

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Beberapa peneliti membuktikan bahwa relaksasi dapat menurunkan taraf keluhan fisik pada klien yang mengalami kesakitan kronis. Relaksasi sangat berperan dalam mencegah kecemasan dan memungkinkan klien untuk mengontrol tubuh merespons ketegangan dan kecemasan sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian (Koziea dan Erb, 1997).

Kecemasan adalah respons emosional terhadap penilaian yang menggambarkan keadaan khawatir, gelisah, takut dan tidak tenang disertai berbagai keluhan fisik. Keadaan tersebut dapat terjadi dalam berbagai situasi kehidupan manapun sebagai gangguan sakit (Vida, 2004). Menurut Pietra (2001) dan Haryanto et al (2004) kecemasan adalah reaksi yang menjadi nyata atau bayangan ancaman, merupakan perasaan umum dari tidak aman atau rasa takut.

Saat ini di seluruh dunia, jumlah lanjut usia diperkirakan lebih dari 625 juta jiwa (satu dari 10 orang berusia diatas 60 tahun), dan pada tahun 2025 lanjut usia akan mencapai 1,2 milyar (Nugroho, 2008), di Indonesia sekitar 6% penduduk berusia 60 tahun keatas dan 3% berusia 65 tahun keatas atau lebih dan data kantor statistik Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) pada tahun 1990 menunjukkan jumlah lansia pada sensus penduduk tahun 1990 menunjukkan

Indonesia merupakan negara berkembang, dimana setiap tahunnya angka kecemasan semakin meningkat, disebabkan berbagai faktor yang terjadi terutama pada lansia serta dapat meningkatkan angka kesakitan serta menimbulkan kegagalan sistem imunitas (Sholeh, 2005). prevalensi keadaan kecemasan (*anxietas*) di Indonesia berkisar antara 2-5% dari populasi umum atau 7-16% dari semua penderita gangguan jiwa (Pietra, 2001).

Berdasarkan konsep psiconeuroimunologi, kecemasan merupakan stressor yang bisa menurunkan imun tubuh, hal ini terjadi melalui serangkaian aksi yang diperantarai oleh HPA-Axis (*Hipotalamus-Pituitary-Adrenal*), kecemasan juga akan merangsang hipotalamus untuk meningkatkan produksi CRF (*Corticotropin Releasing Factor*) sehingga merangsang hormon pituitary anterior untuk meningkatkan produksi ACTH (*Adrenocorticotropic hormone*). Hormon ini akan merangsang korteks adrenal untuk meningkatkan sekresi kortisoi, kortisol selanjutnya akan menekan sistem imun tubuh (Sholeh, 2005; Gayton & Hall, 1997).

Pemberian obat termasuk meditasi bertujuan untuk mengurangi atau menurunkan kecemasan, meningkatkan rasa nyaman dan kepercayaan diri serta meningkatkan kemandirian sehingga tidak tergantung pada orang lain. Dalam menurunkan atau menanggulangi kecemasan dunia medis memiliki beberapa jenis obat dalam mengatasi kecemasan dan untuk membantu tidur yang disebut dengan anti depresan, namun obat-obat tersebut dapat menyebabkan ketergantungan psikis dan ketergantungan fisik (Guze, 1997).

Menurut Hall dalam Guze (1997) obat-obat antidepresan dapat dibagi menjadi dua klasifikasi kelompok utama yakni golongan heterosiklik dan monoaminin inhibitor oksidase (MAOI), yang termasuk kedalam golongan heterosiklik dibagi menjadi dua klasifikasi lagi, yakni klasifikasi trisiklik dan anti depresi golongan ke dua. Golongan trisiklik adalah obat-obat amin tersier dan amin sekunder. Pada amin tersier obat-obatnya adalah amitriptilin, imipramin, trimipramin dan doksepin, pada amin sekunder adalah desipramin, nortriptilin dan protriptilin. Pada anti depresi generasi ke dua terdapat dua klasifikasi yakni hidrazin dan nonhidrazin, pada klasifikasi hidrazin adalah fenlzin (nardil), isikarboksazid (marplan), dan pada nonhidrazin adalah tranilsipromin (pamate) (Guze, 1997).

Semakin lamanya penggunaan obat maka semakin memperparah keadaan tubuh dan memperparah kondisi para lansia, dimana semakin tua seseorang maka kemampuan menetralsir zat-zat yang tersimpan dalam obat kimia semakin berkurang, terutama pada bagian ginjal dan sistem pencernaan sehingga kecemasan yang ditimbulkan akibat kerusakan-kerusakan yang disebabkan pemanfaatan obat kimia secara terus-menerus akan semakin berat.

Keadaan seperti diatas memerlukan penanganan yang serius dan tehnik relaksasi dapat dipakai sebagai alternatif untuk menurunkan kecemasan pada pasien (Budiarti dkk, 2006). Salah satu tehnik relaksasi adalah dengan menggunakan terapi musik (Mastana, S. G., G. S., 2004).

Pilihan musik merupakan hal yang penting karena musik yang dikenal sebelumnya dipercaya lebih efektif untuk mengatasi kecemasan (setiadarma, 2002). Sehingga disesuaikan dari kultur populasi penelitian yakni di daerah Jawa yang identik dengan lagu-lagu lenggam Jawa yang pada era tahun 30 an hingga 80 an sangat kental diperdengarkan di masyarakat dan kini sudah banyak di modifikasi dalam lagu keroncong dan campur sari, maka dipilih musik lenggam Jawa tersebut yang identik dengan tempo lambat (sekitar 60/ *batt*) serta memiliki karakteristik musik yang tenang dan santai sehingga menimbulkan keselarasan jiwa dan rasa (Wicaksono, 2005 dan Budiarti dkk, 2006), serta karena masyarakat di Jawa sangat mengerti arti dan maksud dari musik lenggam Jawa dan dapat menikmati sambil bernostalgia kemasa lampau sehingga pengaruh terapi musik lenggam Jawa terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lansia perlu diteliti lebih jauh.

B. Rumusan Masalah

Apakah pemberian terapi musik lenggam Jawa dapat berpengaruh terhadap tingkat kecemasan pada lansia?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh musik lenggam Jawa terhadap tingkat kecemasan lansia di PSTW Budiluhur Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi musik langgam jawa pada kelompok perlakuan di PSTW Budiluhur Yogyakarta.
- b. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh terapi musik langgam jawa terhadap kecemasan pada kelompok kontrol dan eksperimen *pretest* dan *post test* pada lansia di PSTW Budiluhur Yogyakarta.

D. Mamfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermamfaat bagi :

1. Ilmu Keperawatan :

Sebagai bahan masukan dalam profesionalisme asuhan keperawatan dalam pemenuhan kebutuhan rasa nyaman.

2. Masyarakat :

Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang efek dari pemanfaatan terapi musik langgam jawa dalam menurunkan tingkat kecemasan.

3. Peneliti lain :

Untuk memperoleh informasi yang lebih lanjut.

E. Penelitian Terkait

Sepengetahuan penulis, belum ada penelitian tentang Efek Terapi Musik Langgam Jawa Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia. Penelitian ini hanya merujuk pada penelitian yang dilakukan oleh Budiarti dkk (2006) yang berjudul Pengaruh Terapi Musik Langgam Jawa Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Preoperasi Katarak. Dalam penelitiannya mengandalkan skala cemas dari: 1. Cemas ringan, 2. Cemas sedang, dan 3. Cemas berat. kelompok umur yang digunakan adalah antara 40 tahun hingga 60 tahun dan hasilnya adalah ada pengaruh pemberian terapi musik langgam jawa pada pasien preoperasi dengan indikasi pengukuran pada kecemasan, nadi, rata-rata pernafasan, sistole dan diastole pada pengukuran darah.

Perbedaan penelitian ini dengan yang akan dilakukan adalah : pada responden dalam penelitian yang akan dilakukan adalah dengan menggunakan rentang usia minimal 60 tahun (lansia), dilakukan di komunitas panti sosial serta skala yang berbeda dari sebelumnya yakni skala 0. tidak ada gejala, 1. gejala ringan, 2. gejala sedang, 3. gejala berat dan 4. gejala berat sekali. Dalam pengambilan sampel dilakukan secara random dengan *pretest* dan *posttest* serta adanya kontrol tanpa perlakuan apapun. Jumlah responden dalam penelitian yang akan dilakukan ini berjumlah 60 lansia di ambil secara random dari seluruh panti sosial yang berada di Panti Sosial Terpadu Widyadarmas (PSTW) di...