To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat
Juni 2023, Vol.6, No.1, hal, 384-391
ISSN(P): 2622-6332; ISSN(E): 2622-6340
http://www.ojs.unanda.ac.id/index.php/tomaega

Terapi Aktivitas Kelompok Sosilisasi Menggunakan Musik Di Panti Tresna Werdha Remboken

Baithesda [1*], Tinny W.M. Akay [2], Autry A. Mandagi[3]
[1] Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Putra Indonesia Tomohon
[2] Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Putra Indonesia Tomohon
[3] Program Studi Profesi Ners, Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Putra Indonesia Tomohon

**Correspondent Email: baith.ms@unsrittomohon.ac.id*

Article History:
Received: 09-01-2023; Received in Revised: 14-02-2023; Accepted: 03-03-2023
DOI: http://dx.doi.org/10.35914/tomaega.v6i2.1702

Abstrak

Transisi ke Panti Sosial Tresna Werdha adalah periode kritis bagi lansia, dimana lansia dituntut untuk beradaptasi dengan lingkungan baru. Hal ini berdampak pada perubahan respons, emosional komunikasi yang terbatas, isolasi, perubahan dukungan sosial dan pola hidup. Selain itu, lansia dapat mengalami kehilangan otonomi, stres, dan ketidakpastian di awal relokasi. Ketidaksesuaian dengan situasi baru dapat membahayakan kualitas hidup dan status kesehatan lansia. Musik dapat menjadi intervensi berbiaya rendah dan efektif untuk meningkatkan kesehatan fisik dan kesejahteraan psikologis. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan peran staf dan penghuni dalam penerapan intervensi terapi Aktivitas Kelompok Sosialisasi (TAKS) untuk menangani gangguan psikososial pada lansia, dengan metode pelatihan (ceramah, tutorial, dan simulasi) TAKS menggunakan media musik. Yang menjadi target sasaran adalah 2 staf dan penghuni panti (lansia berusia di atas 60 tahun), berjumlah 40 orang. TAKS dilaksanakan dalam 4 sesi, durasi 30-45 menit. Lagu yang dipilih adalah lagu rohani Kristen dengan intensitas nada rendah. Tahap akhir adalah evaluasi perilaku lansia pada bulan ke-3 dan rencana tindak lanjut. Evaluasi pelaksanaan seluruh kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa semua lansia mengalami perubahan psikososial menjadi lebih baikDapat disimpulkan bahwa TAKS terapi musik berpengaruh terhadap perubahan perilaku psikososial pada lansia lansia di Panti.

Kata Kunci: lansia, panti, terapi aktivitas kelompok, terapi musik

Abstract

The transition to residential homes is a critical period for the elderly, where the elderly are required to be able to adapt to a new environment. This impacts response changes, limited emotional communication, isolation, social support, and lifestyle changes. In addition, the elderly may experience a loss of autonomy, stress, and freedom at the start of relocation. Incompatibility with new situations can endanger the quality of life and health status of the elderly. Music can be a low-cost and effective intervention to improve physical health and psychological well-being. The purpose of this community service was to increase the role of staff and residents in implementing Socialization Group Activity (TAKS) intervention

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

therapy to treat psychosocial disorders in the elderly, using music media and TAKS training (lectures, tutorials, and simulations). The targets were two staff and residents of the orphanage (elderly over 60 years), totaling 40 people. TAKS is carried out in 4 sessions, 30-45 minutes. The song chosen is a Christian spiritual song with a low-tone intensity. The final stage is an evaluation of the behavior of the elderly in the 3rd month and a follow-up plan. The review of the implementation of all community service activities shows that all older adults experience psychosocial changes for the better. We can conclude that TAKS music therapy influences changes in psychosocial behavior in the elderly in residential homes.

Key Word: elderly, music therapy, residential homes, Socialization Group Activity

1. Pendahuluan

Fenomena peningkatan populasi lanjut usia (lansia) menjadi tantangan di seluruh dunia. Menurut WHO, jumlah orang berusia 60 tahun atau lebih akan meningkat dari 900 juta menjadi 2 miliar antara tahun 2015 hingga 2050 (bergerak dari 12% menjadi 22% dari total populasi global) (Fraher & Coffey, 2011). Seiring dengan proses penuaan pada manusia dapat berdampak terjadinya kelemahan dan kecacatan yang meliputi penurunan perawatan diri karena kesehatan yang memburuk, jatuh, ketidakmampuan untuk melakukan tugas-tugas rumah tangga, dan kurangnya dukungan (Zamanzadeh, *et al.*, 2017). Lebih jauh lagi, struktur dan sosialisasi keluarga tradisional telah berubah, dan lebih banyak perempuan bekerja sebagai tenaga kerja berbayar karena urbanisasi dan industrialisasi; untuk alasan ini, perawatan berbasis rumah untuk lansia menurun sehingga permintaan untuk fasilitas perawatan di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) telah meningkat pesat (Chang, 2013; Zamanzadeh, *et al*., 2017).

Transisi ke PSTW adalah periode kritis bagi lansia. Transisi ini merupakan peristiwa kehidupan yang signifikan yang mensyaratkan lansia untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan baru. Penelitian sebelumnya melaporkan bahwa penghuni mengalami perubahan respons emosional yang substansial, peluang komunikasi yang terbatas, isolasi, perubahan dukungan sosial dan pola hidup (Zamanzadeh, *et al*., 2017). Secara khusus, penghuni yang baru masuk juga mengalami kehilangan otonomi, stres, dan ketidakpastian di awal relokasi (Chang, 2013). Lansia lebih rentan terhadap tempat-tempat baru seperti itu karena mereka biasanya sangat bergantung pada orang-orang yang akrab dengan mereka dan lingkungan kebiasaan mereka untuk mempertahankan kemandirian mereka (Wu, *et al*., 2015). Ketidaksesuaian dengan situasi baru dapat membahayakan kualitas hidup dan status kesehatan lansia (Chang, 2013).

Efek musik untuk promosi kesehatan telah dieksplorasi sepanjang sejarah dunia. Dari budaya kuno di Asia, Mesir, Rumania, Afrika, dan Amerika, musik digunakan untuk meningkatkan semangat, menangkal penyakit, dan memberikan efek menenangkan secara keseluruhan pada orang. Musik juga telah menjadi sumber yang berharga bagi lansia fasilitas kesehatan dan telah digunakan selama bertahun-tahun untuk mengurangi agitasi, stres, dan depresi (Fu, *et al*., 2015).

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Musik adalah metode penghubung (konektor) yang menyentuh setiap aspek keberadaan manusia dan dapat memiliki efek positif pada kualitas hidup seiring bertambahnya usia. Musik dan terapi musik telah terbukti berhasil di rumah sakit jiwa, program obat dan alkohol, fasilitas pemasyarakatan, fasilitas rehabilitasi, rumah sakit perawatan akut, serta layanan *hospice* dan fasilitas keperawatan (Waltman, 2018).

Seiring pertambahan usia, sekitar 92% lansia memiliki setidaknya satu penyakit kronis dan 77% memiliki setidaknya dua atau lebih masalah kesehatan (Dev, *et al*., 2015). Penyakit kronis mengurangi kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas normal, yang merupakan kontributor utama depresi Gutgsell, *et al*., 2013). Karena kebutuhan untuk memberikan obat untuk penyakit ini, untuk depresi atau kecemasan dapat menyebabkan efek samping yang merugikan dan interaksi obat yang tidak diinginkan (Dev, *et al*., 2015). Musik dan terapi musik dapat secara positif mengurangi kebutuhan akan obat tambahan dan memiliki efek positif pada lansia jika dilakukan dengan cara yang benar (Fu, *et al*., 2015; Gutgsell, *et al*., 2013).

PTSW Pengasih Romboken mempunyai kapasitas tampung 60 orang, namun pada saat ini yang tinggal ada 40 orang, yang terdiri dari 3 lansia laki-laki dan 37 lansia perempuan. Survey awal menemukan 37 lansia (92.5%) mengalami gangguan psikososial berupa bingung, panik, depresif, dan apatis. Jika staf panti dan pengasuh memahami keefektifan terapi musik untuk meningkatkan kualitas hidup lansia dan bagaimana penerapannya yang terbaik, tindakan berbiaya rendah dan non-farmakologi ini dapat diambil untuk membuat perubahan positif (Dev, *et al*., 2015; Gutgsell, *et al*., 2013).

Perilaku penghuni sering memakan waktu dan menyebabkan stres bagi staf dan sesama penghuni, sehingga penting untuk melakukan pengabdian masyarakat untuk melatih pengurus dan penghuni panti tentang metode terapi aktivitas kelompok sosialisasi (TAKS) menggunakan musik dalam perawatan lansia. Ada bukti yang menunjukkan bahwa penggunaan musik di lingkungan fasilitas keperawatan selain dapat mencegah depresi, juga masalah psikososial lainnya yang akan menjadi aset untuk digunakan dalam perawatan lansia (Quach & Lee, 2017). Musik dapat menjadi intervensi berbiaya rendah dan efektif untuk meningkatkan kesehatan fisik dan kesejahteraan psikologis. Sehingga tujuan pengabdian masyarakat adalah untuk meningkatkan peran staf dan penghuni dalam penerapan intervensi TAKS untuk menangani gangguan psikososial pada lansia.

2. Metode

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah pelatihan dengan metode ceramah, simulasi, dan praktik TAKS menggunakan media musik sesuai protokol. Target sasaran dalam kegiatan ini adalah 2 staf dan penghuni panti (lansia berusia di atas 60 tahun), berjumlah 40 orang. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di PSTW Pengasih Remboken, Kabupaten Minahasa pada bulan

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Pebruari hingga Maret 2022. Adapun tahapan pengabdian masyarakat ini diawali dengan tahap pre-orientasi meliputi persiapan alat/bahan/media promosi dan standar prosedur operasional terapi aktivitas kelompok menggunakan musik. Tahap orientasi meliputi permohonan izin, penjelasan maksud dan tujuan, screening perilaku lansia menggunakan kuesioner dibantu oleh staf panti, dan kontrak waktu pelaksanaan. Selanjutnya pada tahap kerja, diawali dengan pemberian materi tentang Konsep Psikososial dan TAKS sesuai standar prosedur operasional. Media yang digunakan yaitu LCD projector, speaker *bluetooth* dan handphone (untuk memilih lagu) yang dibagi dalam 4 sesi dengan durasi 30-45 menit. Lagu yang dipilih adalah lagu rohani Kristen dengan intensitas nada rendah. Tahap akhir adalah evaluasi perilaku lansia pada bulan ke-3 dan rencana tindak lanjut. Perbedaan psikososial lansia sebelum dan sesudah TAKS dianalisa menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank dengan nilai signifikansi ≤ 0,05.

3. Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat sesuai dengan tujuan dan rencana yang telah dibuat. Kegiatan pengabdian dilakukan selama lima hari, dimana hari pertama adalah pelatihan tentang konsep psikosoial dan intervensi TAKS menggunakan musik. Hari ke dua sampai dengan hari ke tiga simulasi TAKS dilakukan kepada 40 lansia yang terbagi dalam empat kelompok, setiap kelompok berisi 10 lansia. Intervensi TAKS dibagi menjadi dua sesi per hari dan waktu yang dibutuhkan untuk aktivitas ini bervariasi antara 30 dan 45 menit. Selanjutnya, TAKS dilakukan secara rutin 2x seminggu selama tiga bulan dengan pengawasan staf panti.

Karakteristik Target Sasaran

Target sasaran dalam pengabdian masyarakat dengan intervensi TAKS ini adalah kelompok lansia yang tinggal di panti dengan karakteristik sebagaimana tergambar dalam Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Target Sasaran

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Umur (tahun)		
- 66-74	15	37.5
- 75-90	20	50.0
- >90	5	12.5
Jenis kelamin		
- Laki-laki	4	10,0
- Perempuan	36	90,0

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Pendidikan		
- SD	19	47,5
- SMP	12	30,0
- SMA	9	22,5

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas target sasaran adalah perempuan (90.0%), setengahnya berumur 75-90 tahun, dengan tingkat pendidikan paling banyak SD (47.5%).

Perubahan Psikososial Lansia

Hasil evaluasi pelaksanaan seluruh kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa semua lansia mengalami perubahan psikososial menjadi lebih baik. Hasil dari intervensi ini menunjukkan bahwa terapi musik berpengaruh terhadap perubahan perilaku psikososial lansia di PTSW Remboken (Tabel 2).

Tabel 2. Hasil evaluasi rata-rata perubahan psikosoial Lansia sebelum dan sesudah dilakukan TAKS

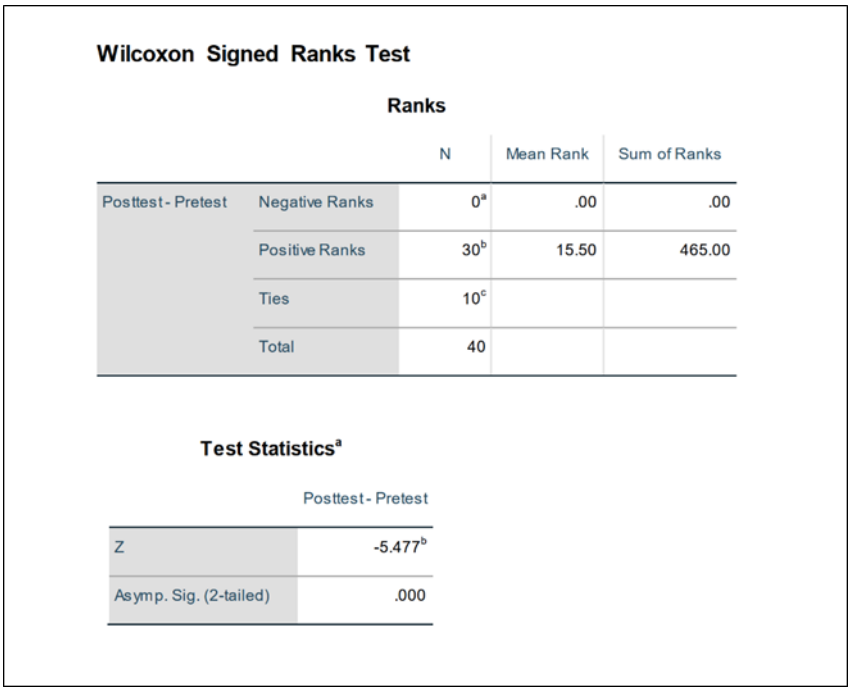
Perilaku psikososial	Sebelum TAKS	Sesudah TAKS
Aktualisasi diri	78	82
Perilaku menyendiri	75	56
Peran dan aktivitas	50	65
Kepuasan hidup	74	80

Intervensi difokuskan pada perubahan psikososial lansia menggunakan terapi musik mendengarkan lagu-lagu rohani. Menurut Mileski, *et al* (2019), memasukkan musik dapat menjadi pendekatan yang sederhana dan efektif untuk pengasuh profesional dan memberi mereka alat tambahan dalam upaya mereka untuk mengurangi kecemasan, perasaan isolasi, perilaku, penurunan fisik, dan ketergantungan pada obat antipsikotik pada penghuni panti.

Berdasarkan Tabel 2, aspek perilaku menyendiri mengalami perubahan yang paling banyak, dimana terjadi penurunan perilaku menyendiri pada lansia. Adapun perilaku menyendiri yang dievaluasi meliputi perasaan malu, kepribadian, kecemasan, kesepian, dan interaksi sosial. Gambar 1 menunjukan hasil uji statistic yang menemukan adanya perbedaan yang signifikan psikososial lansia sebelum dan sesudah dilakukannya TAKS (p = 0,001). Sesuai dengan hasil penelitian sebelumnyamenemukan bahwa kelompok terapi musik melaporkan efek positif dan pengurangan tingkat kecemasan mereka secara keseluruhan selama jangka waktu 6 bulan dibandingkan dengan kelompok yang memulai intervensi farmakologis untuk

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

kecemasannya dan tidak berpartisipasi dalam kelompok terapi musik (Verrusio *et al.*, 2014).



Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	0[a]	.00	.00
	Positive Ranks	30[b]	15.50	465.00
	Ties	10[c]		
	Total	40		

Test Statistics[a]

	Posttest - Pretest
Z	-5.477[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Gambar 1. Hasil uji beda rata-rata psikososial sebelum dan sesudah TAKS

Memanfaatkan musik sebagai intervensi telah terbukti mengurangi tidak hanya kecemasan dan stres penghuni tetapi juga tingkat kecemasan dan stres secara keseluruhan untuk mereka yang merawat lansia (Ridder, *et al*., 2013). Musik dan spiritualitas telah lama dikaitkan satu sama lain dan beberapa penelitian mengeksplorasi hubungan tersebut (Hamilton, *et al*., 2013). Satu studi menunjukkan bahwa spiritualitas melampaui biologis dan psiko-sosial, yang sangat penting untuk mereka yang menderita demensia dalam demensia itu mengancam kepribadian seseorang dan kehilangan diri sendiri (Kirkland, *et al*., 2014). Lagu-lagu rohani dapat memungkinkan seseorang yang tinggal di komunitas merasa terhubung, tidak hanya dengan kekuatan yang lebih tinggi tetapi juga dengan mereka berpartisipasi dalam aktivitas kelompok (Hamilton *et al*., 2013).

Namun, pengaruh positif musik juga ditemukan bersifat. Satu studi menemukan bahwa manfaat musik berkurang sebulan setelah intervensi pertama (Ray & Mittelman, 2017), dan penelitian lain menemukan bahwa 6 minggu setelah mengikuti penelitian yang menghasilkan hasil positif, penduduk ditemukan telah mundur ke tingkat pra-tes fisik dan kesehatan mental (Liu, *et al*., 2015). Sehingga perlu komitmen pengelola atau pengurus panti dalam memfasilitasi tempat dan fasilitas untuk kegiatan terapi kelompok.

Anggota staf panti memiliki peran sangat penting dalam mendidik, mengadvokasi, dan mendukung transisi penghuni baru di panti. Staf juga harus

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

memahami bahwa proses adaptasi bersifat dinamis dan berbeda setiap individu, sehingga intervensi yang sesuai harus dipertimbangkan untuk memenuhi kebutuhan penghuni panti, di antarnya menggunakan terapi aktivitas kelompok.

4. Kesimpulan

Terapi aktivitas kelompok sosialisasi menggunakan musik yang digunakan di PTSW memiliki hasil positif penurunan masalah psikososial pada lansia tidak terbatas pada penurunan perilaku menyendiri tetapi juga peningkatan aktualisasi diri, aktivitas, dan kepuasan hidup; oleh karena itu, terapi musik direkomendasikan untuk menjadi komponen perawatan lansia di fasilitas perawatan lansia.

5. Daftar Pustaka

Chang, S. J. (2013). Lived experiences of nursing home residents in Korea. Asian *Nursing Research*, 7(2), 83-90.

Dev, A., KV, S., & Pillai, R. R. (2015). Music therapy for institutionalized elderly persons with depression. *Open Journal of Psychiatry & Allied Sciences*, 6(1).

Fraher, A., & Coffey, A. (2011). Older people's experiences of relocation to long-term care. Nursing *Older People*, 23(10).

Fu, M. C., Belza, B., Nguyen, H., Logsdon, R., & Demorest, S. (2018). Impact of group-singing on older adult health in senior living communities: A pilot study. Archives of *Gerontology and Geriatrics*, 76, 138-146.

Gutgsell, K. J., Schluchter, M., Margevicius, S., DeGolia, P. A., McLaughlin, B., Harris, M., ... & Wiencek, C. (2013). Music therapy reduces pain in palliative care patients: a randomized controlled trial. Journal of *Pain and Symptom Management*, 45(5), 822-831.

Hamilton, J. B., Sandelowski, M., Moore, A. D., Agarwal, M., & Koenig, H. G. (2013). "You need a song to bring you through": The use of religious songs to manage stressful life events. *The Gerontologist*, 53(1), 26-38.

Kirkland, K., Fortuna, M. C., Kelson, E., & Phinney, A. (2014). Music Therapy and Spiritual Care for Persons with Dementia: A Mixed-Methods Study. *Canadian Journal of Music Therapy*, 20(1).

Liu, X., Burns, D. S., Hilliard, R. E., Stump, T. E., & Unroe, K. T. (2015). Music therapy clinical practice in hospice: Differences between home and nursing home delivery. Journal of *Music Therapy*, 52(3), 376-393.

Mileski, M., Brooks, M., Kirsch, A., Lee, F., LeVieux, A., & Ruiz, A. (2019). Positive physical and mental outcomes for residents in nursing facilities using music: a systematic review. *Clinical Interventions in Aging*, 14, 301.

Quach, J., & Lee, J. A. (2017). Do music therapies reduce depressive symptoms and improve QOL in older adults with chronic disease?. *Nursing*, 47(6), 58-63.

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Ray, K. D., & Mittelman, M. S. (2017). Music therapy: A nonpharmacological approach to the care of agitation and depressive symptoms for nursing home residents with dementia. *Dementia*, 16(6), 689-710.

Ridder, H. M. O., Stige, B., Qvale, L. G., & Gold, C. (2013). Individual music therapy for agitation in dementia: an exploratory randomized controlled trial. *Aging & Mental Health*, 17(6), 667-678.

Spiro, N. (2010). Music and dementia: Observing effects and searching for underlying theories. *Aging and Mental Health*, 14(8), 891-899.

Verrusio, W., Andreozzi, P., Marigliano, B., Renzi, A., Gianturco, V., Pecci, M. T., ... & Gueli, N. (2014). Exercise training and music therapy in elderly with depressive syndrome: a pilot study. *Complementary Therapies in Medicine*, 22(4), 614-620.

Waltman E. (2018). Music therapy. Nursing & Allied Health Resources Section: NAHRS [newsletter]. 38(2):5–7.

Wu, Y. T., Prina, A. M., Barnes, L. E., Matthews, F. E., & Brayne, C. (2015). Relocation at older age: results from the Cognitive Function and Ageing Study. *Journal of Public Health*, 37(3), 480-487.

Zamanzadeh, V., Rahmani, A., Pakpour, V., Chenoweth, L. L., & Mohammadi, E. (2017). Psychosocial changes following transition to an aged care home: Qualitative findings from Iran. *International Journal of Older People Nursing*, 12(2), e12130.

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).