemberian aroma terapi	<i>State Anxiety Inventory</i> (SAI), suasana hati diukur dengan	Skor kecemasan ( $P < .001$ ), Depresi ( $P < .001$ ) dan muntah ( $P < .01$ )

	payudara yang menjalani kemoterapi berusia 18 tahun keatas dengan score Eastern yang dibagi kedalam kelompok musik (n=16) dan kelompok kontrol (n=17) Cooperative Oncology Group (ECOG) kurang atau sama dengan 2.	musik dan 4 jenis musik yang terdiri dari: musik klasik, musik ringan, musik retro, dan musik populer yang disimpan di MP3player. Pasien memiliki 5 musik yang disukai dan didengarkan selama 30 menit melalui headphones. prosedur ini dilakukan 60 menit sebelum operasi berlangsung.	dengan musik terapi terhadap kecemasan dan depresi pasien dengan kanker payudara	<i>Profile of Mood State</i> , dan <i>The Virtual Reality Symptom Questionnaire</i> (VRSQ) untuk mengevaluasi adanya gejala <i>cybersickness</i> setelah terapi VR	lebih rendah untuk Grup Musik pada sesi ketiga CT. Skor QoL yang lebih tinggi pada skala fungsional diamati untuk GM dibandingkan dengan GC setelah sesi CT pertama dan ketiga.
(Lima et al., 2020)	116 wanita berusia antara 20-80 tahun dengan kanker payudara dibagi kedalam 2 kelompok yakni 63	sesi terapi musik individu selama 30 hingga 40 menit hingga dua kali seminggu tepat sebelum sesi radioterapi. Gejala depresi dinilai pada fase awal dan akhir penelitian. CG menerima radioterapi di rumah sakit yang sama dengan MTG.	Menganalisa pengaruh musik terhadap kualitas hidup pasien dengan kanker payudara	Validated Brazilian Portuguese Version of the Beck Anxiety Inventory (BAI)	Terdapat pengaruh kelompok yang signifikan terhadap kecemasan, nyeri, dan kadar IL-6 dan HMGB-1, dengan peningkatan terbesar terjadi pada kelompok CT ( $P < .001$ ).

	kelompok kontrol dan 53 kelompok terapi musik				
(Karadag et al., 2019)	60 pasien dengan kanker payudara stadium awal (I dan II) di Turki Barat, usia $\geq 18$ tahun	musik dan ahli ritme, melalui pemutar MP3 dengan earphone selama 20–40 menit. Terapi dilakukan 5 kali seminggu selama 5 minggu. Peneliti melakukan pengukuran tingkat kecemasan dan kenyamanan pada pre dan post pemberian terapi musik di awal dan di akhir pertemuan.	Menganalisis pengaruh terapi musik terhadap tingkat kecemasan dan tingkat kenyamanan.	Skala Kecemasan dan Depresi Rumah Sakit (HADS), dan Kuesioner Kenyamanan Terapi Radiasi (RTCQ).	Ada perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol perbedaan skor pretest-posttest dari HAD-A ( $F = 31,889$ , $p = 0,000$ ) dan HAD-D ( $F = 46,848$ , $p = 0,000$ subskala) dari HADS. Skor rata-rata HAD-A dan HAD-D mereka menunjukkan penurunan yang signifikan secara statistik setelah intervensi mendengarkan music.

Terapi musik merupakan salah satu intervensi *non invasive* yang dilakukan berkelompok maupun mandiri. Intervensi terapi music ini terbukti dapat diterima, layak dan dapat menstimulasi kadar *kortikosteroid adnenal*, *corticotrophin-releasing hormone* dan *adrenocorticotropic hormone* yang berguna dalam mempengaruhi mood dan memori, serta menurunkan stress dan kecemasan (Karadag et al., 2019).

Terapi music yang diberikan pada pasien dengan kanker payudara terdiri dari 4 jenis musik yang terdiri dari: musik klasik, musik ringan, musik retro, dan musik populer. Metode yang dilakukan terdapat kelompok musik menggunakan MP3 dan *headphone*, hanya mendengarkan musik latar tanpa saran selama periode waktu Intervensi dilakukan. Kelompok hipnosis diberikan satu set MP3 dan *headphone* untuk mendengarkan intervensi hipnosis yang direkam dengan audio. Naskah hipnosis berisi komponen yang direkomendasikan untuk penggunaan hipnosis klinis dalam konteks kanker payudara (Sánchez-Jáuregui et al., 2018). Kelompok MP3 musik berdurasi 12 menit dengan latar belakang musik seruling yang menenangkan dan instruksi relaksasi dengan citra terpandu berdasarkan skrip (Peoples et al., 2019).

Hasil penelitian (Sánchez-Jáuregui et al., 2018), Kelompok musik menggunakan MP3 dan *headphone* menunjukkan penurunan kecemasan, stress, nyeri dan depresi yang signifikan secara statistik. Pasien mungkin lebih suka melakukan terapi secara berkelompok karena dapat berinteraksi dengan orang lain, bertukar pengetahuan dan informasi dengan penderita kanker payudara yang sedang menjalani terapi. Selain itu, terapi musik dengan metode kelompok dapat mengurangi perilaku menyimpang seperti mudah menyendiri, mudah marah menjauhi orang lain. Dalam (Hsieh, 2019), HBMI (*Home Based Music dan ambient Music Intervention*) penurunan kelelahan fisik setelah 6 minggu dan HBMI dapat mengurangi keparahan gejala nyeri.

Intervensi terapi musik dapat menjadi pendekatan yang layak dan adil untuk pasien dengan kanker payudara. Model terapi musik yang diintervensikan dengan berkelompok secara langsung atau virtual dapat direkomendasikan untuk diterapkan pada skala yang lebih luas. Pada masa pandemi COVID-19, banyak pendekatan terapeutik yang dilakukan secara *home based* melalui *telehealth*. Tetapi pada *systematic review* yang kami telaah, jurnal yang membahas terapi musik berbasis *home based* relatif masih jarang. Dari telaah jurnal didapatkan HBMI (*home-based music intervention*) secara nyata mengurangi kecemasan karena dengan mendengarkan musik dapat meningkatkan produksi endorfin, dopamin dan serotonin di otak yang merupakan bahan kimia ini membangkitkan kegembiraan dan emosi positif (Hsieh, 2019). Sehingga intervensi terapi musik direkomendasikan dilakukan secara *home based* terutama pada masa pandemi seperti saat ini.

## **KESIMPULAN**

Intervensi terapi musik efektif meningkatkan terhadap penurunan kecemasan dan kelelahan pada pasien kanker payudara dimasa pandemi covid-19, memaksimalkan strategi efektif, *non-invasif*, hemat biaya, dan mudah diterapkan tanpa efek samping yang dapat diberikan kepada wanita dengan kanker payudara selama terapi radiasi. Selain itu, penerapan intervensi *virtual reality and music therapy* dapat mengurangi kecemasan dan untuk meningkatkan keadaan mood pada pasien kanker payudara melalui aplikasi tertentu sehingga dapat dilakukan oleh pasien kanker payudara di rumah.

## **SARAN**

Inovasi terapi musik pada pasien dengan kanker payudara dapat digunakan sebagai salah satu metode pengembangan perawatan dalam penatalaksanaan keperawatan bedah, sehingga terapi yang diberikan dapat maksimal dan memiliki banyak manfaat sehingga mampu mendukung peningkatan kualitas hidup pasien kanker payudara. Telaah ilmu pengetahuan lebih lanjut dan bersifat terus-menerus sangat diperlukan guna menemukan kajian dan pembaharuan dalam ilmu keperawatan, sehingga dapat meningkatkan asuhan keperawatan kepada pasien.

## **DAFTAR RUJUKAN**

Alcântara-Silva, T. R., de Freitas-Junior, R., Freitas, N. M. A., de Paula Junior, W., da Silva, D. J., Machado, G. D. P., Ribeiro, M. K. A., Carneiro, J. P., & Soares, L. R. (2018). Music Therapy Reduces Radiotherapy-Induced

- Fatigue in Patients With Breast or Gynecological Cancer: A Randomized Trial. *Integrative Cancer Therapies*, 17(3), 628–635. <https://doi.org/10.1177/1534735418757349>
- Binar, M., & Karakoc, O. (2018). Anterior Palatoplasty for Obstructive Sleep Apnea: A Systematic Review and Meta-analysis. *Otolaryngology - Head and Neck Surgery (United States)*, 158(3), 443–449. <https://doi.org/10.1177/0194599817739857>
- Chen, S. C., Chou, C. C., Chang, H. J., & Lin, M. F. (2018). Comparison of group vs self-directed music interventions to reduce chemotherapy-related distress and cognitive appraisal: an exploratory study. *Supportive Care in Cancer*, 26(2), 461–469. <https://doi.org/10.1007/s00520-017-3850-1>
- Chirico, A., Maiorano, P., Indovina, P., Milanese, C., Giordano, G. G., Alivernini, F., Iodice, G., Gallo, L., De Pietro, G., Lucidi, F., Botti, G., De Laurentiis, M., & Giordano, A. (2020). Virtual reality and music therapy as distraction interventions to alleviate anxiety and improve mood states in breast cancer patients during chemotherapy. *Journal of Cellular Physiology*, 235(6), 5353–5362. <https://doi.org/10.1002/jcp.29422>
- Dadkhah, B., Anisi, E., Mozaffari, N., Amani, F., & Pourghasemian, M. (2019). Effect of Music Therapy with Periorbital Massage on Chemotherapy-Induced Nausea and Vomiting In Gastrointestinal Cancer: A Randomized Controlled Trail. *Journal of Caring Sciences*, 8(3), 165–171. <https://doi.org/10.15171/jcs.2019.024>
- Greenlee, H., DuPont-Reyes, M. J., Balneaves, L. G., Carlson, L. E., Cohen, M. R., Deng, G., Johnson, J. A., Mumber, M., Seely, D., Zick, S. M., Boyce, L. M., & Tripathy, D. (2017). Clinical practice guidelines on the evidence-based use of integrative therapies during and after breast cancer treatment. *CA: A Cancer Journal for Clinicians*, 67(3), 194–232. <https://doi.org/10.3322/caac.21397>
- Hsieh, C. (2019). *Effect of home-based music intervention versus ambient music on breast community.pdf*.
- Karadag, E., Uğur, Ö., & Çetinayak, O. (2019). European Journal of Integrative Medicine The effect of music listening intervention applied during radiation therapy on the anxiety and comfort level in women with early-stage breast cancer : A randomized controlled trial. *European Journal of Integrative Medicine*, 27 (December 2018), 39–44. <https://doi.org/10.1016/j.eujim.2019.02.003>
- Lima, T. U., Moura, E. C. R., Oliveira, C. M. B. de, Leal, R. J. D. C., Nogueira Neto, J., Pereira, E. C., Nascimento, R. V. B., Oliveira, E. J. S. G. de, & Leal, P. da C. (2020). Impact of a Music Intervention on Quality of Life in Breast Cancer Patients Undergoing Chemotherapy: A Randomized Clinical Trial. *Integrative Cancer Therapies*, 19. <https://doi.org/10.1177/1534735420938430>
- Lynch, K. A., Emard, N., Liou, K. T., Popkin, K., Borten, M., Nwodim, O., Atkinson, T. M., & Mao, J. J. (2021). Patient Perspectives on Active vs. Passive Music Therapy for Cancer in the Inpatient Setting: A Qualitative Analysis. *Journal of Pain and Symptom Management*, 62(1), 58–65. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2020.11.014>

- Mondanaro, J. F., Sara, G. A., Thachil, R., Pranjić, M., Rossetti, A., EunHye Sim, G., Canga, B., Harrison, I. B., & Loewy, J. V. (2021). The Effects of Clinical Music Therapy on Resiliency in Adults Undergoing Infusion: A Randomized, Controlled Trial. *Journal of Pain and Symptom Management*, 61(6), 1099–1108. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2020.10.032>
- Moola, S., Munn, Z., Tufanaru, C., Aromataris, E., Sears, K., Sfetcu, R., Currie, M., Qureshi, R., Mattis, P., Lisy, K., & Mu, P. (2017). Checklist for Randomized Controlled Trials. *Joanna Briggs Institute*, 1–9. <http://joannabriggs.org/research/critical-appraisal-tools.html>[www.joannabriggs.org](http://www.joannabriggs.org)0A<http://joannabriggs.org/research/critical-appraisal-tools.html>
- Peoples, A. R., Culakova, E., Heckler, C. E., Shayne, M., O'Connor, T. L., Kirshner, J. J., Bushunow, P. W., Morrow, G. R., & Roscoe, J. A. (2019). Positive effects of acupressure bands combined with relaxation music/instructions on patients most at risk for chemotherapy-induced nausea. *Supportive Care in Cancer*, 27(12), 4597–4605. <https://doi.org/10.1007/s00520-019-04736-x>
- Rossetti, A., Chadha, M., Torres, B. N., Lee, J. K., Hylton, D., Loewy, J. V., & Harrison, L. B. (2017). The Impact of Music Therapy on Anxiety in Cancer Patients Undergoing Simulation for Radiation Therapy. *International Journal of Radiation Oncology Biology Physics*, 99(1), 103–110. <https://doi.org/10.1016/j.ijrobp.2017.05.003>
- Sánchez-Jáuregui, T., Téllez, A., Juárez-García, D., García, C. H., & García, F. E. (2018). Clinical Hypnosis and Music In Breast Biopsy:A Randomized Clinical Trial. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 61(3), 244–257. <https://doi.org/10.1080/00029157.2018.1489776>
- Tan, P., Lester, L. H., & Lin, A. M. (2020). Music therapy treatments in an inpatient setting—A randomized pilot study. *Arts in Psychotherapy*, 69(April), 101660. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2020.101660>
- Tawfik, G. M., Dila, K. A. S., Mohamed, M. Y. F., Tam, D. N. H., Kien, N. D., Ahmed, A. M., & Huy, N. T. (2019). A step by step guide for conducting a systematic review and meta-analysis with simulation data. *Tropical Medicine and Health*, 47(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s41182-019-0165-6>
- Zeppegnò, P., Krenagli, M., Ferrante, D., Bagnati, M., Burgio, V., Farruggio, S., Rolla, R., Gramaglia, C., & Grossini, E. (2021). Psychotherapy with music intervention improves anxiety, depression and the redox status in breast cancer patients undergoing radiotherapy: A randomized controlled clinical trial. *Cancers*, 13(8). <https://doi.org/10.3390/cancers13081752>