A-PDF Watermark DEMO: Purchase from www.A-PDF.com to remove the watermark

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pensiun merupakan sebuah peran baru dalam hidup seseorang yang berhenti dari pekerjaan formal dan tidak bekerja lagi serta mengalami perubahan ekonomi berupa pendapatan yang jauh berkurang dari sebelumnya. Kesiapan mental dibutuhkan dalam menghadapi perubahan sosial serta membutuhkan penerimaan diri yang baik, sehingga tidak menimbulkan depresi, frustasi dan stres pada diri individu. Purna tugas merupakan termin akhir perkembangan yang akan dialami oleh setiap pekerja, dimana kiprah serta gaya hidup setiap orang akan berubah dari syarat kerja menjadi syarat tidak bekerja yang akan berdampak pada pensiunan itu sendiri serta keluarganya (Fahmi et. al, 2016).

Sebagian pensiunan merasakan ketenangan dalam menghadapi masa pensiun , namun seringkali pensiunan merasa cemas bahkan depresi dapam menghadapi masa pensiun. Menurut Asdyanti (2012) terdapat bermacam-macam alasan diantaranya karena faktor prestise, faktor ekonomi, faktor status sosial dalam masyarakat seringkali juga menjadi alasan. Terlebih lagi bagi jabatan kepala desa, selain merupakan pekerjaan dan jabatan juga merupakan status sosial yang cukup tinggi di dalam kehidupan masyarakat pedesaan. Pensiun dapat menjadi titik balik dalam

STIKES BETHESDA YAKKUM

identitas personal seseorang karena stigma (cacat, noda) yang terkait dengan perubahan peran dan hubungan antar orang tertentu yang berubah. Gejala ini erat terkait dengan apa yang disebut sindroma pasca kausa yaitu kumpulan gejala yang memperlihatkan ketidaksesuaian antara tingkah laku dengan keadaan yang dihadapi saat itu karena sebelumnya memegang jabatan atau kekuasaan tertentu. Menurut Karimauv (2015) masa pensiun datangnya bersamaan dengan tibanya masa usia lanjut sehingga keduanya terdapat hubungan yang erat, oleh karena itu seseorang yang memasuki masa pensiun juga harus mempersiapkan diri memasuki usia lanjut. Perubahan-perubahan seperti tersebut dapat menjadi stress psikososial yang akan menimbulkan berbagai gangguan kejiwaan khususnya depresi. Apabila seorang mendapatkan suatu tekanan dalam kehidupannya maka orang tersebut akan mengalami penyesuaian. Apabila usaha tersebut berhasil maka tidak akan terjadi suatu masalah, namun jika yang terjadi sebaliknya maka hal tersebut akan mengganggu kehidupannya.

Lubis (2016) menyatakan bahwa depresi merupakan suatu penyakit jiwa dengan gejala utama sedih, yang disertai gejala-gejala psikologik lainnya, gangguan somatic maupun gangguan psikomotor dalam kurun waktu tertentu dan digolongkan kedalam gangguan afektif. Depresi dalam penggunaan istilah sehari-hari biasanya dikaitkan dengan perasaan sedih, murung, putus asa, merana dan tidak bahagia. Depresi dapat juga berupa sekumpulan gejala atau sindroma (disertai perubahan kognitif, psikomotor

STIKES BETHESDA YAKKUM

dan vegetatif) atau merupakan kesatuan penyakit (dengan gambaran klinis yang khas, dasar riwayatnya dan hubungan dengan keadaan biologisnya).

WHO (*World Health Organization*) tahun 2015 memperkirakan terdapat lebih dari 300 juta orang di seluruh dunia mengalami depresi dengan proporsi kejadian wanita lebih sering dibandingkan dengan pria. Pada kasus depresi ada sebanyak 50% yang terjadi pada usia produktif yaitu pada usia 20-50 tahun. Gjerdingen et al (2014) mengatakan depresi yang terjadi pada ibu akan menujukan gejala mental dan fisik yang mempengaruhi kualitas hisup dan produktifitasnya. Menurut WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2018 memperkirakan bahwa depresi akan menjadi penyakit terbesar pada global terbesar di dunia setelah penyakit jantung iskemik pada tahun 2020. Angka kejadian depresi di Amerika Serikat mencapai lebih dari 23 juta setiap tahunnya, dengan prevalensi 1:4. Dengan prevalensi depresi di Indonesi diperkirakan sebesar 3,7% dari populasi, yaitu 12.

Menurut Solih et al (2018) Depresi yang ditandai dengan aktivitas HPA (Hipotalamus-Pituitary-Adrenal) axis yang meningkat dengan meningkatkan Corticotropin Releasing Hormon (CRH) dan dilepas oleh hypothalamus ke dalam cairan cerebrospinal, ACTH (hipersekresi adrenocorticotropin hormone) yang dilepas oleh kelenjar hipofise (Pituitary) ke sirkulasi darah, meningkatkan episode sekresi ACTH dan

STIKES BETHESDA YAKKUM

berkurangnya respon ACTH terhadap CRH, meningkatnya pelepasan cortisol dari kelenjar adrenal, serta penambahan volume hipofisis dan cortex adrenal (keduanya akibat usaha keras merespon ACTH), sehingga sebab utama banyak keluhan dan tanda dari depresi adalah deregulasi feedback system aksis. Expressive Movement Music Teraphy yang memanfaatkan musik dan gerak dengan aktivasi sistem saraf simpatis dan parasimpatis serta meningkatkan pelepasan berbagai hormon dan peptida, yang meliputi hormon dan peptida pada aksis HPA seperti sistem opioid endogen, oksitosin, dan vasopresin ariginin, sehingga menurunkan kadar ACTH dan kortisol yang menyebabkan kondisi individu menjadi relaks dengan pengeluaran serotonin yang membuat individu merasa senang, bahagia, meningkatkan perasaan sejahtera dan memperbaiki nafsu makan (Elizabet J.Crowe, 2019).

Expressive Movement Music Modality Teraphy merupakan salah satu program *Movement Music Theraphy* yang dapat memanfaatkan respon dari motilitas seseorang melalui media musik yang di perdengarkan, baik pada orang yang tidak mampu melakukan ambulasi secara mandiri atau pada orang yang duduk dikursi roda, dengan bebas melakukan *improvisasi* dalam musik dalam *express feeling*, salah satu contoh yang dapat dilakukan dengan improvisasi musik adalah bisa dilakukan dengan *expressive movement* yaitu bergerak dengan bebas sesuai kreasi pensiunan lewat musik yang bertujuan untuk memperbaiki kondisi mental dan juga

STIKES BETHESDA YAKKUM

gerakan yang bermanfaat untuk kebutuhan fisik dalam memperbaiki mobilitas fisik, memperbaiki kondisi insomnia, kemampuan kognitif dan meningkatkan circulasi darah (Eschen, 2012).

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 3 November 2021 di desa Mareda Kalada Sumba Barat Daya, hasil wawancara dengan 9 orang dari pensiunan di desa Mareda Kalada didapatkan 6 dari 9 pensiunan mengalami masalah dengan tingkat depresi setelah pensiun. Alasan para pensiunan mengalami tingkat depresi setelah pensiun adalah adanya rasa jenuh karena setiap hari hanya berada di rumah dan tidak bekerja lagi, ada juga pensiunan yang mengatakan karena terbiasa bekerja setelah pensiun mengalami stress karena anaknya menyuruh beristirahat dari pekerjaan dan menjaga cucu jika orang tua dari cucunya sedang bekerja, alasan lain pensiunan mengalami depresi yaitu tidak ada pekerjaan sampingan yang dapat dilakukan setelah pensiun. Tiga pensiunan lain juga mengatakan setelah pensiun merasa lebih legah karena bisa lebih fokus dalam mengurus diri karena selama masih bekerja sibuk mengurus pekerjaan sehingga tidak terlalu memperhatikan diri sendiri terlebih memperhatikkan kesehatan. Sesuai fenomena diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh *Expressive Movement Music Modality Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pada Pensiunan Dalam Rentang Usia 58 – 70 Tahun di Desa Mareda Kalada Tahun 2022".

STIKES BETHESDA YAKKUM

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah : Apakah Ada Pengaruh *Expressive Movement Music Modality Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pada Pensiunan Dalam Rentang Usia 58 – 70 Tahun di Desa Mareda Kalada Tahun 2022?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh *Expressive Movement Music Modality Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pada Pensiunan Dalam Rentang Usia 58 – 70 Tahun di Desa Mareda Kalada Tahun 2022.

2. Tujuan Khusus

   a. Mengetahui karakteristik responden seperti umur, Jenis kelamin, pendidikan, status perkawinan pada pensiunan di desa Mareda Kalada tahun 2022.

   b. Mengetahui tingkat depresi responden sebelum dilakukan *expressive movement music modality therapy* pada pensiunan di desa Mareda Kalada tahun 2022.

   c. Mengetahui tingkat depresi responden sesudah dilakukan *expressive movement music modality therapy* pada pensiunan di desa Mareda Kalada tahun 2022.

STIKES BETHESDA YAKKUM

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan awasan khususnya dalam bidang keperawatan gerontik dan keperawatan jiwa terkait Pengaruh *Expressive Movement Music Modality Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pada Pensiunan Dalam Rentang Usia 58 – 70 Tahun di Desa Mareda Kalada Tahun 2022.

2. Manfaat Praktis

   a. Bagi Pensiunan

      Diharapkan pensiunan dapat meneruskan terapi *expressive movement music modality therapy* ini, dikarenakan suatu terapi merupakan suatu program yang berkelanjutan agar diperoleh manfaat yang besar pada diri pensiunan.

   b. Bagi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

      Diharapkan penelitian ini dapat menambah referensi tentang Pengaruh *Expressive Movement Music Modality Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pada Pensiunan Dalam Rentang Usia 58 – 70 Tahun di Desa Mareda Kalada Tahun 2022.

   c. Bagi Peneliti Lain

      Penelitian ini dapat menjadi acuan bagi peneliti lain untuk menjadi referensi dalam penyusunan penelitian serta dapat mengambangkan penelitian ini yang berkaitan dengan pengaruh *Expressive*

STIKES BETHESDA YAKKUM

Movement Music Modality Therapy terhadap Tingkat Depresi Pada Pensiunan dalam Rentang Usia 58 – 70 Tahun.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang "Pengaruh *Expressive Movement Music Modality Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pada Pensiunan Dalam Rentang Usia 58 – 70 Tahun Di Desa Mareda Kalada Tahun 2022" ini belum pernah dilakukan di desa mareda kalada pada tahun 2022, namun ada beberapa penelitian serupa yang pernah dilakukan pada tabel 1.

STIKES BETHESDA YAKKUM

Tabel 1 Keaslian Penelitian

No	Nama/ Tahun	Judul penelitian	Metode penelitian	Hasil penelitian	Persamaan penelitian	Perbedaan
1.	Devi Nuriska Putri/2014	Pengaruh Pemberian *Expressive Movement Music Modality Teraphy* Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Rumah Asuh Anak & Lansia (Raal) Griya Asih Lawang Kabupaten Malang	Desain penelitian yang digunakan adalah pre experiment dengan metode pengambilan data pre dan post test one group tanpa kelompok kontrol. Variabel bebas yang digunakan adalah Expressive Movement Music Modality Theraphy dan variabel terikat yaitu depresi. Jumlah populasi sebanyak 23 orang, kemudian diambil	Hasil analisis data didapatkan P value asymp signt = 0.014 (P value < 0.05). Terdapat perbedaan tingkat depresi sebelum dan sesudah dilakukan expressive movement music modality teraphy pada kelompok lansia di rumah asuh anak dan lansia griya asih Lawang Kabupaten Malang mempunyai hasil yang bermakna.	– Persamaan penelitian ini terdapat pada variabel independen yaitu *Expressive Movement Music Modality Teraphy*. – Persamaan lain terdapat pada variabel dependen	– Perbedaan pada penelitian ini yaitu sampel yang digunakan peneliti sebanyak 15 responden sedangkan peneliti menggunakan 50 responden.

STIKES BETHESDA YAKKUM

No	Nama/ Tahun	Judul penelitian	Metode penelitian	Hasil penelitian	Persamaan penelitian	Perbedaan
			menggunakan teknik purposive sampling dan diketahui jumlah sampel sebanyak 15 orang. Analisis data diakukan dengan uji statistik wilcoxon ranks test variabel berpasangan.		yaitu tingkat depresi	
2.	Rita Mahareni F, Tanto Hariyanto dan Ani Sutriningsih/2017	Hubungan Lama Pensiun TNI AD Dengan Tingkat Depresi Pada Purnawirawan Di DPC Pepabri Ancab Lowokwaru Kota Malang	Desain penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan secara cross sectional. Analisa data yang digunakan adalah uji korelasi sperman rank. Populasi	Hasil penelitian didapatkan responden memiliki lama pensiun ≤ 6 bulan sebanyak 18 purnawirawan (42,2%), tingkat depresi ringan sebanyak 19 purnawirawan (45%) dan berdasarkan hasil uji korelasi spearman rank dengan	– Persamaan pada penelitian ini terdapat pada variabel dependen yaitu tingkat depresi pada pensiunan	– Metode pangambilan sampel yang digunakan peneliti adalah sampling jenuh sedangkan peneliti menggunakan

STIKES BETHESDA YAKKUM

No	Nama/ Tahun	Judul penelitian	Metode penelitian	Hasil penelitian	Persamaan penelitian	Perbedaan
			sebanyak 41 purnawirawan perwira di DPC PEPABRI ANCAB Lowokwaru Kota Malang. Pengambilan sampel secara sampling jenuh yaitu sebanyak 41 purnawirawan.	signifikasi 95 % didapatkan nilai p-value sebesar 0,01. Nilai ini kurang dari alpha 0,05 artinya Ho ditolak sehingga dalam pengujian statistik pada penelitian ini menyatakan ada hubungan yang signifikan antara lama pensiun TNI AD dengan tingkat depresi pada purnawirawan di DPC PEPABRI ANCAB Lowokwaru Kota Malang.	– Populasi dan sampel penelitian pada pensiunan	total populasi. – Perbedaan lainnya terdapat pada variabel independen yaitu hubungan lama pensiun TNI AD sedangkan penulis menggunakan *Expressive Movement Music Modality Teraphy*.

STIKES BETHESDA YAKKUM

No	Nama/ Tahun	Judul penelitian	Metode penelitian	Hasil penelitian	Persamaan penelitian	Perbedaan
3.	Dyah Putri Hermaningtyas, Alif Mardijana, Rosita Dewi/2015	Hubungan antara Masa Persiapan Pensiun dan Kecenderungan Depresi pada Pegawai Negeri Sipil (PNS) di Universitas Jember	Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasional yang bersifat cross sectional. Sampel yang digunakan adalah PNS yang menghadapi masa persiapan pensiun tahun 2014 sebanyak 34 responden yang dipilih dengan teknik non probability sampling dengan metode total sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Variabel yang diukur yaitu lama masa persiapan pensiun pada	Hasil penelitian menunjukkan PNS dengan lama masa persiapan pensiun 1 tahun 26% orang mengalami kecenderungan depresi dan PNS dengan lama masa persiapan pensiun 2 tahun 7% orang mengalami kecenderungan depresi. Hasil uji statistik Spearman menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,144 (p>0,05) yang artinya tidak terdapat hubungan yang bermakna antara lama masa persiapan pensiun dan tingkat kecenderungan depresi pada	– Persamaan pada penelitian ini terdapat pada variabel dependen yaitu tingkat deparesi	– Variabel independen yaitu hubungan masa persiapan pensiun sedangkan peneliti menggunakan *Expressive Movement Music Modality Teraphy*.

STIKES BETHESDA YAKKUM

No	Nama/ Tahun	Judul penelitian	Metode penelitian	Hasil penelitian	Persamaan penelitian	Perbedaan
			pegawai negeri sipil di Universitas Jember sebagai variabel bebas dan kecenderungan depresi sebagai variabel terikat. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah informed consent dan kuesioner Beck Depression Inventory (BDI).	pegawai negeri sipil di Universitas Jember.		

STIKES BETHESDA YAKKUM