

INTISARI

Aging (menua) merupakan salah satu proses fisiologis pada tubuh manusia yang dapat dapat memicu terjadinya gangguan mental, yakni depresi. Depresi merupakan gangguan *mood* atau afek yang terdiri atas berbagai tanda meliputi hilangnya energi dan minat, rasa bersalah, sulit berkonsentrasi, hilang nafsu makan serta pikiran mengenai bunuh diri dan kematian yang bertahan selama dua minggu sehingga mengganggu fungsi kehidupan. Proses tersebut mulai terlihat pada usia diatas 60 tahun atau disebut lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan mendengarkan murrotal Al Qur'an dan musik jazz terhadap tingkat depresi pada lansia.

Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimental quasi dengan rancangan penelitian *Pretest Posttest Only Design without Control Grup* dengan menggunakan 30 lansia di Panti Wredha Sultan Fatah, Demak, yang dibagi menjadi 2 kelompok. Kelompok I dipajankan Murrotal surat Arrahman yang dilantunkan oleh Misyari Rasyidh yang didengarkan sebelum tidur, kelompok II dipajankan musik jazz dengan judul *in Love in Vain* yang dinyanyikan oleh Doris Day yang didengarkan sebelum tidur, pajanan dilakukan 3 kali dalam satu minggu selama satu bulan dengan durasi pemajanan 30 menit. Pengukuran tingkat depresi dilakukan sebelum pajanan dan setelah pajanan yang diukur menggunakan kuisioner GDS (*Geriatric Depression Scale*) kemudian analisis menggunakan uji *Wilcoxon*

Hasil analisis menggunakan uji *Wilcoxon* perbedaan antara kelompok murrotal dan musik jazz didapatkan $p = 0,030$.

Berdasarkan hasil tersebut penelitian ini disimpulkan bahwa terdapat perbedaan bermakna antara mendengarkan murrotal dan musik jazz terhadap tingkat depresi pada lansia ($p < 0,05$).

Kata kunci : *Aging* ,depresi, murrotal Al-Qur'an, musik jazz, lansia