



PEMBERDAYAAN CAREGIVER MELALUI PELATIHAN TERAPI MUSIK KLASIK UNTUK MENDUKUNG REHABILITASI ORANG DENGAN GANGGUAN JIWA BERBASIS KOMUNITAS

Oleh

Okti Rahayu Asih¹, Desty Lismayanti², Yanti Rosmiyanti³, Sumitro⁴, Sarini⁵, Gia Fadillah Lutfi⁶

^{1,2,3,4,5,6}Program Studi DIII Keperawatan, Universitas Sehati Indonesia

E-mail: ¹oktirahayu14@gmail.com, ²destylismayanti17@gmail.com,

³yantiros933@gmail.com, ⁴sumitrorsds@gmail.com, ⁵suryadisarini27@gmail.com,

⁶giafadillahlutfi@gmail.com

Article History:

Received: 22-06-2025

Revised: 19-07-2025

Accepted: 25-07-2025

Keywords:

Caregiver

Empowerment;

Classical Music

Therapy; Community-

Based Rehabilitation;

Mental Disorders;

Psychosocial

Intervention

Abstract: People with Mental Disorders (PMDs), particularly individuals with schizophrenia, require continuous rehabilitation to improve their functional abilities, social interactions, and overall quality of life. In community-based mental health services, caregivers play a crucial role in providing daily support and ensuring continuity of care at home. However, many caregivers have limited knowledge and practical skills regarding non-pharmacological interventions that can enhance the rehabilitation process. Classical music therapy is a simple, safe, and cost-effective complementary intervention that has been reported to promote relaxation, reduce anxiety, improve emotional stability, and enhance social functioning among individuals with mental disorders. This community service program aimed to strengthen caregivers' knowledge and practical skills in implementing classical music therapy as part of community-based rehabilitation for people with mental disorders. The program employed a Participatory Learning and Action (PLA) approach involving 30 caregivers through health education, demonstrations, hands-on practice, simulations, and continuous mentoring. Program effectiveness was evaluated using pretest-posttest assessments and observational checklists to measure participants' knowledge and competency in conducting classical music therapy sessions at home. The results demonstrated a significant improvement in caregivers' understanding of the principles of music therapy, appropriate music selection, therapy duration, and effective patient assistance during therapy sessions. Furthermore, caregivers reported increased confidence in managing patients' emotional responses, establishing positive communication, and encouraging greater participation in daily rehabilitation activities. The implementation of classical music therapy also strengthened caregivers' involvement in

the recovery process and promoted a more supportive home environment for individuals with mental disorders. This community empowerment program indicates that classical music therapy training is a practical, sustainable, and low-cost strategy for enhancing caregivers' capacity and supporting community-based mental health rehabilitation. Integrating this intervention into community mental health programs is expected to improve the quality of life of people with mental disorders, strengthen family participation, and promote comprehensive and person-centered mental healthcare services.

PENDAHULUAN

Gangguan jiwa merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih menjadi tantangan global karena memberikan dampak yang luas terhadap individu, keluarga, dan masyarakat. Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ), khususnya penderita skizofrenia, tidak hanya mengalami gangguan pada aspek kognitif, emosional, dan perilaku, tetapi juga menghadapi berbagai keterbatasan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, berinteraksi sosial, serta mempertahankan kualitas hidup yang optimal (World Health Organization [WHO], 2022). Meskipun terapi farmakologis menjadi komponen utama dalam penatalaksanaan gangguan jiwa, keberhasilan proses pemulihan tidak hanya ditentukan oleh kepatuhan terhadap pengobatan, tetapi juga dipengaruhi oleh dukungan keluarga, lingkungan sosial, dan keberlanjutan program rehabilitasi berbasis komunitas (World Health Organization, 2023).

Rehabilitasi kesehatan jiwa berbasis komunitas (*community-based mental health rehabilitation*) merupakan pendekatan yang menempatkan individu dengan gangguan jiwa sebagai bagian dari masyarakat dengan memberikan kesempatan untuk meningkatkan kemampuan fungsional, kemandirian, dan partisipasi sosial. Pendekatan ini menekankan pentingnya kolaborasi antara tenaga kesehatan, keluarga, kader kesehatan, pemerintah daerah, dan masyarakat dalam mendukung proses pemulihan ODGJ secara berkelanjutan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Dibandingkan dengan pelayanan berbasis institusi, rehabilitasi berbasis komunitas memberikan kesempatan yang lebih besar bagi ODGJ untuk mempertahankan hubungan sosial, meningkatkan keterampilan hidup, serta mengurangi stigma yang masih sering dialami oleh penyandang gangguan jiwa (Patel et al., 2022).

Dalam implementasinya, keluarga memiliki peran yang sangat penting sebagai caregiver utama bagi ODGJ. Caregiver bertanggung jawab mendampingi pasien dalam menjalani pengobatan, memenuhi kebutuhan dasar, memberikan dukungan emosional, memantau perubahan perilaku, serta membantu proses rehabilitasi di lingkungan rumah. Keberhasilan rehabilitasi sangat dipengaruhi oleh kemampuan caregiver dalam memahami kondisi pasien dan menerapkan strategi pendampingan yang tepat (Family Caregiver Alliance, 2023). Namun demikian, berbagai penelitian menunjukkan bahwa caregiver sering mengalami beban fisik, emosional, sosial, dan ekonomi yang tinggi akibat tanggung jawab perawatan jangka panjang. Kondisi tersebut dapat menimbulkan stres, kelelahan (*caregiver burden*), bahkan menurunkan kualitas pendampingan yang diberikan kepada pasien



(Juntapim et al., 2023).

Selain keterbatasan dalam mengelola beban perawatan, sebagian besar caregiver juga belum memiliki pengetahuan mengenai terapi nonfarmakologis yang dapat diterapkan di rumah sebagai pendukung rehabilitasi ODGJ. Selama ini pendampingan lebih banyak difokuskan pada kepatuhan minum obat, sedangkan intervensi psikososial yang mampu meningkatkan kenyamanan, mengurangi kecemasan, serta memperbaiki fungsi sosial pasien masih belum banyak diterapkan di tingkat keluarga. Padahal, pendekatan rehabilitasi modern menekankan pentingnya kombinasi terapi farmakologis dan nonfarmakologis agar proses pemulihan berlangsung lebih optimal (National Institute for Health and Care Excellence [NICE], 2023).

Salah satu terapi komplementer yang semakin banyak digunakan dalam rehabilitasi kesehatan jiwa adalah terapi musik klasik (*classical music therapy*). Terapi musik merupakan intervensi nonfarmakologis yang memanfaatkan unsur melodi, ritme, dan harmoni untuk memberikan stimulasi psikologis, emosional, dan fisiologis kepada individu. Musik klasik, khususnya karya-karya komponis seperti Wolfgang Amadeus Mozart, Ludwig van Beethoven, dan Johann Sebastian Bach, memiliki tempo yang stabil serta struktur harmonis yang mampu menghasilkan efek relaksasi, menurunkan tingkat kecemasan, memperbaiki suasana hati, meningkatkan konsentrasi, serta membantu regulasi emosi pada individu dengan gangguan kesehatan mental (American Music Therapy Association, 2023).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa terapi musik klasik memberikan manfaat yang signifikan bagi ODGJ, terutama penderita skizofrenia. Intervensi ini terbukti mampu menurunkan gejala kecemasan, mengurangi agitasi, memperbaiki kualitas tidur, meningkatkan interaksi sosial, memperkuat kemampuan komunikasi, serta meningkatkan kepatuhan pasien terhadap program rehabilitasi (Kamioka et al., 2022; Geretsegger et al., 2024). Selain itu, terapi musik relatif mudah diterapkan, tidak menimbulkan efek samping, berbiaya rendah, dan dapat dilakukan secara mandiri di rumah dengan pendampingan caregiver setelah memperoleh pelatihan yang memadai. Keunggulan tersebut menjadikan terapi musik klasik sebagai salah satu alternatif intervensi psikososial yang sesuai untuk dikembangkan dalam rehabilitasi kesehatan jiwa berbasis komunitas.

Meskipun manfaat terapi musik telah banyak dibuktikan secara ilmiah, implementasinya pada tingkat keluarga masih relatif terbatas. Hasil observasi awal di wilayah sasaran menunjukkan bahwa sebagian besar caregiver belum pernah memperoleh edukasi mengenai terapi musik klasik maupun cara penerapannya sebagai bagian dari rehabilitasi ODGJ. Aktivitas pendampingan masih berorientasi pada pemberian obat dan pemenuhan kebutuhan dasar pasien, sedangkan intervensi yang bertujuan meningkatkan kenyamanan psikologis dan fungsi sosial pasien belum menjadi bagian dari rutinitas perawatan di rumah. Kondisi ini menunjukkan perlunya program pemberdayaan yang mampu meningkatkan kapasitas caregiver agar lebih percaya diri dalam mendampingi proses rehabilitasi ODGJ.

Pemberdayaan caregiver merupakan salah satu strategi penting dalam penguatan layanan kesehatan jiwa berbasis komunitas. Melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan, caregiver tidak hanya berperan sebagai pendamping pasien, tetapi juga sebagai mitra tenaga kesehatan dalam mendukung keberhasilan rehabilitasi jangka panjang. Pelatihan mengenai terapi musik klasik diharapkan mampu meningkatkan kemampuan caregiver dalam memilih jenis musik yang sesuai, mengatur durasi dan frekuensi terapi,



menciptakan suasana yang kondusif selama sesi terapi, serta mengevaluasi respons pasien terhadap intervensi yang diberikan. Dengan demikian, caregiver memiliki bekal yang memadai untuk menerapkan terapi secara konsisten sebagai bagian dari aktivitas rehabilitasi sehari-hari (WHO, 2023).

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu program pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada pemberdayaan caregiver melalui pelatihan terapi musik klasik sebagai upaya mendukung rehabilitasi ODGJ berbasis komunitas. Program ini dirancang menggunakan pendekatan Participatory Learning and Action (PLA) yang menekankan keterlibatan aktif peserta melalui penyuluhan, demonstrasi, praktik langsung, simulasi, dan pendampingan. Selain meningkatkan pengetahuan mengenai manfaat terapi musik klasik, kegiatan ini juga membekali caregiver dengan keterampilan praktis dalam menerapkan terapi secara mandiri di rumah sesuai dengan kondisi pasien.

Melalui program Pemberdayaan Caregiver melalui Terapi Musik Klasik untuk Mendukung Rehabilitasi Orang dengan Gangguan Jiwa Berbasis Komunitas, diharapkan terjadi peningkatan kapasitas caregiver dalam memberikan pendampingan yang lebih efektif, humanis, dan berorientasi pada proses pemulihan pasien. Penerapan terapi musik klasik secara terstruktur diharapkan mampu meningkatkan kenyamanan psikologis, memperbaiki interaksi sosial, serta mendukung keberhasilan rehabilitasi ODGJ secara berkelanjutan. Selain itu, program ini juga memperkuat kolaborasi antara keluarga, tenaga kesehatan, kader kesehatan jiwa, dan masyarakat dalam membangun sistem pelayanan kesehatan jiwa berbasis komunitas yang lebih inklusif, komprehensif, dan berpusat pada kebutuhan pasien serta keluarganya

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan Participatory Learning and Action (PLA), yaitu metode pemberdayaan masyarakat yang menempatkan caregiver sebagai peserta aktif dalam proses pembelajaran melalui penyuluhan, demonstrasi, praktik langsung, simulasi, pendampingan, dan evaluasi. Pendekatan ini dipilih karena mampu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, serta kemandirian caregiver dalam menerapkan terapi musik klasik sebagai salah satu terapi komplementer untuk mendukung rehabilitasi Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) di lingkungan keluarga. Metode ini juga mendorong terjadinya proses pembelajaran dua arah sehingga peserta dapat berbagi pengalaman dalam merawat anggota keluarga yang mengalami gangguan jiwa dan bersama-sama mencari solusi terhadap berbagai permasalahan yang dihadapi (Cornwall & Jewkes, 1995).

Kegiatan dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas yang memiliki program kesehatan jiwa berbasis masyarakat dengan melibatkan 30 caregiver yang secara aktif mendampingi anggota keluarga dengan gangguan jiwa. Peserta terdiri atas anggota keluarga inti, seperti orang tua, pasangan, saudara kandung, maupun anggota keluarga lain yang berperan sebagai pendamping utama pasien di rumah. Pemilihan peserta dilakukan secara purposive berdasarkan beberapa kriteria, yaitu caregiver yang mendampingi ODGJ minimal enam bulan, mampu berkomunikasi dengan baik, bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan, serta memperoleh rekomendasi dari petugas program kesehatan jiwa di Puskesmas.

Pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi empat tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan pelatihan, pendampingan, dan evaluasi. Tahap persiapan diawali dengan koordinasi



bersama kepala Puskesmas, perawat kesehatan jiwa (*community mental health nurse*), kader kesehatan jiwa, serta pemerintah desa untuk menentukan lokasi, jadwal, dan sasaran kegiatan. Selanjutnya dilakukan identifikasi kebutuhan melalui wawancara dan diskusi dengan caregiver mengenai pengalaman mereka dalam mendampingi ODGJ, tingkat pengetahuan tentang rehabilitasi berbasis komunitas, serta pemahaman terhadap terapi nonfarmakologis. Hasil identifikasi menunjukkan bahwa sebagian besar caregiver masih berfokus pada pemberian obat dan pemenuhan kebutuhan dasar pasien, sedangkan pengetahuan mengenai terapi musik klasik sebagai bagian dari rehabilitasi masih sangat terbatas. Berdasarkan hasil tersebut, tim pengabdian menyusun modul pelatihan, buku saku, leaflet edukasi, video demonstrasi, daftar putar (*playlist*) musik klasik terapeutik, serta Standar Operasional Prosedur (SOP) pelaksanaan terapi musik klasik.

Tahap pelaksanaan dimulai dengan pemberian pretest untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta mengenai konsep gangguan jiwa, rehabilitasi berbasis komunitas, prinsip terapi musik klasik, serta peran caregiver dalam proses pemulihan pasien. Selanjutnya dilakukan penyuluhan menggunakan metode ceramah interaktif yang didukung media presentasi, video edukasi, dan diskusi kelompok. Materi yang diberikan meliputi konsep rehabilitasi ODGJ berbasis komunitas, manfaat terapi musik klasik terhadap kesehatan mental, mekanisme kerja musik dalam memengaruhi kondisi psikologis, pemilihan musik yang sesuai, durasi terapi, frekuensi pelaksanaan, serta teknik pendampingan pasien selama sesi terapi (American Music Therapy Association, 2023; World Health Organization [WHO], 2023).

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi pelaksanaan terapi musik klasik. Tim pengabdian memperagakan tahapan terapi mulai dari persiapan lingkungan yang nyaman, pemilihan jenis musik klasik dengan tempo 60–80 ketukan per menit, pengaturan volume suara, posisi pasien selama terapi, durasi pelaksanaan sekitar 20–30 menit, hingga evaluasi respons pasien setelah sesi terapi selesai. Musik yang digunakan merupakan karya-karya klasik instrumental, seperti komposisi Wolfgang Amadeus Mozart dan Johann Sebastian Bach, yang dikenal memiliki karakteristik tempo stabil dan harmonisasi yang memberikan efek relaksasi.

Selanjutnya peserta mengikuti praktik langsung melalui simulasi secara berkelompok. Pada tahap ini caregiver mempraktikkan pelaksanaan terapi musik klasik dengan didampingi oleh fasilitator. Simulasi meliputi cara membangun komunikasi yang positif dengan pasien sebelum terapi dimulai, mengamati respons emosional pasien selama terapi berlangsung, memberikan dukungan verbal, serta mencatat perubahan perilaku pasien setelah sesi terapi selesai. Tim pengabdian melakukan observasi menggunakan lembar checklist keterampilan yang mencakup ketepatan prosedur, kemampuan komunikasi terapeutik, pengelolaan lingkungan terapi, serta kemampuan caregiver dalam mengevaluasi kondisi pasien.

Tahap pendampingan dilakukan selama dua minggu setelah pelatihan melalui kunjungan rumah dan komunikasi daring menggunakan grup WhatsApp. Pendampingan bertujuan memastikan caregiver mampu menerapkan terapi musik klasik secara rutin di rumah, memberikan solusi terhadap kendala yang dihadapi selama pelaksanaan terapi, serta memperkuat motivasi caregiver dalam mendukung proses rehabilitasi pasien. Selama pendampingan, caregiver diminta mencatat frekuensi pelaksanaan terapi, respons pasien, perubahan perilaku, serta hambatan yang ditemui menggunakan lembar monitoring yang

telah disediakan. Kegiatan ini juga melibatkan kader kesehatan jiwa sebagai pendamping lapangan untuk memastikan keberlanjutan program setelah kegiatan pengabdian selesai.

Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Evaluasi kuantitatif dilakukan melalui perbandingan hasil pretest dan posttest untuk mengukur peningkatan pengetahuan caregiver mengenai rehabilitasi ODGJ dan terapi musik klasik. Selain itu, keterampilan peserta dievaluasi menggunakan lembar observasi praktik yang meliputi kemampuan memilih musik yang sesuai, mengatur durasi terapi, membangun komunikasi terapeutik, mendampingi pasien selama terapi, dan mengevaluasi respons pasien terhadap intervensi yang diberikan. Evaluasi kualitatif dilakukan melalui Focus Group Discussion (FGD) dan wawancara mendalam untuk memperoleh informasi mengenai manfaat pelatihan, perubahan yang dirasakan caregiver maupun pasien, kendala implementasi, serta peluang keberlanjutan program di masyarakat.

Indikator keberhasilan kegiatan ditetapkan berdasarkan beberapa kriteria, yaitu: (1) meningkatnya nilai pengetahuan peserta minimal 20% dibandingkan sebelum pelatihan; (2) minimal 85% caregiver mampu melaksanakan terapi musik klasik sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP); (3) meningkatnya kemampuan caregiver dalam mendampingi rehabilitasi ODGJ secara mandiri di rumah; (4) tersusunnya media edukasi berupa modul, buku saku, *playlist* musik klasik, dan SOP terapi musik yang dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan oleh Puskesmas dan kader kesehatan jiwa; serta (5) meningkatnya komitmen keluarga dalam mendukung rehabilitasi ODGJ berbasis komunitas. Melalui metode pelaksanaan yang berbasis pemberdayaan masyarakat ini diharapkan caregiver memiliki kapasitas yang lebih baik dalam memberikan pendampingan psikososial sehingga mampu meningkatkan kualitas hidup ODGJ, memperkuat keberhasilan rehabilitasi, serta mendukung pengembangan layanan kesehatan jiwa berbasis komunitas yang berkelanjutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

Program pengabdian kepada masyarakat Pemberdayaan Caregiver melalui Terapi Musik Klasik untuk Mendukung Rehabilitasi Orang dengan Gangguan Jiwa Berbasis Komunitas dilaksanakan sebagai upaya meningkatkan kapasitas keluarga dalam mendukung proses rehabilitasi Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) melalui penerapan terapi musik klasik sebagai terapi komplementer. Program ini berangkat dari kenyataan bahwa sebagian besar proses rehabilitasi ODGJ berlangsung di lingkungan keluarga sehingga caregiver memiliki peran yang sangat penting dalam menjaga keberlanjutan terapi, meningkatkan fungsi sosial pasien, serta mencegah kekambuhan. Oleh karena itu, peningkatan kompetensi caregiver menjadi salah satu strategi utama dalam memperkuat layanan kesehatan jiwa berbasis komunitas.

Kegiatan dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas yang memiliki program kesehatan jiwa berbasis masyarakat dengan melibatkan 30 caregiver yang secara aktif mendampingi anggota keluarga dengan gangguan jiwa, khususnya skizofrenia. Sebelum kegiatan dimulai, tim pengabdian melakukan koordinasi dengan petugas program kesehatan jiwa, kader kesehatan jiwa, serta pemerintah desa untuk menentukan peserta, lokasi kegiatan, dan mekanisme pendampingan. Seluruh peserta mengikuti rangkaian kegiatan mulai dari registrasi, pretest, penyuluhan, demonstrasi, praktik mandiri, simulasi, hingga evaluasi akhir.



Hasil identifikasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar caregiver memiliki pemahaman yang cukup baik mengenai pentingnya kepatuhan minum obat, namun belum mengetahui adanya terapi nonfarmakologis yang dapat diterapkan secara mandiri di rumah. Sebagian besar peserta juga mengaku masih mengalami kesulitan dalam menghadapi pasien yang sering menunjukkan perilaku menarik diri, mudah marah, gelisah, sulit berkomunikasi, maupun kurang berpartisipasi dalam aktivitas sehari-hari. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa caregiver membutuhkan pengetahuan dan keterampilan tambahan mengenai pendekatan rehabilitasi psikososial yang sederhana, aman, dan mudah diterapkan.

Kegiatan penyuluhan diawali dengan pemberian materi mengenai konsep rehabilitasi ODGJ berbasis komunitas, peran keluarga dalam proses pemulihan, prinsip dasar terapi musik klasik, mekanisme kerja musik terhadap sistem saraf, serta manfaat terapi musik dalam meningkatkan stabilitas emosi dan fungsi sosial pasien. Materi disampaikan menggunakan media presentasi, video edukasi, diskusi interaktif, dan studi kasus berdasarkan pengalaman peserta selama mendampingi anggota keluarganya. Selama proses diskusi berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dengan berbagi pengalaman mengenai tantangan yang dihadapi dalam merawat ODGJ serta berbagai upaya yang telah dilakukan untuk meningkatkan kondisi pasien.

Tahapan berikutnya adalah demonstrasi pelaksanaan terapi musik klasik. Tim pengabdian memperagakan cara menyiapkan lingkungan terapi yang nyaman, memilih musik klasik instrumental dengan tempo yang sesuai, mengatur volume suara, menentukan durasi terapi sekitar 20–30 menit, serta melakukan observasi terhadap respons pasien selama terapi berlangsung. Selanjutnya peserta melakukan praktik secara berkelompok dengan didampingi oleh fasilitator. Simulasi dilakukan menggunakan skenario pendampingan pasien sehingga caregiver memperoleh pengalaman langsung dalam membangun komunikasi terapeutik, memberikan motivasi, serta mengevaluasi perubahan perilaku pasien setelah terapi selesai.

Sebagai bentuk keberlanjutan program, setiap peserta memperoleh buku saku, leaflet edukasi, Standar Operasional Prosedur (SOP), dan daftar putar (*playlist*) musik klasik yang dapat digunakan secara mandiri di rumah. Pendampingan dilaksanakan selama dua minggu melalui kunjungan rumah oleh kader kesehatan jiwa dan komunikasi daring menggunakan grup WhatsApp untuk memantau konsistensi pelaksanaan terapi serta memberikan konsultasi apabila caregiver mengalami kesulitan selama proses pendampingan.

Peningkatan Pengetahuan Caregiver

Pengetahuan peserta dievaluasi menggunakan instrumen pretest dan posttest yang terdiri atas 20 pertanyaan mengenai rehabilitasi kesehatan jiwa berbasis komunitas, manfaat terapi musik klasik, mekanisme pelaksanaan terapi, serta peran caregiver dalam proses rehabilitasi.

Tabel 1. Hasil Evaluasi Pengetahuan Caregiver

Indikator	Pretest	Posttest
Nilai rata-rata	59,8	90,6
Nilai tertinggi	78	100
Nilai terendah	45	82
Persentase peningkatan	-	51,5%

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah pelaksanaan pelatihan. Sebelum kegiatan berlangsung, sebagian besar peserta belum memahami konsep terapi musik klasik sebagai terapi komplementer dalam rehabilitasi ODGJ. Setelah mengikuti pelatihan, caregiver mampu menjelaskan manfaat terapi musik, memilih jenis musik yang sesuai, menentukan waktu pelaksanaan terapi, serta memahami pentingnya keterlibatan keluarga dalam mendukung proses rehabilitasi pasien.

Peningkatan pengetahuan tersebut menunjukkan bahwa metode pembelajaran berbasis partisipatif melalui ceramah interaktif, demonstrasi, praktik langsung, dan diskusi kelompok efektif meningkatkan pemahaman caregiver. Hasil ini sejalan dengan penelitian Geretsegger et al. (2024) yang menyatakan bahwa edukasi mengenai terapi musik mampu meningkatkan kemampuan keluarga dalam memberikan dukungan psikososial kepada pasien dengan gangguan jiwa.

Peningkatan Keterampilan Caregiver dalam Melaksanakan Terapi Musik Klasik

Selain pengetahuan, evaluasi juga dilakukan terhadap keterampilan peserta dalam melaksanakan terapi musik klasik menggunakan lembar observasi berdasarkan Standar Operasional Prosedur (SOP).

Tabel 2. Hasil Evaluasi Keterampilan Caregiver

Aspek Penilaian	Sebelum (%)	Sesudah (%)
Menyiapkan lingkungan terapi	40,0	96,7
Memilih musik klasik yang sesuai	26,7	93,3
Mengatur durasi dan volume musik	23,3	90,0
Mendampingi pasien selama terapi	33,3	93,3
Melaksanakan seluruh prosedur sesuai SOP	20,0	90,0

Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar caregiver mampu menerapkan terapi musik klasik sesuai prosedur setelah memperoleh pelatihan. Peserta menjadi lebih percaya diri dalam mengatur suasana terapi, memilih musik yang sesuai, mendampingi pasien selama sesi terapi, serta melakukan evaluasi terhadap respons pasien setelah terapi selesai.

Keberhasilan tersebut dipengaruhi oleh metode demonstrasi dan praktik langsung yang memberikan kesempatan kepada peserta untuk mempelajari setiap tahapan terapi secara bertahap. Pendampingan yang dilakukan selama praktik juga membantu caregiver memperbaiki teknik pelaksanaan sehingga mereka mampu menerapkannya secara mandiri di rumah.

Dampak Terapi Musik Klasik terhadap Rehabilitasi ODGJ

Selama masa pendampingan, caregiver melaporkan berbagai perubahan positif pada anggota keluarga yang mengikuti terapi musik klasik secara rutin. Sebagian besar pasien tampak lebih tenang, lebih mudah diajak berkomunikasi, menunjukkan penurunan perilaku gelisah, serta mulai berpartisipasi dalam aktivitas sederhana di rumah. Beberapa caregiver juga menyampaikan bahwa pasien menjadi lebih mudah mengikuti jadwal minum obat dan memiliki kualitas tidur yang lebih baik dibandingkan sebelum mengikuti program.

Meskipun kegiatan ini tidak bertujuan mengukur efektivitas klinis terapi musik secara eksperimental, hasil observasi menunjukkan bahwa terapi musik klasik memberikan manfaat sebagai intervensi pendukung dalam proses rehabilitasi. Musik klasik dengan



tempo yang stabil memberikan efek relaksasi melalui penurunan aktivitas sistem saraf simpatis, sehingga membantu mengurangi ketegangan emosional dan meningkatkan kenyamanan psikologis pasien. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Kamioka et al. (2022) dan Geretsegger et al. (2024) yang menunjukkan bahwa terapi musik dapat meningkatkan fungsi psikososial, kualitas hidup, dan keterlibatan pasien dalam program rehabilitasi.

Penguatan Peran Caregiver dalam Rehabilitasi Berbasis Komunitas

Program ini juga memberikan dampak positif terhadap peningkatan peran caregiver sebagai mitra utama tenaga kesehatan dalam rehabilitasi ODGJ. Setelah mengikuti pelatihan, caregiver menjadi lebih memahami bahwa proses pemulihan tidak hanya bergantung pada pengobatan farmakologis, tetapi juga membutuhkan dukungan psikososial yang konsisten di lingkungan keluarga. Mereka mulai menerapkan pendekatan yang lebih sabar, komunikatif, dan suportif selama mendampingi pasien.

Selain itu, kegiatan ini memperkuat kolaborasi antara keluarga, kader kesehatan jiwa, dan petugas Puskesmas. Melalui pendampingan rutin dan komunikasi yang berkelanjutan, caregiver memperoleh kesempatan untuk berkonsultasi mengenai berbagai kendala yang dihadapi sehingga proses rehabilitasi dapat berlangsung lebih optimal. Pendekatan kolaboratif seperti ini merupakan salah satu prinsip utama rehabilitasi kesehatan jiwa berbasis komunitas yang menekankan keterlibatan aktif seluruh pemangku kepentingan.

Faktor Pendukung dan Kendala Pelaksanaan

Keberhasilan kegiatan didukung oleh tingginya motivasi caregiver untuk meningkatkan kualitas pendampingan terhadap anggota keluarganya. Dukungan dari Puskesmas, kader kesehatan jiwa, dan pemerintah desa juga mempermudah pelaksanaan kegiatan serta proses pendampingan pascapelatihan. Ketersediaan media digital seperti telepon pintar dan pengeras suara portabel memungkinkan terapi musik klasik diterapkan secara mudah di lingkungan rumah.

Namun demikian, beberapa kendala masih ditemukan selama implementasi. Tidak semua caregiver memiliki waktu yang sama untuk melaksanakan terapi secara rutin karena harus bekerja atau menjalankan aktivitas rumah tangga lainnya. Selain itu, respons pasien terhadap terapi musik juga bervariasi tergantung kondisi klinis, tingkat keparahan gangguan, serta minat individu terhadap musik. Oleh karena itu, terapi musik klasik perlu dipandang sebagai terapi komplementer yang mendukung rehabilitasi, bukan sebagai pengganti pengobatan medis.

Implikasi Program terhadap Pengembangan Layanan Kesehatan Jiwa Berbasis Komunitas

Secara keseluruhan, program pengabdian ini menunjukkan bahwa pemberdayaan caregiver melalui pelatihan terapi musik klasik merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan kapasitas keluarga untuk mendukung rehabilitasi ODGJ berbasis komunitas. Program tidak hanya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan caregiver, tetapi juga memperkuat dukungan psikososial bagi pasien, meningkatkan kolaborasi antara keluarga dan tenaga kesehatan, serta mendorong penerapan terapi komplementer yang mudah, aman, dan berbiaya rendah. Model pemberdayaan ini memiliki potensi untuk direplikasi pada berbagai wilayah sebagai bagian dari penguatan layanan kesehatan jiwa berbasis masyarakat dan implementasi rehabilitasi yang lebih komprehensif, berkelanjutan, serta berpusat pada kebutuhan pasien dan keluarganya.

Berikut adalah dokumentasi kegiatan pengabdian:



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian

KESIMPULAN

Program pengabdian kepada masyarakat Pemberdayaan Caregiver melalui Terapi Musik Klasik untuk Mendukung Rehabilitasi Orang dengan Gangguan Jiwa Berbasis **Komunitas** berhasil meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan diri caregiver dalam menerapkan terapi musik klasik sebagai terapi komplementer untuk mendukung proses rehabilitasi ODGJ di lingkungan keluarga. Melalui kegiatan penyuluhan, demonstrasi, praktik langsung, simulasi, dan pendampingan, caregiver mampu memahami prinsip rehabilitasi berbasis komunitas, memilih jenis musik klasik yang sesuai, mengatur durasi dan lingkungan terapi, serta mendampingi pasien secara lebih terstruktur selama pelaksanaan terapi. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan kemampuan caregiver dalam memberikan dukungan psikososial, membangun komunikasi yang lebih positif, dan mendorong partisipasi pasien dalam aktivitas rehabilitasi sehari-hari. Selain memperkuat kapasitas keluarga sebagai pendamping utama, program ini juga meningkatkan kolaborasi antara caregiver, tenaga kesehatan, kader kesehatan jiwa, dan masyarakat dalam mendukung pemulihan ODGJ secara berkelanjutan. Oleh karena itu, pelatihan terapi musik klasik layak diintegrasikan ke dalam program rehabilitasi kesehatan jiwa berbasis komunitas di Puskesmas sebagai intervensi nonfarmakologis yang sederhana, aman, berbiaya rendah, dan mudah diterapkan untuk meningkatkan kualitas hidup ODGJ serta memperkuat pelayanan kesehatan jiwa yang komprehensif, inklusif, dan berpusat pada keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] American Music Therapy Association. (2023). *Music therapy and mental health*. <https://www.musictherapy.org>
- [2] Family Caregiver Alliance. (2023). *Caregiver assessment: Principles, guidelines and strategies for change*. Family Caregiver Alliance. <https://www.caregiver.org>
- [3] Geretsegger, M., Mössler, K. A., Bieleninik, L., Chen, X. J., Heldal, T. O., & Gold, C. (2024). Music therapy for people with schizophrenia and schizophrenia-like disorders: An updated systematic review and meta-analysis. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2024(3), CD004025. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD004025.pub5>



-
- [4] Juntapim, S., Srisurapanont, M., & Chaiyasit, W. (2023). Caregiver burden and quality of life among family caregivers of people with schizophrenia: A cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, 23(1), 612. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05012-7>
 - [5] Kamioka, H., Tsutani, K., Yamada, M., Park, H., Okuizumi, H., Honda, T., & Mutoh, Y. (2022). Effectiveness of music therapy on mental health outcomes: An umbrella review of systematic reviews and meta-analyses. *Complementary Therapies in Medicine*, 69, 102845. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2022.102845>
 - [6] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pedoman pelayanan kesehatan jiwa di puskesmas*. Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan.
 - [7] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
 - [8] National Institute for Health and Care Excellence. (2023). *Rehabilitation for adults with complex psychosis (NICE Guideline NG181)*. <https://www.nice.org.uk>
 - [9] Patel, V., Saxena, S., Lund, C., Thornicroft, G., Baingana, F., Bolton, P., ... & Unützer, J. (2022). The Lancet Commission on global mental health and sustainable development: Recent updates and future directions. *The Lancet Psychiatry*, 9(6), 448–457. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(22\)00115-3](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(22)00115-3)
 - [10] Thornicroft, G., Deb, T., & Henderson, C. (2022). Community mental health care worldwide: Current status and future directions. *World Psychiatry*, 21(2), 229–240. <https://doi.org/10.1002/wps.20983>
 - [11] UNICEF. (2023). *The state of the world's children 2023: Mental health and psychosocial well-being*. UNICEF.
 - [12] World Health Organization. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all*. World Health Organization.
 - [13] World Health Organization. (2023). *Guidance on community mental health services: Promoting person-centred and rights-based approaches*. World Health Organization.
 - [14] World Health Organization. (2024). *Comprehensive mental health action plan 2013–2030: Progress report 2024*. World Health Organization.
 - [15] Zhang, Y., Wang, L., Li, H., & Chen, X. (2024). Effectiveness of music therapy in improving psychological symptoms and quality of life among people with schizophrenia: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1365821. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1365821>



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN