

PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA YANG MENGALAMI DEMENSIA

AIDA YULIA, RIANA SYAFITRIA

Abstract: *The number of older person with dementia that 220, the found 22 million older person who had dementia and it will be increased in 2030, that 63 million people. Dementia is disease commonly experience of elderly. The main problem that must be appear on the elderly that is a decrease in cognitive function. The intervention to minimizing impair in cognitive function is music therapy. Music therapy is very effective for increase cognitive function to older person who had dementia at Nursing Home Care Sabai Nan Aluih at Sicincin Padang Pariaman, 2017. Design of this study is Quasy Experiment with One Group Pretest-posttest Design, and using Purposive Sampling technique with the number of 10 sample. The time of research do on 5-17 June 2019. The results is show that the score of cognitive function before giving music therapy is 17.1, while the score of cognitive function after giving music therapy is 19.7. Bivariat analysis with use the paired sample t-test, showed that p-value 0,00 ($p < 0,05$), with the results that, there is the effect of music therapy for cognitive function on older person who had dementia. Nursing Home Care Sabai Nan Aluih at Sicincin Padang Pariaman could be use the music therapy as additional schedule for older person, especially Older Person who had dementia.*

Key Words : *Cognitive Function, Dementia, Music Therapy, Older Person.*

Abstrak: Pada saat ini jumlah lansia yang mengalami demensia yaitu dari 220 penduduk ditemukan 2,2 juta lansia yang mengalami demensia, dan akan meningkat pada tahun 2030 yaitu 63 juta orang. Demensia merupakan suatu penyakit yang biasanya dialami oleh lansia. Masalah utama yang pasti muncul pada lansia dengan demensia yaitu penurunan fungsi kognitif. Upaya yang dilakukan untuk meminimalkan penurunan fungsi kognitif yaitu dengan melakukan terapi musik. Terapi musik sangat efektif dalam peningkatan fungsi kognitif karena memengaruhi kerja otak kiri dan otak kanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik terhadap fungsi kognitif pada lansia yang mengalami demensia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2017. Jenis penelitian ini adalah *Quasy Eksperimen* dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design* menggunakan teknik *Purposive Sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 10 orang. Waktu penelitian dilakukan pada tanggal 5-17 Juni 2019. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor fungsi kognitif sebelum dilakukan terapi musik yaitu 17,1, sedangkan rata-rata skor fungsi kognitif setelah dilakukan terapi musik yaitu 19,7. Dari hasil analisa data dengan menggunakan *Paired Sampel t-test* didapatkan *pvalue* 0,00 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi musik terhadap fungsi kognitif pada lansia yang mengalami demensia. Diharapkan kepada petugas PSTW Sabai Nan Aluih Padang Pariaman untuk menjadikan terapi musik sebagai jadwal tambahan bagi lansia terutama lansia yang mengalami demensia.

Kata Kunci: Demensia, Fungsi Kognitif, Lansia, Terapi Musik

A. Pendahuluan

Lansia merupakan tahap akhir dari proses kehidupan yang akan dialami oleh setiap manusia. Lansia adalah salah satu kelompok khusus yang ada di dalam masyarakat dan harus diperhatikan dengan baik. Pada saat ini jumlah lansia di dunia

semakin meningkat. Menurut *World Health Organization (WHO)* di Asia Tenggara pada tahun 2010 penduduk lansia mencapai 24 juta jiwa atau 7,4% dari total populasi dan pada tahun 2020 diperkirakan jumlah lansia mencapai 80 juta jiwa dari total populasi (Departemen Kesehatan, 2013). Di Indonesia sendiri jumlah lansia pada tahun 2013 yaitu 8,9% dengan usia harapan hidup 70,8 tahun dan pada tahun 2050 diperkirakan jumlah lansia di Indonesia mencapai 21,4% dari total populasi. Dimana propinsi dengan jumlah lansia terbanyak terdapat di Daerah Istimewa Yogyakarta dengan persentase yaitu 13,4 % dari total populasi. Sumatera Barat merupakan provinsi urutan ke 7 dengan jumlah lansia terbanyak di Indonesia dengan persentase 8,8%.

Meningkatnya populasi lansia akan menimbulkan banyak masalah kesehatan. Pada saat menginjak usia lanjut banyak masalah kesehatan yang terjadi pada lansia baik dari segi fisik maupun psikis, salah satunya adalah demensia. Demensia atau kepikunan merupakan proses menua sehingga dianggap sebagai hal yang wajar saja. Padahal jika demensia tidak dicegah atau tidak diobati akan menimbulkan dampak seperti penurunan fungsi kognitif, kehilangan motivasi, menunjukkan gejala depresi dan agitasi, disorientasi waktu dan tempat, gangguan dalam aktivitas sehari-hari, aktivitas sosial bahkan sampai mengalami demensia berat seperti alzheimer (Nugroho, 2008). Fungsi kognitif merupakan kemampuan mental dan intelektual serta memori, perhatian, persepsi, penalaran dan kondisi kesadaran secara umum (Djohan, 2006). Pada saat menginjak usia tua fungsi kognitif akan menurun dan mengakibatkan lansia menjadi mudah lupa, bingung, gangguan bahasa dan sebagainya (Sunaryo, 2016).

Jenis terapi yang digunakan untuk pencegahan/ pengobatan demensia ada 2 yaitu terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi farmakologi yaitu terapi yang menggunakan obat-obatan. Terapi non farmakologi yaitu terapi yang tidak menggunakan obat-obatan, salah satunya adalah terapi musik (Anurogo, 2012). Terapi musik bisa meningkatkan fungsi kognitif dan mencegah kepikunan/demensia. Hal ini bisa terjadi karena bagian otak yang memproses musik terletak berdekatan dengan memori, sehingga ketika seseorang melatih otak dengan terapi musik, maka secara otomatis memori juga ikut terlatih. Atas dasar inilah terapi musik sering dilakukan di pusat rehabilitasi, panti jompo bahkan di sekolah. Biasanya musik yang digunakan untuk terapi yang dilakukan pada lansia yaitu musik klasik karena dengan efek yang menenangkan bisa membantu lansia dalam mengingat atau mengenang dari masa lalu yang telah dialami (Eka, 2011).

Terapi musik ini sangat efektif digunakan sebagai terapi pada lansia demensia yaitu karena selain mudah dilakukan juga menimbulkan efek positif kepada lansia, seperti menimbulkan motivasi/semangat baru, menenangkan pikiran, menyeimbangkan fungsi antara otak kiri dan otak kanan dan mengembalikan kesehatan mental dan fisik serta spiritual (Aspiani, 2014). Hal ini bisa diterapkan kepada lansia yang mengalami penurunan fungsi kognitif, ketika lansia mendengarkan musik yang di sukai, lansia tersebut secara otomatis akan mengingat kejadian di masa lalu. Sehingga dapat membantu lansia dalam mengingat dan kepikunan pada lansia dapat teratasi.

Menurut penelitian yang dilakukan Park & Spect (2009) mengenai terapi musik dapat menurunkan tingkat agitasi pada lansia yang mengalami demensia, dengan hasil mean level secara signifikan rendah ketika mendengarkan musik dibandingkan sebelum mendengarkan musik. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Panti Sosial Tresna Werda (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin pada bulan April 2019 didapatkan data 110 orang lansia. Berdasarkan data yang ada di poliklinik didapatkan 19 orang yang mengalami demensia. Pada saat dilakukan wawancara dari 10 orang

lansia yang mengalami demensia mengatakan lupa tanggal/hari, lupa nama tempat tinggalnya sekarang, lupa menaruh barang. Pada saat peneliti melakukan wawancara kepada petugas panti belum ada dilakukan terapi musik di panti jompo tersebut. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “ Pengaruh Terapi Musik terhadap Fungsi Kognitif pada Lansia yang Mengalami Demensia di Panti Sosial Tresna Werda (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2019”.

B. Metodologi Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah *Quasy Experiment*, dengan pendekatan *One Group Pretest-posttest Design*, rancangan ini tidak memiliki kelompok kontrol. Populasi dalam penelitian ini yaitu 19 orang dengan sampel 10 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan dari peneliti sendiri (Notoatmodjo, 2012). Persiapan yang dilakukan dalam penelitian ini dengan memberikan perlakuan terapi music pada lansia. Terapi musik ini dilakukan 2 kali seminggu selama 2 minggu dengan durasi mendengarkan musik selama 15 menit yang dilakukan secara individual. Pada saat sebelum dan setelah lansia mendengarkan musik lansia diwawancara dengan menggunakan kuesioner *Mini Mental Status Examination* (MMSE). Untuk mendengarkan musik peneliti menggunakan musik *Mozart*. Alat dalam penelitian ini yaitu CD, laptop dan headset.

C. Hasil dan Pembahasan

Distribusi Fungsi Kognitif Sebelum Dilakukan Terapi Musik

Klasifikasi	Jumlah	Persentase (%)
Probable gangguan kognitif	6	60
Definitif gangguan kognitif	4	40
Jumlah	10	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa sebelum dilakukan terapi musik lebih dari setengah responden yang mengalami probable gangguan kognitif. Pada saat menginjak usia tua berat otak berkurang. Didalam neuron terdapat 2 serabut saraf yaitu neurit (akson) dan dendrit. Pada saat usia tua tonjolan dendrit di neuron secara berangsur-angsur hilang disusul dengan pembengkakan batang dendrit dan batang sel. Dimana fungsi dari dendrit ini yaitu untuk menerima dan menghantarkan rangsangan ke badan sel. Jika benjolan dendrit tersebut hilang maka fungsi dari dendrit tersebut akan berkurang yang mengakibatkan kognitif menurun dan seiring berjalannya waktu juga akan mengakibatkan kepikunan/ demensia.

Distribusi Fungsi Kognitif Setelah Dilakukan Terapi Musik

Klasifikasi	Jumlah	Persentase (%)
Normal	3	30
Probable gangguan kognitif	4	40
Definitif gangguan kognitif	3	30
Jumlah	10	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa setelah dilakukan terapi musik terdapat 4 responden (40%) yang probable gangguan kognitif. pada saat seseorang mendapatkan informasi akan diterima terlebih dahulu oleh hipotalamus, lalu akan disampaikan kepada sinaps, dimana sinaps ini adalah suatu daerah kontak khusus antara neuron satu dengan neuron lainnya. Pada saat sinaps mengantarkan impuls ke

neuron maka bagian dari neuron tersebut yaitu akson dan dendrit juga akan menerima impuls tersebut dan akan memproses impuls tersebut (Syaifuddin, 2011).

Skor Rata-Rata Fungsi Kognitif Sebelum Dan Setelah Dilakukan Terapi Musik

	Mean	Standar deviasi
<i>Pre test</i>	17,1	3,57
<i>Post test</i>	19,7	3,68

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa skor rata-rata fungsi kognitif sebelum dilakukan terapi musik yaitu 17,1 dan setelah dilakukan terapi musik yaitu 19,7.

Perbedaan Skor Rata-Rata Fungsi Kognitif Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi Musik

	Mean	Standar deviasi	t	<i>p-value</i>
<i>Posttest-Pretest</i>	2,6	0,84	9,75	0,00

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa perbedaan skor rata-rata fungsi kognitif sebelum dan setelah dilakukan terapi musik yaitu 2,6 dengan nilai *p-value* 0,00 (*p-value* 0,05), sehingga H_0 ditolak artinya terdapat perbedaan yang bermakna antara fungsi kognitif sebelum dan setelah dilakukan terapi musik. pada saat lansia mendengarkan musik dengan seksama maka otak lansia akan menjadi lebih tenang dan terasa nyaman. Karena lansia dapat mengeluarkan hormon serotonin. Hormon serotonin yaitu hormon yang mengeluarkan rasa senang. Sehingga dengan adanya hormon ini didalam tubuh akan membuat lansia untuk mengenang masa bahagianya sewaktu muda. Hal ini juga dapat membantu lansia untuk mengingat hal-hal yang telah terjadi sebelumnya.

D. Penutup

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai terapi musik terhadap fungsi kognitif pada lansia yang mengalami demensia didapatkan skor rata-rata fungsi kognitif sebelum dilakukan terapi musik yaitu 17,1, skor rata-rata fungsi kognitif setelah dilakukan terapi musik yaitu 19,7 dan selisih skor rata-rata fungsi kognitif sebelum dan setelah dilakukan terapi musik yaitu 2,6. Dimana hasil dari *p-value* nya adalah 0,00 ($p=0,05$) artinya H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi musik terhadap fungsi kognitif pada lansia yang mengalami demensia. Diharapkan terapi musik dapat dijadikan salah satu kegiatan di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin.

Daftar Pustaka

- Aspiani. R. 2014. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik (Jilid 2)*. CV. Trans Info Media: Jakarta
- Eka, E.2011. *Memahami Terapi Gelombang Otak*. Jepara: Pusat Riset Gelombang Otak
- Guslinda, dkk.2013. "Pengaruh Senam Otak Terhadap Fungsi Kognitif pada Lansia yang Mengalami Demensia". <https://shcolar.google.co.id>, diakses pada tanggal 14 Maret 2017
- Ninda. A. 2016."Pengaruh Terapi Musik Terhadap Agitasi pada Lansia Demensia".<https://shcolar.google.co.id>, diakses pada tanggal 15 Maret 2017
- Notoatmodjo. S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

- Syaifuddin. 2011. *Anatomi Fisiologi: Kurikulum Berbasis Kompetensi untuk Keperawatan dan Kebidanan (Edisi 4)*. Jakarta: EGC
- WWW.depkes.go.id/download.php?file/infodatin%20lansia%202016.pdf. Diakses pada tanggal 27 Maret 2019
- WWW.depkes.co.id/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-2015.pdf. diakses pada tanggal 27 Maret 2019
- WWW.depkes.go.id/resources/download/general/hasil%20risikesdas%202013.pdf. Diakses pada tanggal 27 Maret 2019