



PENGARUH TERAPI MUSIK KERONCONG TERHADAP PERUBAHAN TINGKAT DEPRESI PADA USIA LANJUT DI YAYASAN RUMAH CERIA REPOK CIANJUR TAHUN 2022

Sri Wulandari*, Khrisna Wisnu Sakti
Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia Maju
*Email Korespondensi : sriw13959@gmail.com

ABSTRAK

Depresi merupakan salah satu gangguan Mood yang ditandai oleh hilangnya perasaan kendali dan pengalaman subjektif adanya penderitaan berat. Mood adalah keadaan emosional internal yang meresap dari seseorang, dan bukan afek, yaitu ekspresi dari isi emosional saat itu. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Terapi Musik Keroncong Terhadap perubahan Tingkat Depresi Pada Usia Lanjut Di Yayasan Rumah Ceria Repok Cianjur Tahun 2022. Pada design penelitian yang peneliti terapkan dalam penelitian ini adalah design penelitian *pre-eksperimen one group pretest and posttest*, dengan menggunakan metode tersebut peneliti dapat lebih akurat dalam menentukan hasil penelitian karna dapat membandingkan secara langsung keadaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada responden. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien depresi yayasan rumah ceria repok kabupaten cianjur dengan sampel 30 responden (15 Orang sesudah dan sebelum penelitian). Instrument yang di gunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi. Teknis pengambilan data dengan cara menggunakan Uji Wilxoson.

Kata kunci : Terapi Musik Keroncong, Lansia Depresi

ABSTRACT

Depression is a mood disorder characterized by a loss of feelings of control and a subjective experience of great suffering. Mood is a pervasive internal emotional state of a person, and not affect, that is, an expression of the emotional content of the moment. The purpose of this study was to determine the effect of Keroncong Music Therapy on Changes in the Level of Depression in the Elderly at the Rumah Ceria Foundation, Repok Cianjur, in 2022. The research design used by the researchers in this study was a one group pretest and posttest pre-experimental research design, using this method. Researchers can be more accurate in determining research results because they can directly compare conditions before and after being given treatment to respondents. The population in this study were all patients with depression at the Cheerful House, Repok, Cianjur Regency, with a sample of 30 respondents (15 0 people after and before the study). The instrument used in this study is the observation sheet. Data collection techniques byusing the Wilxoson test.

Keywords: Keroncong Music Therapy, Depressed Elderly

PENDAHULUAN

Lanjut Usia atau lansia merupakan tahap akhir dari proses penuaan. Proses menjadi tua akan dialami oleh setiap orang. Masa tua merupakan masa hidup manusia yang terakhir, dimana pada masa ini seseorang akan mengalami kemunduran fisik, mental dan social secara bertahap sehingga tidak dapat melakukan tugasnya sehari-hari (tahap penurunan). Penuaan merupakan perubahan kumulatif pada makhluk hidup, termasuk tubuh, jaringan dan sel, yang mengalami penurunan kapasitas fungsional. Pada manusia, penuaan dihubungkan dengan perubahan degeneratif pada kulit, tulang, jantung, pembuluh darah, paru-paru, saraf dan jaringan tubuh lainnya. Dengan kemampuan regeneratif yang terbatas, mereka lebih rentan terkena berbagai penyakit, sindroma dan kesakitan dibandingkan dengan orang dewasa lain (Kholifah, 2016). Memasuki usia tua akan mengalami kemunduran baik secara fisik, psikologis, maupun biologis. Kemunduran psikologis yang sering dijumpai pada lansia antara lain perasaan tidak berguna, mudah sedih, insomnia, stres depresi, ansietas, demensia (Livana et al., 2018). Depresi merupakan penyakit mental yang paling sering muncul pada pasien berusia di atas 60 tahun.

Gangguan depresi terjadi akibat dari perubahan-perubahan yang dialami lanjut usia sebagai faktor dari proses penuaan. Neurotransmitter yang terkait dengan patologi depresi adalah serotonin dan epineprin. Penurunan serotonin dapat mencetuskan depresi (Irawan, 2013). Sekitar tiga puluh neurotransmitter telah diketahui dan tiga di antaranya mempengaruhi terjadinya depresi, yaitu serotonin, norepinefrin, dan dopamine. Secara umum ketiga neurotransmitter berperan dalam mengatur emosi. Dampak dari depresi pada lansia akan menurunkan sistem imun yang akan menyebabkan lansia mudah terkena berbagai macam penyakit. Yang pada akhirnya akan menyebabkan kematian pada lansia.

Depresi merupakan salah satu gangguan Mood yang ditandai oleh hilangnya perasaan kendali dan pengalamansubjektif adanya penderitaan berat. Mood adalah keadaan emosional internal yang meresap dari seseorang, dan bukan afek, yaitu ekspresi dari isi emosional saat itu (Kaplan, 2010). Terapi musik memiliki beberapa keunggulan dibandingkan dengan terapi lainnya diantaranya lebih ekonomis, bersifat naluriah yaitu musik dapat beresonansi secara naluriah sehingga dapat langsung masuk ke otak tanpa melalui jalur kognitif. Musik tidak membutuhkan kemampuan intelektual untuk menginterpretasikan. Penggunaan terapi musik tidak menggunakan batasan-batasan bagi pengguna terapi sehingga dapat diaplikasikan pada semua pasien tanpa memperhatikan latar belakang pendidikan dan kemampuan kognitifnya (Permana, 2017). Terapi musik bertujuan untuk menghibur para lansia sehingga meningkatkan gairah hidup dan dapat mengenang masa lalu. Adapun jenis lagu- lagu yang dapat digunakan sebagai terapi musik yaitu keroncong, klasik, gamelan (Artinawati, 2014).

Musik keroncong merupakan salah satu musik warisan budaya Indonesia. Musik keroncong merupakan jenis musik yang lembut, dan irama musik keroncong dirasa dapat menyentuh hati sanubari serta mempunyai nilai estetika tersendiri. Terlebih bagi masyarakat Jawa khususnya para lansia menyukai musik keroncong. Menurut Gutawa 2011 musik keroncong mempunyai tempo lambat kurang dari 40 BPM (Beat Per Minute) dan menurut Avram Goldstein dari Addiction Research Center, California menyatakan bahwa dengan mendengarkan musik yang memiliki tempo lambat seperti musik rohani dan musik tradisional akan menstimulasi pelepasan endorfin yang merupakan hormon anestetik alami (Maros & Juniar, 2016).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian Pra Eksperimental menggunakan dengan rancangan one group pre-test post- test tanpa adanya kelompok control dimana pengumpulan data dan pengukuran variabel independen dan variabel dependen dilakukan pada waktu yang bersamaan dengan variabel dependen terapi music keroncong, variabel independen depresi lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya Pengaruh Terapi Musik Keroncong Terhadap Perubahan Tingkat Depresi Pada Usia Lanjut. Design penelitian yang peneliti terapkan dalam penelitian ini adalah design penelitian *pre-eksperimen one group pretest and posttest*, dengan menggunakan metode tersebut peneliti dapat lebih akurat dalam menentukan hasil penelitian karena dapat membandingkan secara langsung keadaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada responden.

Teknik pengambilan sample yang di gunakan dalam peneliiian ini adalah *purposive sampling*, yaitu teknik atau metode yang menggunakan kriteria yang sudah di pilih oleh peneliti dalam memilih sample. Penelitian ini dilakukan melalui tahap penyebaran kuesioner di Yayasan Rumah Ceria Repok Cianjur.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini merupakan data hasil penelitian yang telah di lakukan pada bulan desember sampai dengan januari 2023 dengan judul penelitian “pengaruh Terapi music keroncong terhadap perubahan tingkat depresi pada usia lanjut di Yayasan rumah ceria repok cianjur tahun 2022 Di Desa Sukamahi Kecamatan Sukaresmi Kabupaten Cianjur dengan pengukuran sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) diberikan nya intervensi, penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 10 – 16 Februari 2023. Penulisan hasil penelitan ini di kelompokkan menjadi 3 yaitu hasil uji univariat, hasil bivariat dan hasil uji Parametric Hasil univariat menyajikan mengenai karakteristik responden berdasarkan umur, pendidikan, jenis kelamin dan hasil bivariat menyajikan sikap lansia terhadap terapi musik keroncong, Dan data Hasil Perbedaan Lansia depresi Sebelum (Pretest) dan Sesudah (Posttest) diberikan Intervensi.

No	Karakteristik Responden	F	%
1.	Umur Responden		
	60-70	8	53,3
	70-80	3	20,0
	60-80	4	26,7
2.	Pendidikan Responden		
	SD	6	40,0
	SMP	3	20,0
	SMA	4	26,7
	DIPLOMA	2	13,3
3.	Jenis Kelamin		
	Perempuan	10	66,7
	Laki-laki	5	33,3
	Jumlah	15	100

Sumber : Oleh Data SPSS

Berdasarkan hasil data dari tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 60- 70 tahun dengan jumlah 8 orang (53,3%) responden, usia 70-80 tahun dengan

jumlah 3 orang (20,0%) responden, dan usia 60-80 tahun dengan jumlah 4 orang (26,7%) responden, Berdasarkan hasil pendidikan responden terdapat SD 6 orang (40,0%), SMP 3 orang (20,0%) SMA 4 orang (26,7%) dan DIPLOMA 2 orang (13,3) Dan berdasarkan jenis kelamin responden terdapat Laki-laki 10 orang (66,7%) dan perempuan 5 orang (33,3%).

Depresi	Sebelum perlakuan		Sesudah perlakuan	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Normal	0	0	3	20,0
Ringan	2	13,3	12	70,8
Sedang	5	33,3	0	0
Berat	8	53,3	0	0
Jumlah	15	100	15	100

Sumber : Oleh Data SPSS

Berdasarkan hasil data dari tabel 4.2 menunjukkan bahwa responden sebelum perlakuan mengalami depresi ringan sebanyak 2 orang (13,3%), depresi sedang 5 orang (33,3%), dan depresi berat sebanyak 8 orang (53,3%). sedangkan yang tidak depresi tidak ada. Responden setelah mendapat perlakuan terapi musik keroncong menunjukkan perubahan dalam distribusi katagori depresi. Jumlah responden yang mengalami normal sebanyak 3 orang (20,0) depresi ringan sebanyak 12 orang (70,8%), depresi sedang tidak ada dan depresi berat tidak ada.

Tabel 4.4 Pengaruh Terapi Musik Keroncong Terhadap Perubahan Tingkat Depresi

No	Lansia Depresi	Mean	SD	SE	P-Value	N
1	Pretest	11,0667	1,66782	43058	0,000	15
2	Posttest	4,9333	70373	18170		15

Sumber : Oleh Data SPSS

Berdasarkan tabel 4.4 diatas menunjukkan rata – rata Lansia Depresi sebelum dilakukan diberikan intervensi yaitu 11,0667 dengan standar deviasi 1,66782 Dan nilai rata – rata sesudah diberikan intervensi yakni 4,9333 dengan setandar deviasi 70373. Hasil Uji T test yang telah dilakukan dengan nilai p-Value 0,000 berarti $\alpha < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara lansia depresi sebelum diberikan intervensi dengan lansia depresi sesudah dilakukan intervensi. Dari data hasil penelitian yang telah dilakukan terdapat perbedaan yang signifikan antara Lansia Depresi sebelum (*pretest*) diberikan intervensi Terapi Music Keroncong dengan sesudah (*posttest*) diberikan intervensi. Dari hasil uji statistic spss Uji T didapatkan nilai *p – Value* 0,000 ($\alpha = 0,05$), maka dari itu nilai *p – value* lebih kecil dari $\alpha < 0,05$ yang berarti H_1 diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh Terapi Musik Keroncong Terhadap Perubahan Tingkat Depresi Pada Usia Lanjut.

Sementara berdasarkan Penelitian (Vikri Widoyanti, 2021) Hasil uji statistik wilcoxon diperoleh angka signifikan (p value) atau Z hitung (0,000) lebih rendah dari Z tabel 0,05 atau (p value) atau Z hitung(0,000) lebih rendah dari Z table 0,05 atau ($p < a$), maka H_0 di tolak dan H_1 di terima yang berarti ada Perbedaan Tingkat Depresi Pada Lansia Sebelum Dan Sesudah Di Berikan Terapi Musik Keroncong.

Sementara berdasarkan penelitian (Purbowinoto & Kartinah, 2011) Hasil uji statistik dengan Wilcoxon Signed Ranks Test menunjukkan nilai nilai Z score = - 2,412 dengan $p = 0,016$ ($p < 0,05$), sehingga keputusan yang diambil adalah H_0 ditolak. H_0 ditolak berarti ada Pengaruh terapi musik terhadap perubahan tingkat depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul Yogyakarta. Dari data hasil pretest atau sebelum diberikan nya perlakuan Terapi Music Keroncong pada penelitian pada pasien Lansia Depresi yang telah dilakukan di Yayasan Rumah Ceria Repok Cianjur terdapat 15 orang yang mengalami depresi dan berdasarkan hasil data penelitian karakteristik usia responden, sebagian besar usia responden berusia 60-70 tahun yakni 8 orang (53,3%), usia 70-80 tahun 3 orang (20,0%), dan sisanya berusia 60-80 tahun 4 orang (26,7%) responden.

Berdasarkan karakteristik pendidikan terdapat SD 6 orang (40,0%), pendidikan SMP 3 orang (20,0%) pendidikan SMA 4 orang (26,7%) dan Pendidikan DIPLOMA 2 orang (13,3%) Karakteristik responden menurut tingkat pendidikan menunjukkan bahwa distribusi tingkat pendidikan semua responden berkisar mulai dari tidak tamat SD hingga perguruan tinggi. Pada penelitian ini distribusi tingkat pendidikan responden terbanyak adalah tingkat pendidikan tamat SD dan tamat yang secara tidak langsung dapat mempengaruhi kejadian sdepresi. Pendidikan adalah suatu upaya untuk menambah pengetahuan seseorang, sehingga diharapkan mereka dapat mengubah perilaku kesehatan menjadi lebih baik dan dapat meningkatkan kesehatannya. perguruan tinggi. Penelitian ini selaras dengan penelitian (Rosiana, 2012) dan (Nastiti, 2012.). bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan tinggi yaitu minimal tamat SD Pendidikan merupakan faktor sosial ekonomi.

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin responden terdapat laki-laki 10 orang (66,7%) dan perempuan 5 orang (33,3%) Karakteristik responden menurut jenis kelamin terbanyak pada laki-laki. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian (Lanjar, 2021) bahwa jenis kelamin lansia sebagian besar adalah Laki-laki. Data penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia yang menjadi responden di Desa Pasung kecamatan Wedi kabupaten Klaten adalah Laki-laki. Hal ini dikarenakan jenis kelamin laki-laki cenderung lebih mudah terkena penyakit karena daya tahan tubuh cenderung berkurang. Menurut (Hapsari, 2016) mengatakan bahwa dari sisi jenis kelamin, perempuan lebih banyak menderita depresi dibanding laki-laki. Hal ini disebabkan oleh faktor perubahan hormon yang mempengaruhi perubahan suasana hati pada wanita, terutama saat menjelang dan ketika menstruasi. Wanita dikatakan dua kali lebih banyak berpotensi mengalami depresi.

Penelitian yang dilakukan oleh Vikri Widoyanti (2021). Yang berjudul "Perbedaan Tingkat Depresi Pada Lansia Sebelum Dan Sesudah Di Berikan Terapi Musik Keroncong". Jenis penelitian ini adalah analitik pre experimental dengan menggunakan pendekatan metode one group pre post test design. One group pre post test design merupakan cara pengukuran terhadap satu kelompok tanpa adanya kelompok pembandingan (kontrol) dengan melakukan satu kali pengukuran di depan (pre test) sebelum dikenai perlakuan tertentu. (Notoatmojo, 2012). Sedangkan Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang mengalami depresi usia 60 – 74 tahun berjumlah 40 lansia menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah responden sebanyak 36. Hasil uji statistik *wilcoxon* diperoleh angka signifikan (*pvalue*) atau Z hitung (0,000) lebih rendah dari Z tabel 0,05 atau ($p < \alpha$), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada Perbedaan Tingkat Depresi pada Lansia Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Musik Keroncong, Artinya terdapat pengaruh signifikan. Itu menunjukkan bahwa terapi musik dengan tempo lambat memberikan rangsangan/pengaruh pada korteks serebri (korteks auditorius primer dan sekunder) yang diteruskan oleh FFR (Frequency Following Response) sehingga dapat menyeimbangkan gelombang otak menuju gelombang otak alfa yang menandakan ketenangan (Herawati, 2019). Perubahan gelombang alfa akan menyebabkan peningkatan hormon serotonin (pengatur perubahan mood). Ketenangan yang ditimbulkan dari pemberian terapi musik membuat lansia nyaman dan

rileks. Jadi, menurut peneliti perlu adanya tindakan efektif dengan efek samping minimalis untuk mengatasi tingkat depresi pada lansia, agar lansia dapat menikmati kehidupannya di usia senja dengan pikiran-pikiran yang positif.

Hasil peneliti ini di dukung oleh Sri Eko Purbowinoto (2011) yang berjudul “Pengaruh Terapi Musik Terhadap Perubahan Tingkat Depresi Pada Lansia Di PSTW (Panti Sosial Tresna Wredha) Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul Yogyakarta” Jenis penelitian adalah kuantitatif. Rancangan jenis penelitian eksperimen dengan pre test-posttest design (Notoatmodjo, 2012). Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia penghuni PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul Yogyakarta yang berjumlah 60 orang lansia. Besar sampel sebanyak 52 responden yang berada di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul Yogyakarta. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik Purposive Sampling. Hasil uji statistik dengan Wilcoxon Signed Ranks Test menunjukkan nilai nilai Z score = -2,412 dengan $p = 0,016$ ($p < 0,05$), sehingga keputusan yang diambil adalah H_0 ditolak. H_0 ditolak berarti ada Pengaruh terapi musik terhadap perubahan tingkat depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul Yogyakarta. Pengobatan yang mampu mengurangi depresi, salah satunya adalah dengan musik. Musik dapat menghubungkan antara pikiran dan hati para penderita depresi sehingga mereka dapat membuka diri pemberian musik keroncong dapat mempengaruhi gelombang otak menuju gelombang otak yang diinginkan.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai Pengaruh Terapi Musik Keroncong Terhadap Perubahan Tingkat Depresi Pada Usia Lanjut Di Yayasan Rumah Ceria Repok Cianjur, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Hasil penelitian ditemukan bahwa rata-rata umur lansia di yayasan rumah ceria repok yaitu 60-70 tahun sebanyak 8 Orang responden (53,3%), sedangkan berdasarkan pendidikan kebanyakan lulusan SD sebanyak 6 orang responden (40,0%), dan berdasarkan jenis kelamin terdapat lansiaperempuan paling banhyak yaitu 10 orang responden (66,7%).
2. Hasil penelitian sebelum di berikan terapi musik keroncong terhadap perubahan tingkat depresi pada usia lanjut di yayasan rumah ceria repok cianjur, terdapat pada depresi ringan sebanyak 2 orang responden (13,3%), depresi sedang sebanyak 5 orang responden (33,3%), dan depresi berat sebanyak 8 orang responden (53,3%). Sedangkan yang tidak depresi tidak ada.
3. Hasil penelitian sesudah di berikan terapi musik keroncong terhadap perubahan tingkat depresi pada usia lanjut di yayasan rumah ceria repok cianjur, terdapat Normal sebanyak 3 orang responden (20,0%) dan depresi ringan sebanyak 12 orang responden (70,8%) depresi sedang tidak ada dan depresi berat tidak ada.
4. Ada Pengaruh Terapi Musik Keroncong Terhadap Perubahan Tingkat Depresi Pada Usia Lanjut Di Yayasan Rumah Ceria Repok Cianjur Tahun 2022 yang ditunjukkan dengan prolehnya nilai p-Value 0,000 berarti $\alpha < 0,05$.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada UIMA yang telah mendanai penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kholipah. (2016). *proses menua*.
2. Livana, Susanti, Y., Darwati, L. E., & Anggraeni, R. (2018). Gambaran Tingkat Depresi Lansia. *Jurnal Keperawatan Dan Pemikiran Ilmiah*, 80–93.
3. Irawan. (2013). Gangguan Depresi pada Lanjut Usia Tapin RSUD Datu Tanggul. *Cermin Dunia Kedokteran*, 40(11), 815–819.
4. Kaplan. (2010). *ilmu kedokteran jiwadarurat*.
5. Permana, N. dan. (2017). *pengaruh terapi musik populer terhadap depresi pada lansia*.
6. Artinawati. (2014). *asuhan keperawatangerontik*.
7. Maros, H., & Juniar, S. (2016). 濟無NoTitle No Title No Title. 1–23.
8. Widoyanti, V. (2021). *No Title Perbedaan Tingkat Depresi Pada Lansia Sebelum Dan Sesudah Diberikan Terapi Musik Keroncong*.
9. Purbowinoto, S. E., & Kartinah. (2011). Pengaruh Terapi Musik terhadap Perubahan Tingkat Depresi pada Lansia di PSTW (Panti Sosial Tresna Wredha) Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul Yogyakarta. *Berita Ilmu Keperawatan*, 4(1), 44–49.
<http://journals.ums.ac.id/index.php/BIK/article/view/3814>
10. Rosiana. (2012). *No Title*.
11. Nastiti. (n.d.). *No Title. 2012*.
12. Lanjar. (2021). *No Title*.
13. Hapsari. (2016). *No Title Jangan meremehkan depresi*
14. Notoatmojo. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*
15. Herawati. (2019). *hubungan karakteristik dengan kejadian depresi pada lansia*.