

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO) lanjut usia adalah dikatakan pada orang yang berumur 60 tahun atau lebih. Lanjut usia merupakan suatu proses alami dan merupakan tahap akhir dari kehidupan yang tidak bisa dihindari dari setiap individu. WHO menyatakan bahwa lanjut usia meliputi usia pertengahan (45-59 tahun), lanjut usia (60-74 tahun), usia tua (75-90 tahun), usia sangat tua dan usia >90 tahun (Padila, 2013).

Menurut Bandiyah (2009) bahwa seiring bertambahnya usia, maka akan bertambah pula berbagai masalah, masalah fisik, mental sosial, ekonomi dan psikologi. Salah satu masalah yang sering terjadi adalah penurunan kualitas tidur. Faktor risiko yang ditemukan antara lain berupa nyeri, ketidaknyamanan, alkoholik pemakaian obat tidur, serta adanya faktor lingkungan seperti kegaduhan seperti penyakit sistemik yang berdampak lansia sering berkemih di malam hari (Tamher dan Noorkasiani, 2009).

Di dunia, angka prevalensi insomnia pada lansia diperkirakan sebesar 13- 47% dengan proporsi sekitar 50-70% terjadi pada usia diatas 65 tahun. Sebuah penelitian *Aging Multicenter* melaporkan bahwa sebesar 42% dari 9.000 lansia yang berusia diatas 65 tahun mengalami gejala insomnia (Suasari, et. al. 2014). Penelitian yang dilakukan di Taipei menunjukkan bahwa sebanyak 40 % individu yang berusia diatas 60 tahun mengalami insomnia dimana mereka sering terbangun dan sulit untuk memulai tidur (Tsou, 2013).

Di Indonesia, angka prevalensi insomnia pada lansia sekitar 67%. Sedangkan sebanyak 55,8 % lansia mengalami insomnia ringan dan 23,3 % lansia yang mengalami insomnia sedang di Poliklinik Geriatri RSUP Sanglah (Suastari, et. al, 2014). Gangguan tidur yang terjadi pada lansia dapat menyebabkan penurunan kualitas tidur pada lansia. oleh sebab itu, sangat penting untuk mengetahui bagaimana cara memperoleh kualitas tidur yang baik salah satu cara untuk mengururangi gangguan tidur pada lansia dengan terapi musik dan aromaterapi lavender. Menurut Erkkiila (2008) dan Siedliecki (2006) menyatakan bahwa terapi musik memiliki potensi baik sebagai terapi komplementer, sebagai fasilitator bahkan sebagai terapi alternatif non farmakologis.

Peneliti melakukan penelitian di Panti Wreda Budhi Dharma, masuk Kelurahan Giwangan dan Kecamatan Umbulharjo Kota Yogyakarta. Panti Wreda ini memiliki 60 orang lansia yang terbagi menjadi 35 orang perempuan dan 25 orang laki-laki, terdapat 5 orang yang masih diobservasi dan 4 orang di ruang isolasi . Studi awal dilaksanakan pada hari kamis, 23 Agustus 2018, peneliti melakukan wawancara pada 40 orang dari 60 lansia. 40 Lansia mengatakan bahwa sering terbangun di malam hari dan sulit untuk memulai tidur kembali. Hasil wawancara dengan perawat bahwa rata-rata lansia memiliki gangguan tidur tetapi berbeda dalam hal derajatnya.

Dari latar belakang peneliti membandingkan dua intervensi diatas dengan judul “Perbandingan Terapi Musik Suara Alam Dan Terapi Musik Keroncong Terhadap Kualitas Tidur ”

B. Rumusan Masalah

Sesuai uraian latar belakang, maka rumusan masalah penelitian adalah “Bagaimana Perbandingan Terapi Musik Suara Alam Dan Terapi Musik Keroncong Terhadap Kualitas Tidur Lansia di Panti Wreda Budhi Dharma Umbulharjo Yogyakarta Tahun 2020?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui Perbandingan terapi musik suara alam dan terapi musik keroncong terhadap kualitas tidur lansia di Panti Wreda Budhi Dharma, Umbulharjo Yogyakarta tahun 2020.

2. Tujuan khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini, yaitu

- a. Mengetahui karakteristik responden : Usia, Jenis Kelamin, dan Pendidikan penderita insomnia di Panti Wreda Budhi Dharma Umbulharjo Yogyakarta tahun 2020.
- b. Mengetahui kualitas tidur sebelum (*pre*) diberikan Terapi Musik Suara Alam di Panti Wreda Budhi Dharma, Umbulharjo Yogyakarta tahun 2020.
- c. Mengetahui kualitas tidur sebelum (*pre*) diberikan Terapi Musik Keroncong di Panti Wreda Budhi Dharma, Umbulharjo Yogyakarta tahun 2020.
- d. Mengetahui kualitas tidur sesudah (*post*) diberikan terapi Musik Suara Alam di Panti Wreda Budhi Dharma, Umbulharjo Yogyakarta tahun 2020.
- e. Mengetahui kualitas tidur sesudah (*post*) diberikan Terapi Musik Keroncong di Panti Wreda Budhi Dharma, Umbulharjo Yogyakarta tahun 2020.

- f. Mengetahui perbedaan kualitas tidur sebelum (*pre*) dan sesudah (*post*) diberikan Terapi Musik Suara Alam di Panti Wreda Budhi Dharma, Umbulharjo Yogyakarta tahun 2020.
- g. Mengetahui perbedaan sebelum (*pre*) dan sesudah (*post*) diberikan Terapi Musik Keroncong di Panti Wreda Budhi Dharma, Umbulharjo Yogyakarta tahun 2020.
- h. Mengetahui perbedaan kualitas tidur sesudah (*post*) diberikan Terapi Musik Suara Alam dan Terapi Musik Keroncong.

D. Manfaat Penelitian

Hasil yang diperoleh dalam penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat kepada :

1. Bagi Ilmu Keperawatan
Melalui penelitian ini diharapkan tenaga pendidikan keperawatan bisa mengembangkan pengetahuan komplementer dalam memperbaiki kualitas tidur lansia
2. Bagi Institusi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
Sebagai referensi bagi mahasiswa tentang perbandingan terapi musik suara alam dan terapi musik keroncong dalam memperbaiki kualitas tidur lansia.
3. Bagi Panti Wreda Budhi Dharma
Sebagai pengetahuan tentang cara alami meningkatkan kualitas tidur lansia dengan terapi musik suara alam dan terapi musik keroncong
4. Bagi Peneliti Selanjutnya
Sebagai dasar penelitian selanjutnya dan Diharapkan peneliti selanjutnya mengembangkan penelitian ini ini dengan menambah sampel pada penelitiannya

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian dijelaskan pada tabel hal 5 sd 6

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul	Metode penelitian	Hasil penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Sri Nuryati , Rodiyah, Mas Imam Ali Affandi	Pengaruh Terapi Musik Instrumental Terhadap Insomnia Pada Lansia Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jombang Tahun 2017	-Desain penelitian yang digunakan adalah <i>Pre Eksperiment</i> dengan menggunakan rancangan <i>One Group Pre – Post test design.</i> -sampel 16 orang menggunakan <i>quota non probability sampling</i> dengan metode <i>quota sampling</i> ,	1. Analisa menggunakan <i>uji wilcoxon sign rank test</i> nilai p value 0,007 nilai lebih kecil dari $\alpha =$ 0,05 atau ($p < \alpha$). Berdasarkan penelitian diatas dapat disimpulkan. H_1 diterima yang artinya ada pengaruh terapi musik instrumental terhadap insomnia pada lansia dengan nilai signifikasi sangat rendah 2. Responden sebelum dilakukan terapi musik instrumental (62,5%) mengalami insomnia sedang setelah dilakukan terapi musik instrumental (66,7%) menjadi tidak mengalami insomnia	1. Memiliki sampel yang sedikit 40 responden	1. Cara pengambilan sampel penulis menggunakan <i>purposive sampling</i> 2. Desain penelitian penulis menggunakan <i>two group pre dan post</i> tanpa kelompok kontrol

No	Nama Peneliti	Judul	Metode penelitian	Hasil penelitian	Persamaan	Perbedaan
2	Arif Rakhman, Anisa Oktiwati, Khodijah	Musik Gamelan Meningkatkan Kualitas Tidur Lansia Di Desa Kagok Kecamatan Slawi Kabupaten Tegal Tahun 2017	desain <i>quasi experimental</i> dan rancangan penelitian menggunakan <i>One Group Pre-Post Test Design</i>	Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan kualitas tidur lansia sebelum dan setelah diberikan terapi musik gamelan dengan <i>pvalue</i> 0,002 (<i>p value</i> < 0,05).	1. Sampel yang sedikit	1. peneliti menggunakan rumus analitis kategorik berpasangan 2. menggunakan pendekatan one group
3	Dian Sari, Devid Leonard (2017)	Pengaruh Aroma Terapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Wisma Cinta Kasih	Desain penelitian: Pre-eksperimental menggunakan rancangan One Group Pretest-Posttest Design menggunakan uji T-test dependent	Uji statistik didapatkan nilai $\alpha = 0,000$, dimana terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap kualitas tidur lansia di Wisma Cinta Kasih Padang	Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling	1. jumlah sampel 30 orang 2. menggunakan rancangan One Group Pretest-Posttest 3. memberikan terapi lavender setiap 2 kali/minggu