

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Aging (menua) merupakan salah satu proses fisiologis pada tubuh manusia yang dapat menimbulkan berbagai perubahan anatomi maupun fisiologi (Soejono, 2014), perubahan tersebut mengakibatkan penurunan beberapa neurotransmitter seperti serotonin, norepinephrin dan dopamin, sehingga hal tersebut 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 (Kaplan dan sadock, 2010). Proses tersebut mulai terlihat pada usia diatas 60 tahun atau disebut lansia (Soejono, 2014). Salah satu upaya dalam menurunkan tingkat depresi adalah dengan mendengarkan musik jazz maupun murrotal Al-Qur'an. Pengaruh mendengarkan murrotal Al-Qur'an maupun musik jazz terhadap penurunan tingkat depresi telah dilakukan dalam berbagai penelitian (Uprianingsih, 2013; Permana, 2017 ; Portet, 2009). Akan tetapi, belum ada penelitian mengenai perbedaan mendengarkan murrotal Al-Qur'an dan musik jazz untuk menurunkan tingkat depresi pada lansia di panti wredha.

Insidensi depresi pada lanjut usia di pelayanan kesehatan primer adalah 5 – 17%, sementara prevalensi depresi pada usia lanjut yang mendapat

pelayanan asuhan rumah (*home care*) adalah 13,5% (Soejono, 2014). Sedangkan di Indonesia menurut penelitian yang telah dilakukan dengan pengukuran menggunakan *Geriatric Depression Scale short form* (GDS-SF) sebanyak 33,8% (Wada et al., 2005). Penelitian yang telah dilakukan oleh (Sari, 2015) menyatakan bahwa tingkat depresi lansia yang tinggal dipanti wredha lebih tinggi dari lansia yang tinggal bersama dengan keluarga, hal ini dikarenakan lansia merasa kehilangan kehangatan keluarga dan terasingkan sehingga muncul perasaan negatif seperti kecewa, sedih, dendam dan marah sehingga mengakibatkan timbulnya gangguan mental seperti depresi. Seseorang yang mengalami depresi dapat meningkatkan terjadinya percobaan bunuh diri, terdapat 75% lansia yang depresi mencoba melakukan bunuh diri (Krishnan, Deleong and Kraemer, 2002). Selain hal tersebut depresi dapat mengakibatkan malnutrisi dan pneumonia pada lansia yang mengalami imobilisasi (Soejono, 2014). Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian ini untuk menurunkan angka morbiditas dan mortalitas akibat depresi.

Selama ini mendengarkan musik maupun murrotal Al-Qur'an dapat digunakan sebagai terapi alternatif ataupun komplementer dalam menurunkan tingkat depresi (Anaswati, 2016 ; Perez *et al.*, 2010 ; Hanser and Thompson, 1994 ; Maratos *et al.*, 2009). Kedua musik ini diduga memiliki perbedaan dalam menurunkan tingkat depresi. Ketika mendengarkan murrotal Al-Qur'an akan membangkitkan gelombang alpha dan delta (Kaheel, 2010 dalam Fasa, 2016), hal ini akan mengakibatkan

pelepasan neurotransmitter meliputi serotonin dan norepinephrin (Julianto and Etsem, 2011) sehingga memperkuat rasa nyaman, rasa bahagia dan nafsu makan yang baik (Guyton and Hall, 2007). Berbeda halnya dengan mendengarkan musik jazz akan membangkitkan gelombang alpha dan beta (Astadi, 2017), hal ini akan mengakibatkan pelepasan dopamin sehingga membuat tubuh menjadi *rileks* (Stegemiller, 2012), sejalan dengan hal tersebut musik akan menurunkan tingkat depresi yang ditandai dengan penurunan kortisol (Leardi *et al.*, 2007). Artinya, ketika mendengarkan murrotal Al-Qur'an maupun musik jazz akan dapat menurunkan tingkat depresi.

Berdasarkan uraian tersebut, perlu dilakukan penelitian mengenai perbedaan mendengarkan murrotal Al-Qur'an dan musik jazz terhadap tingkat depresi pada lansia khususnya dipanti wreda.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan pertanyaan peneliti sebagai berikut :

"Apakah terdapat perbedaan mendengarkan murrotal Al-Qur'an dan musik jazz terhadap tingkat depresi pada lansia di Panti Wredha Sultan Fatah, Demak?"

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui adakah perbedaan mendengarkan murrotal Al-Qur'an dan musik jazz terhadap tingkat Depresi pada lansia di Panti Wredha Sultan Fatah, Demak.

1.3.2. Tujuan Khusus

1.3.2.1. Untuk mengetahui tingkat depresi sebelum dan sesudah mendengarkan murrotal Al-Qur'an.

1.3.2.2. Untuk mengetahui tingkat depresi sebelum dan sesudah mendengarkan musik jazz.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi penelitian selanjutnya terkait masalah depresi khususnya dikalangan mahasiswa.

1.4.2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu pilihan untuk intervensi yang efektif menurunkan tingkat depresi pada lansia