

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Lanjut usia adalah seseorang yang karena usianya mengalami perubahan biologis, fisik, kejiwaan dan sosial. Semakin bertambahnya usia seseorang beberapa fungsi vital dalam tubuh ikut mengalami kemunduran fungsional. Seseorang dianggap lanjut usia oleh *World Health Organization* (WHO) jika berusia antara 60 dan 74 tahun (Nugroho, 2024). Usia lanjut dikatakan sebagai tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia dan menurut UU no. 13 tahun 1998 tentang kesehatan dikatakan bahwa usia lanjut adalah seseorang yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun (Maryam, 2019).

Laju pertumbuhan lansia secara global, data dari *The United Nations Population Fund* (UNFPA) tahun 2022 menyebutkan sudah ada 727 juta orang yang berusia 60 tahun atau lebih. Jumlah tersebut diproyeksikan akan berlipat ganda menjadi 1,5 miliar jiwa lansia pada 2050 di seluruh dunia (WHO, 2022). Persentase penduduk lansia di Indonesia tahun 2024 sebesar 12% dengan rasio ketergantungan sebesar 17,08%. Ini berarti 100 penduduk usia produktif menanggung 17 penduduk lansia. Adapun, 63,59% lansia merupakan lansia muda atau berada di rentang usia 60-69 tahun. Sebanyak 26,76% lansia berusia 70-79 tahun atau madya. Sementara, 8,65% sisanya merupakan lansia tua atau berusia 80 tahun ke atas (BPS, 2024).

Badan Pusat Statistik melaporkan Sumatera Barat memiliki jumlah lansia tertinggi ketujuh di Indonesia yaitu 629.493 orang atau 11,16% dari jumlah penduduk. Angka harapan hidup lanjut usia (lansia) di Kota Padang tahun 2024 mencapai 74,2% naik satu point dibandingkan tahun sebelumnya. Peningkatan jumlah lansia bertambah pada tahun 2023 jumlah sasaran 77 ribu jiwa dan meningkat tahun 2024 menjadi 102 ribu jiwa (BPS, 2024).

Seiring bertambahnya usia harapan hidup, maka jumlah lansia akan terus mengalami peningkatan, oleh karena itu lansia akan mengalami masalah. Masalah yang dihadapi lansia meliputi aspek fisik, kognitif, emosional, dan spiritual. Tantangan psikososial bisa timbul akibat kesulitan dalam beradaptasi dengan perubahan, termasuk ansietas, stres dan depresi. Dari berbagai macam gangguan psikiatrik, depresi merupakan gangguan keadaan tonus perasaan yang secara umum ditandai oleh rasa kesedihan, apatis, pesimisme dan kesepian yang mengganggu aktifitas sosial dalam sehari-hari. Depresi biasanya terjadi pada saat stres yang dialami seseorang pada saat stres seseorang tidak kunjung reda, sebagian besar individu pernah merasakan sedih atau jengkel, kehidupan yang penuh masalah, kekecewaan, kehilangan dan frustrasi yang dengan mudah menimbulkan ketidakbahagiaan dan keputusasaan. Namun secara umum perasaan demikian itu cukup normal dan merupakan reaksi sehat yang berlangsung cukup singkat dan mudah dihalau (Ernawati, 2021).

Depresi merupakan suatu masa terganggunya fungsi manusia yang berkaitan dengan alam perasaan yang sedih dan gejala penyertanya, termasuk

perubahan pada pola tidur dan nafsu makan, psikomotor, konsentrasi, kelelahan, rasa putus asa dan tidak berdaya, serta gangguan bunuh diri (Azizah, 2021). Depresi adalah suatu kelainan alam perasaan berupa hilangnya minat atau kesenangan dalam aktivitas-aktivitas yang lampau. Rentan respon emosi individu dapat berfluktuasi dalam rentan respon emosi dari adaptif sampai maladaptif. Respon maladaptif berat dan dapat dikenal melalui intensitas, rembetan, terus menerus dan pengaruhnya pada fungsi sosial dan fisik individu (Priyatno, 2022).

Gejala depresi pada lansia lansia dapat terlihat seperti lansia sering mengalami gangguan tidur atau sering terbangun sangat pagi yang bukan merupakan kebiasaan sehari-hari, sering kelelahan, lemah dan kurang dan kurang dapat menikmati kehidupan sehari-hari, kebersihan dan kerapihan diri sering diabaikan, cepat sekali menjadi marah atau tersinggung, daya konsentrasi berkurang, pada pembicaraan sering disertai topik yang berhubungan dengan rasa pesimis atau perasaan putus asa, berkurang atau hilangnya nafsu makan sehingga berat badan menurun secara cepat, kadang-kadang dalam pembicaraan ada kecenderungan untuk bunuh diri (Pribadi, 2020).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2022, prevalensi depresi pada lansia di dunia berkisar 8 – 15% dan hasil penelitian dari laporan negara-negara di dunia mendapatkan prevalensi rata-rata depresi pada lansia 13,5%. Depresi adalah suatu gangguan mental yang banyak dijumpai pada lanjut usia akibat dari proses menua. Angka kejadian depresi

pada lanjut usia di Indonesia sebesar 11,6% atau 17,4 juta jiwa yang mengalami gangguan kesehatan jiwa. Masalah psikologis ini cukup serius bila tidak tertangani karena sekitar 25% lansia yang mengalami depresi dan mendapatkan penanganan khusus dapat menyebabkan bunuh diri (Kemenkes RI, 2022). Sumatera Barat kejadian depresi pada lansia sebanyak 8,15% dari jumlah lansia (Kemenkes RI, 2023).

Masalah paling banyak dihadapi oleh kelompok lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih yang dilihat dari penelitian terdahulu dilakukan oleh (Jepisa & Riasmini, 2020) ditemukan kondisi kesehatan lansia kurang baik (63,5%), mengalami depresi tingkat sedang (45,8%), lingkungan tidak nyaman (55,2%), kualitas tidur buruk (75%), hipertensi rata-rata (165/90 mmHg) dan inkontinensia buruk (58,4%).

Dampak depresi bervariasi dari yang paling rendah dan tidak mengganggu aktivitas fungsional sampai berat yang mengganggu aktivitas fungsional. Dampak pada fisik diantaranya adalah adanya gangguan pola tidur (terlalu banyak atau terlalu sedikit), menurunnya tingkat aktivitas, menurunnya efisiensi kerja, menurunnya produktivitas kerja, mudah merasa lelah dan mudah sakit. Adapun dampak psikis adalah kehilangan rasa percaya diri, menjadi sensitif atau mudah tersinggung, merasa tidak berguna, hadirnya perasaan bersalah, perasaan terbebani dan menyalahkan orang lain. Dampak depresi berikutnya adalah dampak sosial, dampak ini biasanya termanifestasi gangguan pada interaksi sosial baik dengan keluarga atau rekan (Stuart, 2016). Faktor yang mempengaruhi depresi antara lain faktor internal yaitu

stres, faktor usia, jenis kelamin, kepribadian, faktor biologis, faktor psikologis dan faktor eksternal yaitu dukungan keluarga, lingkungan dan tekanan hidup (Pieter, 2019).

Penatalaksanaan depresi pada lansia diantaranya adalah terapi farmakologi dan non farmakologi. Farmakologi diantaranya alprazolam, diazepam, lorazepam, clordiazepoxide, primidone, amoborbital, zolpidem dan ramelteon dan non farmakologi diantaranya relaksasi otot progresif, *slow deep breathing*, terapi seni, meditasi, *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), terapi akupresur, terapi tertawa, terapi mindfulness spiritual islam, terapi relaksasi meditasi, terapi hipnosis lima jari, terapi warna dan terapi musik (Adrian, 2024).

Terapi musik merupakan pengobatan secara holistic yang langsung menuju pada symptom penyakit. Terapi ini akan berhasil jika kersama antara klien dengan terapis. Proses penyembuhan sepenuhnya tergantung pada kondisi klien, apakah seseorang benar-benar siap menerima proses secara keseluruhan. Musik dikatakan soft atau lebih ringan apabila musik tersebut bisa dinikmati secara santai, irama tidak ada aksentuasi yang lemah. Dikatakan soft musik jika tidak ada hentakan. Namun untuk terapi pada penderita depresi harus tetap diperhatikan syair lagunya. Musik memiliki fungsi sebagai katalisator atau stimulus bagi timbulnya sebuah pengalaman emosi (Ernawati, 2021).

Musik menghasilkan rangsangan ritmis yang kemudian ditangkap melalui sistem syaraf dan kelenjar yang selanjutnya mengorganisasikan

interpretasi bunyi kedalam ritme internal pendengarannya menjelaskan bahwa gelombang suara musik yang dihantarkan ke otak berupa energi listrik melalui jaringan syaraf akan membangkitkan gelombang otak yang dibedakan frekuensi alfa, beta, theta dan delta. Gelombang alfa membangkitkan relaksasi, gelombang beta terkait dengan aktifitas mental, gelombang theta dikaitkan dengan situasi stres dan upaya kreatifitas, sedangkan gelombang delta dihubungkan dengan situasi mengantuk. Suara musik yang didengar, dapat mempengaruhi frekuensi gelombang otak sesuai dengan jenis musiknya (Marzuki, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh (Sukesni Mayasari & Hermawan, 2022)) tentang pemberian terapi soft music dengan penurunan gejala depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werda Natar Lampung Selatan ditemukan hasil pretest 17,65 dan posttest 10,77. Penelitian (Kusuma et al., 2021) tentang pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat depresi pada lansia di Langkap Burneh Bangkalan ditemukan hasil pretest 45,2 dan posttest sedang 9,7.

Berdasarkan survey awal yang peneliti dilakukan pada tanggal 17 Februari 2025 di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan terhadap 10 orang lansia dengan menggunakan kuesioner GDS-15 diperoleh 7 orang lansia mengalami depresi sedang dimana lansia mengatakan kehilangan minat pada banyak hal misalnya makan, ambulasi dan sosialisasi, merasa hidup tidak berharga, merasa hilang harapan dan putus asa, 2 orang mengalami depresi ringan merasa hidup tidak berarti dan 1 orang yang tidak mengalami depresi. Depresi terjadi pada lansia

dikarenakan lansia merasa sepertinya tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan, merasa sedih dan depresi, merasa hidup tidak berharga, merasa hilang harapan dan putus asa dan merasa hidup tidak berarti.

Berdasarkan uraian tersebut peneliti telah melakukan penelitian tentang pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman tahun 2025.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian ini “Apakah ada pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman tahun 2025 ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman tahun 2025.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketuinya rerata tingkat depresi pada lansia sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman tahun 2025
- b. Diketuinya pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman tahun 2025.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Teoritis

#### a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat meningkatkan wawasan dan pengetahuan peneliti dalam mengaplikasikan metodologi penelitian, khususnya dibidang keperawatan gerontik.

#### b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan perbandingan atau data dasar bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan perspektif yang lainnya.

### 2. Praktis

#### a. Bagi Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi dapat sebagai masukan bagi petugas kesehatan di dalam pemberian pelayanan di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin tahun 2025

#### b. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan dalam proses pembelajaran bahan tambahan informasi dan sebagai tambahan referensi perpustakaan.

## **E. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini membahas tentang pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman tahun 2025. Variabel independen dalam penelitian ini adalah terapi musik klasik dan variabel dependen depresi. Metode penelitian kualitatif dengan pendekatan pre ekspreminen

menggunakan desain *one group pre test posttest*. Penelitian telah dilaksanakan di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin pada bulan Maret – Agustus 2025. Pengumpulan data tanggal 14 – 21 Juli 2025. Populasi pada penelitian ini seluruh lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin tahun 2025 berjumlah 110 dengan sampel 18 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner (*Geriatric Depression Scales-15*) GDS-15 untuk kejadian depresi. Analisa yang digunakan analisa univariat dan bivariat dengan uji statistik *T-Test paired samples*.

