

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia, atau lanjut usia, merujuk pada individu yang sudah berusia di atas 60 tahun, sebagaimana didefinisikan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dan *World Health Organization* (WHO). Penuaan adalah suatu fenomena universal yang secara berkelanjutan dialami oleh setiap individu yang mencapai usia panjang (Lestari *et al.*, dalam Herlisah 2025). Di Indonesia, prevalensi penduduk lanjut usia telah mencapai 9,60% pada tahun 2019. Lebih lanjut, diperkirakan bahwa jumlah populasi lansia akan mengalami peningkatan signifikan hingga 59% pada tahun 2030 (Adawiyah *et al.*, 2022).

World Health Organization (2021) menyatakan bahwa jumlah penduduk lanjut usia di seluruh dunia diperkirakan mencapai 500 juta orang dengan rata-rata usia 60 tahun, serta diproyeksikan meningkat dari 1,2 miliar menjadi 2 miliar orang pada tahun 2025. Sejalan dengan tren global tersebut, Badan Pusat Statistik melaporkan bahwa pada tahun 2025 jumlah penduduk lansia di Indonesia diperkirakan akan melampaui seperlima dari keseluruhan penduduk. Data menunjukkan bahwa pada tahun 2020 jumlah lansia mencapai 26,82 juta jiwa atau 9,92%, dan meningkat pada tahun 2021 menjadi sekitar 29,3 juta jiwa atau 10,82%. Daerah Istimewa Yogyakarta menjadi wilayah dengan persentase lansia tertinggi di Indonesia (16,23 %),

nilai tersebut tercatat berada di atas rata-rata nasional, yakni sebesar 12% (Data Susenas 2024).

Tahap lanjut usia menandai fase penutup dari siklus pertumbuhan kehidupan manusia. Pada fase ini, individu mengalami serangkaian perubahan, baik secara biologis, emosional, maupun psikososial. Perubahan-perubahan ini berpotensi menimbulkan berbagai permasalahan kesehatan, salah satunya yaitu kemunculan kecemasan (Rindayanti *et al.*, 2020).

Kecemasan adalah persoalan yang lazim dijumpai pada populasi lanjut usia (lansia). Kondisi ini seringkali dimanifestasikan melalui berbagai gejala fisik, seperti insomnia, perubahan perilaku, dan gangguan kardiovaskular. Sayangnya, kecemasan pada lansia seringkali luput dari perhatian atau terabaikan karena cenderung dianggap sebagai bagian yang wajar dari proses penuaan itu sendiri (Widiani *et al.*, 2024).

Kecemasan yang dialami oleh lansia dapat memicu beragam dampak negatif, seperti mudah gelisah, perubahan suasana hati (*mood*) yang fluktuatif, sifat mudah marah dan tersinggung. Lebih jauh, kecemasan yang berlangsung secara berkepanjangan berpotensi menyebabkan kondisi negatif seperti, penurunan tingkat kemandirian, yang ditandai dengan kesulitan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari serta kecenderungan terhadap isolasi sosial, disertai dengan gangguan mental lain seperti depresi dan insomnia, serta berpotensi memperparah kondisi fisik, termasuk penyakit jantung dan hipertensi. Untuk meminimalisir konsekuensi negatif

ini, diperlukan intervensi terapeutik yang efektif dalam meredakan keluhan kecemasan. Salah satu intervensi yang bisa diterapkan untuk mengatasi kecemasan pada lanjut usia adalah melalui teknik relaksasi dan distraksi (Herlisah *et al.*, 2025).

Kecemasan pada lansia merupakan salah satu masalah keperawatan psikososial yang sering dijumpai dalam praktik keperawatan gerontik. Berdasarkan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI, 2018), kondisi tersebut termasuk dalam diagnosis Ansietas. Perawat berperan penting dalam melakukan pengkajian tingkat kecemasan, menetapkan diagnosis keperawatan secara tepat, serta merencanakan dan melaksanakan intervensi keperawatan yang komprehensif. Salah satu upaya keperawatan yang dapat dilakukan adalah penerapan intervensi non-farmakologis, seperti teknik relaksasi dan distraksi, guna menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan lansia secara holistik.

Terapi musik merupakan salah satu bentuk intervensi yang memanfaatkan musik sebagai sarana terapeutik salah satu metode yang aman, sederhana, dan ekonomis, tidak menimbulkan efek samping atau risiko, serta mudah diimplementasikan. Tujuan utamanya adalah memperbaiki kondisi fisik, emosional, intelektual, dan sosial individu dari segala usia. Dari perspektif psikologis, mendengarkan musik dapat memberikan sejumlah manfaat: seseorang cenderung merasa lebih rileks, aman, nyaman, dan sejahtera. Selain itu, musik memfasilitasi ekspresi

berbagai emosi, termasuk kebahagiaan, kesedihan, dan rasa sakit, serta efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan yang sedang dialami.

Herlisah *et al.* (2025) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa terapi musik memiliki ruang lingkup penerapan yang luas dan tidak hanya terbatas pada bidang psikologi, melainkan juga menunjukkan efektivitas dalam konteks pelayanan medis dan praktik keperawatan. Secara umum, terapi musik dimanfaatkan untuk membantu meredakan nyeri, mengendalikan tingkat stres, serta menstimulasi proses pertumbuhan dan perkembangan individu. Untuk memberikan kontribusi dan perbedaan dari studi-studi sebelumnya, peneliti dalam konteks ini memilih untuk menggunakan jenis musik yang berbeda, yaitu musik langgam Jawa, sebagai inovasi budaya lokal yang menawarkan kebaruan dibandingkan penelitian sebelumnya, serta relevan dengan responden peneliti yaitu lansia khususnya di daerah Sleman, Yogyakarta.

Penerapan terapi musik menggunakan langgam Jawa pada lansia dengan kecemasan didasarkan pada pendekatan non-farmakologis yang memanfaatkan musik sebagai alat relaksasi dan stimulasi emosional, inovasinya terletak pada penggabungan elemen tradisional langgam (tenang dan filosofis), menciptakan sesi yang adaptif dan personal, keistimewaannya adalah mempromosikan nostalgia positif dan harmoni nilai Jawa, berbeda dari musik asing, sementara keunggulannya meliputi sifat non-invasif, aman, murah, holistik (menggabungkan aspek fisik, emosional, dan sosial), serta keberlanjutan tanpa risiko efek samping seperti

obat. Efektivitasnya didukung studi milik Wardani *et al.* (2024) bahwa intervensi terapi musik langgam Jawa berhasil menurunkan kecemasan pada ibu hamil yang cukup signifikan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di BPSTW Abiyoso Daerah Istimewa Yogyakarta, diketahui bahwa jumlah lansia yang menetap di panti tersebut mencapai 115 orang. Hasil wawancara dengan salah satu pengelola panti mengungkapkan bahwa sekitar 70% lansia mengalami gangguan kecemasan. Selain itu, pihak pengelola BPSTW menyatakan bahwa hingga saat ini belum terdapat tindak lanjut atau intervensi khusus yang ditujukan untuk menangani permasalahan kecemasan pada lansia, diperoleh informasi bahwa di panti ada kegiatan harian 2 diantaranya yaitu dendang ria dan karawitan, oleh sebab itu, diperlukan suatu upaya penanganan yang tepat dan terarah guna menurunkan tingkat kecemasan yang dialami oleh lansia.

Dengan mempertimbangkan latar belakang yang telah dipaparkan, penelitian ini dilaksanakan bertujuan spesifik untuk menganalisis seberapa besar pengaruh pemberian terapi musik langgam Jawa pada tingkat kecemasan lansia. Kontribusi utama penelitian ini adalah untuk menghasilkan dan mengembangkan alternatif intervensi non-obat (non-farmakologis) yang tidak hanya efektif, tetapi juga aplikatif, demi meningkatkan kesejahteraan hidup lansia yang memiliki masalah kecemasan.

B. Rumusah Masalah

Adapun permasalahan yang menjadi fokus dalam studi kasus ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

"Bagaimana Proses penerapan terapi musik langgam jawa terhadap lansia dengan kecemasan?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Melaksanakan penerapan terapi musik langgam jawa terhadap lansia dengan Kecemasan di BPSTW Abiyoso dengan pendekatan asuhan keperawatan.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya pelaksanaan proses asuhan keperawatan meliputi pengkajian, diagnosa, perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi dengan pendekatan proses keperawatan penerapan terapi musik langgam jawa terhadap lansia dengan Kecemasan di BPSTW Abiyoso
- b. Diketuinya perbedaan tingkat kecemasan pada lansia sebelum dan sesudah diberikan terapi musik Langgam Jawa.
- c. Diketuinya perbedaan respon klien dengan masalah kecemasan sebelum dan sesudah penerapan terapi musik langgam Jawa

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah penelitian studi kasus keperawatan gerontik dengan penerapan terapi musik langgam Jawa pada

kasus yang sama yaitu 2 klien lansia yang mengalami kecemasan. Pelaksanaannya menggunakan pendekatan proses keperawatan.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah:

1. Teoritis

Hasil dari studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat signifikan bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam keperawatan gerontik. Hasil Studi ini diharapkan mampu menjadi bahan pengembangan mengenai penerapan terapi musik pada lansia dengan kecemasan. Selain itu, studi ini juga diharapkan dapat memperkuat pedoman intervensi untuk aplikasi terapi musik pada pasien, sehingga memungkinkan pemberian asuhan keperawatan yang komprehensif dan optimal.

2. Praktis

a. Bagi Institusi

Studi ini diharapkan dapat berfungsi sebagai tambahan literatur dan referensi yang berharga bagi mahasiswa keperawatan, khususnya pada peminatan keperawatan gerontik. Studi ini menyediakan informasi mendalam mengenai penerapan terapi musik langgam Jawa untuk mengatasi kecemasan pada lanjut usia. Lebih lanjut, hasil studi kasus ini dapat dijadikan acuan dan referensi untuk pelaksanaan studi kasus atau penelitian selanjutnya, terutama bagi mahasiswa yang sedang menjalani stase keperawatan gerontik.

b. Bagi Lansia

Diharapkan tingkat kecemasan pada lansia menurun dengan cara pemberian terapi musik langgam Jawa.

c. Bagi Perawat

Studi ini diharapkan menjadi salah satu pengembangan asuhan keperawatan, khususnya keperawatan gerontik. Hasil studi ini memberikan bukti ilmiah yang mendukung penggunaan musik langgam jawa sebagai alternatif dalam terapi komplementer untuk penurunan kecemasan pada lansia.

d. Bagi Pelayanan Kesehatan

Studi kasus ini diharapkan pengelola panti dapat menerapkan terapi musik langgam Jawa pada lansia dengan kecemasan. Selain itu, pengelola panti dapat mengorganisasikan terapi musik secara rutin ke dalam program keseharian lansia untuk menciptakan suasana yang tenang dan nyaman dan dapat menjadi pilihan intervensi non-farmakologis yang efektif untuk menghemat pengeluaran dari panti.

F. Keaslian Penelitian

1. (Herlisah *et al.*, 2025). Penerapan Terapi Musik Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Lansia Di RS Aiwakai Ikeda En Okinawa Jepang

Penelitian ini menerapkan desain studi kasus dengan menggunakan tahapan pendekatan keperawatan yang meliputi pengkajian, penetapan diagnosis keperawatan, perencanaan intervensi, pelaksanaan tindakan, serta evaluasi. Intervensi yang diaplikasikan pada pasien adalah

pemberian terapi musik klasik yang bertujuan untuk menurunkan tingkat kecemasan. hasil penelitian yang diperoleh yaitu Pemberian terapi musik klasik untuk menurunkan kecemasan pada Tn. M, dilakukan selama 3 hari pada tanggal 15 - 17 Juni 2024. Evaluasi akhir atas implementasi terapi musik klasik didapatkan hasil bahwa kecemasan pasien berkurang, ditandai dengan skor geriatry anxiety scale menjadi 37 (kecemasan ringan) sehingga dapat disimpulkan bahwa Terapi musik klasik dapat menurunkan tingkat kecemasan pada lansia.

Penelitian tersebut menjadi dasar teoritis dan praktis bagi penerapan terapi musik langgam Jawa pada lansia dengan kecemasan. Meskipun berbeda jenis musik, kesamaan karakteristik berupa tempo lambat, ritme stabil, dan melodi menenangkan memungkinkan tercapainya efek relaksasi yang serupa. Selain itu, kesesuaian musik langgam Jawa dengan latar belakang budaya lansia berpotensi meningkatkan kenyamanan, penerimaan, dan efektivitas intervensi. Dengan demikian, terapi musik tradisional seperti langgam Jawa dapat menjadi alternatif intervensi keperawatan non-farmakologis yang efektif dan relevan dalam praktik keperawatan gerontik.

Persamaan dengan penelitian peneliti adalah sama-sama meneliti tentang terapi musik untuk menurunkan tingkat kecemasan pada lansia. Perbedaan dengan penelitian peneliti yaitu penelitian yang dilakukan Mei Herlisah, Ita Apriliyani, Arni Nur Rahmawati menggunakan 1 responden sedangkan peneliti membandingkan 2 respon lansia

2. (Meliani dan Kamalah, 2021). Penerapan Terapi Musik Gamelan Jawa Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Desa Wanarata Kecamatan Bantarbolang Kabupaten Pemalang

Metodologi yang digunakan dalam karya tulis ini adalah pendekatan studi kasus. Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen pengukuran kecemasan berupa kuesioner *Geriatric Anxiety Scale* (GAS). Penerapan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah kecemasan melalui intervensi terapi musik gamelan Jawa menunjukkan hasil berupa penurunan tingkat kecemasan. Pada klien 1 dan klien 2, skor kecemasan mengalami penurunan dari tingkat kecemasan ringan (24–47) menjadi tidak mengalami kecemasan (0–23). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa intervensi terapi musik gamelan Jawa memiliki pengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan pada lansia. Berdasarkan hasil penerapan tersebut maka disarankan perawat dapat memberikan terapi musik gamelan Jawa untuk menurunkan kecemasan pada lansia.

Persamaan dengan penelitian peneliti adalah sama-sama meneliti tentang terapi musik untuk menurunkan tingkat kecemasan pada lansia. Penelitian yang dilakukan Celfi Khaerunisa Meliani, Aisyah Dzil Kamalah juga menggunakan 2 responden sama seperti peneliti yang membandingkan 2 respon lansia, penelitian milik Meliani *et al.* (2021) menggunakan musik gamelan Jawa yang hampir mirip dengan langgam Jawa.

Perbedaan dengan penelitian peneliti yaitu menggunakan musik gamelan sedangkan peneliti menggunakan musik langgam Jawa.

3. (Wardani *et al.*, 2024). Pengaruh Terapi Musik Langgam Jawa, Campursari dan Sape Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Aterm di Wilayah Kerja Puskesmas Mojo

Metode penelitian ini yaitu Desain pra-eksperimental penelitian ini mencakup dua kelompok pretest dan post-test. Dengan menggunakan teknik random sampling, sampel terdiri dari 45 ibu hamil aterm yang dipisahkan menjadi 3 kelompok di wilayah operasional puskesmas Mojo. Uji statistik *Wilcoxon Match Paired* digunakan dalam metode analisis bivariat. Skala Skrining Kecemasan Perinatal (PASS) adalah alat yang digunakan. Hasil penelitian yang diperoleh yaitu Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa wanita hamil aterm yang menerima terapi musik mengalami penurunan kecemasan. Terapi musik langgam Jawa ($p\text{-value}=0.004$, $p\text{-value}$), Campursari ($p\text{-value}=0.001$, $p\text{-value}$), dan Sape ($p\text{-value}=0.001$, $p\text{-value}$). Setelah diberikan terapi musik langgam Jawa, mayoritas responden (9 orang atau 60%) menjadi tidak cemas, menunjukkan efektivitas tinggi dalam mengurangi kecemasan melalui melodi tenang dan filosofis yang mempromosikan relaksasi. Pada kelompok musik campursari, mayoritas responden (8 orang atau 53,3%) juga menjadi tidak cemas, dengan penggabungan elemen dinamis dan modern yang membantu mengurangi stres secara signifikan, meskipun sedikit lebih rendah daripada langgam Jawa. Sehingga mendapatkan

kesimpulan bahwa berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan kecemasan ibu hamil aterm dapat dikurangi dengan menggunakan musik langgam jawa, campursari dan sape.

Persamaan dengan penelitian peneliti adalah sama-sama meneliti tentang terapi musik langgam Jawa untuk menurunkan tingkat kecemasan, sehingga mendukung pengembangan penerapan terapi musik langgam Jawa pada lansia yang mengalami kecemasan.

Perbedaan dengan penelitian peneliti penelitian yang dilakukan oleh (Wardani *et al.*, 2024) menggunakan metode desain pra-eksperimental penelitian ini mencakup dua kelompok pretest dan post-test. Dengan menggunakan teknik random sampling, sampel terdiri dari 45 ibu hamil aterm sedangkan peneliti membandingkan 2 responden yaitu kelompok lansia.