

“APPLICATION OF KERONCONG MUSIC THERAPY TO IMPROVE THE
QUALITY OF SLEEP OF THE ELDERLY IN FULFILLING REST NEEDS AT
THE WREDHA HOME”

Nur Aini, Nurun Laasara, Tri Widyastuti

Department of Nursing Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman

Email : nuraini05022001@gmail.com

ABSTRACT

Background : The elderly often experience several changes that can affect physical and psychological health. One of the sleep disorders, factors that affect physical changes, the environment, and health conditions. One of the non-pharmacological techniques to improve sleep quality so as to meet the rest and sleep needs of the elderly is music therapy.

Purpose : Describing the application of Music Therapy to Elderly Sleep Quality in Fulfilling Sleep Rest Needs at Wredha Nursing Home using the nursing process method based on evidence based practice.

Methods : This study uses a descriptive method with a case study approach to nursing care for elderly people with sleep disorders who experience changes in the fulfillment of sleep rest needs using the application of music therapy performed 30 minutes before bed with a duration of 30 minutes carried out 4 times within one week in two elderly people.

Result : This study shows that there is an increase in sleep quality scores and a decrease in complaints of sleep disturbances in the two elderly as evidenced by Mrs. P's sleep quality score from a score of 14 (poor) to 7 (poor) and in Mrs. K from a score of 11 (poor) to 5 (good).

Conclusion : The problem of sleep disorders can be resolved with music therapy so that the expected results can affect the quality of sleep in the elderly at the Abiyoso Wredha home

Keyeords : Music therapy, Sleep disorders, Elderly, Sleep Quality

Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

“PENERAPAN TERAPI MUSIK KERONCONG TERHADAP
PENINGKATAN KUALITAS TIDUR LANSIA DALAM PEMENUHAN
KEBUTUHAN ISTIRAHAT DI PANTI WREDHA”

Nur Aini, Nurun Laasara, Tri Widyastuti
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email : nuraini05022001@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Lansia sering mengalami beberapa perubahan yang dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan psikologis. Salah satu Gangguan tidur, faktor yang mempengaruhi perubahan fisik, lingkungan, dan kondisi kesehatan. Salah satu teknik non farmakologis untuk meningkatkan kualitas tidur sehingga memenuhi kebutuhan istirahat dan tidur lansia adalah terapi musik.

Tujuan : Menggambarkan penerapan Terapi Musik Terhadap Kualitas Tidur Lansia Dalam Pemenuhan Kebutuhan Istirahat Tidur Di Panti Wredha dengan menggunakan metode proses keperawatan berdasarkan evidence based practice.

Metode : Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus asuhan keperawatan lansia dengan gangguan tidur yang mengalami perubahan pada pemenuhan kebutuhan istirahat tidur menggunakan penerapan terapi musik yang dilakukan 30 menit sebelum tidur dengan durasi 30 menit dilakukan sebanyak 4 kali dalam waktu satu minggu pada dua lansia.

Hasil : Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan skor kualitas tidur dan penurunan keluhan gangguan tidur pada kedua lansia di buktikan dengan skor kualitas tidur Ny.P dari skor 14 (buruk) menjadi 7 (buruk) dan pada Ny.K dari skor 11 (buruk) menjadi 5 (baik).

Kesimpulan : Masalah gangguan tidur dapat teratasi dengan terapi musik keroncong sehingga hasil yang diharapkan dapat mempengaruhi kualitas tidur pada lansia di panti Wredha Abiyoso

Kata Kunci : Terapi musik, Gangguan tidur, Lansia, Kualitas Tidur.

Poltekkes Kemenkes Yogyakarta