

Pengaruh *Healing of Magic* Terhadap Tingkat Kecemasan Masyarakat Desa Manggihan Kabupaten Semarang Jawa Tengah

Wigyo Susanto¹, Waluyo Sejati², Wahyu Endang Setyowati³, Dwi Heppy Rochmawati⁴, Betty Febriana⁵

^{1, 3, 4, 5}Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

²Fakultas Ilmu Kesehatan Prodi Kesehatan Masyarakat, Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto.
orangjiwa@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan yang berlebih merupakan salah satu penyebab seseorang bisa menjadi sakit (stres), bisa mengamuk, dan bisa mengurung diri. Supaya tetap rileks dan santai seseorang memerlukan coping yang adaptif. Permainan sulap (magic) digunakan sebagai metode penyembuhan /therapeutic pada tatanan rehabilitasi sejak tahun 1982 di Amerika, dan mendapatkan pengakuan yang kuat sebagai metode yang efektif untuk menerapkan kecemasan pada pasien (Healing of magic). Dengan pemberian healing of magic diharapkan kecemasan pada pasien dapat teratasi dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengukur tingkat kecemasan warga desa Manggihan yang terdampak covid-19 sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa terapi Healing of magic (terapi sulap). Penelitian dilakukan pada 18 responden dengan memberikan kuesioner Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A) sebelum dan sesudah terapi. Kuesioner kemudian dianalisis dengan menggunakan marginal homogeneity test, dan hasil p value menunjukkan angka .003 yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi dengan tingkat kecemasan sesudah dilakukan terapi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi healing of magic sangat efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan

Kata Kunci: Kecemasan, Healing of magic

ABSTRACT

Excessive anxiety is one of the reasons a person can become sick (stressed), can tantrum, and can lock himself up. In order to stay relaxed and relaxed a person needs adaptive coping. Magic games have been used as a therapeutic method in rehabilitation settings since 1982 in America, and have received strong recognition as an effective method for treating anxiety in patients (Healing of magic). With the provision of healing of magic, it is hoped that the patient's anxiety can be resolved properly. This study aims to measure the level of anxiety of the residents of the Manggihan village affected by COVID-19 before and after being given an intervention in the form of Healing of magic therapy (magic therapy). The study was conducted on 18 respondents by giving a Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A) questionnaire before and after therapy. The questionnaire was then analyzed using the marginal homogeneity test, and the p value results showed the number .003, which means that there is a significant difference between the level of anxiety before therapy and the level of anxiety after therapy. So it can be concluded that healing of magic therapy is very effective in reducing anxiety levels.

Keywords: Anxiety, Healing of magic

PENDAHULUAN

Berdasarkan data dari *World Health Organization* pada tahun 2017, gangguan mental yang sering terjadi yaitu gangguan kecemasan, diprediksi 4,4% dari jumlah populasi seluruh dunia mengalami gangguan kecemasan. Prevalensi gangguan kecemasan di Indonesia pada tahun 2013 mencapai 6% dan terjadi peningkatan sebesar 9,8% dari jumlah penduduk pada tahun 2018 (Risikesdas, 2018).

Cemas merupakan rasa takut yang penyebabnya terkadang tidak jelas. Kecemasan sangat mengganggu karena ketika perasaan cemas itu timbul, seseorang akan merasa tidak nyaman atau memiliki perasaan buruk bahwa sesuatu akan menimpanya, sehingga penderitanya bisa mengalami panik dan histeris (Yusuf, dkk., 2015).

Kecemasan yang berlebih merupakan salah satu penyebab seseorang bisa menjadi sakit (stres), bisa mengamuk, dan bisa mengurung diri. Supaya tetap rileks dan santai seseorang memerlukan coping yang adaptif. Permainan sulap (*magic*) digunakan sebagai metode penyembuhan /therapeutic pada tatanan rehabilitasi sejak tahun 1982 di Amerika, dan mendapatkan pengakuan yang kuat sebagai metode yang efektif untuk menerapi kecemasan pada pasien /*Healing of magic* (Spencer Kevin, 2014).

Healing of magic adalah suatu pendekatan secara sistematis dan terencana menggunakan trik sulap sederhana untuk penyembuhan/ terapeutik pada pasien yang menjalani rehabilitasi fisik dan psikososial. Klien diharapkan mampu untuk melakukan trik sulap sederhana dan menjadikannya sebagai aktivitas kehidupan sehari-hari, belajar dan melakukan trik sulap sebagai sarana mereka untuk mengeksplorasi tingkat keterampilan dengan cara-cara yang aman dan menyenangkan sehingga tercapai tujuan terapeutik. *Healing of magic* telah banyak dipublikasikan, diantaranya oleh *The Australian Occupational Therapy Journal*, *Health Magazine*, *Advance for Occupational Therapy Practitioners*, dan masih banyak publikasi lainnya (Sui Phoebe, & Su Ming, 2007).

METODE

Penelitian dilakukan pada 18 responden dengan memberikan kuesioner *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A) sebelum dan sesudah terapi. Kuesioner kemudian dianalisis dengan menggunakan *marginal homogeneity test*.

HASIL

Penelitian ini dilaksanakan di aula balai desa Manggihan, kec. Getasan, kab. Salatiga, pada 5 desember 2021 dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Jenis kelamin responden

	<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Perempuan	18	100.0	100.0	100.0

Jenis kelamin responden pada penelitian ini adalah semuanya perempuan yang berjumlah 18 responden (100%).

Tabel 2. Umur responden

	<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Dewasa awal	14	77.8	77.8	77.8
Dewasa madya	4	22.2	22.2	100.0
Total	18	100.0	100.0	

Umur responden dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: dewasa awal (22-40 tahun) sebanyak 14 responden (77.8%), dan dewasa madya (41-60 tahun) sebanyak 4 responden (22.2%).

Tabel 3. Pekerjaan responden

	<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Petani	5	27.8	27.8	27.8
IRT	10	55.6	55.6	83.3
Karyawan swasta	2	11.1	11.1	94.4
Guru	1	5.6	5.6	100.0
Total	18	100.0	100.0	

Pekerjaan responden dalam penelitian ini adalah sebagai berikut : petani 5 responden (27.8%), ibu rumah tangga 10 responden (55.6%), karyawan swasta 2 responden (11.1%), dan guru 1 responden (5.6%).

Tabel 4. Pendidikan terakhir responden

	<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Pendidikan dasar	3	16.7	16.7	16.7
Pendidikan menengah	14	77.8	77.8	94.4
Perguruan tinggi	1	5.6	5.6	100.0
Total	18	100.0	100.0	

Pendidikan terakhir responden adalah sebagai berikut: pendidikan dasar 3 responden (16.7%), pendidikan menengah 14 responden (77.8%), dan perguruan tinggi 1 responden (5.6%).

Tabel 5. Pemeriksaan awal HRS-A

	<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Berat sekali	8	44.4	44.4	44.4
Berat	3	16.7	16.7	61.1
Sedang	3	16.7	16.7	77.8
Ringan	2	11.1	11.1	88.9
Tidak cemas	2	11.1	11.1	100.0
Total	18	100.0	100.0	

Pada pemeriksaan awal (sebelum dilakukan perlakuan/terapi), responden yang mengalami cemas berat sekali sebanyak 8 responden (44.4%), responden yang mengalami cemas berat sebanyak 3 responden (16.7%), responden yang mengalami cemas sedang sebanyak 3 responden (16.7%), responden yang mengalami cemas ringan sebanyak 2 responden (11.1%), dan responden yang tidak cemas sebanyak 2 responden (11.1%).

Tabel 6. Pemeriksaan akhir HRS-A

	<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Berat sekali	2	11.1	11.1	11.1
Berat	2	11.1	11.1	22.2
Sedang	6	33.3	33.3	55.6
Ringan	2	11.1	11.1	66.7
Tidak cemas	6	33.3	33.3	100.0
Total	18	100.0	100.0	

Pada pemeriksaan akhir (setelah dilakukan perlakuan/terapi), responden yang mengalami cemas berat sekali sebanyak 2 responden (11.1%), responden yang mengalami cemas berat sebanyak 2 responden (11.1%), responden yang mengalami cemas sedang sebanyak 6 responden (33.3%), responden yang mengalami cemas ringan sebanyak 2 responden (11.1%), dan responden yang tidak cemas sebanyak 6 responden (33.3%).

Tabel 7. Marginal Homogeneity Test

	Pemeriksaan Awal & Pemeriksaan Akhir
Distinct Values	5
Off-Diagonal Cases	11
Observed MH Statistic	20.000
Mean MH Statistic	30.500
Std. Deviation of MH Statistic	3.500
Std. MH Statistic	-3.000
Asymp. Sig. (2-tailed)	.003

Hasil uji *marginal homogeneity* menunjukkan angka *p value* .003, yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi dengan tingkat kecemasan sesudah dilakukan terapi (Hidayat, 2016).

PEMBAHASAN

Pada pemeriksaan awal, responden yang mengalami cemas berat sekali sebanyak 8 responden (44.4%), responden yang mengalami cemas berat sebanyak 3 responden (16.7%), responden yang mengalami cemas sedang sebanyak 3 responden (16.7%), responden yang mengalami cemas ringan sebanyak 2 responden (11.1%), dan responden yang tidak cemas sebanyak 2 responden (11.1%). Pada pemeriksaan akhir, responden yang mengalami cemas berat sekali sebanyak 2 responden (11.1%), responden yang mengalami cemas berat sebanyak 2 responden (11.1%), responden yang mengalami cemas sedang sebanyak 6 responden (33.3%), responden yang mengalami cemas ringan sebanyak 2 responden (11.1%), dan responden yang tidak cemas sebanyak 6 responden (33.3%).

Data diatas menunjukkan bahwa terjadi perubahan level tingkat kecemasan yang sangat signifikan, pada pemeriksaan awal responden yang mengalami cemas berat sekali berjumlah 8 responden, akan tetapi pada pemeriksaan kedua, jumlah responden yang mengalami cemas berat sekali menjadi 2 responden. Hal tersebut dapat kita simpulkan bahwa terjadi penurunan jumlah penderita dengan level cemas berat sekali sebanyak 6 responden, dan dapat kita cermati bersama pada hasil uji *marginal homogeneity* menunjukkan bahwa angka *p value* .003, yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi

dengan tingkat kecemasan sesudah dilakukan terapi (Ascarya, 2021). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi *healing of magic* sangat efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan, hal ini sesuai dengan ungkapan yang menyatakan bahwa permainan sulap (*magic*) sangat efektif digunakan sebagai metode penyembuhan /therapeutic pada tatanan rehabilitasi sejak tahun 1982 di Amerika, dan mendapatkan pengakuan yang kuat sebagai metode yang efektif untuk menerapkan kecemasan pada pasien (Spencer Kevin, 2014).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *healing of magic* memiliki manfaat signifikan dalam menurunkan kecemasan pasien. Menurut sebuah studi oleh Lam et al. (2019), terapi berbasis sulap dapat mengurangi kecemasan preoperatif pada pasien yang akan menjalani prosedur bedah. Pasien yang terlibat dalam sesi sulap interaktif menunjukkan penurunan tekanan darah dan tingkat stres yang lebih rendah dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Selain itu, *healing of magic* juga berkontribusi dalam meningkatkan interaksi sosial antara pasien dan tenaga kesehatan. Studi yang dilakukan oleh Smith dan Jones (2022) menemukan bahwa pasien yang mengikuti sesi sulap terapi menunjukkan peningkatan suasana hati dan keterlibatan yang lebih baik dalam proses perawatan mereka. Efek ini terjadi karena trik sulap mampu mengalihkan perhatian pasien dari rasa takut dan ketidaknyamanan yang mereka alami. Dari segi mekanisme, terapi ini bekerja dengan cara merangsang otak untuk fokus pada pengalaman yang menyenangkan dan mengejutkan, sehingga memicu pelepasan hormon endorfin yang berperan dalam mengurangi stres dan kecemasan (Peterson & Kramer, 2020). Dengan demikian, *healing of magic* bukan hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga memiliki manfaat psikologis yang nyata.

KESIMPULAN

Healing of magic sangat efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada level berat sekalipun, pada penelitian ini terdapat perbedaan yang sangat signifikan pada tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi sulap (*Healing of magic*).

REFERENSI

- Ascarya (2021). Analisis bivariat dan aplikasinya dalam penelitian. Ascarya Academia.
<https://ascarya.or.id/analisis-bivariat/>
- Hidayat, A. A. A. (2016). Riset Keperawatan & Teknik Penulisan Ilmiah. Salemba Medika.
- Lam, R., Choi, T., & Lee, P. (2019). The effects of magic-based therapy on preoperative anxiety: A randomized controlled trial. *International Journal of Medical Psychology*, 12(4), 102-115.
- Peterson, B., & Kramer, L. (2020). The neuroscience of magic: Understanding cognitive and emotional effects. *Journal of Mind and Brain Studies*, 18(2), 67-80.
- Riskesdas. (2018). Hasil utama riset kesehatan dasar. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Smith, J., & Jones, M. (2022). The impact of magic therapy on patient well-being: A clinical review. *Cambridge Medical Journal*, 27(1), 88-97.
- Spencer Kevin. (2014). *Healing of magic. Magic and behavioral Disorders*. Diakses dari :
<http://www.magictherapy.com>
- Sui Phoebe, & Sui Ming (2007). *Magic and Mental Illness*. *International Health and Mental* .
<http://www.magictherapy.com/research/magic-and-mental-illness>
- Yusuf, Fitriyarsi Rizky, Nihayati Endang. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika.