

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Jumlah populasi lanjut usia semakin meningkat dari tahun ke tahun. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2021 jumlah lansia di Indonesia mengalami peningkatan. Pada tahun 2021, terjadi peningkatan terhadap rumah tangga lansia sebanyak 3,17 persen pada tiga tahun terakhir. Menariknya, data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa hampir 10% dari total penduduk di Indonesia adalah orang lanjut usia (Lansia) dan akan meningkat menjadi 33,7 juta pada tahun 2025.

Salah satu permasalahan yang sering dialami oleh lansia baik lansia yang tinggal di rumah sendiri maupun tinggal bersama keluarga adalah penarikan diri secara sosial. *Social withdrawal* atau penarikan diri secara sosial didefinisikan sebagai perilaku kurangnya interaksi dengan orang-orang sekitarnya. Hal ini bisa terjadi disebabkan oleh beberapa faktor. Pertama, lansia mengalami penarikan diri secara sosial dikarenakan mereka hidup sendirian. Penarikan diri secara sosial ini dapat terjadi pada mereka yang ditinggal oleh pasangan hidup maupun jauh dari keluarga (Zali et al., 2017). Kedua, lansia mengalami penarikan diri secara sosial dikarenakan kurangnya peran sosial dan merasa tidak diperhatikan oleh orang-orang disekitarnya. Seperti yang diketahui bahwa lansia harus memiliki banyak dukungan dari

keluarga agar lansia tetap merasakan kehadiran orang-orang terdekatnya dan merasakan bahagia. Akibat dari faktor tersebut, maka dampak yang terjadi pada lansia adalah merasakan emosi negatif seperti merasa khawatir, tidak diperhatikan, munculnya perasaan sedih, merasa tidak berguna, hingga merasakan kehilangan orang yang dicintai (Hill et al., 2022). Hal ini diperkuat dari hasil penelitian Aylaz dan rekannya (2012) yang menyatakan bahwa lansia akan mengalami penarikan diri secara sosial dan muncul beberapa perasaan negatif seperti rasa ketakutan, kesedihan, kecemasan hingga sulit bersosialisasi dengan orang sekitar. Untuk mencegah terjadinya penarikan diri secara sosial, maka lansia membutuhkan sebuah intervensi dalam bentuk psikoterapi salah satunya adalah terapi musik.

Terapi musik merupakan sebuah proses dalam penggunaan musik sebagai media utama untuk membantu kualitas hidup seseorang dengan cara meningkatkan kemampuan mereka dalam aspek fisik, sosial, komunikasi, emosi, intelektual, dan rohani (Lathom, 2016). Kegiatan terapi musik telah terbukti mampu memfasilitasi kebutuhan lansia yang mengalami penarikan diri terutama dari segi aspek sosial, fisik kognitif, dan emosi (Clark & Harding, 2012; Sakano et al., 2014). Beberapa penelitian menyatakan bahwa intervensi terapi musik seperti bernyanyi dapat meningkatkan daya interaksi sosial (Solé et al., 2014). Oleh sebab itu, musik semakin dianggap sebagai metode yang ampuh dalam membantu lansia dalam meningkatkan interaksi sosial (Ferreri et al., 2019). Salah satu intervensi dari terapi musik yang dapat membantu lansia untuk meningkatkan interaksi sosial dan ekspresi emosi

positif adalah bernyanyi. Menurut Galinha dan rekannya (2020), bahwa sesi bernyanyi mampu membantu lansia dalam meningkatkan kemampuan sosial. Hal ini juga didukung oleh Bingham (2019) yang menyatakan bahwa bernyanyi dapat membantu lansia untuk membangun daya interaksi, baik dengan terapis maupun orang-orang sekitar. Adapun hal yang membuat penelitian ini berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya yakni penelitian mengenai terapi musik, belum pernah dilakukan terhadap populasi lansia di Lubuk Linggau. Masyarakat di kota Lubuklinggau secara mayoritas berkarakteristik religius dan tidak cenderung mengandalkan ilmu pengetahuan modern. Hal ini membuat penelitian ini menjadi unik, karena intervensi terapi musik pada umumnya diaplikasikan pada populasi klien yang sudah lebih memahami peran dan manfaat ilmu pengetahuan modern. Seperti yang diketahui bahwa terapi musik di Kota Lubuklinggau merupakan sebuah intervensi non-farmakologi yang tergolong sangat baru. Hal lainnya, bahwa kesejahteraan dalam kesehatan mental pada lansia-lansia di Kota Lubuklinggau ini sangat perlu ditingkatkan. Sehingga, peneliti memberikan kontribusi terapi musik terhadap populasi lansia.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh peneliti di Kota Lubuklinggau dengan beberapa calon responden dari rumah ke rumah, diperoleh bahwa terdapat dua orang lansia yang mengalami penarikan diri secara sosial. Kesimpulan tersebut diperoleh berdasarkan dari kuesioner dengan alat ukur yang digunakan oleh peneliti yaitu *De Jong Gierveld*. Hasil skala *De Jong Gierveld* pada kedua lansia menunjukkan tingkat sosial dan

emosi yang rendah. Sebagai pendukung hasil dari kuesioner, peneliti juga melakukan wawancara dengan calon responden. Berdasarkan dari hasil wawancara, diketahui bahwa kedua lansia ini mengalami penarikan diri secara sosial. Kedua lansia mengatakan bahwa mereka tidak melakukan interaksi yang baik dengan anggota keluarganya maupun masyarakat sekitar. Dikarenakan kedua lansia ini jarang sekali untuk berkomunikasi dengan orang-orang dan tidak memiliki aktivitas yang melibatkan sosial, maka mereka selalu menarik diri dari lingkungan sosial. Hal ini juga disampaikan oleh beberapa orang terdekat kedua klien yakni anak dan cucunya, yang mengatakan bahwa keseharian kedua lansia ini lebih sering dirumah dan tidak pernah melakukan aktivitas sosial dengan masyarakat sekitar maupun dengan anak cucunya. Menurut anak dan cucunya, perubahan perilaku ini terjadi ketika pasangan hidup kedua klien ini meninggal dunia dan mengalami fase kedukaan lebih dari lima tahun. Karena adanya fenomena tersebut dan kedua lansia membutuhkan terapi musik, maka peneliti memutuskan untuk memilih topik ini. Berdasarkan uraian diatas, penulis mengajukan Tugas Akhir studi kasus tentang terapi musik dengan judul ***“STUDI KASUS PENERAPAN SESI BERNYANYI DALAM TERAPI MUSIK BAGI LANSIA YANG MENGALAMI PENARIKAN DIRI SECARA SOSIAL DI KOTA LUBUKLINGGAU”***

## **1.2 Rumusan Masalah**

Adapun permasalahan dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah sesi bernyanyi dalam terapi musik dapat memberikan dampak terhadap lansia yang mengalami penarikan diri secara sosial di Kota Lubuklinggau?
2. Bagaimana pengaruh sesi bernyanyi dalam terapi musik terhadap kemampuan sosioemosional kedua lansia di Kota Lubuklinggau?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak pengaplikasian sesi bernyanyi dalam terapi musik terhadap kemampuan sosial pada dua orang lansia di Kota Lubuklinggau, Sumatera Selatan

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Adapun beberapa manfaat penelitian yang didapatkan melalui penelitian ini antara lain:

- a. Manfaat Teoretis

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan baru tentang penerapan sesi terapi musik kepada lansia yang melakukan penarikan diri secara sosial di Kota Lubuklinggau untuk meningkatkan kualitas hidup pada aspek sosial.

## b. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat menambahkan wawasan, pengalaman dan referensi bagi penulis, calon terapis musik dan peneliti selanjutnya tentang penerapan program intervensi terapi musik kepada lansia yang melakukan penarikan diri secara sosial di Kota Lubuklinggau, Sumatera Selatan untuk meningkatkan kualitas hidup pada aspek sosial

## 1.5 Ruang Lingkup

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah dua responden dengan populasi lansia yang berusia diatas 65 tahun yang tinggal di Kota Lubuklinggau. Adapun persyaratan responden yang akan diteliti pada penelitian ini, yaitu:

1. Lansia yang memiliki usia diatas 65 Tahun
2. Lansia yang telah ditinggalkan pasangan hidupnya
3. Lansia yang mengalami penarikan diri secara sosial
4. Lansia yang berdomisili Kota Lubuklinggau