



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

SKRIPSI

PENGARUH *EXPRESSIVE MOVEMENT MUSIC MODALITY THERAPY*

TERHADAP TINGKAT DEPRESI PADA PENSIUNAN

DALAM RENTANG USIA 58 – 70 TAHUN

DI DESA MAREDA KALADA

TAHUN 2022

MYRNAWASTI DUWANTI GOLLU

1802071

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA TAHUN 2022

PENGARUH *EXPRESSIVE MOVEMENT MUSIC MODALITY THERAPY*
TERHADAP TINGKAT DEPRESI PADA PENSIUNAN
DALAM RENTANG USIA 58 – 70 TAHUN
DI DESA MAREDA KALADA
TAHUN 2022

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana

Keperawatan

MYRNAWASTI DUWANTI GOLLU

1802071

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN SEKOLAH

TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA TAHUN 2022

KEASLIAN PENELITIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh *Expressive Movement Music Modality Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pada Pensiunan Dalam Rentang Usia 58 – 70 Tahun di Desa Mareda Kalada Tahun 2022” yang akan saya kerjakan sebagai persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, bukan merupakan tiruan ataupun duplikasi dari skripsi kesarjanaan dilingkungan institusi maupun di Perguruan Tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

Apabila kemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah tiruan dari skripsi lain, maka saya bersedia dikenai sanksi yaitu pencabutan gelar kesarjanaan saya.

Yogyakarta, Februari 2022



Myrnawasti Duwanti Gollu

1802081

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PENGARUH *EXPRESSIVE MOVEMENT MUSIC MODALITY THERAPY*
TERHADAP TINGKAT DEPRESI PADA PENSIUNAN
DALAM RENTANG USIA 58 – 70 TAHUN
DI DESA MAREDA KALADA
TAHUN 2022**

**Skripsi ini telah diperiksa oleh Pembimbing dan disetujui untuk
dilaksanakan Sidang Skripsi**

Yogyakarta, 29 Juli 2022



Wayan Sudharta, S.Kep., Ns., M.Kep

LEMBAR PENGESAHAN



Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan penguji

Pada

Tanggal 18 Agustus 2022

Ketua penguji

Enik Listyaningsih, SKM, MPH

Penguji I :

Erik Adik Putra Bambang Kurniawan, S.Kep., Ns., MSN :

Penguji II :

Wayan Sudharta, S.Kep., Ns., M.Kep :

Mengesahkan,

Mengetahui,

Ketua STIKES Bethesda Yakkum

Ketua Program Studi Sarjana
Keperawatan



Nurha Ikuningtyas, S.Kep., Ns.,
M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D., Ns.

Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep.

HALAMAN MOTTO

**“UCAPKANLAH SYUKUR UNTUK KEBERHASILAN YANG TUHAN
BERIKAN, PANCARKANLAH KEMULIAAN TUHAN MELALUI
KEBERHASILAN ITU”.**

**“KETIKA KITA TIDAK MAMPU TUHAN MAMPU, KETIKA KITA
MAMPU ITU KARENA TUHAN MEMAMPUKAN”.**

**“JANGANLAH HATIMU IRI KRPAADA ORANG-ORANG YANG
BERDOSA, TETAPI TAKUTLAH AKAN TUHAN SENANTIASA.
KARENA MASA DEPAN SUNGGUH ADA, DAN HARAPANMU TIDAK
AKAN HILANG”.**

AMSAL 23 : 18–19

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Tuhan Yesus Kristus yang sungguh amat sangat luar biasa atas berkat dan karuniaNya kepada saya, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Kepada kedua orang tua saya, Bapak Dadi Lodo dan Ibu Wini Dede serta adik saya Rinto yang selalu memberi dukungan, motivasi, doa, semangat, materi dan kasih sayangnya kepada saya.
3. Almarhum adik tersayang yang sudah bahagia bersama Bapa di Surga. Terima kasih sudah selalu memberikan doa terbaiknya, terimakasih sudah menjadi penyemangat kakak selain bapa mama, terimakasih untuk kasih sayang, bahagia dan kebersamaan yang terjalin selama 9 tahun, sangat singkat dan tidak akan terulang lagi. I love you sayang
4. Kakakku tersayang Suster Hilda Milla Ate SCMM, yang sangat-sangat mendukung dalam doa, moral dan maretial.
5. Sahabat terbaik saya, Yuni Atika Handayani S. Kep, Welfa Cinthya Ningrum S. Kep, Beatrich Alfika manu S. Kep , Made Intan, Lori, Iren, Susan, Elsa dan Regina yang selalu ada dan selalu siap siaga membantu dalam segala lini dan setia mendengarkan segala keluh kesah saya, huuuu love you guyss.
6. Teman terbaik, Paul Supusepa yang selalu setia menemani, selalu memberikan motivasi dan siap mengantar kemana saja saat sedang pusing dan stress mengerjakan skripsi. Thankyou

7. Teman-teman mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan angkatan 2018 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

STIKES BETHESDA YAKKUM

ABSTRAK

MYRNAWASTI DUWANTI GOLLU. “Pengaruh *Expressive Movement Music Modality Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pada Pensiunan Dalam Rentang Usia 58–70 Tahun di Desa Marenda Kalada Tahun 2022.”

Latar Belakang : Depresi merupakan suatu perasaan sedih dan pesimis yang berhubungan dengan penderitaan, dapat berupa serangan yang ditujukan pada diri sendiri atau perasaan marah yang dalam. Tindakan yang dilakukan untuk memperbaiki kondisi mental dan mobilitas fisik bisa menggunakan manfaat yang dihasilkan dari kombinasi antara musik dan gerak yaitu *Expressive Movement Music Therapy*.

Tujuan Penelitian : Mengetahui Pengaruh *Expressive Movement Music Modality Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pada Pensiunan Dalam Rentang Usia 58–70 Tahun di Desa Marenda Kalada Tahun 2022.

Metode Penelitian : Desain penelitian menggunakan *Pre Eksperimental* dengan pendekatan *one group pre test-post test design* tanpa kelompok kontrol. Jumlah populasi 30 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, dengan jumlah sampel 30 pensiunan.

Hasil Penelitian : Uji *Wilcoxon Rank Test* diperoleh *p value* $< \alpha$, yakni $0,000 < 0,05$ yang berarti H_0 di tolak dan H_a diterima.

Kesimpulan : Ada pengaruh *Expressive Movement Music Modality Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pada Pensiunan Dalam Rentang Usia 58 – 70 Tahun Di Desa Marenda Kalada Tahun 2022.

Saran : Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian yang berhubungan dengan Efektifitas *Expressive Movement Music Modality Therapy* Terhadap kualitas tidur mahasiswa.

Kata kunci : *Expressive Movement Music Modality Therapy*+Depresi+Pensiunan, xvi +114 halaman+18 tabel+2 skema+17 lampiran

Kepustakaan : 41, 2002–2020

ABSTRACT

MYRNAWASTI DUWANTI GOLLU. “The Effect of Expressive Movement Music Modality Therapy on Depression Level in Retirees in the Age Range of 58–70 Years in Mareda Kalada Village in 2022.”

Background: Depression is a feeling of sadness and pessimism associated with suffering, it can be an attack directed at oneself or a feeling of deep anger. Actions taken to improve mental conditions and physical mobility can use the benefits resulting from the combination of music and movement, namely Expressive Movement Music Therapy.

Objective: This research aims to determine the effect of Expressive Movement Music Modality Therapy on depression level in retirees aged 58–70 years old in Mareda Kalada Village in 2022.

Method: This was pre-experimental approach with one-group pre-posttest design approach without control group. Total population was 30 respondents. The sampling technique used purposive sampling, with a sample of 30 retirees.

Results: Wilcoxon Rank Test showed $p \text{ value} < \alpha$, ie $0.000 < 0.05$, thus H_0 was rejected and H_a was accepted.

Conclusion: There was an effect of Expressive Movement Music Modality Therapy on depression levels in retiree aged 58 - 70 years old in Mareda Kalada Village in 2022.

Suggestion: It is hoped that further researchers can conduct research related to the effectiveness of Expressive Movement Music Modality Therapy on sleep quality of student.

Keywords: Expressive Movement Music Modality Therapy+Depression+Retirees, xvi +114 pages+18 tables+2 schemas+17 appendices

Bibliography : 41, 2002–2020

PRAKATA

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas penyertaan dan kasih karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh *Expressive Movement Music Modality Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pada Pensiunan Dalam Rentang Usia 58 – 70 Tahun di Desa Mareda Kalada Tahun 2022”. Skripsi ini di susun untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Dalam penyusunan Skripsi ini peneliti telah dibantu dan di dukung oleh berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D., Ns. Selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Bapak Kornelis Mezango, selaku Kepala Desa di Desa Mareda Kalada, Kecamatan Wewewa Timur, Kabupaten Sumba Barat Daya, Provinsi Nusa Tenggara Timur.
3. Ibu Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Ibu Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Koordinator Skripsi Prodi Sarjana Keperawatan 2022
5. Ibu Enik Listyaningsih, SKM, MPH, selaku Ketua Penguji yang telah memberikan masukan dalam penyusunan skripsi.
6. Bapak Erik Adik Putra Bambang Kurniawan, S.Kep., Ns., MSN, selaku Penguji I yang telah memberikan masukan dalam penyusunan skripsi.

7. Bapak Wayan Sudharta, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku pembimbing yang telah bersedia membantu dan membimbing dalam pembuatan skripsi serta memberikan kritik dan saran dalam memperbaiki skripsi.
8. Bapak Dadi Lodo dan Ibu Wini Dede, serta seluruh keluarga dan orang yang saya kasihi yang selalu memberikan dukungan moril, materil dan motivasi dalam menempuh studi.
9. Bapak/Ibu dosen maupun karyawan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, terima kasih untuk dukungan. Semangat, motivasi, bimbingan, didikan dan ilmu yang sudah diberikan kepada saya selama menempuh pendidikan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.

Selama proses penyusunan skripsi ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan, sehingga peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi meningkatkan kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat sebagaimana mestinya. Tuhan Memberkati.

Yogyakarta, Februari 2022



Myrnawasti Duwanti Gollu

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	i
KEASLIAN PENELITIAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
HALAMAN MOTTO	v
ABSTRACT	viii
PRAKATA	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II : KAJIAN TEORI.....	14
A. Landasan Teori	14
1. <i>Pensiunan</i>	14
2. <i>Tingkat Depresi</i>	21
3. <i>Expressive Movement Music Modality Therapy</i>	25
B. Kerangka Teori	30

C. Kerangka Konsep.....	32
D. Hipotesis Penelitian.....	33
E. Variabel Penelitian.....	33
BAB III : METODE PENELITIAN.....	37
A. Desain Penelitian	37
B. Waktu dan Tempat Penelitian	37
C. Populasi dan Sampel.....	38
D. Alat Ukur Penelitian	38
E. Uji Validitas dan Reliabilitas	40
F. Etika Penelitian	41
G. Prosedur Pengambilan Data	42
H. Rencana Analisis Data	47
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN	52
A. Hasil Penelitian.....	52
1. Analisis Univariat.....	52
2. Analisis Bivariat.....	55
B. Pembahasan.....	56
C. Keterbatasan Penelitian	64
BAB V : PENUTUP	65
A. Kesimpulan	65
B. Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN.....	73

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian	9
Table 2 SOP <i>Expressive Movement Music Modality Teraphy</i>	29
Table 3 Definisi Operasional	35
Table 4 Desain Penelitian	37
Table 5 Kisi–Kisi Umum.....	39
Table 6 Kisi-Kisi Khusus Indikator Kuesioner Tingkat Depresi	40
Table 7 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Pensiunan	52
Table 8 Distribusi Frekuensi Berdasarkan jenis kelamin.....	53
Table 9 Distribusi Frekuensi Berdasarkan pendidikan	53
Table 10 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Perkawinan	54
Table 11 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Depresi Pensiunan sebelum diberikan intervensi <i>Expressive Movement Music Modality Therapy</i> di desa Mareda Kalada Tahun 2022	54
Table 12 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Depresi Pensiunan sesudah diberikan intervensi <i>Expressive Movement Music Modality Therapy</i> di desa Mareda Kalada Tahun 2022	55
Table 13 Uji Wilcoxon Test Geriatric Depression Scale (GDS)	56
Table 14 Tabel Olahan Data	87
Table 15 Tabel Umum	91
Table 16 Lembar Konsultasi Proposal	97

DAFTAR SKEMA

Skema 1 Kerangka teori	31
Skema 2 Kerangka Konsep	32

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Studi Awal
- Lampiran 2 *Ethical Clearent*
- Lampiran 3 Turnitin
- Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 5 Surat Pernyataan Menjadi Asisten Penelitian
- Lampiran 6 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Surat Persetujuan Menjadi Pesponden
- Lampiran 8 Lembar Informed Consent
- Lampiran 9 Kuesioner Geriatric Depression Scale (GDS)
- Lampiran 10 SOP Expressive Movement Music Modality Therapy
- Lampiran 11 Tabel Olahan Data
- Lampiran 12 Tabel Umum
- Lampiran 13 Tabel Khusus
- Lampiran 14 Analisis Bevariat
- Lampiran 16 Lembar Konsultasi Proposal
- Lampiran 17 Lembar Konsultasi Skripsi