

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di dalam Undang – Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2014 tentang kesehatan jiwa disampaikan bahwa kesehatan jiwa itu sendiri merupakan suatu kondisi dimana seorang individu dapat berkembang baik secara fisik, psikologis, spiritual, ataupun sosial. Dengan begitu, individu tersebut akan mampu menyadari kemampuan yang dimiliki, dapat mengatasi berbagai tekanan, dan bekerja secara produktif juga aktif dalam lingkungannya (Presiden RI, 2014)

Sedangkan, orang dengan masalah atau gangguan kejiwaan adalah individu yang mengalami perubahan pada fungsi jiwa sehingga menyebabkan penderitaan juga hambatan pada orang tersebut dalam melaksanakan aktivitas sehari – hari dan dapat pula mengganggu peran sosial, salah satu contohnya adalah gangguan alam perasaan (Fitriya dkk., 2021). Depresi termasuk dalam gangguan alam perasaan manusia yang mana sering kali tidak disadari oleh penderitanya, bahkan banyak orang yang menganggap bahwa depresi ini berkaitan dengan masalah keimanan, bukan gangguan psikologis (Sulistiyorini & Sabarisman, 2017).

Dari hasil pengamatan penulis, penderita gangguan alam perasaan depresi seringkali menunjukkan tanda gejala seperti hilangnya minat dan kesenangan terhadap aktivitas yang sebelumnya dianggap menyenangkan, kesedihan menetap, adanya perubahan pada berat badan, nafsu makan, kesulitan tidur atau mungkin sebaliknya, merasa bersalah, tidak berharga, kesulitan berkonsentrasi, dan hilangnya semangat untuk hidup. Kejadian tragis seperti kehilangan yaitu suatu pengalaman yang dapat terjadi berulang kali selama rentang kehidupan manusia, dimana seorang individu berpisah dengan sesuatu berharga yang sebelumnya ada menjadi tidak ada, baik itu terjadi sebagian atau keseluruhan dapat menjadi salah satu faktor sosial yang

menyebabkan seorang individu mengalami depresi (Dirgayunita, 2016; Fitriya dkk., 2021)

Di dunia jumlah penderita depresi ada sekitar 322 juta orang yang artinya 4,4% dari seluruh populasi. Dan hampir separuh dari angka tersebut berada di wilayah Asia Tenggara dan Pasifik Barat. Indonesia sendiri berada dalam urutan ke 5 sebagai negara dengan angka penderita depresi tertinggi di Asia Tenggara (WHO, 2017). Berdasarkan data yang diperoleh Kemenkes RI selama tahun 2020, didapatkan hasil bahwa penderita depresi di Indonesiamenginjak angka 23 juta jiwa (Harahap, 2021). Hal ini menunjukkan peningkatan yang sangat drastis jika dibandingkan dengan data Risesdas pada tahun 2018, yang mana berada pada angka 11 juta orang dengan tanda gejala depresi (Rachmawati, 2020).

Tidak bisa dipungkiri tingginya angka penderita depresi ini diperparah dengan fakta bahwa pandemi Covid – 19 masih berlanjut dan akhirnya berdampak di berbagai bidang, salah satunya adalah psikologis (Rachmawati, 2020). Jawa Barat termasuk ke dalam 10 wilayah tertinggi di Indonesia yang penduduknya mengalami depresi, yaitu sebanyak 7,8% dari total penduduk (Kemenkes RI, 2018). Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI menyampaikan bahwa dari 1.552 responden di daerah Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur, dan DKI Jakarta didapatkan bahwa 80% merasakan gejala *pascatrauma* psikologis karena sudah mengalami atau menyaksikan berbagai peristiwa yang tidak menyenangkan, salah satunya adalah terpisah dari orang lain secara berkepanjangan, termasuk ditinggalkan oleh orang terkasih. Angka terbanyak berada di Jawa Barat dengan 23,4% dari total responden (Winurini, 2020).

Di Desa Selawangi Kabupaten Sukabumi dari hasil pembagian kuesioner per tanggal 25 Maret 2022 ditemukan dari 7 orang terdapat 3 yang mengalami depresi sedang baik akibat kehilangan, masalah interpersonal, ataupun penyakit fisik. Sedangkan, pada responden lain menunjukkan tanda naik turun perasaan yang wajar. Gangguan alam perasaan depresi akibat kehilangan inilah yang sedang dialami oleh Ny.B. Ini pula salah satu alasan mengapa penulis memilih Desa Selawangi sebagai tempat penelitian.

Depresi memiliki dampak yang cukup besar bagi kehidupan penderita. Jika tidak segera ditangani, akan memicu munculnya berbagai penyakit fisik yang baru ataupun masalah psikis yang lain, penyalahgunaan obat, bahkan hingga terpikirkan keinginan untuk bunuh diri (Sulistyorini & Sabarisman, 2017). Dari penjelasan tersebut, penulis menyadari bahwa tidak menutup kemungkinan seorang individu dengan depresi akan mengesampingkan kebutuhan biologis, psikologis, sosial, dan spiritualnya. Untuk mencegah atau meminimalisir dampak tersebut, maka penderita depresi harus mendapatkan penanganan yang tepat dengan segera.

Ada beberapa penatalaksanaan yang dapat dilakukan untuk mengatasi atau menurunkan tingkat depresi seseorang, baik itu secara farmakologis ataupun non farmakologis. Terapi musik merupakan salah satu penatalaksanaan *komplementer* yang dapat dilakukan pada penderita depresi ringan hingga sedang. Di dalam sebuah jurnal, didapatkan fakta bahwa ketika musik diaplikasikan sebagai sebuah terapi, musik ini mampu memelihara, meningkatkan, bahkan memulihkan kesehatan seseorang baik secara fisik, psikis dan spiritual karena dapat mempengaruhi fungsi fisiologis tubuh (Supriyadi & Oktadi, 2019).

Ketika memperdengarkan musik atau suara alam yang positif dapat memberikan efek relaksasi dari gelombang alfa yang dikirimkan kepada klien. Sedangkan, gelombang betha berhubungan dengan stress, dan gelombang delta berhubungan dengan rasa kantuk. Efek – efek tersebut akan memberikan rangsangan pada tubuh untuk mengeluarkan *hormon melatonin* yang akan memberikan rasa tenang, mampu memanggil kenangan mendalam bagi penderita dan akhirnya membuat penderita mengalami perubahan mood. Oleh karena itu, pemilihan musik klasik yang tepat dapat menjadi salah satu cara untuk menurunkan tingkat depresi seseorang (Amelia & Trisyani, 2015; Tanoni & Mediastika, 2019).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, penulis berharap melalui terapi musik, seorang individu dengan depresi dapat sembuh bukan karena paksaan dari orang sekitar, melainkan pulih dari dalam dirinya sendiri. Dengan tubuh yang tenang, pikiran yang jernih, suasana hati yang lebih baik

karena musik klasik dimainkan, klien mulai bisa menata pikirannya kembali sebagai usaha dalam mengenal diri, mengenal dan beradaptasi terhadap masalah dan situasi yang sedang dihadapi. Dengan begitu, diharapkan secara bertahap klien dapat membangun tameng bagi dirinya, terutama mental agar lebih kuat atau siap dalam menghadapi masalah yang ada.

Musik klasik juga merupakan salah satu jenis musik yang disukai oleh Ny.B. Oleh karena itu, penulis merasa terapi musik tepat untuk diaplikasikan dalam kasus yang dialami oleh klien, sehingga penulis tertarik untuk membuat karya tulis ilmiah dengan judul : *“Aplikasi Terapi Musik Klasik pada Ny.B dengan Gangguan Alam Perasaan : Depresi di Desa Selawangi ”*.

B. Tujuan Penulisan Karya Tulis Ilmiah

1. Mampu menggambarkan pengkajian pada Ny.B dengan Gangguan Alam Perasaan : Depresi di Desa Selawangi.
2. Mampu merumuskan masalah dan membuat diagnosis keperawatan pada Ny.B dengan Gangguan Alam Perasaan : Depresi di Desa Selawangi.
3. Mampu menggambarkan dan menyusun perencanaan keperawatan berdasarkan pengaplikasian terapi musik klasik pada Ny.B dengan Gangguan Alam Perasaan : Depresi di Desa Selawangi.
4. Mampu melaksanakan asuhan keperawatan berdasarkan pengaplikasian terapi musik klasik pada Ny.B dengan Gangguan Alam Perasaan : Depresi di Desa Selawangi.
5. Mampu mengevaluasi dan menjelaskan hasil dari pengaplikasian terapi musik klasik pada Ny.B dengan Gangguan Alam Perasaan : Depresi di Desa Selawangi.

C. Manfaat Penulisan Karya Tulis Ilmiah

1. Aspek Akademis

Karya tulis ilmiah ini dapat menjadi bahan bacaan untuk menambah ilmu pengetahuan dan wawasan bagi para mahasiswa DIII Keperawatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi, khususnya yang mencari pembahasan tentang pengaplikasian terapi musik klasik terhadap pasien dengan depresi.

2. Aspek Praktis

Melalui pengaplikasian terapi musik, diharapkan tingkat depresi yang dialami oleh Ny.B dapat menurun dan ia tetap mampu mempraktikannya setiap kali membutuhkan ketenangan untuk mencari solusi atas situasi atau masalah yang sedang dihadapi.