

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organisation* (WHO) “Lansia adalah seseorang yang memasuki usia 60 tahun ke atas. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses penuaan”.

Lanjut usia atau menua bagian dari proses tumbuh kembang. Manusia diciptakan tidak secara tiba-tiba menjadi menua, tetapi berkembang dari mulai menjadi bayi, anak-anak, dewasa dan akhirnya menjadi menua. Lansia merupakan suatu proses alami yang ditentukan oleh Tuhan Yang Maha Esa, semua orang akan mengalami proses menjadi tua dan masa tua merupakan masa hidup. Dimasa ini seseorang mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial secara bertahap. (Azizah, 2011)

Menurut Kemenkes RI (2017) “didapatkan hasil bahwa di Negara Asia dan Indonesia dari tahun 2015 sudah memasuki era penduduk menua (*ageing population*) karena jumlah penduduknya yang berusia 60 tahun ke atas (penduduk lansia) melebihi angka 7 persen. Berdasarkan data proyeksi penduduk, diperkirakan tahun 2017 terdapat 23,66 juta jiwa penduduk lansia di Indonesia (9,03%). Diprediksi jumlah penduduk lansia tahun 2020 (27,08

juta), tahun 2025 (33,67 juta), tahun 2030 (40,95 juta) dan tahun 2035 (48,19 juta)”).

Dilihat dari sebaran penduduk lansia menurut provinsi, presentase penduduk lansia di atas 10%, sekaligus yang paling tinggi ada di provinsi DI Yogyakarta (13,4%), Jawa Timur (10,4%), Jawa Tengah (10,34%) dan Jawa Barat ada diposisi 11 yaitu (7,05%) sumber dari Susenas Tahun 2012, Badan Pusat Statistik RI”. (Kemenkes RI, 2013)

Seorang manusia yang sudah memasuki usia lanjut dapat mengalami perubahan-perubahan fisik maupun psikis serta sosial yang dapat mempengaruhi fungsi dan kemampuan tubuh secara menyeluruh. Seperti yang dialami oleh lansia yang menghadapi masa pensiun, sakit serta kesepian sehingga dapat diprediksi bahwa hal tersebut dapat berpotensi terhadap masalah kesehatan pada lansia salah satunya yaitu masalah kecemasan. (Maryam, 2011)

Masa tua banyak menghadapi berbagai masalah kesehatan yang perlu penanganan dengan baik, seperti diketahui bahwa memasuki lansia identik dengan menurunnya daya tahan tubuh dan mengalami berbagai penyakit degenerative yang menyerang. Keadaan tersebut, berpengaruh pada permasalahan kondisi ketahanan tubuh lansia yang diterimanya dari lingkungan sekitar, maka tekanan atau *stressor* pada diri lansia berpengaruh pada rasa kecemasan dan stres. Anderson (2008, dalam Aryana & Novitasari, 2013). Dilihat dari hal tersebut bahwa lansia mengalami tekanan sehingga

menimbulkan penurunan dalam mekanisme koping dan berdampak pada kecemasan lansia.

Menurut hasil penelitian (Annisa, Ibrahim, Ifdil 2017) Indonesia sebagai negara berkembang memiliki jumlah penduduk dengan usia 60 tahun ke atas sekitar 8,90% hal tersebut dapat menimbulkan berbagai persoalan dan permasalahan yang akan muncul baik fisik maupun psikologis, yaitu kecemasan. Masalah psikologis yang terjadi pada lanjut usia ini merupakan kondisi penurunan yang turut dipengaruhi oleh kesehatan fisik dengan persoalan mental serta ketidakmampuan dalam menyesuaikan tugas perkembangan lanjut usia. Para lanjut usia khususnya yang bertempat tinggal di Panti Jompo perlu dibekali konsep mengenai kecemasan yang dapat terjadi pada masa lanjut usia, sehingga dampak psikologis pada lanjut usia dapat diminimalisir.

Distraksi bekerja memberi pengaruh yang baik untuk jangka waktu yang singkat, salah satu distraksi yang efektif adalah musik, yang dapat menurunkan nyeri fisiologis, stress, dan kecemasan dengan mengalihkan perhatian. Musik terbukti menunjukkan efek yaitu menurunkan frekuensi denyut jantung, mengurangi kecemasan dan depresi, menghilangkan dan menurunkan tekanan darah. Musik yang sejak awal sesuai dengan suasana hati individu, biasanya merupakan pilihan yang paling baik salah satunya musik klasik. (Potter & Perry, 2010).

Terapi musik adalah suatu keahlian terhadap penggunaan elemen musik untuk meningkatkan, mempertahankan bahkan mengembalikan kesehatan secara holistik. Dalam kedokteran disebut sebagai terapi pelengkap (*complementary medicine*). (Setyoadi dan Kushariyadi, 2011).

Intervensi menggunakan terapi musik dapat mengubah ambang otak yang dalam keadaan stress menjadi lebih adaptif secara fisiologis dan efektif. Musik tidak membutuhkan otak untuk berpikir maupun menginterpretasi, tidak pula dibatasi oleh fungsi intelektual maupun pikiran mental. Musik tidak memiliki batasan-batasan sehingga begitu mudah diterima organ pendengaran. (Setyoadi & Kushariyadi, 2011)

Terapi musik mempunyai manfaat diantaranya mampu menutupi bunyi dan perasaan tidak tenang, mampu memperlambat dan menyeimbangkan gelombang dalam otak, mempengaruhi pernafasan, mempengaruhi denyut jantung, nadi, dan tekanan darah manusia, dapat mengurangi ketegangan otot, memperbaiki gerak dan koordinasi tubuh, dapat mempengaruhi suhu tubuh manusia, meningkatkan endorfin, dan mengatur hormon (hubungannya dengan stres), dapat menimbulkan rasa aman dan sejahtera, serta dapat mengurangi rasa sakit. Bagi yang belum terbiasa mendengarkan musik, sebaiknya dimulai dengan belajar menikmati musik yang disukai yang berirama lembut karena tidak semua orang dapat menerima untuk mendengarkan musik, apalagi bagi pasien gagal ginjal kronis yang sedang menjalani terapi hemodialysis dan sedang mengalami kecemasan akan

merasa terganggu jika harus mendengarkan musik yang tidak disukai Martinez (2009, dalam Saepul, Rahayu, Isabella, 2016)

Berdasarkan beberapa hasil penelitian yang dilakukan oleh Prihananda & Maliya (2011) menunjukkan adanya pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan pada pasien hemodialisa di RS PKU Muhammadiyah Surakarta. Pasien yang paling banyak menerima manfaat dari terapi musik klasik antara lain pasien dengan kecemasan, sindrom depresi, gangguan kardiovaskular dan mereka yang menderita gangguan nyeri, stress atau gangguan tidur. Trappe (2012, dalam Prihananda & Maliya, 2011).

Selanjutnya hasil penelitian yang dilakukan Anggreny & Armansyah (2012) dalam perubahan respon fisiologis menunjukkan musik klasik memiliki pengaruh signifikan terhadap frekuensi denyut jantung dan pernafasan pada pasien praoperasi ortopedi.

Berdasarkan hasil penelitian Evangeline, Rohayani, & Febriani (2017) didapatkan hasil terapi musik tradisional Sunda tembang Cianjuran berpengaruh terhadap kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di Unit Hemodialisa RSUD Sayang Cianjur ($pvalue$ 0,001 = 0,05).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Saepul, Rahayuwati, & Purba (2018) didapatkan hasil adanya pengaruh yang signifikan dari musik suling kacapi Sunda “Ayun Ambing” sebagai terapi untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien ginjal kronis yang akan menjalani hemodialisis.

Hasilnya menunjukkan ada perubahan pada tingkat kecemasan menggunakan terapi musik digunakan sebagai salah satu media pengobatan atau terapi alternatif.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Hidayat , Muslikhin, & Puspitasari (2009), didapatkan hasil yaitu, *pertama*, musik klasik memiliki struktur amplitudo semakin tinggi dan sedikit turun pada frekuensi ambang pendengaran atas (20kHz). Frekuensi dominan berada pada *bandwith* 4-7 kHz, dan frekuensi vokal (800-1500 Hz) tidak dominan. *Kedua*, tembang tradisional Sunda (Suling Kecapi karya Mang Koko) memiliki stuktur amplitudo semakin tinggi dan sedikit turun pada frekuensi ambang pendengaran atas (20 kHz), frekuensi dominan berada pada *bandwith* 4-7 kHz, serta frekuensi vokal (800-1500 Hz) tidak dominan. Ketiga, berdasarkan hasil penelitian, tembang tradisional Sunda (Suling Kecapi karya Mang Koko) memiliki nilai keidentikan dengan musik klasik (*Symphony 40* karya Mozart) sebesar 71,34 % ditinjau dari tingkat keidentikan dominasi frekuensi dan 71,31 % dilihat dari tingkat keidentikan kemunculan frekuensi.

Setelah melakukan studi pendahuluan dari hasil pengukuran dan wawancara yang peneliti lakukan terhadap sepuluh lansia di Panti Tresna Werda Welas Asih Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya pada tanggal 20 April 2018 menyatakan bahwa tingkat kecemasan lansia dengan menggunakan Skala *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) didapatkan hasil tiga orang lansia tidak mengalami kecemasan yaitu sebanyak (30%), 4 orang

lansia mengalami kecemasan ringan yaitu sebanyak (40%) dan ada tiga orang lansia yang mengalami kecemasan sedang yaitu sebanyak (30%).

Setelah melakukan wawancara bersama ketua Panti Tresna Werda Welas Asih Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya didapatkan hasil bahwa jumlah lansia keseluruhan yang ada di panti sebanyak 59 orang. Diantaranya ada lansia yang mengalami kecemasan, ada yang kooperatif dan ada juga lansia yang kurang kooperatif serta ada lansia yang menderita penyakit.

Ditambahkan hasil studi pendahuluan yaitu hasil analisa praktek komunitas I didapatkan hasil Lansia yang mandiri sebanyak 4 orang, yang ketergantungan 11 orang, kemudian yang memiliki aspek kognitif dari fungsi mental baik sebanyak 11 orang, memiliki aspek kognitif dari fungsi mental ringan sebanyak 4 orang, fungsi intelektual utuh 12 orang, fungsi intelektual berat 1 orang, fungsi intelektual ringan 1 orang, fungsi intelektual sedang 1 orang, *not depressed* 14 orang, dan *mild depressed* 1 orang. Hasil ini dari wawancara 15 lansia yang ada di panti werda.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Lansia“.

B. Perumusan Masalah

Kecemasan adalah perasaan yang tidak menyenangkan atau ketakutan yang tidak jelas dan hebat. Hal ini terjadi sebagai reaksi terhadap sesuatu yang dialami oleh seseorang. (Nugroho, 2008). Pada saat studi pendahuluan dari sepuluh lansia di Panti Tresna Werda Welas Asih Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya pada tanggal 20 April 2018 menyatakan bahwa tingkat kecemasan lansia dengan menggunakan Skala *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) didapatkan hasil tiga orang lansia tidak mengalami kecemasan yaitu sebanyak (30%), 4 orang lansia mengalami kecemasan ringan yaitu sebanyak (40%) dan ada tiga orang lansia yang mengalami kecemasan sedang yaitu sebanyak (30%). Salah satu terapi yang dapat dilakukan untuk menurunkan kecemasan yaitu terapi musik salah satunya musik klasik. Untuk mendalami masalah tersebut, mengenai kecemasan lansia yang ada di panti. Maka dari itu peneliti merumuskan masalah yaitu bagaimana Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Pada Lansia di Panti Tresna Werda Welas Asih Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi pengaruh terapi musik klasik terhadap perubahan tingkat kecemasan lansia di Panti Tresna Werda Welas Asih Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuahuinya rata-rata skor kecemasan Pra Intervensi
- b. Diketuahuinya rata-rata skor kecemasan Pasca Intervensi (0 menit)
- c. Diketuahuinya rata-rata skor kecemasan Pasca Intervensi (15 menit)
- d. Diketuahuinya rata-rata kecemasan skor Pasca Intervensi (30 menit)
- e. Diketuahuinya perbedaan rata-rata skor kecemasan Pra Intervensi
- f. Diketuahuinya perbedaan rata-rata skor kecemasan (0 menit)
- g. Diketuahuinya perbedaan rata-rata skor kecemasan (15 menit)
- h. Diketuahuinya perbedaan rata-rata skor kecemasan (30 menit)

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Sebagai pengalaman, latihan, penambah pengetahuan dan wawasan bagi penulis dalam mengadakan suatu penelitian serta mengkaji tentang pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Lansia.

2. Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Penelitian ini dapat menjadi masukan bagi civitas akademika Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya agar lebih aplikatif dalam pembelajaran dan menambah wawasan dalam peningkatan kualitas pendidikan khususnya dalam dunia keperawatan.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadikan bahan informasi dan masukan bagi tenaga keperawatan untuk meningkatkan tindakan keperawatan terutama dalam pemberian asuhan keperawatan.

4. Tempat penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan informasi bagi Panti Tresna Werdha Welas Asih Singaparna Tasikmalaya untuk mengurangi tingkat kecemasan terhadap lansia.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai data dasar untuk peneliti lain yang berminat dalam menggali masalah dalam tindakan keperawatan pada keperawatan gerontik.

