

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Proses menua merupakan proses sepanjang hidup yang dimulai sejak permulaan kehidupan (Paradila, 2013). Lansia adalah seseorang yang telah berusia 60 tahun atau lebih (WHO, 2010). 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 (Purbowinoto, 2010). Depresi merupakan penyakit mental yang paling sering muncul pada pasien berusia di atas 60 tahun. Tanda dan gejala pada lanjut usia yang mengalami depresi cepat marah dan tersinggung, sering kelelahan, kurang menikmati kehidupan dan penurunan nafsu makan (Maryam, 2008). Jika seorang lansia mengalami depresi kondisi tersebut dapat mengganggu kegiatan sehari-hari (Maryam, 2008). Selain itu dapat mengakibatkan penurunan daya ingat dan kesulitan dalam membuat keputusan (Yoschim, 2013).

Data Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) pada tahun 2015 menunjukkan bahwa Indonesia memiliki jumlah lansia sebanyak 21,5 juta jiwa atau sekitar 8,43% dari seluruh penduduk Indonesia. Data tersebut menunjukkan peningkatan jika dibandingkan dengan hasil Sensus Penduduk tahun 2010, yaitu 18,1 juta orang atau 7,6% dari total jumlah penduduk. Menurut Susenas Tahun 2012, Badan Pusat Statistik RI prosentase lansia di Jawa Timur (10,4%). Prevalensi rata-rata depresi pada lansia dari berbagai Negara di dunia adalah 13,5% dari seluruh jumlah lansia, terjadi pada lansia berumur 60 tahun keatas

dengan perbandingan wanita dan pria adalah 14,1% : 8,6 % (Medicastore, 2008 dalam Rahman dkk,2013). Hasil penelitian Agus dkk di Puskesmas Kubu Bali (2014), 84 sampel didapatkan data lansia depresi dalam tingkat depresi sedang 55,7%, ringan 30%, dan depresi berat 14,3%. Berdasarkan usia proporsi depresi lebih banyak terjadi kelompok usia 60-90 tahun (WHO, 2015). Di Indonesia prevalensi depresi pada lansia sekitar 8-15% (Darmojo,2014). Berdasarkan hasil wawancara dengan pengurus Panti Werdha Griya Usia Lanjut St.Yosef Surabaya lansia yang terkena depresi sebanyak 20 orang dari 155 lansia (12,9%), sedangkan lanjut usia yang tidak terkena depresi sebanyak 87,1%.

Gangguan depresi terjadi akibat dari perubahan-perubahan yang dialami lanjut usia sebagai faktor dari proses penuaan. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat kelainan pada amin biogenik, seperti 5 HIAA (*Hidroksi indol asetic acid*), HVA (*Homovanilic acid*), MPGH (*5 methoxy -0-hidroksi phenil glikol*), di dalam darah urin, dan cairan serebrospinal pada pasien gangguan mood. Neurotransmitter yang terkait dengan patologi depresi adalah serotonin dan epineprin. Penurunan sereotonin dapat mencetuskan depresi (Kaplan, 2010).

Depresi merupakan salah satu bentuk gangguan jiwa pada alam perasaan (afektif, mood) yang ditandai dengan kemurungan, kesedihan, kelesuhan, kehilangan gairah hidup, tidak ada semangat dengan merasa tidak berdaya, perasaan bersalah atau berdosa, tidak berguna dan putus asa (Yosep,2007). Orang yang depresi produktifitasnya akan menurun dan membahayakan jiwa setiap orang tidak terkecuali usia lanjut (Yosep,2007). Persoalan hidup lain seperti tidak memiliki keturunan yang bisa merawatnya juga sering menderita usia lanjut, sehingga cita-cita untuk hidup bersama anak atau cucu dan mendapatkan

perawatan dari keluarga tidak terlaksana. Kondisi-kondisi hidup seperti ini yang dapat memicu terjadinya depresi (Kementrian Sosial RI, 2007).

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 yang tidak ditangani bertahun-tahun dapat mengakibatkan kualitas hidup yang buruk, kesulitan fungsi sosial, fisik, meningkatnya mortalitas akibat bunuh diri (Unutzer, 2007).

Penatalaksanaan depresi dapat dilakukan dengan cara terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi non farmakologi yang sering dilakukan adalah terapi musik (Purbowinoto, 2010). Musik dapat menghubungkan antara pikiran dan hati para penderita depresi sehingga mereka dapat membuka diri (Purbowinoto dan Kartinah 2010). Terapi musik Instrumental adalah bentuk terapi yang menggunakan musik secara sistematis, terkontrol dan terarah untuk menyembuhkan, merehabilitasi, mendidik, dan melatih orang dewasa yang menderita gangguan fisik, mental, atau emosional (Maryunani,2011). Penatalaksanaan terapi musik instrumental dapat dilakukan untuk mengatasi depresi pada lansia. Musik instrumental menghasilkan rangsangan ritmis yang kemudian ditangkap melalui organ pendengaran dan diolah melalui sistem syaraf dan kelenjar yang selanjutnya mengorganisasikan interpretasi bunyi ke dalam ritme internal pendengarannya. Musik Insturmental melatih otot-otot pikiran menjadi relaks (Purbowinoto, 2010). Musik Instrumental gitar dapat membantu meningkatkan ingatan dan mengatasi depresi dan memberikan pengaruh untuk seseorang berbahagia dan berinteraksi sosial (Purbowinoto, 2010).

Hasil penelitian sebelumnya dari Afifa (2014) di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma kepada 21 lansia yang mengalami depresi dengan menggunakan *Geriatric Depression Scale* menunjukkan bahwa pemberian terapi musik instrumental gitar selama 5 sesi dalam 10 hari (terapi musik dilakukan 1 kali setiap 2 hari) dengan durasi 35-45 menit didapatkan hasil penurunan depresi hampir seluruhnya mengalami perubahan status depresi yaitu mengalami peningkatan daya ingat yang baik yaitu 95,2%, harapan dan keinginan untuk tetap melanjutkan hidup yaitu 90,5%. Hasil penelitian Purbowinoto dan Kartinah (2015) di Panti Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhut, Kasongan, Bantul Yogyakarta kepada 52 lansia dengan memberikan terapi instrumental musik keroncong selama 6 kali pertemuan setiap hari Senin dan Jumat pada pukul 09.00 dan dilakukan selama 30 menit didapatkan hasil penurunan depresi sebanyak 93%, dan keinginan untuk melanjutkan hidup sebanyak 92,2%. Penelitian yang dilakukan oleh Weelden, Juchniewicz, dan Andrea (2016) dengan jumlah responden sebanyak 79 menggunakan *Geriatric Depression Scale* selama 10 sesi dilakukan 2 kali dalam 2 minggu selama 2 bulan dengan durasi 30 menit dimana terdapat penurunan tingkat depresi pada lansia sebesar 88,5%.

Barbara Marx (2010), mengatakan nada D pada gitar mampu menurunkan tingkat emosi pada lansia dan membuat hati merasa nyaman serta bahagia. Salah satu terapi komplementer yang dapat dilakukan oleh perawat untuk mengatasi depresi pada lansia adalah pemberian terapi musik yang bertujuan membantu pencapaian perubahan tingkah laku dan alam perasaan lansia dengan depresi (Mucci & Katte, 2002).

Berdasarkan penelitian di atas terhadap penurunan tingkat depresi pada lansia untuk menurunkan tingkat depresi, mendorong peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul pengaruh terapi musik instrumental terhadap tingkat depresi pada lansia dengan suspek depresi di Panti Werdha Surabaya.

1.2. Rumusan Masalah

Adakah pengaruh terapi musik instrumental terhadap tingkat depresi pada lansia dengan suspek depresi di Panti Werdha Surabaya.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Menjelaskan pengaruh terapi musik instrumental terhadap tingkat depresi pada lansia dengan suspek depresi di Panti Werdha Surabaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi tingkat depresi pada lansia sebelum dilakukan pelaksanaan terapi musik instrumental
- 2) Mengidentifikasi tingkat depresi pada lansia sesudah dilakukan pelaksanaan terapi musik instrumental
- 3) Menganalisis pengaruh terapi musik terhadap tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Surabaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi lengkap kepada penulis dan dapat menjadi pembanding untuk peneliti selanjutnya dan dapat digunakan sebagai intervensi dalam penanganan depresi, sebagai inovasi baru dalam penanganan depresi pada lansia.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi kepada pasien tentang terapi musik instrumental kepada lansia dengan depresi baik di konteks panti atau komunitas dan dapat menurunkan tingkat depresi.

2) Bagi Peneliti berikutnya

Dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan atau dikembangkan lebih lanjut, menambah ilmu, pengalaman dan wawasan peneliti, serta referensi terhadap penelitian sejenisnya.

3) Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi baru kepada masyarakat bahwa musik instrumental dapat berguna bagi kesehatan, khususnya pada lansia dengan depresi.