

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehidupan manusia di dunia pasti akan mengalami proses menua atau penuaan. Seseorang dengan usianya yang sudah tua merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang disebut dengan lanjut usia (Yusuf dkk. 2015). Proses menua itu sendiri ditandai terjadinya berbagai perubahan/regresi (penurunan fungsi), antara lain perubahan fisik, sosial dan psikologis. Perubahan tersebut tentunya akan menimbulkan suatu masalah pada lansia.

Menurut *World Health Organization* (2021), jumlah lansia yang ada di dunia mencapai 761 juta jiwa. Jumlah lansia di Indonesia mencapai 30,9 juta jiwa, setara dengan 11,1% dari seluruh penduduk Indonesia tahun 2023 sedangkan jumlah lansia di Provinsi Bali telah mencapai 621 ribu jiwa atau sekitar 14,1%, dari penduduk Provinsi Bali tahun 2023 (Badan Pusat Statistik, 2023). Semakin meningkatnya populasi lansia, sejalan dengan peningkatan prevalensi lansia dengan demensia.

Salah satu kejadian yang termasuk dalam 13 *geriatric syndrome* pada proses menua adalah demensia atau yang disebut sebagai lupa ingatan. Demensia merupakan suatu kemunduran intelektual berat dan progresif yang mengganggu fungsi sosial, pekerjaan, dan aktivitas harian seseorang. Seseorang didiagnosis demensia bila dua atau lebih fungsi otak seperti ingatan dan keterampilan berbahasa menurun secara bermakna tanpa disertai penurunan kesadaran (Stanley, 2022).

Pada tahun 2018, 5% dari jumlah lansia di Provinsi Bali atau 1.329 jiwa menderita demensia. Selain itu, peningkatan presentase penyakit demensia di Indonesia pertahun pada umur 65 hingga 69 tahun terdapat lebih dari 0,5%, pada umur 70 hingga 74 tahun lebih dari 1% per tahun, pada umur 75 hingga 79 tahun lebih dari 2% pertahun, lebih dari 3% per tahun pada umur 80 hingga 84 tahun dan lebih dari 8% per tahun pada umur lebih dari 85 tahun (Hatmanti and Yunita, 2019). Tahun 2015 yaitu terdapat Prevalensi global demensia pada lansia lebih dari 48,8 juta jiwa dan diperkirakan akan meningkat menjadi lebih dari 74,7 juta pada tahun 2030 dan 131,5 juta pada tahun 2050. Di Indonesia, perkiraan jumlah orang yang hidup dengan demensia telah melebihi 1,2 juta pada 2015 dan akan terus meningkat menjadi lebih dari 2,3 juta pada tahun 2030 dan lebih dari 4,3 juta pada tahun 2050 (Finatunni and Nurhidayati, 2020).

Peningkatan angka kejadian dan prevalensi kasus demensia adalah multifaktorial diantaranya dipengaruhi oleh beberapa faktor resiko, misalnya meningkatnya usia seseorang (di atas 65 tahun), genetik/keturunan, trauma kepala, kurangnya pendidikan, lingkungan, adanya trauma kepala, penyakit-penyakit tertentu (hipertensi sistolik, stroke, dan lain-lain), serta gangguan imunitas. Hal yang dapat dilakukan untuk menurunkan resiko terjadinya demensia diantaranya yaitu banyak melakukan aktivitas belajar yang fungsinya untuk menjaga ketajaman daya ingat dan senantiasa mengoptimalkan fungsi otak (Karundeng, 2024).

Teori aktivitas yang dikemukakan Havighurst pada tahun 1952 juga mengemukakan bahwa sangat penting bagi lansia untuk tetap aktif secara sosial sebagai alat untuk menuju penuaan yang sukses. Selain itu penelitian terbaru menunjukkan pentingnya aktivitas mental dan fisik yang berkesinambungan untuk

mencegah kehilangan dan pemeliharaan kesehatan sepanjang masa kehidupan manusia (Stanley, 2022).

Perubahan yang terjadi setiap manusia seperti perubahan fisik maupun perubahan pada psikis yang diakibatkan karena proses penuaan, perubahan tersebut membuat lansia mudah untuk mengalami masalah emosional (Yusli and Rachma, 2019). Masalah mental yang sering dialami oleh lansia adalah stres, kecemasan, dan depresi. Lansia yang mengalami masalah mental juga mengalami perasaan yang tidak berharga, kesepian, mudah tersinggung dan kehilangan (Suidah and Cahyono, 2016).

Di Indonesia, prevalensi kejadian stres pada lansia mencapai 8,34% (Yosep, 2021). Data yang didapatkan dari Badan Pusat Statistik pada tahun 2018 tercatat sekitar 40% dari total penduduk Indonesia mengalami berbagai gangguan yang terjadi pada mental seperti stres, oleh karena itu stres harus diprioritaskan penanganannya (Yosep, 2021). Stres pada lansia mempunyai berbagai dampak yang dapat membahayakan seperti pada fisiologis maupun psikologis, dan bahkan keorganisasian. Stres merupakan stimulus yang dapat menciptakan berbagai tuntutan fisik, psikis, dan adaptasi yang tidak menyenangkan sehingga dapat menyebabkan terjadinya tekanan pada fisik maupun psikologis (Septiningsih and Na'imah, 2021).

Stres lebih banyak dialami oleh perempuan, yaitu sebanyak 135 ribu kasus dan pria sebanyak 86 ribu kasus (Quick and Henderson, 2016). Jenis kelamin berperan terhadap terjadinya stres. Ada perbedaan respon antara laki-laki dan perempuan saat menghadapi konflik. Otak perempuan memiliki kewaspadaan yang negatif terhadap adanya konflik dan stres, pada perempuan konflik memicu hormon

negatif sehingga memunculkan stres, gelisah, dan rasa takut. Sedangkan laki-laki umumnya menikmati adanya konflik dan persaingan, bahkan menganggap bahwa konflik dapat memberikan dorongan yang positif (Quick and Henderson, 2016).

Berdasarkan teori keperawatan Jhonson dan Peplau dapat diimplikasikan bahwa pada individu dengan keadaan stres dapat diatasi dengan cara membina hubungan interpersonal yang efektif dengan klien, sehingga dapat menurunkan stres pada individu, beradaptasi terhadap tekanan maupun dengan lingkungannya, dan menjalankan kehidupan dengan normal. Membina hubungan interpersonal yang efektif dapat dikombinasikan dengan memberikan berbagai terapi yang dapat digunakan untuk menurunkan stres pada lansia salah satu terapi komplementer untuk menurunkan stres yaitu dengan terapi musik (Khaira, 2016).

Musik memiliki komponen, yaitu nada dan irama yang dapat memberi pengaruh psikologis dan fisiologis pada tubuh. Saat rangsangan suara menggetarkan gendang telinga yang kemudian akan diteruskan ke susunan saraf pusat tepatnya pada sistem limbik. Sistem limbik memiliki fungsi sebagai neurofisiologi yang berhubungan dengan emosi, perasaan dan sensasi. Tepatnya berkaitan dengan emosi yang kuat seperti kesedihan, nyeri dan kegembiraan serta kenangan yang mendalam bagi seseorang (Yu-Ming Lai, 1990).

Terapi musik memiliki efek terhadap gelombang *alfa* dengan sampainya stimulus dari musik akan membentuk gelombang *alfa* yang sempurna dan merangsang pelepasan neurotransmitter yaitu serotonin. Selanjutnya serotonin akan diubah menjadi hormon melatonin yang memberikan efek relaksasi dan perubahan mood. Maka pemilihan musik yang tepat pada pasien dapat menjadikan efek terapeutik terhadap tingkat stres pada penderita demensia.

Pemilihan jenis musik instrumental semar pegulingan menjadi pilihan alternatif sesuai dengan latar belakang dan kegemaran pasien. Jika seseorang mendengarkan musik yang disukai, maka musik tersebut dapat meningkatkan performa kognitif mereka. Pemberian musik instrumental semar pegulingan dapat mempengaruhi gelombang otak melalui jaringan syaraf yang akan membangkitkan gelombang otak yang dibedakan atas frekuensi *alfa*, *beta*, *theta* dan *delta*.

Gelombang *alfa* membangkitkan relaksasi, gelombang *beta* terkait dengan aktifitas mental, gelombang *theta* dikaitkan dengan situasi stres dan upaya kreativitas, sedangkan gelombang *delta* dihubungkan dengan situasi mengantuk. (Rahmawati, 2018). Prinsip pemberian terapi musik instrumental semar pegulingan adalah dengan memberikan suara yang berbeda tempo irama lagu, dan dapat mempengaruhi telinga dan otak. Kemudian akan menangkap selisih dari perbedaan frekuensi yang mengikutinya sebagai gelombang otak. Mekanisme ini disebut dengan FFR (*Frequency Following Response*) dan terjadi di dalam otak, tepatnya di dua *superior olivary nuclei*, FFR didefinisikan sebagai penyesuaian frekuensi gelombang otak karena respon dari stimulus auditori mendorong perubahan gelombang otak secara keseluruhan serta tingkat kesadaran (Atwater, 2019).

Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya memiliki visi dan misi dalam meningkatkan kesejahteraan lansia baik jasmani maupun rohani, memiliki fasilitas yang memadai bagi para pasien seperti kamar tidur, ruang makan, kamar mandi, tempat beribadah, aula pertemuan, tempat olahraga dan kantor yang *representative*.

Program kegiatan meliputi pendekatan awal dalam *assessment* pasien, bimbingan fisik, sosial, mental, keterampilan serta resosialisasi. Struktur kelembagaan dan program yang kreatif membuat peneliti tertarik untuk menjadikan

Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya sebagai model layanan geriatri pada lansia.

Penelitian yang pernah diteliti dan sejalan dengan tema yang diangkat oleh peneliti, yakni 8 penelitian yang menyetujui bahwa terapi musik efektif mengurangi perilaku agitasi pada lansia demensia, sedangkan 1 penelitian yang berbeda tidak memberikan suatu persetujuan dan menyarankan penelitian lanjutan dengan sampel dan dosis terapi yang lebih adekuat pada penelitian yang dilakukan oleh Prbasari (2016) dengan judul *A Literature Review : The Effect of Musical Therapy on Agitation in Elderly with Dementia*.

Peningkatan disabilitas fungsional pada lansia merupakan akibat dari bertambahnya umur seseorang dan proses kemunduran yang diikuti dengan munculnya gangguan fisiologis, penurunan fungsi, gangguan kognitif, gangguan afektif, dan gangguan psikososial. Kondisi tersebut dapat mengganggu lansia dalam memenuhi Kebutuhan Aktivitas Sehari-hari (AKS).

Lansia yang mengalami depresi akan mengakibatkan kesulitan dalam memenuhi AKS-nya (Hall & Hassett, 2002), sedangkan lansia yang mengalami demensia dilaporkan juga memiliki defisit AKS dan Aktivitas Instrument Kehidupan Sehari-hari (AIKS) (Jorm, 1994). Efek disabilitas fungsional lansia sebagai respons fisiologis proses penuaan primer (umur) maupun sekunder (depresi dan demensia) perlu diterjemahkan ke arah pemikiran ilmiah tentang pengalaman manusia melalui riset dan konseptualisasi yang kreatif.

Peneliti tertarik melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui apakah pengaruh terapi musik instrumental semar pegulingan terhadap tingkat stres pada lansia dengan demensia. Sedangkan pada penelitian ini, variabel tingkat stres

akan dihubungkan dengan variabel terapi musik instrumental semar pegulingan sebagai *treatment* pada lansia dengan demensia.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan yang sudah dipaparkan di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh terapi musik instrumental semar pegulingan terhadap tingkat stres pada lansia dengan demensia di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh terapi musik instrumental semar pegulingan terhadap tingkat stres pada lansia dengan demensia di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, dan pendidikan.
- b. Mengukur tingkat stres pada lansia dengan demensia sebelum diberikan intervensi terapi musik instrumental semar pegulingan di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya.
- c. Mengukur tingkat stres pada lansia dengan demensia setelah diberikan intervensi terapi musik instrumental semar pegulingan di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya.
- d. Menganalisis pengaruh terapi musik instrumental semar pegulingan terhadap tingkat stres pada lansia dengan demensia di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan literatur terkait pengelolaan stres pada lansia dengan demensia, terutama dalam konteks non-farmakologis. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan dapat memperkaya teori-teori yang ada mengenai pengobatan alternative atau pelengkap dalam mengurangi stres pada lansia dengan demensia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan tentang cara menurunkan stres pada lansia dengan demensia melalui pemberian terapi musik instrumental semar pegulingan.

b. Bagi Praktisi Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pendekatan terapi alternatif berupa terapi musik instrumental semar pegulingan yang dapat digunakan untuk membantu mengurangi stres pada lansia dengan demensia, sebagai pelengkap pengobatan medis.

c. Bagi Lansia dengan Demensia

Dengan penelitian ini diharapkan lansia dengan demensia mampu melakukan terapi musik instrumental semar pegulingan dan mengurangi rasa stres. Lansia dengan demensia diharapkan mampu secara konsisten melakukan terapi musik instrumental semar pegulingan sehingga mampu mengatasi terkait stres.

d. Bagi Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya

Penelitian ini diharapkan memberikan informasi dan pengetahuan tenaga kesehatan yang bertugas di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya terkait pengaruh terapi musik instrumental semar pegulingan dalam mengatasi stres pada lansia dengan demensia.

e. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan memberikan informasi dan pengetahuan kepada masyarakat terkait pengaruh terapi musik instrumental semar pegulingan dalam mengatasi stres pada lansia dengan demensia.