



PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK INSTRUMEN PIANO TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DI PANTI WERDHA DAMAI RANOMUUT KOTA MANADO

Irwan Embang Walanda¹, Peekie Rondonuwu², Esterlita Mandagi³

¹ Dosen Fakultas Keperawatan, Universitas Sariputra Indonesia Tomohon

² Dosen Fakultas Keperawatan, Universitas Sariputra Indonesia Tomohon

³ Mahasiswa Fakultas Keperawatan, Universitas Sariputra Indonesia Tomohon

SUBMISSION TRACK

Received: June 15, 2023
Final Revision: June 27, 2023
Available Online: June 30, 2023

KEYWORDS

Piano Classical Music Therapy, Elderly
Sleep Quality

CORRESPONDENCE

Phone: 082187444593
E-mail: irwanrasternate94@gmail.com

ABSTRACT

Abstract - Sleep quality in the elderly is a condition in which a person is unable to get adequate sleep, both in quality and quantity, with only short sleep or difficulty sleeping, generally 8-9 hours of good quality sleep normally. Classical music therapy, as well as the characteristics of classical music that cause relaxation in stress and blood pressure and muscles are classical music. The quantitative research method uses an experimental approach with one group pre-pest test design, with total sampling. There were 18 respondents who were elderly who lived in the Damai Ranoomut Nursing Home Manado. The study began April 2023. The results of the study using the Wilcoxon test obtained a significant value of 0.003, which is less than $\alpha = 0.05$, meaning that there is an average difference between pretest and posttest, which means that there is an effect of classical piano music on improving sleep quality in the elderly. at the Damai Ranomut Werdha Home in 2023. According to research, this occurs due to the use/appropriate media in providing classical piano music therapy which is immediately played to the elderly 1 hour before going to bed.

I. INTRODUCTION

World Health Organization (WHO) 2018, lanjut usia adalah seseorang yang memasuki umur 60 tahun atau lebih. Pada tahun 2050 di perkirakan jumlah lansia yang berusia 60 tahun keatas meningkat. Pada tahun 2000 jumlah lansia sekitar 5.300.000 (7,4%) dari total populasi, dan diperkirakan mencapai 2 miliar lansia yang meningkat dari 900 juta pada tahun 2015.

Berdasarkan hasil Penelitian yang dilakukan oleh peneliti di Panti Werdha Ranomuut Kota Manado pada bulan Maret

tahun 2023 di dapatkan jumlah lansia yang tinggal di panti sebanyak 18 jiwa yang semuanya adalah perempuan. Data yang diperoleh setelah dilakukan wawancara dengan beberapa lansia yang ada, 6 lansia mengalami gangguan stress oleh karena keterbatasan mobilisasi dan kurang bersihnya WC dan Kamar mandi. mandi, terdapat 12 lansia di dapatkan mengalami insomnia atau gangguan pada pola tidur salah satu lansia mengatakan sering merasa nyeri dibagian kaki yang mengakibatkan kesulitan dalam memulai atau mempertahankan tidurnya

disebabkan stress dan nyeri pada persendihan.

II. METHODS

Jenis penelitian ini adalah Quasi experiment. Dengan rancangan one group *PreTest-PostTest*. Penelitian ini dilakukan di Panti Werdha Damai Ranomuut Kota Manado dengan waktu pengambilan data pada bulan April 2023. Sampel sebanyak 18 responden. Data dianalisis dengan menggunakan Uji *Wilcoxon*. Berikut adalah prosedur penelitian

1. Peneliti menjelaskan penelitian dengan menggunakan form penjelasan penelitian.
2. Setelah responden paham, kemudian diberikan informed consent untuk ditandatangani, apabila klien bersedia menjadi reponden.
3. *Pretest* : Responden diberikan koesioner Kualitas tidur.
4. Intervensi : Terapi musik klasik instrumen piano
5. *Posttest* : Kemudian responden diberikan kembali koesioner kualitas tidur

III. RESULT

1. Analisa Univariat

Tabel 1.1 Distribusi Responden berdasarkan peningkatan kualitas tidur pada lansia di Panti Werdha Damai Ranomuut Kota Manado *Pretest* mendengarkan Terapi Musik Klasik Instrumen Piano Tahun 2023.

Peningkatan Kualitas Tidur Pada Lansia	Persentase	
	n	(%)
Kurang Baik	5	27,8
Baik	13	72,2
Total	18	100

Dari tabel 1.1 menunjukkan bahwa sebagian besar peningkatan kualitas tidur pada lansia *pretest* mendengarkan terapi musik klasik instrumen piano yang kurang sebesar

14 responden (77,8%). Sedangkan peningkatan kualitas tidur pada lansia yang baik sebanyak 4 responden (22,2%).

Tabel 1.2 Distribusi Responden berdasarkan peningkatan kualitas tidur pada lansia di Panti Werdha Damai Ranomuut Kota Manado *Posttest* mendengarkan Terapi Musik Klasik Instrumen Piano Tahun 2023.

Peningkatan Kualitas Tidur Pada Lansia	n	Persentase (%)
	Kurang Baik	5
Baik	13	72,2
Total	18	100

Dari tabel 1.2 menunjukkan bahwa sebagian besar peningkatan kualitas tidur pada lansia di Panti Werdha Damai Ranomuut Kota Manado. *Posttest* mendengarkan terapi musik klasik instrument piano yang baik sebanyak 13 responden (72,2%). Sedangkan peningkatan kualitas tidur pada lansia di Panti Werdha Damai Ranomuut Kota Manado yang kurang sebanyak 5 responden (27,8%).

2. Analisa Bivariat

Tabel 1.3 Pengaruh Musik Klasik terhadap Kualitas Tidur lansia di Panti Werdha Damai Ranomut Manado

No	Peningkatan Kualitas Tidur Pada Lansia	Pre		Post	
		n	%	n	%
1	Kurang Baik	14	77,8	5	27,8
2	Baik	4	22,2	13	72,2
Total		18	100	18	100
	<i>Rangking</i>	0			
	<i>Negatif</i>	9			
	<i>Rangking Positif</i>	9			
	<i>Ties</i>				
Wilcoxon test $\alpha = 0.003$					

Pada tabel 1.3 menunjukkan nilai posttest < pretest (rangking negatif) berjumlah 0 orang dan nilai posttest > pretest (rangking positif) berjumlah 9 orang dan nilai posttest = pretest berjumlah 9 orang. Dari hasil uji rangking bertanda Wilcoxon dengan menggunakan statistik z di dapatkan nilai z -3.000^b dengan taraf kesalahan < 0,05 dan tingkat kepercayaan 95 % maka nilai p = .003 lebih kecil dari pada nilai $\alpha =$

0,05 maka H₀ ditolak H_A diterima dan hal ini menunjukkan bahwa setelah dilakukan perlakuan memberi hasil yang bermakna. Jadi ada pengaruh tarapi music klasik instrument piano terhadap kualitas tidur pada lansia di panti werdha damai ranomuut kota manado.

2. DISCUSSION

Dari hasil uji rangking bertanda Wilcoxon dengan menggunakan statistik z di dapatkan nilai z -3.000^b dengan taraf kesalahan < 0,05 dan tingkat kepercayaan 95 % maka nilai p = .003 lebih kecil dari pada nilai $\alpha = 0,05$.

Sejalan degan penelitian yang dilakukan oleh Ketut Mudita (2017) di Panti Werdha Wana Seraya terdapat pengaruh mendengarkan musik klasik terhadap kualitas tidur lansia dengan nilai P-value 0,001.

Terapi musik memberikan kesempatan bagi tubuh dan pikiran untuk mengalami relaksasi yang sempurna. Kondisi relaksasi atau istirahat yang sempurna akan membuat seluruh sel dalam tubuh akan mengalami reproduksi, penyembuhan alami akan berlangsung, produksi hormon tubuh diseimbangkan dan pikiran mengalami penyegaran. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rembulan yang menyatakan bahwa terapi musik dapat digunakan untuk menyembuhkan suatu penyakit salah satunya adalah insomnia, dengan menggunakan bunyi tertentu dan salah satunya yaitu musik klasik.

Kualitas tidur menjadi berubah pada kebanyakan lansia. Salah satu faktor yang menyebabkan kualitas tidur pada manusia adalah umur. Pada lansia terjadi perubahan pada gelombang otak, meningkatnya frekuensi terbangun di malam hari atau meningkatnya fragmentasi tidur karena seringnya terbangun pada malam hari, hal ini akan membuat lansia merasa letih dan tidak bugar pada saat bangun tidur. Hal inilah yang membuat kualitas tidur pada lansia cenderung berubah.

Semakin bertambah umur manusia semakin berkurang total waktu kebutuhan tidur. Hal ini dipengaruhi oleh pertumbuhan dan fisiologis dari sel-sel dan organ. Pada neonati kebutuhan tidur tinggi karena masih dalam proses adaptasi dengan lingkungan dari dalam rahim ibu, sedangkan pada lansia sudah terjadi degenerasi sel dan organ

yang mempengaruhi fungsi dan mekanisme tidur.

Asumsi Peneliti dilakukannya terapi musik klasik Piano, keadaan gangguan tidur lansia akan semakin berkurang bahkan sampai tidak lagi mengalami gangguan tidur Terapi musik klasik Piano memberikan tingkat kenyamanan serta perasaan rileks kepada responden sehingga responden yang sebelumnya mengalami insomnia, setelah mendapatkan terapi musik klasik tidak lagi mengalami gangguan tidur. Hal ini menunjukkan bahwa terapi musik klasik Piano dapat dilakukan sebagai salah satu alternatif untuk mengurangi insomnia pada lansia.

3. CONCLUSION

1. Kualitas tidur lansia di Panti Werdha Damai Ranomuut Kota Manado *Pretest* mendengarkan Terapi Musik Klasik Instrumen Piano berkategori kurang baik.
2. Kualitas tidur pada lansia di Panti Werdha Damai Ranomuut Kota Manado *Posttest* mendengarkan Terapi Musik Klasik Instrumen Piano berkategori baik.
3. Terdapat Pengaruh Terapi Musik Klasik Instrumen Piano terhadap Kualitas Tidur Lansia di Panti Werdha Damai Ranomut Kota Manado.

REFERENCES

- Anggriawan, Angga, 2015. Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar. Skripsi, Fakultas Kesehatan Masyarakat.
- Candra W.N, (2018) Skripsi Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Siswakelas X-Xi Disman 1 Kwadungan Kabupaten Ngawi.
- Campbell, 2020. musik-musik *Mozart* memiliki keunggulan akan kemurnian dan kesederhanaan bunyi-bunyi yang dimunculkannya, irama, melodi, dan frekuensi-frekuensi
- Dinas Kesehatan Kota Manado, (2021). Jumlah Lansia Kota Manado.
- Dagun, 2019. Musik klasik dalam upaya terapi kesehatan pada gangguan tidur, EGC, Jakarta.
- Edwards,J (Ed). (2017). The Oxford handbook of music therapy. Oxford:Oxford University Press.
- Ernawati, (2017) Jurnal Penelitian Gambarankualitas Tidur Dan Gangguan Tidur Padalansia Di Panti Sosial Tresnawerdhabudi Luhur Kota Jambi. Retrieved from <https://repository.unja.ac.id/2381/1/JURNAL.pdf>
- Faishal Haq, (2017). Jurnal Pola Tidur Dan Kesehatan Jasmani Lansia.
- HF Nasutian. (2016). Jurnal Instrumen Penelitian Dan Urgensinya Dalam Penelitian Kuantitatif. Retrieved from.
- Hidayat A. (2015). Pengantar konsep dasar manusia. Edisi 2 Buku 2, Jakarta: Salemba Medika.
- Herlinawati, (2017). Jurnal Perbedaan Kualitas Tidur Mendengarkan Musik dengan Tanpa Mendengarkan Musik di Asrama Putri Keperawatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. Retrieved from
- Hospital Authority, (2018). All right reserved, insomnia Retrieved
- Hiskia, 2020. Pengaruh Musik Klasik terhadap Kualitas Tidur di Desa Blambang.
- I Nengah Sumitra & AA Istri Laraswati. (2015). Jurnal faktor yang menyebabkan gangguan tidur atau (insomnia) pada lansia.
- Intan Nurfa Amalia, (2017). Skripsi Hubungan Antara Kualitas Tidur DenganKelelahan Fisik Pada Lansia
- Saraswati. D. A. G. P. (2016). Skripsi Pengaruh Musik Relaksasi Instrumental Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Stroke Di Ruang HCU BRSU Tabanan.
- Sugiyono, Dr. (2017). Metode penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D, PenerbitAlfabeta
- Tarwoto. (2015). Kebutuhan dasar manusia dan proses Keperawatan, EGC Jakarta
- T.Trijayanti. (2019). Konsep Dasar Lansia. Retrieved from
- UN, Ageing united nations- the united nations, world population prospecets. (2019).
- WHO. (2018). Ageing ang healty-wolrd healty organization Retrieved
- Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sam Ratulangi.
- Miltenberg. 2019. Behavior modification, principle and procedures, 3th ed. Belmont, CA: Wadsworth/Thompson learning
- Patasik, Ch. K., Tangka, J., Rottie, J. 2019. *Efektivitas teknik relaksasi nafas dalam dan guided imagery terhadap penurunan nyeri pada pasien post sectio caesarea di Irina D BLU RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado*. e-Journal Keperawatan (e-Kp) Vol.1, No.1.
- Potter, P.A., & A. G. Perry. 2018. Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep. Proses. dan Praktik. vol. 8. Ed 6. Jakarta: EGC.
- Prasetyo, S. N. 2020. Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Riset Kesehatan Dasar. 2020. Kementerian Kesehatan. Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2013 [Internet]. Jakarta: Badan Litbang Kesehatan; 2018. Available
- Smeltzer., & Bare. 2018. Buku Ajar Keperawatan Medical Bedah Brunner &Suddart. Edisi 8, Vol 1, alih bahasa: Kuncara Monica Ester. Jakarta: EGC.

Zhukmana, A.D. 2019.. LP Sectio caesarea. <http://www.scribd.com/doc/16308854/LP-Sectio-Caesarea> diakses pada tanggal 04 Januari 2023 pukul 17.40 WITA

BIOGRAPHY

First Author. Irwan E walanda adalah dosen Fakultas Ilmu keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Sariputra Indonesia Tomohon. Menyelesaikan Studi Magister Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Second Author Peekie Rondonuwu Adalah dosen Fakultas Ilmu keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Sariputra Indonesia Tomohon.

Third Author Estrealita Astria Mandagi_Fakultas Ilmu keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Sariputra Indonesia Tomohon.