

# PENGARUH TERAPI MUSIK DANGDUT RITME CEPAT TERHADAP PERBEDAAN TINGKAT DEPRESI PADA PASIEN DEPRESI DI RUMAH SAKIT JIWA DAERAH SURAKARTA

Erika Dewi Noorratri<sup>1</sup>, Wahyuni<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Stikes Aisyiyah Surakarta

Jl. KH. Dewantara No.10 Kentingan Jebres Surakarta

## **Abstract**

*Depression reached 16.4% of cases, a major cause is work and education. Depression tends to happen in the age group 25-34 years old. Depression is more common upon women than men. Music can be used as a natural anti-depressants. Music can be used to affect the physical, emotional, cognitive and social prosperity and improve quality of life for healthy people, and those who were disabled or ill. To determine the effect of rapid rhythm of dangdut music therapy on depression level in patients with depression at the Regional Mental Hospital Surakarta. This research uses a quasi-experimental method. The design research is the group pretest-posttest with control group design. Sampling in this study was done by purposive sampling, there are 64 samples, while the instrument was a questionnaire CES-D20. In the analysis of test data use t-test analysis. There were a significant effect on the rapid rhythm of dangdut music therapy on depression level in patients with depression. There were positive effects of rapid rhythm of dangdut music therapy on depression level in patients with depression at the Regional Mental Hospital Surakarta.*

**Keywords :** Music Therapy, Depression

---

## **PENDAHULUAN**

Depresi merupakan problem kesehatan masyarakat yang cukup serius. *World Health Organization (WHO)* menyatakan bahwa depresi berada pada urutan ke-empat penyakit di dunia. (Amir, 2005 : 23). Musik dapat digunakan sebagai anti-depresi alami. Mendengarkan musik saat senggang atau ketika libur kerja bisa membantu membuat pikiran dan tubuh lebih rileks serta mengembalikan energi menjadi lebih bertenaga (Adronafis, 2008).

Dari Survey pendahuluan yang sudah dilakukan pada tanggal 11 Januari 2010, di dapatkan data tentang pasien depresi rawat jalan di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta pada tahun 2009. Rinciannya adalah sebagai berikut yaitu dari umur 5–65 tahun. Umur 5–24 tahun sebanyak 302 orang (18 %), umur 25–44 tahun sebanyak 987 orang (61,2 %), umur 45–64 tahun sebanyak 293 orang (18,0 %), dan umur 65-84 tahun adalah sebanyak 31 orang (2 %). Jadi dari data tersebut kelompok umur yang paling banyak menderita depresi adalah kelompok umur 25- 44 tahun, dan paling sedikit menderita depresi kelompok umur 5–14 tahun.

## **METODE PENELITIAN**

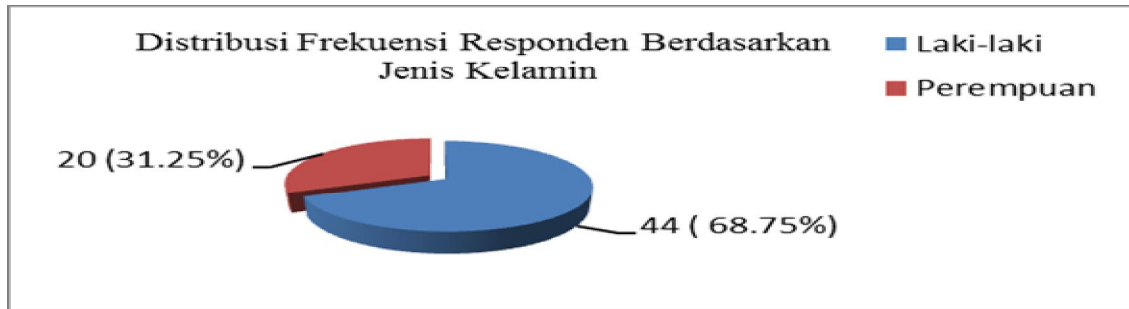
Penelitian ini menggunakan metode *Quasi Eksperimental*. Rancangan penelitian *the group pretest – posttest with control group design*, ada dua kelompok dalam penelitian ini yaitu satu kelompok sebagai kelompok perlakuan dan satu kelompok untuk kelompok kontrol.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

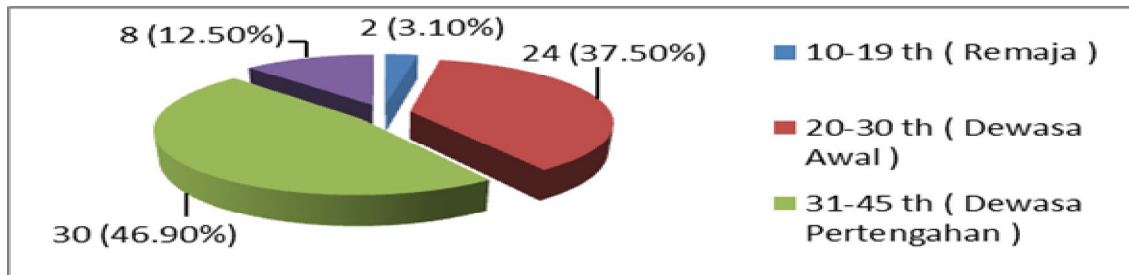
### 1. Deskripsi Responden

Berikut ini adalah Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, umur, pendidikan, pekerjaan dan status perkawinan.

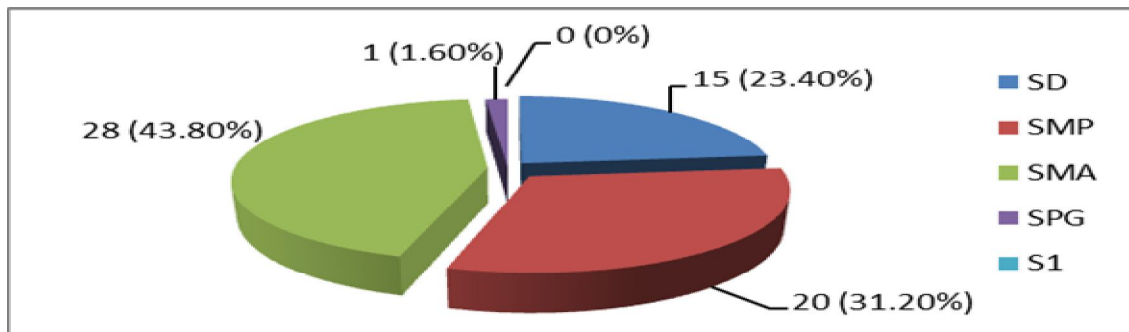
Gambar 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin



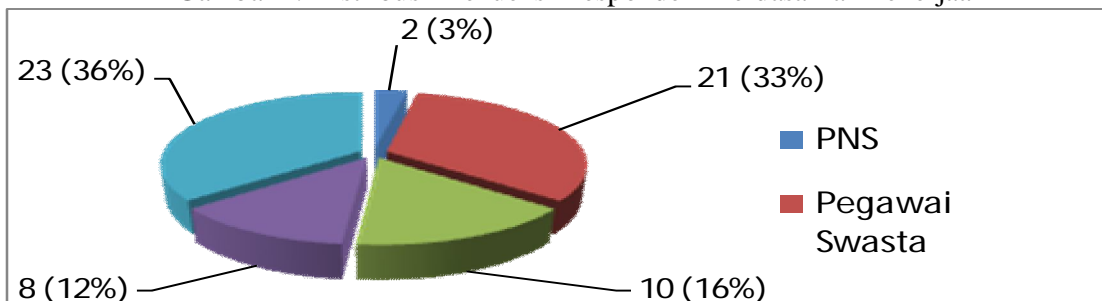
Gambar 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur



Gambar 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan



Gambar 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan



## Diskripsi Responden Berdasarkan Terapi Musik

### a. Kelompok Perlakuan

Tingkat Depresi	Sebelum Terapi	
	$\Sigma$	%
1. Ringan	4	12,5 %
2. Sedang	26	81,25 %
3. Berat	2	6,25 %
Total	32	100 %

### b. Kelompok Kontrol

Tingkat Depresi	Sesudah Terapi	
	$\Sigma$	%
1. Ringan	24	75 %
2. Sedang	8	25 %
3. Berat	-	-
Total	32	100 %

## PEMBAHASAN

### Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden laki-laki lebih banyak daripada perempuan, ini dikarenakan sebagian besar pasien depresi yang rawat inap adalah laki-laki. perbedaan stresor psikososial lebih banyak pada laki-laki dibanding perempuan dan model perilaku keputusan yang dipelajari. Pada gangguan bipolar I mempunyai prevalensi yang sama baik laki-laki maupun perempuan (Kaplan and Sadock. 1998:25). Sebuah studi yang terbaru dilaporkan di bulan Maret 2011 masalah dari British Journal of Psychiatry menunjukkan bahwa tingkat depresi pada pria cenderung meningkat bahkan lebih akibat perubahan sosial ekonomi yang terjadi di dunia. (Diamond, 2011).

### Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang berumur 31-45 (Dewasa Pertengahan) tahun paling banyak. Sejalan dengan teori yang disampaikan oleh Regier dkk dalam (Boyd. 1999:65) bahwa orang dewasa yang berumur 25 sampai 49 tahun adalah kelompok yang sering mengalami depresi.

### Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang lulus SMA paling banyak. Pendidikan mempengaruhi pola pikir atau tingkat kognitif seseorang. Tingkat kognitif yang tinggi akan mempunyai kemampuan untuk memodifikasi stres baik secara internal maupun eksternal, tingkat kognitif tinggi akan menerima stres sebagai sensori dan menentukan

*problem solving* sebagai proses mental yang akhirnya akan terbentuk *behavior kognitif* dan aktivitas otak sehingga mencegah terjadinya depresi (Stuart, 2006).

#### **Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang tidak bekerja adalah yang paling banyak. Beban hidup yang semakin berat, diperkirakan menjadi salah satu penyebab bertambahnya klien gangguan jiwa. Kondisi lingkungan sosial yang semakin keras, dapat menjadi penyebab meningkatnya jumlah masyarakat yang mengalami gangguan kejiwaan. Apalagi untuk individu yang rentan terhadap kondisi lingkungan dengan tingkat kemiskinan terlalu menekan. (Yosep, 2007).

#### **Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Perkawinan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang berstatus belum kawin merupakan responden yang paling banyak. Dalam sebuah penelitian oleh David De Vaus menerangkan bahwa individu yang menikah mampu menangani stres dengan baik dan mampu terhindar dengan konsumsi alkohol berlebihan. Sebaliknya, individu yang belum menikah lebih rentan dan kesulitan menangani stres dan akhirnya terjebak pada konsumsi alkohol dan obat-obat terlarang. (Republika, 2010).

#### **Diskripsi Responden Kelompok Perlakuan Sebelum diberikan Terapi Musik**

Paling banyak adalah pasien dengan tingkat depresi sedang, hal ini dikarenakan bangsal perawatan (maintenance) di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta terdapat banyak pasien depresi dengan tingkat depresi sedang. Menurut Maslim (2001), gejala berat depresi tidak dapat dijadikan responden karena susah berkomunikasi.

#### **Diskripsi Responden Kelompok Perlakuan Sesudah diberikan Terapi Musik**

Sesudah diberikan terapi musik dangdut ritme cepat pasien terbanyak yaitu responden dengan tingkat depresi ringan. Terapi musik dangdut ritme cepat dapat mempengaruhi tingkat depresi seseorang, yang awalnya depresi tingkat sedang setelah diberikan terapi musik menjadi depresi tingkat ringan. Responden yang diberi terapi musik dangdut ritme cepat melakukan joged dan gerak badan, yang dapat menurunkan tingkat depresi. Sesuai dengan penelitian Austin (2010). bahwa gerak badan yang aktif memiliki pengaruh yang baik untuk mengatasi depresi. Hal tersebut terbukti pada penelitian yang sudah peneliti lakukan.

#### **Diskripsi Responden Kelompok Kontrol Sebelum diberikan terapi Musik**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok kontrol sebelum diberikan terapi musik dangdut ritme cepat yang paling banyak adalah pasien dengan tingkat depresi sedang. Menurut Maslim (2001), gejala berat depresi diantaranya yaitu afek depresi, kehilangan minat dan kegembiraan, berkurangnya energi, konsentrasi berkurang, harga diri berkurang, tidur terganggu, nafsu makan berkurang.

### **Diskripsi Responden Kelompok Kontrol Sesudah diberikan terapi Musik**

Sesudah diberikan terapi musik dangdut ritme cepat pasien terbanyak yaitu responden dengan tingkat depresi sedang. Sesuai dengan penelitian Austin (2010), bahwa gerak badan yang aktif memiliki pengaruh yang baik untuk mengatasi depresi.

### **Diskripsi Responden Berdasarkan Terapi Musik**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi musik dangdut ritme cepat mempunyai pengaruh positif terhadap tingkat depresi pada pasien depresi. Dalam penelitian Kirk Weg (2008), mengemukakan bahwa musik memiliki kekuatan yang luar biasa untuk mempengaruhi orang, emosi dan perilaku.

## **SIMPULAN**

### **Simpulan**

Adapun hasil akhir dari penelitian tentang pengaruh terapi musik dangdut ritme cepat terhadap tingkat depresi pada pasien depresi di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta adalah sebagai berikut Pasien depresi terbanyak adalah laki-laki, Pasien depresi terbanyak adalah usia 31-45 tahun (Dewasa Pertengahan). Pasien depresi terbanyak adalah berpendidikan SMA, Pasien depresi terbanyak adalah tidak bekerja, Pasien depresi terbanyak adalah berstatus belum kawin. Pasien depresi kelompok perlakuan sebelum terapi musik paling banyak adalah depresi tingkat sedang dan setelah diberikan terapi musik paling banyak adalah pasien depresi tingkat ringan, pasien depresi kelompok kontrol sebelum terapi musik paling banyak adalah depresi tingkat sedang dan setelah diberikan terapi musik paling banyak adalah pasien depresi tingkat sedang. Jadi tidak ada perubahan sebelum dan sesudah terapi musik dangdut ritme cepat pada kelompok kontrol, hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi musik dangdut ritme cepat dapat menurunkan tingkat depresi pada pasien depresi.

### **Saran**

Dari beberapa data dan uraian yang didapatkan maka dapat diberikan saran sebagai berikut :

Bagi Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta. Dalam penelitian ini membuktikan bahwa terapi musik dangdut ritme cepat dapat digunakan untuk penurunan tingkat depresi, maka dari itu agar mempertahankannya dan dapat meningkatkan kuantitas terapi musik yang ada.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Adronafis, H. 2008. *Terapi Musik Mampu Hilangkan Depresi..* <http://www.wikimu.com>. Diakses 24 November 2009

- Amir, N. 2005. *Depresi Aspek Neurobiologi Diagnosis dan Tatalaksana*. Jakarta: FKUI
- Austin. 2008. *Cara Mengatasi Depresi*. <http://www.untuksemua.com>. Diakses 3 September 2010
- Boyd, Mary dan Nihart, 1999. *Psychiatric Nursing Contemporary practice*, Raven Public
- David, D. V. 2010. *Waspadai Bahaya Laten Status Belum Menikah*. <http://www.republika.co.id>. Diakses 24 Agustus 2010
- Diamond. 2011. *Pria Depresi Meningkatnya Perubahan Sosial Ekonomi Akibat Barat*. <http://id.prmob.net/amerika-serikat/emory-university-school-of-medicine/british-journal-of-psychiatry-803928.html>. Diakses 19 April 2013
- Kaplan dan Saddock, 1998. *Ilmu Kedokteran Jiwa Darurat*. Jakarta: Widya Medika
- Kirkweg, S. B. 2008. *Efek Of Music On Memory*. <http://translate.google.co.id>. Diakses 07 Januari 2010
- Maslim, R. 2001. *Buku Saku Diagnosis Gangguan Jiwa Rujukan Ringkas dari PPDGJ-III*. Jakarta: FK Unika Atmajaya
- Stuart dan sundeen, 2006. *Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC
- Yosep, I. 2007. *Keperawatan Jiwa*. Bandung. Refika Aditama