

1527638330127417467_Jurnal_JIKKA_ADHD

by The Contributor Groupy

Submission date: 17-Jul-2026 06:31PM (UTC+0700)

Submission ID: 2980890920

File name: 1527638330127417467_Jurnal_JIKKA_ADHD.docx (42.11K)

Word count: 1612

Character count: 10974

EFEKTIFITAS TERAPI MUSIK PADA ANAK *ATTENTION DEFICIT HIPERACTIVITY DISORDER* (ADHD) DENGAN GANGGUAN TUMBUH KEMBANG

2 Tiaraditta Maharani Putri Saifudin¹, Yuni Susilowati², Tri Suraning Wulandari³
1, 2, 3 Akademi Keperawatan Alkautsar Temanggung, Srimpi baru, Madureso, Kec. Temanggung, Kab.
Temanggung Jawa Tengah 56216
e-mail: dittatiara08@gmail.com

ABSTRAK

5 **Latar Belakang:** Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) merupakan gangguan saraf yang memicu kesulitan konsentrasi, hiperaktivitas, dan impulsivitas pada anak. Terapi musik hadir sebagai intervensi nonfarmakologis potensial untuk meningkatkan fokus dan mendukung perkembangan kognitif. **Tujuan:** Terapi musik efektif menurunkan gejala ADHD dan mengoptimalkan tumbuh kembang melalui stimulasi neurologis dan regulasi perilaku. Paparan frekuensi spesifik (40–60 Hz dan 750–3.000 Hz) terbukti secara EEG merangsang organ fisik dan emosional untuk menurunkan ketegangan otot serta kecemasan. Sementara itu, penggunaan ritme yang tidak teratur efektif menangkap fokus anak guna meningkatkan rentang perhatian dan mereduksi perilaku impulsif-hiperaktif. Sinergi antara penurunan kecemasan dan peningkatan fokus kognitif ini memperkuat respons perilaku positif, meningkatkan motivasi, serta mendukung kemampuan konsentrasi dan interaksi sosial anak. **Metode:** Penelitian kualitatif ini melibatkan dua anak penderita ADHD disertai gangguan tumbuh kembang di Sentra Terpadu Kartini Temanggung, yaitu Nn. A (10 tahun) dan Nn. N (11 tahun). Intervensi berupa terapi musik Mozart berdurasi 30 menit per sesi, dilakukan sebanyak 7 kali dalam 7 hari. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dengan **4** **Skala Penilaian Perilaku Anak Hiperaktif Indonesia (SPPAHI) dan Kuesioner Pra Skrining Perkembangan (KPSP)** serta dokumentasi. Hasil: Sebelum intervensi, responden 1 memiliki skor SPPAHI 63 dan KPSP 8. Setelah dilakukan terapi mendapatkan skor SPPAHI menjadi 52. Sedangkan responden 2 memiliki skor SPPAHI 58 dan KPSP 6. Setelah dilakukan terapi mendapatkan skor SPPAHI menjadi 47. Setelah terapi rutin, kedua responden menunjukkan peningkatan fokus, sikap lebih kooperatif, penurunan perilaku hiperaktif-impulsif, serta perbaikan pada interaksi sosial, aspek kognitif, dan kemampuan menyelesaikan aktivitas. **Kesimpulan:** Terapi musik efektif meningkatkan fokus, mengurangi hiperaktivitas, serta mendukung perkembangan kognitif dan perilaku anak ADHD. Intervensi ini dapat dijadikan alternatif asuhan keperawatan bagi anak ADHD dengan gangguan tumbuh kembang.

Kata kunci: ADHD, terapi musik, gangguan tumbuh kembang.

Background: Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) is a neurological disorder characterized by difficulties with concentration, hyperactivity, and impulsivity in children. Music therapy serves as a potential non-pharmacological intervention to enhance focus and support cognitive development. **Objective:** Music therapy is effective in reducing ADHD symptoms and optimizing growth and development through neurological stimulation and behavioral regulation. EEG evidence shows that exposure to specific frequencies (40–60 Hz and 750–3,000 Hz) stimulates physiological and emotional systems, thereby reducing muscle tension and anxiety. Meanwhile, the use of irregular rhythms effectively captures a child's focus, extending their attention span and curbing impulsive-hyperactive behaviors. This synergy between reduced anxiety and heightened cognitive focus reinforces positive behavioral responses, boosts motivation, and supports the child's concentration and social interaction skills. **Methods:** This qualitative study involved two children with ADHD and developmental disorders—Miss A (10 years old) and Miss N (11 years old)—at the Kartini Integrated Center in Temanggung. The intervention consisted of Mozart music therapy sessions lasting 30 minutes each, administered seven times over seven days. Data were collected through interviews, observations, the Indonesian Hyperactive Child Behavior Rating Scale (SPPAHI), the Pre-Screening Developmental Questionnaire (KPSP), and documentation. **Results:** Prior to the intervention, Respondent 1 had an SPPAHI score of 63 and a KPSP score of 8; following therapy, the SPPAHI score improved to 52. Respondent 2 initially had an SPPAHI score of 58 and a KPSP score of 6; after therapy, the SPPAHI score improved to 47. Following the routine therapy, both respondents demonstrated improved focus, greater cooperativeness, and reduced hyperactive-impulsive behavior, alongside improvements in social interaction, cognitive aspects, and task completion abilities. **Conclusion:** Music therapy is effective in enhancing focus, reducing hyperactivity, and supporting the cognitive and behavioral development of children with ADHD. This intervention can serve as an alternative nursing care approach for children with ADHD and developmental disorders.

Keywords: ADHD, music therapy, developmental disorders.

LATAR BELAKANG

Setiap anak memiliki hak yang sama untuk bertumbuh dan berkembang dengan normal. Deteksi dini terhadap hambatan tumbuh kembang sangat krusial agar intervensi dapat diberikan sesegera mungkin. Gangguan tumbuh kembang merupakan kondisi ketika seseorang mengalami hambatan dalam proses pertumbuhan fisik maupun perkembangan fungsi motorik, kognitif, bahasa, dan sosial-emosional yang tidak sesuai dengan tahapan usianya. Salah satu diagnosis perkembangan saraf yang sering mengganggu fungsi kognitif dan perilaku adaptif anak adalah Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD).

ADHD ditandai dengan disfungsi neurokognitif berupa penurunan kontrol inhibitori dikorteks prefrontal. Hal ini berakibat pada ketidakmampuan anak dalam menyaring stimulus yang tidak relevan, memicu hiperaktivitas, impulsivitas, dan rentang perhatian yang sangat pendek. Kondisi ini secara akumulatif menghambat pencapaian tugas perkembangan anak, baik di lingkungan akademik maupun interaksi sosial sehari-hari.

Skala Penilaian Perilaku Anak Hiperaktif Indonesia (SPPAHI) dan Kuesioner Pra Skrining Perkembangan (KPSP) merupakan instrumen terstandar yang digunakan untuk mengidentifikasi derajat keparahan serta mendeteksi penyimpangan tumbuh kembang tersebut secara dini. Untuk meminimalkan dampak buruk tersebut, terapi musik hadir sebagai salah satu alternatif intervensi nonfarmakologis yang aman dan non-invasif. Musik bekerja melalui regulasi stimulasi neurologis, di mana frekuensi spesifik (seperti efek terapi klasik Mozart) terbukti mampu merangsang gelombang otak, menurunkan kecemasan, mengontrol ketegangan otot, dan meningkatkan kemampuan atensi selektif anak.

Studi kasus ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas terapi musik dalam mengoptimalkan tumbuh kembang dan mereduksi gejala klinis pada anak penderita ADHD.

7 METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan studi kasus dengan pendekatan deskriptif-kuantitatif yang mengeksplorasi secara mendalam efektivitas penerapan terapi musik pada subjek spesifik. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2026 di Sentra Terpadu Kartini Temanggung, Jawa Tengah. Subjek penelitian terdiri dari dua orang anak penderita ADHD yang disertai gangguan tumbuh kembang, yaitu Nn. A (10 tahun) dan Nn. N (11 tahun).

Kriteria inklusi penelitian ini meliputi anak usia 6–12 tahun, terdiagnosis ADHD secara medis, menunjukkan tanda minor/mayor gangguan tumbuh kembang berdasarkan SDKI, serta mendapatkan persetujuan tertulis (informed consent) dari orang tua. Anak dengan gangguan pendengaran berat atau hambatan komunikasi total dieksklusi dari studi.

Intervensi terapi musik klasik (Mozart) diberikan secara individual sebanyak 7 sesi berturut-turut dalam kurun waktu 7 hari, dengan durasi 30 menit per sesi. Selama mendengarkan musik dengan volume yang nyaman (sekitar 60 dB), responden diberikan tugas terstruktur ringan untuk melatih fokus kognitifnya. Instrumen pengukuran data menggunakan kuesioner SPPAHI (untuk

mengukur tingkat gejala hiperaktif) dan KPSP (untuk mengukur tingkat perkembangan) yang diisi sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) intervensi.

HASIL

Sebelum intervensi, kedua responden menunjukkan gejala perilaku hiperaktif yang menonjol dan keterlambatan fungsi adaptif kognitif-sosial. Berikut adalah perbandingan hasil evaluasi skor SPPAHI dan KPSP sebelum dan setelah dilakukan intervensi terapi musik:.

Table 1.

Responden	Skor SPPAHI Pre-test	Skor SPPAHI Post-test	KPSP Pre-test	KPSP Post-test
Nn. A	63	52	6 (meragukan)	Mengalami perbaikan perilaku adaptif
Nn. N	58	47	6 (meragukan)	Mengalami perbaikan perilaku adaptif

Progres Harian Intervensi Terapi Musik (H1 - H7)

Hari	Nn. A	Nn.N
H1 & H2	Belum sepenuhnya tenang, rentang atensi pendek, sering terdistraksi, dan membutuhkan arahan verbal konstan untuk fokus pada tugas.	Gelisah di tempat duduk, perhatian mudah terpecah oleh stimulus luar, serta belum menunjukkan ketertarikan penuh pada musik.
H3 & H4	Mulai beradaptasi, ketegangan fisik menurun, dapat duduk tenang lebih lama, dan mulai mendengarkan instruksi dengan lebih kooperatif.	Menunjukkan ketertarikan pada harmoni musik, impulsivitas mulai terkendali, serta durasi kontak mata saat interaksi meningkat.
H5 & H6	Durasi fokus pengerjaan tugas meningkat, menyukai melodi musik, kontrol emosional membaik saat menghadapi kesulitan tugas.	Mampu menyelaraskan gerakan motorik halus secara lebih tenang, respons sosial menjadi lebih terarah, dan perilaku hiperaktif berkurang.
H7	Fokus optimal dari awal hingga sesi terapi selesai, mampu mengikuti petunjuk runut, dan menunjukkan kemandirian adaptif yang meningkat.	Sikap tenang terjaga, mampu menahan dorongan impulsif memotong tugas, dan koordinasi atensi visual-auditori bekerja dengan baik.

DISCUSSION

Hasil studi ini menunjukkan bahwa intervensi terapi musik efektif dalam mereduksi perilaku hiperaktif dan impulsif sekaligus mengoptimalkan konsentrasi kognitif anak ADHD. Secara fisiologis, stimulasi auditori terstruktur melalui ketukan harmoni dan tempo teratur pada musik Mozart merangsang sistem saraf pusat untuk memproduksi gelombang otak yang mendukung kondisi rileks namun tetap waspada (kondisi fokus). Paparan frekuensi musik yang terukur

mengaktifkan sistem limbik dan memodulasi neurotransmitter di korteks frontal, membantu menyeimbangkan fungsi dopaminergik yang biasanya tidak seimbang pada penderita ADHD. Penurunan ketegangan motorik dan penurunan kecemasan ini berkorelasi langsung dengan kemampuan anak dalam mempertahankan atensi visual terhadap tugas-tugas perkembangan harian mereka.

Keterbatasan utama studi ini adalah durasi penelitian yang relatif singkat (7 hari) serta variabilitas respons sensorik individual anak yang dapat dipengaruhi oleh faktor lingkungan atau kepatuhan terapi di rumah.

Meskipun demikian, sinergi dukungan lingkungan yang tenang di Sentra Terpadu Kartini dan konsistensi perlakuan terbukti menghasilkan luaran perkembangan keperawatan yang signifikan menuju arah pemulihan fungsional anak.

CONCLUSION and SUGGESTIONS

Terapi musik terbukti secara klinis efektif dalam mengurangi derajat gejala perilaku hiperaktif-impulsif (ditunjukkan dengan penurunan signifikan skor SPPAHI pada kedua responden) dan mendukung akselerasi tumbuh kembang kognitif, bahasa, dan sosial anak dengan ADHD.

Disarankan bagi institusi pelayanan kesehatan dan rehabilitasi untuk mengintegrasikan terapi musik sebagai program intervensi nonfarmakologis penunjang harian. Bagi orang tua, disarankan untuk secara konsisten menerapkan stimulasi terapi musik terstruktur ini di rumah guna menjaga stabilitas emosi dan fokus anak secara berkelanjutan.

REFERENCES

- Juniar, S., & Setiawati, Y. (2014). Skala Penilaian Perilaku Anak Hiperaktif Indonesia (SPPAHI). Jakarta: Divisi Psikiatri Anak dan Remaja.
- Nanda. (2022). Standar Operasional Prosedur Terapi Musik dalam Praktik Keperawatan. Yogyakarta: Media Press.
- Nurfitriana, et al. (2019). Penerapan Terapi Musik dalam Mengatasi Gejala Hiperaktif pada Anak ADHD. Jurnal Keperawatan Anak, 7(2), 112-118.
- PPNI, D. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI): Definisi dan Indikator Diagnostik. Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI, D. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI): Definisi dan Tindakan Keperawatan. Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI, D. (2019). Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI): Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan. Jakarta: DPP PPNI.

Suyanto, & Wimbarti, S. (2019). Efektivitas Terapi Musik Klasik terhadap Penurunan Perilaku Impulsif Anak ADHD. *Jurnal Psikologi Klinis*, 14(1), 45-5.

ORIGINALITY REPORT

9%

SIMILARITY INDEX

8%

INTERNET SOURCES

6%

PUBLICATIONS

1%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	jurnal.akperalkautsar.ac.id Internet Source	1%
2	Sutri Ardy Ramadhan, Tri Suraning Wulandari, Ratna Kurniawati. "Effectiveness of Deep Breath Relaxation Techniques on Acute Pain Reduction in Patients After Appendicectomy Surgery at PKU Muhammadiyah Temanggung Hospital", HEALTHY BEHAVIOR JOURNAL, 2025 Publication	1%
3	www.ncbi.nlm.nih.gov Internet Source	1%
4	repository.unair.ac.id Internet Source	1%
5	repository.unissula.ac.id Internet Source	1%
6	Rosyda Dianah, Made Gayatri Anggarkasih, Ai Imas Faidoh Fatimah, Nurafi Razna Suhaima. "PENGARUH EDUKASI GIZI DAN DEMO MASAK TERHADAP PENGETAHUAN GIZI IBU BALITA DI RAMSAI, LAMPUNG", Jurnal Kesehatan Tambusai, 2025 Publication	1%
7	etd.repository.ugm.ac.id Internet Source	1%
8	Chrisnawati Chrisnawati, Anatasia Maratning, Dyah Trifianingsih, Tri Jaya Firmansyah. "EFFECTIVENESS OF MUSIC ON QUALITY OF SLEEP IN ELDERLY", JURNAL KEPERAWATAN SUAKA INSAN (JKSI), 2022 Publication	1%
9	melativania.blogspot.com Internet Source	1%
10	dspace.doctum.edu.br Internet Source	1%
11	www.merdeka.com Internet Source	1%

Exclude quotes

On

Exclude matches

Off

Exclude bibliography

On