

SKRIPSI
PENGARUH TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL SEMAR
PEGULINGAN TERHADAP TINGKAT STRES PADA
LANSIA DENGAN DEMENSIA DI PANTI SOSIAL
TRESNA WERDA WANA SERAYA



Oleh:

PUTU SATRIA INDRAPRASTA MAHOTAMA
NIM. P07120221150

POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2025

SKRIPSI
PENGARUH TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL SEMAR
PEGULINGAN TERHADAP TINGKAT STRES PADA
LANSIA DENGAN DEMENSIA DI PANTI SOSIAL
TRESNA WERDA WANA SERAYA

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan

Oleh:

PUTU SATRIA INDRAPRASTA MAHOTAMA
NIM. P07120221150

POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2025

LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI
PENGARUH TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL SEMAR
PEGULINGAN TERHADAP TINGKAT STRES PADA LANSIA
DENGAN DEMENSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDA
WANA SERAYA

Diajukan Oleh :

PUTU SATRIA INDRAPRASTA MAHOTAMA

NIM. P07120221150

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



Dr. I Wayan Suardana, S.Kep, Ns, M.Kep
NIP. 197201091996031001

Pembimbing Pendamping :



I Gusti Ketut Gede Ngurah, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP. 1965081 11988 031002

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep
NIP. 1968123119920310

LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI
PENGARUH TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL SEMAR
PEGULINGAN TERHADAP TINGKAT STRES PADA LANSIA
DENGAN DEMENSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDA
WANA SERAYA

Diajukan Oleh :
PUTU SATRIA INDRAPRASTA MAHOTAMA
NIM. P07120221150

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SENIN

TANGGAL : 23 Juni 2025

TIM PENGUJI :

- | | | |
|---|---|-----------|
| 1 | <u>I Ketut Gama SKM., M.Kes</u>
NIP. 196202221983091001 | (Ketua) |
| 2 | <u>Ketut Sudiantara, A.Per.Pen. S.Kep.Ns M.Kes</u>
NIP. 196808031989031003 | (Anggota) |
| 3 | <u>Dr. Agus Sri Lestari, S.Kep., Ns., M.Erg</u>
NIP. 196408131985032002 | (Anggota) |

(.....)
(.....)
(.....)

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Ners. N. Made Sukarja, S.Kep., M.Kep
NIP. 1968123119920310

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Putu Satria Indraprasta Mahotama
NIM : P07120221150
Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan : Keperawatan Tahun Akademik 2025
Alamat : Br. Bokong, Sampalan Klod, Dawan, Klungkung

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi dengan judul Pengaruh Terapi Musik Instrumental Semar Pegulingan Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia dengan Demensia di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 23 Juni 2025

Yang membuat pernyataan



Putu Satria Indraprasta Mahotama

P07120221150

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan karunia-Nya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Musik Instrumental Semar Pegulingan Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia dengan Demensia di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya” tepat pada waktunya. Skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan sarjana terapan keperawatan jurusan keperawatan.

Dalam penulisan skripsi ini, peneliti menerima banyak bantuan dan dorongan dari berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan optimal. Untuk itu melalui kesempatan ini, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Sri Rahayu, S.Tr.Keb., S.Kep., Ners, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan secara tidak langsung dalam Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan.
2. Bapak I Made Sukarja, S.Kep.,Ners.,M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Nengah Runiari, S.Kp.,S.Pd., M.Kep.,Sp.Mat selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan yang telah memberikan bimbingan selama Pendidikan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
4. Bapak Dr. I Wayan Suardana, S Kep, Ns, M Kep, selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan pengetahuan, bimbingan, dan masukan dalam

menyelesaikan skripsi ini.

5. Bapak I Gusti Ketut Gede Ngurah.S Kep, Ns, M Kes, selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan pengetahuan, bimbingan, dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Astina dan Ibu Suastuti, selaku orang tua peneliti serta adik, dan teman-teman peneliti yang telah memberikan dukungan, doa, dorongan dan inspirasi kepada peneliti.
7. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti berharap dapat menerima kritik dan saran yang sifatnya membangun sehingga dapat menyempurnakan penyelesaian skripsi penelitian ini. Harapan peneliti, semoga skripsi penelitian ini dapat memberikan manfaat dan menambah wawasan terutama bagi peneliti serta bermanfaat bagi pembaca.

Denpasar, 23 Juni 2025

Peneliti

**THE INFLUENCE OF SEMAR PEGULINGAN INSTRUMENTAL MUSIC
THERAPY ON STRESS LEVELS IN ELDERLY INDIVIDUALS WITH
DEMENTIA AT THE TRESNA WERDA WANA SERAYA SOCIAL
INSTITUTION**

ABSTRACT

The prevalence of stress among the elderly in Indonesia reaches 8.34%. Music therapy, particularly instrumental music therapy using the Semar Pegulingan instrument, can serve as an effective alternative to reduce stress levels in elderly individuals with dementia through its influence on brain waves and the release of neurotransmitters. This study aims to investigate the effect of instrumental music therapy using Semar Pegulingan on stress levels among elderly individuals with dementia at the Tresna Werda Wana Seraya Social Welfare Home. The research method employed in this study is quantitative. The type of research used is a pre-experimental study employing a pre- and post-test design within a single group, involving 33 participants who received the Semar Pegulingan music therapy intervention. The instrument used in this study was the Perceived Stress Scale (PSS-10). The results of the study showed that the characteristics of the respondents were mostly elderly people with dementia aged 60-69 years (15 respondents, 45.4%), had not completed elementary school (15 respondents, 60.6%), and were predominantly female (24 respondents, 72.8%). 2. The stress level of the elderly before receiving the Semar Pegulingan instrumental music therapy intervention was 25.58 on average, and after receiving the intervention, the average value was 12.73. Statistical analysis using the Wilcoxon test yielded $p = 0.000$ at a significance level of 0.05, indicating that there was an effect of instrumental music therapy using the Semar Pengulingan on stress levels in elderly individuals with dementia at the Tresna Werda Wana Seraya Social Welfare Home.

Keywords: *Stress, Semar Pengulingan music, elderly, dementia*

PENGARUH TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL SEMAR PEGULINGAN TERHADAP TINGKAT STRES PADA LANSIA DENGAN DEMENSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDA WANA SERAYA

ABSTRAK

Prevalensi stres pada lansia di Indonesia mencapai 8,34%. Terapi musik, khususnya musik instrumental semar pegulingan, dapat menjadi alternatif efektif untuk mengurangi tingkat stres pada lansia dengan demensia melalui pengaruhnya terhadap gelombang otak dan pelepasan neurotransmitter. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik instrumental semar pegulingan terhadap tingkat stres pada lansia dengan demensia di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *pra-eksperimen* menggunakan desain *pre-and post-test* dalam satu kelompok, dengan 33 responden yang diberikan intervensi terapi musik semar pegulingan. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini menggunakan *Perceived Stress Scale* (PSS-10). Hasil penelitian di dapatkan bahwa karakteristik responden sebagian besar lansia dengan demensia berusia 60-69 tahun 15 responden (45,4%), tidak tamat SD 15 responden (60,6%), dan didominasi oleh perempuan 24 responden (72,8%). Tingkat stres pada lansia sebelum diberikan intervensi terapi musik instrumental semar pegulingan dengan nilai rata rata 25.58 dan setelah di berikan intervensi nilai rata-rata 12.73. Analisis statistik menggunakan uji *Wilcoxon* menghasilkan $p = 0,000$ dengan taraf signifikansi 0,05, yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi musik instrumental semar pegulingan terhadap tingkat stres pada lansia dengan demensia di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya.

Kata kunci: Stres, musik semar pegulingan, lansia, demensia

RINGKASAN PENELITIAN

PENGARUH TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL SEMAR PEGULINGAN TERHADAP TINGKAT STRES PADA LANSIA DENGAN DEMENSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDA WANA SERAYA

Oleh : Putu Satria Indraprasta Mahotama

Pada tahun 2018, sekitar 5% dari jumlah lansia di Provinsi Bali, setara dengan 1.329 jiwa, menderita demensia. Peningkatan prevalensi demensia di Indonesia dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko, termasuk usia, genetik, dan kondisi kesehatan tertentu. Penelitian menunjukkan bahwa aktivitas sosial dan mental yang berkesinambungan penting untuk mencegah masalah kesehatan pada lansia. Stres, yang dialami oleh 8,34% lansia di Indonesia, dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik dan psikologis. Terapi musik, khususnya musik instrumental semar pegulingan, dapat menjadi pendekatan efektif untuk menurunkan stres pada lansia dengan demensia.

Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya berkomitmen untuk meningkatkan kesejahteraan lansia dengan menyediakan fasilitas yang memadai dan program kegiatan yang mendukung. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terapi musik efektif dalam mengurangi perilaku agitasi pada lansia demensia. Peningkatan disabilitas fungsional pada lansia, yang disebabkan oleh proses penuaan dan gangguan kesehatan, dapat mengganggu kemampuan mereka dalam memenuhi Kebutuhan Aktivitas Sehari-hari (AKS). Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh terapi musik instrumental semar pegulingan terhadap tingkat stres pada lansia dengan demensia.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik instrumental Semar Pegulingan terhadap tingkat stres pada lansia dengan demensia di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya. Musik Semar Pegulingan dipilih karena sifatnya yang menenangkan dan historis digunakan sebagai musik istana untuk relaksasi. Terapi musik diyakini mampu menstimulasi sistem limbik, menurunkan kadar hormon stres (kortisol), serta meningkatkan hormon endorfin dan melatonin yang mendukung perasaan tenang dan bahagia.

Metode yang digunakan adalah desain pra-eksperimental dengan pendekatan *one group pre-test and post-test*. Sampel berjumlah 33 lansia dengan demensia yang dipilih secara *purposive sampling*. Intervensi berupa terapi musik Semar Pegulingan diberikan satu kali setiap pagi selama lima hari berturut-turut. Pengukuran tingkat stres dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS). Analisis data dilakukan dengan uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Karakteristik lansia dengan demensia di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya sebagian besar berada di rentan usia 60-69 tahun sebanyak 15 responden (45.4%), pendidikan responden Tidak Tamat SD sebanyak 20 responden (60.6%), Jenis kelamin lansia perempuan sebanyak 24 responden (72.8%). Tingkat stres pada lansia dengan demensia sebelum diberikan intervensi terapi musik instrumental semar pengulingan di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya dengan nilai rata rata 25.58. Tingkat stres pada lansia dengan demensia setelah diberikan intervensi terapi musik instrumental semar pengulingan di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya menunjukkan bahwa rata-rata hasil skor *post test* responden adalah 12.73. Ada pengaruh terapi musik instrumental semar pengulingan terhadap tingkat stres pada lansia dengan demensia di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya. nilai dengan p-value sebesar 0,000.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan tingkat stres yang signifikan setelah intervensi musik diberikan ($p < 0,05$). Hal ini membuktikan bahwa terapi musik Semar Pegulingan efektif dalam menurunkan tingkat stres pada lansia dengan demensia.

Simpulan dari penelitian ini adalah bahwa terapi musik instrumental Semar Pegulingan dapat menjadi salah satu alternatif terapi non-farmakologis yang efektif, aman, dan mudah diterapkan dalam menurunkan stres pada lansia dengan demensia. Saran dari penelitian ini adalah agar pihak panti sosial mempertimbangkan penerapan terapi musik secara rutin sebagai bagian dari program terapi harian lansia. Selain itu, penelitian lanjutan dengan jumlah sampel lebih besar dan durasi intervensi lebih lama perlu dilakukan untuk memperkuat temuan dan menjajaki dampak jangka panjang dari terapi ini.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	iii
HALAMAN JUDUL	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
ABSTRAK	vii
RINGKASAN PENELITIAN.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Konsep Demensia	10
1. Definisi Demensia.....	10
2. Gejala Perilaku Pada Demensia	13
3. Gejala Psikologis Pada Demensia.....	14
4. Gejala Psikotik.....	15
5. Tipe Demensia	16
B. Konsep Tingkat Stres	18
1. Definisi Stres	18
2. Sumber Stres.....	19
3. Tanda dan Gejala Stres	20
4. Macam-Macam Stres dan Kemampuan Menghadapinya.....	21
5. Tahapan Stres.....	24
6. Dampak Stres.....	25
C. Terapi Musik.....	28

1. Definisi Terapi Musik	28
2. Manfaat Terapi Musik	29
3. Jenis Terapi Musik.....	30
4. Cara Kerja Terapi Musik	31
5. Pengaruh Terapi Musik Pada Relaksasi	32
D. Musik Instrumental Semar Pegulingan	33
1. Definisi Musik Semar Pegulingan	33
2. Jenis-Jenis Musik Semar Pegulingan	34
3. Pengaruh Terapi Musik Semar Pegulingan Terhadap Tingkat Stres.....	35
BAB III KERANGKA KONSEP	39
A. Kerangka Konsep.....	39
B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel.....	40
1. Variabel Penelitian.....	40
2. Definisi Operasional	41
C. Hipotesis Penelitian.....	42
BAB IV METODE PENELITIAN	43
A. Jenis Penelitian	43
B. Alur Penelitian	44
C. Tempat dan Waktu Penelitian	45
D. Populasi dan Sampel	45
1. Populasi	45
2. Sampel	45
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	47
1. Jenis Data yang Dikumpulkan	47
2. Cara Pengumpulan Data.....	48
3. Instrumen Pengumpulan Data	49
F. Pengolahan dan Analisis Data	51
1. Pengolahan Data	51
2. Teknik Analisis Data.....	52
G. Etika Penelitian	54
1. <i>Informed consent</i> (lembar persetujuan).....	54
2. <i>Respect for autonomy</i>	54
3. <i>Confidentiality</i> (kerahasiaan)	55
4. <i>The principle of justice</i> (keadilan).....	55
5. <i>Beneficience</i> (manfaat).....	55
6. <i>Non maleficience</i> (tidak membahayakan)	55

BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	56
A. Hasil Penelitian	56
1. Kondisi Lokasi Penelitian	56
2. Karakteristik Subyek Penelitian.....	57
3. Hasil Pengamatan Terhadap Subyek Penelitian	59
4. Hasil Analisis Data	60
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	61
C. Kelemahan Penelitian.....	66
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	67
A. Simpulan.....	67
B. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	69

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional Penelitian.....	44
Tabel 2 Distribusi Frekuensi Usia Lansia	61
Tabel 3 Distribusi Frekuensi Pendidikan Lansia	61
Tabel 4 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Lansia.....	62
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres <i>Pre</i> dan <i>Post</i>	62
Tabel 6 Skor Tingkat Stres <i>Pre</i> dan <i>Post</i>	63
Tabel 7 Hasil Uji Hipotesis	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep	42
Gambar 2 Rancangan Penelitian	46
Gambar 3 Alur Penelitian	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian.....	74
Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya Penelitian	75
Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	76
Lampiran 4 Persetujuan Setelah Penjelasan (<i>Informed Consent</i>).....	77
Lampiran 5 Kuesioner <i>Perceived Stress Scale</i> (PSS).....	80
Lampiran 6 Prosedur Pelaksanaan Terapi Musik Semar Pegulingan.....	85
Lampiran 7 Data <i>Pre Test</i> Kuesioner Tingkat Stres.....	89
Lampiran 8 Data <i>Post Test</i> Kuesioner Tingkat Stres	90
Lampiran 9 Hasil Uji Statistik	92
Lampiran 10 Surat Izin Penelitian	94
Lampiran 11 Izin Melakukan Penelitian	95
Lampiran 12 Surat Persetujuan Etik	96
Lampiran 13 Dokumentasi Kegiatan	98
Lampiran 14 Lembar Bimbingan Skripsi.....	99
Lampiran 15 Bukti Penyelesaian Administrasi	100
Lampiran 16 Hasil Turnitin	101