

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Menua adalah suatu proses menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti diri dan mempertahankan struktur dan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap jejas (termasuk infeksi) dan memperbaiki kerusakan yang diderita.<sup>(1)</sup> Lanjut usia atau lansia adalah seseorang yang telah berusia 60 tahun atau lebih.<sup>(2)</sup> Indonesia saat ini termasuk lima besar di dunia terbanyak jumlah penduduk lanjut usia (lansia), yaitu mencapai 18,04 juta jiwa pada 2010 atau mencapai 9,6 persen.<sup>(3)</sup> Jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2011 sekitar 24 juta jiwa atau hampir 10 persen jumlah penduduk.<sup>(4)</sup> Ramalan pihak badan kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO) dalam *Republika News* (2008) menyatakan bahwa penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2020 mendatang sudah mencapai angka 11,34% atau tercatat 28,8 juta orang, balitanya tinggal 6,9% yang menyebabkan Indonesia menjadi negara dengan jumlah penduduk lansia terbesar di dunia.<sup>(5)</sup>

Lansia merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami depresi.<sup>(6)</sup> Depresi adalah gangguan alam perasaan

(*mood*) yang ditandai dengan kemurungan dan kesedihan yang mendalam dan berkelanjutan menyebabkan hilangnya gairah hidup, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas, kepribadian tetap utuh, perilaku dapat terganggu tetapi dalam batas-batas normal.<sup>(7)</sup> Kehilangan keluarga, teman, kedudukan sosial, uang, pekerjaan (pensiun), rumah tinggal, dan lain sebagainya, dapat memicu terjadinya depresi pada lansia. Depresi yang terus berlanjut pada tingkatan yang lebih berat dan tidak mendapat penanganan segera dan tepat maka dapat berakibat fatal pada penderita dimana penderita bisa melakukan tindakan bunuh diri.<sup>(8)</sup> Penelitian *World Health Organization* (WHO) dalam Makitan (2012) menunjukkan pada 2005 sekitar 150 orang di Indonesia bunuh diri setiap hari. Dalam setahun, jumlahnya diperkirakan mencapai 50 ribu orang.<sup>(9)</sup> Selain dapat mengakibatkan tindakan bunuh diri, depresi juga merupakan salah satu penyebab terjadinya disabilitas pada lansia.

Disabilitas menyebabkan lansia tidak dapat mencapai tujuan menjadi tua tetap sehat (*healthy aging*) dan menjadi tua yang aktif (*active aging*). Disabilitas tidak hanya memberikan dampak bagi lansia sendiri, tetapi juga berdampak pada keluarga, masyarakat, dan pemerintah, karena jika dilihat dari segi ekonomi akan memberikan beban biaya yang cukup besar.<sup>(10)</sup> Penelitian WHO 2001 dalam

Makitan (2012) menunjukkan gangguan depresi menjadi penyebab ke-4 disabilitas atau tidak mampunya seseorang menjalankan aktivitas normal sehari-hari. Pada 2020 nanti, diproyeksikan gangguan depresi akan menjadi penyebab ke-2 disabilitas setelah penyakit jantung iskemik.<sup>(9)</sup>

Perlu adanya cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah depresi. Penanganan depresi dapat dilakukan dengan beberapa cara yaitu secara farmakologis dan non farmakologis.<sup>(11)</sup> Pada umumnya terapi yang diberikan pada pasien depresi dengan pemberian obat antidepresan dimana efek samping dari obat-obatan ini dapat menimbulkan ketidaknyamanan dan masalah baru dari pasien. Dan juga perlu dikhawatirkan jika pasien lupa untuk mengkonsumsi obat dan menimbulkan gejala kekambuhan pada pasien.<sup>(8)</sup> Terapi musik merupakan terapi suplemen yang paling efektif, terutama untuk terapi jangka panjang karena dapat dilakukan oleh siapa saja dengan biaya terjangkau dan tanpa menimbulkan efek samping.<sup>(12)</sup>

Terapi musik dalam kedokteran disebut sebagai terapi pelengkap atau *complementary medicine*.<sup>(13)</sup> Musik memiliki efek yang baik untuk psikologis manusia di antaranya dapat menenangkan pikiran dari tekanan batin, menghilangkan rasa kesepian, panik dan gangguan mental lainnya.<sup>(14)</sup> Suasana hati yang disebabkan oleh

musik dapat merubah konsentrasi, persepsi dan memori serta mempengaruhi keputusan seseorang terhadap kondisi mental dan emosionalnya.<sup>(12)</sup>

Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian mengenai efektivitas terapi musik terhadap penurunan skor depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Puspakarma Mataram. Penurunan skor depresi dalam penelitian ini diukur dengan melihat penurunan skor pada *Geriatric Depression Scale (GDS)*.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Adakah hubungan efektivitas terapi musik terhadap penurunan skor GDS pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Puspakarma Mataram?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan efektivitas terapi musik terhadap penurunan skor GDS pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Puspakarma Mataram.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi skor GDS pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Puspakarma Mataram sebelum dilakukan terapi musik.

2. Mengidentifikasi skor GDS pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Puspakarma Mataram setelah dilakukan terapi musik.
3. Menganalisis perbedaan skor GDS pada lansia sebelum dan setelah dilakukan terapi musik.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Sebagai referensi dan informasi tambahan khususnya dalam merawat pasien lansia terkait hubungan efektivitas terapi musik terhadap penurunan skor GDS yang terjadi pada kalangan lansia.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi Lansia memberi tambahan informasi kepada lansia mengenai hubungan efektivitas terapi musik terhadap masalah depresi yang sering dialami lansia.
2. Bagi Tenaga Kesehatan di Panti Sosial Tresna Werdha Puspakarma Mataram sebagai salah satu kerangka acuan bagi pelayanan keperawatan geriatrik terutama untuk meningkatkan mutu pelayanan kesehatan jiwa pada lansia khususnya pada lansia yang mengalami depresi.
3. Bagi Masyarakat sebagai tambahan pengetahuan dan salah satu upaya untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan

pentingnya dukungan sosial bagi seluruh lansia, tidak hanya yang mengalami depresi.

4. Bagi Peneliti Lain penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi untuk menambah pengetahuan dan bahan masukan.
5. Bagi Peneliti penelitian ini dapat dijadikan sebuah dasar atau pijakan awal untuk mengadakan penelitian-penelitian selanjutnya dan memberikan pengalaman yang menambah wawasan dan pengetahuan bagi peneliti terkait masalah yang dialami lansia khususnya masalah depresi dan terapi musik.