

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi terutama di bidang kedokteran ikut andil dalam meningkatkan kualitas hidup manusia dan menjadikan rata-rata usia harapan hidup bangsa Indonesia makin meningkat. Keadaan ini menyebabkan jumlah populasi lanjut usia (lansia) semakin besar, bahkan cenderung bertambah lebih cepat dan pesat (Wahjudi Nugroho, 2009:1).

Diseluruh dunia jumlah orang lanjut usia diperkirakan ada 500 juta dengan usia rata-rata 60 tahun dan diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 1,2 milyar ( Padila, 2013: 1). Proyeksi penduduk oleh Biro Pusat Statistik menggambarkan bahwa antara tahun 2005-2010 jumlah lansia akan sama dengan jumlah anak balita, yaitu sekitar 19 juta jiwa atau 8,5% dari seluruh jumlah penduduk ( Maryam, 2012: 10).

Menurut WHO, di kawasan Asia Tenggara populasi Lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan usia harapan hidup di sebagian besar Negara Asia Tenggara akan menjadi >75 tahun. Sedangkan di Indonesia jumlah penduduk lansia pada tahun 2009 berjumlah 20.547.541 jiwa. Diperkirakan jumlah penduduk lanjut usia pada tahun 2020 akan mencapai 30,1 juta jiwa yang merupakan urutan ke 4 di dunia sesudah Cina, India, dan Amerika Serikat. Menjelang tahun 2050 jumlahnya

diperkirakan meningkat menjadi lebih dari 50 juta jiwa (Depkes, diakses 4 Mei 2014).

Menurut Badan Pusat Statistik Sumatera Selatan (2012) jumlah penduduk pada tahun 2009 adalah 7.222.635 orang, dengan komposisi 3.650.615 orang laki-laki dan 3.572.020 orang perempuan, diantaranya penduduk yang berusia 60 tahun keatas berjumlah 419.900 orang. Pada tahun 2010 terjadi peningkatan jumlah penduduk yaitu penduduk yaitu 7.450.349 orang dengan komposisi 3.792.647 orang laki-laki dan 3.657.747 orang perempuan, diantaranya penduduk yang berusia 60 tahun keatas berjumlah 466.033 orang. Pada tahun 2012 telah mencapai 464.554 orang atau 6,24% dari jumlah penduduk lansia perempuan 245.852 orang dan jumlah penduduk lansia laki-laki 218.702 orang. Sedangkan di kota Palembang, jumlah lansia pada tahun 2009 sebesar 236.446 orang, pada tahun 2010 jumlah lansia sebesar 288.180 orang, ini mengalami peningkatan jumlah lansia pada tahun 2011 sebesar 497.655 orang.

Menua (menjadi tua=*aging*) adalah suatu proses menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti diri dan mempertahankan struktur dan fungsi normalnya sehingga tidak bertahan terhadap jejas (Darmojo, 2011, hal: 3).

Memasuki usia tua banyak mengalami kemunduran misalnya kemunduran fisik yang ditandai dengan kulit menjadi keriput karena berkurangnya bantalan lemak, rambut memutih, pendengaran berkurang, penglihatan memburuk, gigi mulai ompong, aktivitas menjadi lambat, nafsu

makan berkurang dan kondisi tubuh yang lain juga mengalami kemunduran. Menua terjadi akibat hilangnya sel-sel yang biasa digunakan tubuh. Regenerasi jaringan tidak dapat mempertahankan kestabilan lingkungan internal, kelebihan usaha dan stres menyebabkan sel-sel tubuh telah terpakai (Padila, 2013: 6-8).

Perubahan-perubahan menyertai proses perkembangan termasuk memasuki usia lanjut. Ketidaksiapan dan upaya melawan perubahan-perubahan yang dialami pada masa usia lanjut justru akan menempatkan individu usia ini pada posisi salah yang akhirnya hanya menjadi sumber akumulasi stres dan frustrasi (Indriana, 2008).

Stres adalah suatu kondisi dimana keadaan tubuh terganggu karena tekanan psikologis. Biasanya stres bukan karena penyakit fisik tetapi lebih mengenai kejiwaan. Akan tetapi karena pengaruh stres tersebut maka penyakit fisik bisa muncul akibat lemah dan rendahnya daya tahan tubuh pada saat tersebut. Gejala stres sangat menonjol, terutama di negara maju, dimana faktor kompetitif merupakan faktor yang sangat menonjol. Di negara yang sedang berkembang, terutama dikota besar, penyebab stres juga tidak banyak bedanya dengan negara maju. Sedangkan di daerah yang terbelakang, dimana perjuangan hidup masih merupakan target yang utama, stres juga merupakan gejala yang cukup banyak mempengaruhi kesehatan masyarakat (Wirawan, 2012: 17).

Dalam penghujung usia, seseorang tentu saja telah mengalami kejadian-kejadian dengan resiko stres yang tinggi, misalnya: penyakit akut atau kronis, pensiun, kematian kerabat, kesulitan keuangan atau perpindahan tempat domisili ( lansia yang akan dimasukkan ke panti), serta masih banyak lagi. Penyebab stres cukup beragam, namun dampak fisiologis pada umumnya serupa, yaitu dalam bentuk rangsangan saraf simpatis yang menyebabkan dikeluarkannya hormon-hormon dengan segenap akibat yang ditimbulkannya ( Tamher, 2009: 82).

Menurut Tamher (2009), stres yang berlangsung berkepanjangan bisa berakibat serius, termasuk kemungkinan munculnya penyakit jantung, hipertensi, stroke, penyakit kanker, penyakit maag, sampai pada kemungkinan penyakit kulit serta berbagai komplikasi lain, termasuk masalah sosial dan emosional.

Intervensi menggunakan terapi musik dapat mengubah ambang otak yang dalam keadaan stres menjadi lebih adaptif secara fisiologis dan efektif. Musik tidak membutuhkan otak untuk berpikir maupun menginterpretasikan, tidak pula dibatasi oleh fungsi intelektual maupun mental. Musik tidak memiliki batasan-batasan sehingga begitu mudah diterima organ pendengaran. Musik diterima melalui saraf pendengaran kemudian diartikan oleh otak atau sistem limbik. Musik dapat pula beresonansi dan bersifat naluriah sehingga dapat langsung masuk ke otak tanpa melalui jalur kognitif (Setyoadi, 2011: 43).

Menurut *American Music Therapy Association*, Terapi musik telah ditetapkan sebagai pelayanan kesehatan yang sama dengan terapi fisik. Terapi ini terdiri dari penggunaan musik secara terapeutik pada fisik, psikologis, kognitif dan fungsi sosial pasien di segala usia (Djohan, 2009).

Musik tradisional di Indonesia sangat beragam, termasuk diantaranya adalah musik keroncong yang merupakan warisan budaya Indonesia. Di negara berkembang musik keroncong telah dikenal dengan alunan suara yang kecil salah satunya adalah negara malaysia dan jepang. Musik keroncong merupakan jenis musik yang lembut, dan irama musik keroncong dirasa dapat menyentuh hati sanubari serta mempunyai nilai estetika tersendiri (Gutawa, 2011,dalam Aprianto, 2012). Selain itu semua jenis musik dapat digunakan sebagai terapi. Seperti lagu-lagu rileksasi, lagu populer, maupun klasik.

Tujuan pemberian terapi musik keroncong dengan melibatkan seseorang untuk ikut bernyanyi adalah membantu mengekspresikan perasaan, membantu rehabilitasi atas fisik, memberi pengaruh positif terhadap kondisi suasana hati dan emosi meningkatkan memori, serta menyediakan kesempatan yang unik untuk berinteraksi dan membangun kedekatan emosional. Sehingga diharapkan dapat membantu mengatasi stres, mencegah penyakit dan meringankan rasa sakit (Djohan, 2006).

Selama Peneliti melakukan studi pendahuluan di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai KM 6 Palembang didapatkan bahwa jumlah lansia pada bulan Mei tahun 2014 adalah 70 lansia yang terdiri dari 37 laki-laki dan 33

perempuan. Dari keseluruhan lansia tersebut ada 21 lansia yang mengalami stres, dimana 5 lansia mengatakan adanya keluhan susah tidur, kurang nafsu makan, merasa kesepian, bosan, sering menyendiri dan murung. Dari wawancara yang dilakukan peneliti pada kepala Panti Sosial Tresna Werdha Teratai mengatakan bahwa lansia berasal dari berbagai macam suku, salah satunya adalah suku jawa.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Terapi Musik Keroncong terhadap Stres pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai KM 6 Palembang Tahun 2014”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan yang telah diuraikan dilatar belakang maka rumusan masalah yang diteliti adalah diketahuinya Pengaruh Terapi Musik Keroncong terhadap Stres pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai KM 6 Palembang 2014.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Diketahuinya Pengaruh Terapi Musik Keroncong terhadap Stres pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai KM 6 Palembang 2014.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya rata-rata stres sebelum dilakukan perlakuan terapi musik keroncong pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai KM 6 Palembang 2014.
- b. Diketuainya rata-rata stres sesudah dilakukan perlakuan terapi musik keroncong pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai KM 6 Palembang 2014.
- c. Diketuainya perbedaan stres sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan terapi musik keroncong pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai KM 6 Palembang 2014.

## **D. Manfaat penelitian**

### 1. Bagi Lansia

Sebagai bahan informasi bagi lansia agar dapat menghadapi dan mengatasi diri dari stres melalui terapi musik.

### 2. Bagi Panti Sosial Tresna Werdha Teratai KM 6 Palembang

Membantu memberikan pelayanan yang optimal kepada lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang Tahun 2014 terutama dalam mengatasi stres yang dialami lansia sehingga dapat menjadi suatu program pendidikan kesehatan.

### 3. Bagi Institusi STIKes Perdhaki Charitas

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan literatur dan pengetahuan kepada para calon perawat yang menimba ilmu disana

mengenai stres pada lansia dan mengetahui pengaruh terapi musik yang dapat menurunkan stres pada lansia.

#### 4. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan dan memberikan pengalaman secara langsung pada peneliti dalam melakukan penelitian.

#### 5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan sebagai landasan bagi penelitian selanjutnya untuk mengetahui pengaruh terapi musik instrumental yang berhubungan dengan stres pada lansia.

### **E. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini termasuk dalam lingkup Keperawatan Gerontik. Untuk diketahuinya pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik keroncong terhadap stres pada lansia, populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang mengalami stres. Penelitian ini dilaksanakan di Panti Sosial Tresna Werdha KM 6 Palembang Tahun 2014, penelitian ini dilaksanakan pada 7 Juni 2014 sampai 13 Juni 2014. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Rancangan penelitian *preexperimental* dengan *one grup pretest-posttest design*.

## F. Penelitian Terkait

1. Primadita (2012), melakukan penelitian mengenai Efektivitas Intervensi Terapi Musik Klasik Terhadap Stres Pada Lansia di Panti Werdha Hanna Yogyakarta. Jenis Penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah Pre eksperimen dengan desain pre test dan post test one group design. Hasil Uji Wilcoxon untuk tingkat stres sebelum dan sesudah terapi musik klasik didapatkan hasil nilai signifikansi 0,000 yang lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$ . Perbedaan yang dapat dilihat adalah terjadinya penurunan jumlah responden sebelum dilakukan terapi musik klasik pada tingkat stres lansia adalah 8 orang mengalami stres berat, 8 orang mengalami stres ringan, dan 15 orang mengalami stres sedang. Sedangkan setelah dilakukan terapi musik klasik mengalami penurunan tingkat stres, sebanyak 2 orang mengalami stres ringan, 11 orang menjadi normal, 8 orang mengalami stres ringan dan 10 orang mengalami stres sedang. Berdasarkan penelitian ini terapi musik klasik efektif menurunkan stres pada lansia.
2. Saraswati Eva Yuswikarini (2011), melakukan penelitian mengenai Terapi SEFT untuk menurunkan Tingkat Stres pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Kendalrejo, Kec. Bagor, Kab. Nganjuk. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah Eksperimen jenis metode perbedaan dengan desain Randomized matched two-groups. Berdasarkan hasil deskripsi dan analisa data, dapat diketahui bahwa pada kelompok eksperimen terjadi penurunan tingkat stres sebesar

23.286, sedangkan kelompok kontrol mengalami kenaikan tingkat stres sebesar 4,429. Hasil Uji-t skor post test pada kelompok eksperimen dan kontrol menunjukkan Md adalah sebesar 24.143 dengan nilai signifikansi  $0.000 < 0.01$ . Artinya ada perbedaan hasil post test antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ( $H_0$  ditolak). Karena uji t hasil post test kedua kelompok didapatkan hasil yang signifikan, dan yang membedakan keduanya hanyalah ada dan tidaknya perlakuan, maka dapat disimpulkan bahwa terapi SEFT efektif untuk menurunkan tingkat stres pada lansia penderita hipertensi.

3. Rosita Permata Sari (2013), melakukan penelitian mengenai Pengaruh Terapi Musik Jawa terhadap Kecemasan Lansia dengan Hipertensi di Posyandu Lansia Kusumasari Blimbingan Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penurunan skor kecemasan lebih besar pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol. Selisih penurunan skor kecemasan antara kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol terdapat makna ( $p$  hari pertama=0,003,  $p$  hari kedua=0,008,  $p$  hari ketiga=0,014,  $p$  hari keempat=0,004,  $p$  hari kelima=0,001 dan  $p$  hari keenam=0,011). Kesimpulannya ada perbedaan signifikan skor kecemasan antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol sesudah diberikan terapi musik jawa.

## **G. Definisi Istilah Kunci**

### 1. Lansia

Lanjut usia adalah tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia dan seseorang yang berusia lebih dari 60 tahun (Maryam, 2012).

### 2. Stres

Menurut Tamher (2009) Stres adalah kejadian eksternal serta situasi lingkungan yang membebani kemampuan adaptasi individu, terutama berupa beban emosional dan kejiwaan.

### 3. Terapi musik

Terapi musik adalah keahlian menggunakan musik atau elemen musik untuk meningkatkan, mempertahankan, serta mengembalikan kesehatan mental, fisik, emosional, dan spritual (Setyoadi, 2011, hal: 42).