

**PENGARUH TERAPI MUSIK POPULER TERHADAP TINGKAT DEPRESI  
PASIEN ISOLASI SOSIAL DI RUMAH SAKIT JIWA DAERAH  
Dr. AMINO GONDOHUTOMO  
SEMARANG**

**Ayu Fitriya Rusanto\*), Arief Nugroho\*\*), Ulfa Nurullita\*\*\*)**

\*) Alumni Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang

\*\*) Dosen S1 Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang

\*\*\*) Dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat UNIMUS Semarang

**ABSTRAK**

Kehidupan yang semakin sulit dan tekanan kehidupan yang memicu terjadinya depresi. Provinsi Jawa Tengah prevalensi gangguan jiwa mengalami peningkatan sejak tahun 2007 dengan prevalensi 0.49% meningkat secara signifikan menjadi 17.18% pada tahun 2009. Salah satu metode untuk mengatasi depresi yaitu dengan terapi musik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik populer terhadap tingkat depresi pada pasien isolasi sosial di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang. Desain penelitian ini yaitu *pre-eksperimen* dengan *one group pre-post test design*, jumlah sampel 30 responden dengan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan nilai *pre test* 19.16 dan rata-rata *post test* 10.36. Hasil *uji beda paired sampel t-test* diperoleh nilai  $p=0.00$  dan *t*-hitung 10.19. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh terapi musik populer pada pasien isolasi sosial di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan pengetahuan manfaat terapi musik bagi pelayanan kesehatan, institusi pendidikan, dan penelitian yang lain.

Kata Kunci : Terapi musik, tingkat depresi, isolasi social

**ABSTRACT**

Life increasingly difficult and the pressures of life that triggered the depression. Central Java the prevalence of mental disorders has increased since 2007 with a prevalence of 0.49% significantly increased to 17.18% in 2009. One method to overcome the depression that is with music therapy. This study aims to determine the influence of popular music therapy on depression level in patients with social isolation in RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang. This study design is *pre experiment* with *one group pre-post test design*, the number of samples 30 respondents with a purposive sampling technique. The result study indication is from pre-test 19.16 and the mean test post test 10.36. Seen from the results of different test paired sample t-test with p values = 0.00 and t-value = 10.19. The results showed that there is the influence of popular music therapy in patients with social isolation in RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang. The results of this study of knowledge of benefits of music therapy to health services, educational institutions, and other research.

Key words : Music therapy, levels of depression, social isolation

## A. PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi dan kehidupan yang semakin sulit menyebabkan manusia tidak dapat terhindar dari tekanan kehidupan. Apabila hal ini tidak bisa ditangani dengan baik akan menjadi faktor penyebab peningkatan masalah kesehatan baik fisik maupun mental atau spiritual. Gangguan jiwa merupakan gejala patologik yang berasal dari unsur *psike* (Yosep, 2009, hlm.60). Data WHO memperkirakan ada sekitar 450 juta orang mengalami gangguan kesehatan jiwa (Yosep, 2009, hlm.30).

Mekanisme coping tidak efektif seperti sedih berlebihan, kesepian dan perasaan negatif terhadap dirinya sendiri. Bila hal tersebut yang terjadi dalam waktu lama akan memicu terjadinya depresi. Depresi adalah suatu gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan sedih dan berduka yang berlebihan dan berkepanjangan (Dalami, 2009, hlm.35). WHO menunjukkan bahwa 5-10% dari populasi masyarakat menderita depresi, untuk perempuan angka depresi lebih tinggi yaitu 15-17% jiwa (Nasir & Muhith, 2011, hlm.17). Pada sebagian besar penderita depresi mengalami gangguan pola komunikasi dan partisipasi sosial yang mempengaruhi hubungan sosial serta interpersonal sehingga mereka cenderung menarik diri atau mengisolasi sosial dari lingkungan.

Pasien isolasi sosial sebagian besar mengalami depresi yang pada dasarnya relatif mudah diobati, tetapi pasien yang terdiagnosis serta mendapatkan terapi yang memadai masih sedikit karena membutuhkan biaya yang mahal. Namun untuk menangani depresi bisa juga

menggunakan alat yang mudah ditemukan yaitu musik. Menurut Djohan (2009, hlm.240) terapi musik merupakan sebuah aktivitas terapeutik yang menggunakan musik sebagai media untuk memperbaiki, memelihara, mengembangkan mental, fisik, dan kesehatan emosi.

Banyak jenis musik baru yang lahir dan berkembang seperti musik populer yang ringan dan enak didengar. Musik populer yang bernada lembut dan memberikan kalimat-kalimat motivasi mempengaruhi suasana hati subjek pendengar menjadi lebih positif dan dapat menurunkan tingkat depresi yang dialaminya. Penelitian Rahmawati (2008) telah membuktikan bahwa terdapat perbedaan tingkat stress sebelum dan sesudah terapi musik pada kelompok remaja di panti asuhan yayasan Bening Nurani Kabupaten Sumedang.

Angka kejadian gangguan jiwa di Rumah Sakit jiwa Daerah (RSJD) Dr. Aminogondo Hutomo Semarang pada tahun 2010 sebesar 3914 jiwa yang 99,9% yaitu skizofrenia. Pasien gangguan jiwa sebesar 16,9% mengalami depresi, selain itu angka kejadian isolasi sosial sebesar 11,7% menduduki peringkat ketiga setelah perilaku kekerasan.

Berdasarkan paparan dan fenomena yang terjadi peneliti tertarik untuk meneliti dan menganalisis “Pengaruh Terapi Musik Populer Terhadap Tingkat Depresi Pada Pasien Isolasi Sosial”.

Tujuan dalam penelitian ini yaitu:

1. Tujuan umum  
Mengetahui pengaruh terapi musik populer terhadap tingkat depresi pada pasien isolasi sosial.
2. Tujuan khusus
  - a. Mengidentifikasi tingkat depresi pasien isolasi sosial sebelum terapi musik populer.
  - b. Mengidentifikasi tingkat depresi pasien isolasi sosial sesudah terapi musik populer.
  - c. Menganalisis pengaruh terapi musik populer terhadap tingkat depresi pasien isolasi sosial.

## B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk penelitian *pre-eksperimen* dengan rancangan penelitian *group pre-post test design*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh penelitian isolasi sosial yang dirawat di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang pada bulan Oktober-November aebanyak 40 pasien. Pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling* yaitu ruang Arimbi 5 responden, dari ruang Brotojoyo 5 responden, dari ruang Citroanggodo 5 responden, dari ruang Dewa Ruci 6 responden, dari ruang Hudowo 5 responden, dan 4 responden dari ruang Irawan Wibisono sehingga diperoleh total 30 responden pasien isolasi sosial di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 27 Oktober 2011-12 November 2011 dengan pemberian intervensi yang dilaksanakan selama tiga hari berturut-turut.

Pada penelitian ini didapatkan nilai  $p > 0.05$  menggunakan uji normalitas *Kolmogrov Smirnov Test* maka dapat dikatakan variabel berdistribusi

normal. Sehingga dapat dilanjutkan menggunakan uji *t (paired sample t-test)*. Analisa hasil *paired sample t-test* yaitu  $H_0$  diterima bila  $t\text{-hitung} < t\text{-tabel}$  atau nilai  $p\text{-value}$  pada kolom *sig (2-tailed) > level of significant ( $\alpha$ )* 0.05 atau 5 %, dan sebaliknya  $H_0$  ditolak bila  $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$  atau nilai  $p\text{-value}$  pada kolom *sig (2-tailed) < level of significant ( $\alpha$ )* 0.05 atau 5 % (Nugroho, 2007, hlm.33).

## C. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 1. Analisis Univarat

#### a. Jenis kelamin

Tabel 1

Distribusi responden pasien isolasi sosial berdasarkan jenis kelamin

di RSJD Dr. Amino

Gondohutomo Semarang

No	Jenis kelamin	(f)	(%)
1.	Perempuan	10	33.3
2.	Laki-laki	20	66.7
Total		30	100.0

Jenis kelamin responden terbanyak adalah laki-laki yaitu sebanyak 20 responden (66.7%).

#### b. Usia

Berdasarkan hasil pengambilan data dan wawancara kepada responden, didapatkan usia responden minimum yaitu 16 tahun, maksimum 40 tahun, rata-rata usia responden 28.93 tahun, dan standart deviasi sebesar 5.95.

#### c. Tingkat pendidikan

Hasil analisis table 2 didapatkan dari tingkat pendidikan yang paling banyak yaitu SD sebanyak 12 responden (40,0%), dan tingkat pendidikan yang paling sedikit

adalah sarjana hanya ada 1 responden (3.3%).

Tabel 2  
Distribusi responden pasien isolasi sosial berdasarkan tingkat pendidikan di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang

No	Pendidikan	(f)	(%)
1.	SD	12	40.0
2.	SMP	11	36.7
3.	SMA	6	20.0
4.	S1 (Sarjana)	1	3.3
Total		30	100.0

#### d. Lama perawatan

Berdasarkan hasil pengambilan data dan wawancara kepada responden, lama perawatan minimum 2 hari, maksimum 39 hari, rata-rata lama perawatan 17.93 hari, dan standart deviasi sebesar 10.72.

#### e. Kekambuhan

Tabel 5.3  
Distribusi responden pasien isolasi sosial berdasarkan kekambuhan di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang

No	Kekambuhan	(f)	(%)
1.	0	18	60.0
2.	1	9	30.0
3.	2	1	3.3
4.	3	2	6.7
Total		30	100.0

Hasil analisis table 3 didapatkan data dari 30 responden yang baru pertama kali mengalami isolasi sosial adalah 18 orang, sisanya mengalami kekambuhan terbanyak adalah satu kali kekambuhan yaitu sebanyak 9 responden (30.0%)

#### f. Tingkat depresi sebelum terapi musik populer

Dari hasil analisis tabel 5.4 didapatkan responden terbanyak adalah pada kategori depresi berat yaitu sebanyak 20 responden (66.7%).

Tabel 4  
Distribusi kategori tingkat depresi sebelum terapi musik populer di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang

No	Kategori	(f)	(%)
1.	Ringan	0	0
2.	Sedang	10	33.3
3.	Berat	20	66.7
Total		30	100.0

#### g. Tingkat depresi sesudah terapi musik populer

Penurunan tingkat depresi bisa dilihat dari hasil *post test* hari pertama kategori ringan 4 responden (13.3%), sedang 16 responden (53.3%), dan berat ada 10 responden (33.3%). Sedangkan pada hasil pada hari ketiga yaitu kategori ringan ada 17 responden (56.7%), kategori sedang ada 10 responden (33.3%), dan kategori berat ada 3 responden (10.0%).

## 2. Analisis Bivariat

Pada penelitian ini responden yang diberikan terapi musik populer yaitu pasien isolasi sosial yang mengalami depresi. Sebelum diberikan terapi musik populer responden terlihat tegang, sedih, dan tidak bersemangat. Namun, setelah diberikan terapi musik responden terlihat lebih tenang, rileks, dan bersemangat meskipun masih ada beberapa yang masih tetap tegang dan sedih. Adanya pengaruh positif musik terhadap fisik dan psikologis manusia

menjadikan musik dimanfaatkan sebagai media penyembuh (Djohan, 2009, hlm. 250-252).

Terapi musik yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu terapi musik dalam kelompok. Dimana dalam satu kelompok terdiri dari enam responden. Pengelompokan ini dilakukan supaya proses terapi menjadi lebih efektif. Berdasarkan hasil analisis pada tabel 4 dan 5 sebagian besar responden mengalami penurunan tingkat depresi. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata sebelum terapi musik populer sebesar 19.16 dan sesudah terapi musik populer 10.36. Dari hasil *pre test* kategori ringan 0 responden (0%), kategori sedang 10 responden (33.3%), dan kategori berat 20 responden (66.7%). Pada hasil *post test* rata-rata selama tiga hari ada 8 responden (26.7%) masuk kedalam kategori ringan, kategori sedang 20 responden (66.7%), dan kategori berat 2 responden (6.7%). Ini berarti ada penurunan tingkat depresi pada responden, tetapi masih ada 2 responden yang masih masuk kategori depresi berat. Hal ini dikarenakan musik yang didengarkan memiliki makna perasaan yang dalam yang membuat mereka teringat pada kenangan yang pernah dialami.

Pada penelitian ini responden diberikan terapi musik analitis (Model Priestly). Jenis terapi musik populer yang digunakan pada responden yaitu berjudul "Ceria" dari *Grup Band J-Rock* dua kali putaran sekitar 8 menit. Menurut Setiadarma (2005, hlm.33) harmonisasi nada dan irama musik mempengaruhi internal tubuh, bila harmonisasi

setara dengan irama internal tubuh, musik akan memberikan kesan yang menyenangkan sebaliknya bila bila harmonisasi tidak setara dengan irama internal tubuh, musik akan memberikan kesan yang kurang menyenangkan.

Penurunan tingkat depresi tersebut dibuktikan dengan uji beda *paired sampel t-test*. Dari analisis hasil uji perbandingan tingkat depresi sebelum dan sesudah terapi musik populer selama tiga hari menunjukkan penolakan  $H_0$ . Hal ini terlihat dari nilai *sig. (2-tailed)* yang lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0.05$  atau  $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$  2.05. Dengan kata lain, terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat depresi sebelum dan sesudah terapi musik populer pada pasien isolasi sosial di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang.

Terapi musik mempengaruhi tingkat depresi karena musik bersifat terapeutik. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rahmawati pada tahun 2008 telah membuktikan bahwa terdapat perbedaan tingkat stress sebelum dan sesudah terapi musik pada kelompok remaja. Hal ini ditunjukkan dari hasil uji *wilcoxon* untuk tingkat stress sebelum dan sesudah terapi musik pada hari pertama dan kedua nilai signifikan  $0.00 > \alpha = 0.05$ . Pengaruh beberapa macam frekuensi, nada, dan getaran tertentu terhadap fisik tubuh dari aliran musik yang sesuai serta pengetahuan akan musik dapat digunakan untuk mengusir kesedihan dan depresi (Mucci & Kate, 2002, hlm. 83-89).

### 3. Implikasi Keperawatan

- a. Didalam penelitian ini variabel yang digunakan adalah terapi musik populer terhadap tingkat depresi pada pasien isolasi sosial di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang. Penelitian ini masih ada beberapa kekurangan dalam pengumpulan data untuk lebih memperkuat penelitian, diharapkan dalam penelitian berikutnya peneliti dapat menambahkan variabel lain selain yang diambil oleh peneliti mengenai tingkat depresi misalnya jenis kelamin, usia, dan lama perawatan.
- b. Penelitian selanjutnya dapat menambahkan obyek penelitian lagi di RSJD lain dengan sampel yang lebih banyak dan mengelompokkan responden sesuai tingkat depresi sebelum pemberian intervensi supaya mendapatkan hasil penelitian yang berbeda, lebih akurat dan optimal mengenai tingkat depresi. Sehingga penelitian ini dapat berkembang, diaplikasikan, dan menambah reverence pengetahuan bagi ilmu keperawatan.

### D. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan pada 30 responden penderita isolasi sosial di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh terapi musik terhadap tingkat depresi sehingga dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Dilihat dari tingkat depresi responden sebelum diberikan terapi musik populer terbanyak pada kategori depresi berat yaitu sebanyak 20 responden (66.7%)

dengan skor minimum 11, maksimum 28, rata-rata 19.16, dan standart deviasi sebesar 4.86.

2. Dilihat dari tingkat depresi responden sesudah diberikan terapi musik populer sebagian besar responden mengalami penurunan tingkat depresi, yaitu 17 responden (56.7%) dalam katagori ringan, kategori sedang ada 10 responden (33.3%) dan katagori berat ada 3 responden (10.0%) dengan skor minimal 6, maksimal (6.33%), rata-rata skor sebesar 10.36, dan standart deviasi 3.01.
3. Dari analisis bivariat menggunakan uji beda *paired sampel t-test* diperoleh nilai  $p = 0.00 < \alpha = 0.05$  atau t-hitung  $10.195 > t\text{-tabel } 2.05$  sehingga  $H_0$  ditolak. Hal tersebut menunjukkan bahwa musik populer memberikan pengaruh terhadap tingkat depresi pada pasien isolasi sosial di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi pelayanan keperawatan  
Dari hasil penelitian ini diharapkan terapi musik populer dapat diterapkan pihak rumah sakit dan perawat sebagai salah satu terapi modalitas bagi pasien depresi dan isolasi sosial. Selain itu, diharapkan dapat mensosialisasikannya kepada keluarga dan pasien sehingga mengetahui manfaat terapi musik populer serta dapat diaplikasikan dirumah.
2. Bagi institusi pendidikan  
Disarankan bagi institusi pendidikan sebagai sarana memberikan kontribusi pengetahuan mengenai manfaat

terapi musik populer dalam ilmu keperawatan jiwa sehingga dapat dikembangkan, disinergikan, dan diaplikasikan dimasa yang akan datang.

3. Bagi penelitian selanjutnya Untuk penelitian selanjutnya disarankan melakukan penelitian lebih lanjut tentang terapi musik populer terhadap tingkat depresi dengan melakukan studi pendahuluan terlebih dahulu mengenai jenis musik yang disukai calon responden, melakukan pretes pada beberapa hari sebelum intervensi sehingga responden dapat dikelompokkan sesuai tingkat depresi, serta memaksimalkan fungsi dan menganalisa penggunaan metode kelompok dalam pemberian terapi musik. Selain itu penelitian selanjutnya juga bisa menggunakan terapi musik populer pada pasien isolasi sosial dengan judul yang berbeda atau jenis musik yang berbeda misalnya dangdut dengan memperhitungkan durasi putaran.

#### E. DAFTAR PUSTAKA

- Dalami, Ermawati. (2009). *Asuhan keperawatan klien dengan gangguan jiwa*. Jakarta:CV. Trans Info Media.
- Djohan. (2009). *Psikologi musik*. Yogyakarta:Best Publisher.
- Mucci., & Kate. (2002). *The healing sound of music*. Jakarta:PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Nasir, A., & Muhith, A. (2011). *Dasar-dasar keperawatan jiwa pengantar dan teori*. Jakarta:Salemba Medika.
- Nugroho, Bhuono. (2007). *Strategi jitu memilih metode statistik penelitian dengan SPSS. Edisi 1*. Yogyakarta:ANDI.
- Rahmawati, I., Haroen, H., & Juniarti, N. (2008). *Perbedaan tingkat stress sebelum dan sesudah terapi musik pada kelompok remaja dipanti asuhan yayasan bening nurani Kabupaten Sumedang*. [http://www.pustaka.unpad.ac.id/wp-content/uploads/2009/09/Pebedaan\\_tingkat\\_stres.pdf](http://www.pustaka.unpad.ac.id/wp-content/uploads/2009/09/Pebedaan_tingkat_stres.pdf) diperoleh tanggal 30 April 2011.
- Rekam Medik RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang. (2010). Semarang: RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang.
- Setiadarma, Montry. (2005). *Terapi musik*. <http://www.spiritia.or.id/DokTerapi.pdf> diperoleh tanggal 14 Mei 2011.
- Yosep, Iyus. (2009). *Keperawatan jiwa*. Edisi 2. Bandung:Refika Aditama.