

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Lanjut usia merupakan sekelompok manusia yang berumur 60 tahun ke atas (Sunaryo, 2016). Lansia adalah seseorang yang telah berusia diatas 60 tahun dan tidak berdaya mencari nafkah sendiri untuk memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari (Ratnawati, 2017). Menurut Mawaddah (2020) Lansia adalah proses menjadi tua secara alamiah, yang memiliki arti seseorang akan melewati tiga tahap kehidupan yakni masa anak, masa dewasa dan juga masa tua. Menua adalah proses. Menua atau menjadi tua adalah suatu proses biologis yang tidak dapat dihindari. Proses penuaan terjadi secara alamiah. Hal ini dapat menimbulkan masalah fisik, mental, sosial, ekonomi dan psikologis.(Mustika, 2019). Proses penurunan kemampuan aktivitas yang dilakukan sehari oleh lansia , bukan hanya penurunan kognitif, penurunan emosional dan sosial juga dapat terjadi sehingga harus mendapatkan perlakuan khusus dari orang terdekatnya seperti keluarga

Menurut World Health Organization (WHO) di kawasan Asia Tenggara populasi Lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan populasi Lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun ini. Populasi Lansia di Indonesia pada tahun 2022 diperkirakan jumlah Lansia sekitar 80.000.000 (Kemenkes RI, 2021). Di Jawa Tengah prevalensi lansia 4,67 juta jiwa atau sebesar 12,71% pada tahun 2021. Prevalensi lansia di Kabupaten Sukoharjo pada Tahun 2021 sebanyak 120,565 atau sebesar 13,23% (BPS Provinsi Jawa Tengah, 2021).

Jumlah pasien di Bangsal Lavender RSUD Ir Soekarno Kabupaten Sukoharjo pada bulan Januari – Juni sebanya 856 orang, dan 425 diantaranya adalah pasien lansia. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan selama 1 minggu, didapatkan jumlah lansia di Bangsal Lavender RSUD Ir Soekarno Kabupaten Sukoharjo sebanyak 12 pasien, perubahan psikologis yang paling sering muncul dan sering dialami lansia adalah kecemasan. Kecemasan adalah kondisi

psikologis seseorang yang penuh dengan rasa takut dan khawatir, dimana perasaan takut dan khawatir akan sesuatu hal yang belum pasti akan terjadi (Muyasaroh *et al.* 2020).

Prevalensi kecemasan memiliki angka yang cukup tinggi , menurut WHO tahun 2017 sekitar 3,6% populasi dunia terkena kecemasa. Prevalensi kecemasan di Indonesia pada usia 55 – 65 tahun sebanyak 6,9%, usia 65 – 75 tahun 9,7%, dan pada usia lebih dari 75 tahun sebanyak 13, 4% (kemenkes RI, 2018). Prevalensi kecemasan di provinsi Jawa Tengah tercatat sebanyak 4,7% dari 37 ribu penduduk (Hidayati dan Nunik, 2019).

Berdasarkan *National Safety Council* terdapat bermacam – macam teknik relaksasi untuk kecemasa yaitu teknik napas dalam, relaksasi 5 jari, dan teknik distraksi yaitu imajinasi dan terapi music (Yusli, 2019). Beberapa hal yang harus diperhatikan dalam pemberian terapi musik yang harus diperhatikan yaitu, pada jenis pilihan music yang digunakan. Ada beberapa pilihan jenis music yang dapat digunakan sebagai terapi antara lain music klasik, music gamelan, dan instrumental music. Lansia lebih banyak menyukai jenis music tradisonal (Hidayat, 2016). musik gamelan jawa merupakan music yang tercipta pada gamelan jawa berasal dari paduan bunyi gong, kenong, dan alat music jawa lainnya. Irama music umumnya lembut dan mencerminkan keselarasan hidup, sebagaimana prinsip hidup yang dianut pada umumnya oleh masyarakat jawa (Dutaningtyas, 2016). Musik dengan tempo yang lambat berkarakteristik menenangkan dengan santai bisa membuat ketenangan jiwa dan rasa, music gamelan adalah salah satu music yang mempunyai karakteristik menenangkan.

Menikmati musik gamelan jawa akan menciptakan kenyamanan jiwa , Ketika telinga mendengarkan suara music yang lembut dapat memperlambat detak jantung, memperluas kerja nafas dan akhirnya menyamankan jiwa (Yusli, 2019). Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Utami & Nurullya, (2019) di rumah pelayanan sosial lanjut usia Pucang Gading Semarang menunjukkan hasil penelitian pemberian terapi musik jawa berpengaruh terhadap tingkat kecemasan lansia dan penelitian tersebut dapat

digunakan sebagai alternatif untuk mengurangi kecemasan. Penelitian yang dilakukan antara Wayan *et al* (2020) pengaruh musik tradisional gamelan selonding Bali mengurangi kecemasan lansia di Banjar Selat, Buah Kaja, Payangan menunjukkan hasil signifikan dalam menurunkan kecemasan lansia.

Berdasarkan hasil wawancara kepada perawat di Bangsal pada hari Sabtu, 08 Juli 2023, perawat mengatasi masalah kecemasan pada lansia di Bangsal Lavender RSUD Ir Soekarno Kabupaten Sukoharjo tidak dilakukan musik apapun, hanya diberikan dukungan secara verbal. Maka akan dilakukan Tindakan terapi mendengarkan musik gamelan Jawa selama 3 hari 30 menit 3 x sehari.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut “penerapan terapi musik gamelan jawa terhadap tingkat kecemasan lansia di bangsal lavender RSUD Ir Soekarno Kabupaten Sukoharjo”. Tindakan terapi mendengarkan musik gamelan Jawa dilakukan selama 3 hari 30 menit 3 x sehari.

C. Tujuan Penerapan

1. Tujuan Umum

Mengetahui penerapan terapi music gamelan jawa terhadap tingkat kecemasan lansia di bangsal lavender RSUD Ir Soekarno Sukoharjo.

2. Tujuan Khusus

a Mendiskripsikan tingkat kecemasan pada lansia sebelum diberi terapi musik gamelan jawa.

b Mendiskripsikan tingkat kecemasan pada lansia setelah diberi terapi musik gamelan jawa.

c Mendiskripsikan tingkat kecemasan sebelum dan setelah diberi terapi musik gamelan jawa.

d Mengetahui perbedaan tingkat kecemasan kedua responden.

D. Manfaat Penerapan

1. Lansia

Penerapan ini diharapkan dapat memperbaiki masalah psikologis pada lansia di RSUD Ir Soekarno Sukoharjo. Penelitian ini juga diharapkan dapat

menjadi informasi bagi lansia terkait dengan perubahan psikologis yang mereka alami dengan cara mendengarkan music gamelan jawa.

2. RSUD Ir Soekarno Kabupaten Sukoharjo

Penerapan ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi pihak RSUD Ir Suekarno Kabupaten Sukoharjo terkait dalam bidang permasalahan lansia, untuk dapat menjadi pertimbangan membuat program – ptogram edukasi atau pembinaan bagi lansia yang di rawat di RSUD Ir Suekarno Kabupaten Sukoharjo.

3. Institusi Pendidikan

Penerapan ini dapat menambah referensi untuk institusi Pendidikan dalam menangani perubahan psikologis lansia. Sehingga mahasiswa diharapkan bisa mendapatkan referensi terbaru.