

**EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK KERONCONG TERHADAP
KUALITAS TIDUR LANJUT USIA : LITERATURE REVIEW**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan**



Oleh:

Nisya Dwiyana Addina Putri

1708067

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2020**

HALAMAN PENGESAHAN
NISYA DWIYANA ADDINA PUTRI

Efektivitas Terapi Musik Keroncong terhadap Kualitas Tidur Lanjut Usia :

Literature Review

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



Upik Rahmi, S.Kp., M.Kep.

NIP: 197501252014042001

Pembimbing II



Sehabudin Salasa, S.Kep., Ners., M.Kep

NIPT: 920200119880419101

Mengetahui

Ketua Prodi DIII Keperawatan



Slamet Rohaedi, S.Kep., M.P.H

NIP. 197611082001121005

EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK KERONCONG TERHADAP

KUALITAS TIDUR LANJUT USIA : *LITERATURE REVIEW*

Nisya Dwiyana Addina Putri

E-mail : nisyadwiyana19@gmail.com

ABSTRAK

Terapi musik merupakan salah satu terapi non-farmakologi yang dapat digunakan untuk mengatasi kualitas tidur yang buruk. Salah satu terapi musik yang dapat digunakan adalah menggunakan terapi musik jenis kerconong. Terapi musik kerconong ini bersifat nyaman, menenangkan, membuat rileks, berstruktur, dan universal sehingga dapat membawa lansia semakin cepat memulai tidur. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi musik kerconong terhadap kualitas tidur lanjut usia. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literature review*. Peneliti menggunakan pencarian database nasional dan internasional. Database penyedia jurnal nasional diakses melalui *google scholar* mendapatkan 5 jurnal sedangkan penyedia jurnal international diakses melalui *pubmed* mendapatkan 1 jurnal. Peneliti mendapatkan total 6 jurnal yang didapat. Jurnal tersebut diseleksi menggunakan PRISMA dengan kriteria membahas mengenai intervensi terapi musik untuk meningkatkan kualitas tidur, tahun terbitan 2015-2020, dan berbentuk *fulltext*. Hasil *literature review* dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terapi musik kerconong efektif terhadap kualitas tidur pada lanjut usia. Penulis merekomendasikan perlunya terapi non-farmakologi menggunakan terapi musik kerconong untuk meningkatkan kualitas tidur pada lansia.

Kata Kunci : Terapi Musik Kerconong, Kualitas tidur, Lanjut Usia

**THE EFFECTIVENESS OF KERONCONG MUSIC THERAPY TOWARDS
THE SLEEP QUALITY OF THE ELDERLY : LITERATURE REVIEW**

Nisya Dwiyana Addina Putri

E-mail : nisyadwiyana19@gmail.com

ABSTRACT

Music therapy is one of the non-pharmacologic therapies that can be used to overcome bad sleep quality. One of music therapies that can be used using Keroncong type music therapy. Keroncong music therapy is comfortable, soothing, relaxing, structured, and universal so that it can bring the elderly to start sleeping faster. This study aims to determine the effectiveness of Keroncong music therapy on sleeping quality of the elderly. The method used in this research is literature review. The researcher used National and International database. The database of national journal providers are accessed through Google Scholar gets 5 journals while international journal providers are accessed through PubMed gets 1 journal. The total of journals that the researcher gets are 6 journals. The journal was selected using PRISMA with criteria about discussing music therapy interventions to improve sleeping quality, the year of journal around 2015-2020, and in the form of full text. The result of the literature review in this study indicates that Keroncong music therapy is effective in the quality of sleeping of the elderly. The author recommends the need for non-pharmacological therapy using Keroncong music therapy to improve sleeping quality of the elderly.

Keywords : Keroncong Music Therapy, Sleep Quality, Elderly

HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi/tesis/disertai dengan judul “Efektivitas Terapi Musik Keroncong terhadap Kualitas Tidur Lansia : Literature Review” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Juli 2020

Penulis

Nisya Dwiyana Addina Putri

NIM. 1708067

LEMBAR HAK CIPTA

EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK KERONCONG TERHADAP KUALITAS TIDUR LANJUT USIA : *LITERATURE REVIEW*

Oleh:

Nisya Dwiyana Addina Putri

Sebuah karya tulis ilmiah yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan Fakultas Pendidikan Olahraga dan
Kesehatan

© Nisya Dwiyana Addina Putri 2020

Universitas Pendidikan Indonesia

Juli 2020

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

KTI ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas limpahan nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Efektivitas Terapi Musik Keroncong terhadap Kualitas Tidur Lansia”.

Proposal Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan program studi pendidikan Diploma III Keperawatan di Universitas Pendidikan Indonesia.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini terdapat banyak kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.

Dalam penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini terdapat dukungan dari berbagai pihak. Peneliti mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah terlibat untuk membantu dalam penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini diantara, menerima bimbingan, petunjuk dan bantuan serta dorongan. Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Allah SWT yang selalu memberikan kemudahan, kelancaran, kesehatan dan ridho-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah.
2. Prof. Dr. H. M. Solehuddin, M.Pd., MA selaku rektor Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Prof. Dr. H. Adang Suherman, Ma selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.
4. Dr. Dian Budiana, M.Pd selaku Wakil Dekan Bidang Akademik.
5. Dr. Mulyana, M.Pd selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan.
6. Slamet Rohaedi, S.Kep., M.P.H. selaku Ketua Program Studi D III Keperawatan UPI.

7. Suci Tuty Putri, S.Kep., Ners., M.Kep selaku penanggung jawab bidang studi Karya Tulis Ilmiah.
8. Upik Rahmi, S.Kp., M.Kep. selaku dosen Pembimbing I saya yang selalu membimbing, memberikan masukan dan meluangkan waktu untuk penyelesaian Proposal Karya Tulis Ilmiah.
9. Sehabudin Salasa, S.Kep., Ners., M.Kep selaku dosen Pembimbing II yang selalu membimbing, memberikan masukan dan meluangkan waktu untuk penyelesaian Proposal Karya Tulis Ilmiah.
10. Seluruh dosen staff Prodi D III Keperawatan UPI Bandung atas segala yang diberikan
11. Keluarga besar, terutama kedua Orang tua Papah Achyani dan Mamah Wina Kurrotu Aenina, kakak Eby Wiyana Pratama dan Dinda Nabila Hanifa serta adik saya Ilham Sirojuddin Nugraha yang telah memberikan dukungan semangat, motivasi, dan doa sehingga peneliti dapat menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah.
12. Sahabat dan teman tercinta terutama Rima, Selvia, Laely, Asti, Fitri, Mawar, Nabila, Rivan, Ghalib, Bayu, Nuy, Meri dan Wina serta teman seperjuangan angkatan 2017 D III Keperawatan UPI yang selalu memberikan semangat sehingga peneliti dapat menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah.
13. Diri saya sendiri yang telah berjuang menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah dengan memotivasi diri sendiri.
14. Serta masih banyak pihak-pihak yang sangat berpengaruh dalam proses penyelesaian Proposal Karya Tulis Ilmiah yang tidak dapat disebutkan satu-persatu.
Semoga Allah SWT senantiasa membalas semua kebaikan yang telah diberikan, semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti terutama para pembaca.

Bandung, Juli 2020

Penulis

Nisya Dwiyana Addina Putri

NIM. 1708067

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	iv
LEMBAR HAK CIPTA	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Manfaat Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Lanjut Usia.....	5
2.1.1 Definisi Lanjut Usia	5
2.1.2 Klasifikasi Lanjut Usia	5
2.1.3 Perubahan Pada Lansia.....	5
2.1.4 Masalah Pada lansia	6
2.2 Tidur	6
2.2.1 Definisi Tidur	6
2.2.2 Fisiologi Tidur	6
2.2.3 Fungsi Tidur	8
2.2.4 Kualitas Tidur	8
2.2.5 Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Tidur	10

2.2.6	Intervensi Meningkatkan Kualitas Tidur	11
2.2.7	Kebutuhan Tidur Lansia	12
2.3	Terapi Musik.....	12
2.3.1	Definisi	12
2.3.2	Jenis Terapi Musik	12
2.3.3	Manfaat Musik.....	13
2.3.4	Musik Keroncong	13
BAB III METODE PENELITIAN		14
3.1	Desain Penelitian	14
3.2	Waktu Penelitian	14
3.3	Prosedur Penelitian	14
3.4	Analisa Data.....	16
3.5	Etika Penelitian.....	16
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN		17
4.1	Temuan.....	17
4.2	Pembahasan	26
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI		32
5.1	Simpulan.....	32
5.2	Implikasi.....	32
5.2.1	Implikasi Teoritis.....	32
5.2.2	Implikasi Praktis	32
5.3	Rekomendasi	33
DAFTAR PUSTAKA		34

DAFTAR TABEL

Tabel 1	17
Tabel 2	19
Tabel 3	20
Tabel 4	22
Tabel 5	23
Tabel 6	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Tabel 1	38
Lampiran 2. Tabel 2	52
Lampiran 3. Tabel 3	71
Lampiran 4. Tabel 4	86
Lampiran 5. Tabel 5	104
Lampiran 6. Tabel 6	115
Lampiran 7	137
Lampiran 8. Lembar Kegiatan Bimbingan	148
Lampiran 9. Revisi Penelitian	150
Lampiran 10. Data Pribadi	151

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, B. K. (2018). Pengaruh Terapi Musik Langgam Jawa Terhadap Kualitas Tidur Lansia dengan Hipertensi di Panti Wredha Dharma Bhakti KAsih Surakarta. *Jurnal Keperawatan*.
- Anwar, Z. (2010). *Penanganan Gangguan Tidur pada Lansia*.
- Ardi, A. arifin K. (2015). Pengaruh terapi musik kerongcong terhadap kejadian insomnia pada lanjut usia di UPT panti wredha budhi dharma ponggalan yogyakarta. *STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta*. <https://docplayer.info/74711207-Faktor-yang-menyebabkan-gangguan-tidur-insomnia-pada-lansia.html>
- Asmadi. (2008). *Teknik Prosedural Keperawatan : Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Salemba Medika.
- Djohan. (2009). *Psikologi Musik*. Yogyakarta: Galangpress.
- Dubowy, C., Moravcevic, K., Yue, Z., Wan, J. Y., Van Dongen, H. P. A., & Sehgal, A. (2016). Genetic Dissociation of Daily Sleep and Sleep Following Thermogenetic Sleep Deprivation in Drosophila . *Sleep*, 39(5), 1083–1095. <https://doi.org/10.5665/sleep.5760>
- Fenny, & Supriatmo. (2016). Kualitas Tidur Dan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Jurnal Kedokteran*, 5(3), 140–147.
- Hidayat, A. A. A. (2008). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia: Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat, A. A. A., & Uliah, M. (2015). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia Edisi 2-Buku 2*. Jakarta: Salemba Medika.
- Jamaluddin, C. N., Andayani, N. L. N., & Purnawati, S. (2019). Hubungan antara Kualitas Tidur dan Excessive Daytime Sleepiness dengan Tingkat

- Keseimbangan pada Pekerja Senior di Dinas Kebudayaan Provinsi Bali. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 7(2), 14–17.
<https://ojs.unud.ac.id/index.php/mifi/article/view/51134>
- Jespersen, K. V., MSc, Vuust, P., & PhD. (2012). *he Effect of Relaxation Music Listening on Sleep Quality in Traumatized Refugees: A Pilot Study*, *Journal of Music Therapy*. 49(2), 205–229.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1093/jmt/49.2.205>
- Katuuk, M., & Kallo, V. (2017). Pengaruh Terapi Musik Instrumental terhadap Perubahan Skala Nyeri pada Pasien Pre Operasi Fraktur di Rumkit Tk.III R.W.Monginsidi Teling dan RSU Gmim Bethesda Tomohon. *E-Jurnal Keperawatan (E_Kp)*, 5(Nomer 1).
- Kemenkes RI. (2013). *Gambaran Kesehatan Lanjut Usia*. Jakarta: Depkes.
- Kemenkeu RI. (2015). *Penduduk Lansia Dan Bonus Demografi Kedua*.
<http://www.kemenkeu.go.id>
- Khasanah, K., & Hidayati, W. (2012). Kualitas Tidur Lansia Balai Rehabilitasi Sosial “MANDIRI” Semarang. *Jurnaln Nursing Studies*, 1(1), 189–196.
- Kostradam, D. D. (2019). *Pengaruh Terapi Musik Keroncong Terhadap Kualitas Tidur pada Lansia di BPSTW Unit Budi Luhur Bantul Yogyakarta*.
- Kozier, E. (2010). *Buku Ajar Fondamental Keperawatan : Konsep, Proses & Praktik, Volume : 1, Edisi : 7*. Jakarta: EGC.
- Lund, H. N., Pedersen, I. N., Johnsen, S. P., Heymann-Szlachcinska, A. M., Tuszecka, M., Bizik, G., Larsen, J. I., Kulhay, E., Larsen, A., Grønbech, B., Østermark, H., Borup, H., Valentin, J. B., & Mainz, J. (2020). Music to improve sleep quality in adults with depression-related insomnia (MUSTAFI): Study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*, 21(1), 1–10.
<https://doi.org/10.1186/s13063-020-04247-9>

- Mappaware, N. A. (2016). *Etika Penelitian*.
- Mubarak W, I., Lilis, I., & Joko, S. (2015). *Buku 2 Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Jakarta: Salemba Medika.
- Muflikhah, N. (2019). *Upaya meningkatkan kualitas tidur melalui terapi musik jawa pada asuhan keperawatan gerontik*.
- Nancye, P. M., Tj, H. D., & Keroncong, T. M. (2017). *Pengaruh Terapi Musik Keroncong Terhadap Tingkat Insomnia Pada Lansia Dipanti Wreda Usia Anugrah Surabaya*. 20.
- Nilifda, H., Nadjmir, N., & Hardisman, H. (2016). Hubungan Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2010 FK Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(1), 243–249.
<https://doi.org/10.25077/jka.v5i1.477>
- Novianty, F. P. (2016). *Pengaruh Terapi Musik Keroncong dan Aroma Terapi Lavender Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Lansia*.
- Nugroho, W. (2008). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik* (Edisi 2). Jakarta: EGC.
- Potter, & Perry. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, dan Praktik* (Edisi 4). Jakarta: EGC.
- Potter, & Perry. (2010). *Fundamental of Nursing: Concepts, Process, and Practice* (Edisi 7). Jakarta: EGC.
- Roshifanni, S. (2016). Risiko Hipertensi pada Orang dengan Pola Tidur Buruk. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 4(3), 408–419. <https://doi.org/doi:10.20473/jbe.v4i3.2016.408–419>
- Sarfriyanda, J., Karim, D., & Dewi, A. P. (2015). Hubungan antara Kualitas Tidur dan Kuantitas Tidur dengan Prestasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Online Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau*, 2(2), 1178–1185.

- Siswanto, S. (2015). ‘Tingkat Pengetahuan Siswa Smp Negeri 1 Sayung Terhadap Musik Keroncong.’ *Lib.Unnes*, 77.
- Sumirta, I. N., & Laraswati, A. I. (2014). Faktor Yang Menyebabkan Gangguan Tidur (Insomnia) Pada Lansia. *Politeknik Kesehatan Denpasar*, 1–10.
- Susilo, H., Prihatiningsih, D., & Khusnal, E. (2015). *Pengaruh Relaksasi Progresif Dengan Musik Keroncong Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur*.
- WHO. (2013). *World Health Organization*.
- WHO. (2016). *World Health Organization*.
- Widodo, D. P., & Soetomenggolo, T. S. (2016). *Perkembangan Normal Tidur pada Anak dan Kelainannya*. 2(3), 139–145.
- Wijayanti, F. (2012). *Perbedaan Tingkat Insomnia pada Lansia Sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi Musik Keroncong di Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tulungagung*.
- Ximenes, P. N. L., Syafitri, N., Amigo, T. A. E., & Korespondensi, P. (2016). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Di Bpstw Yogyakarta Unit Abiyoso. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 3(2), 35–38.
- Yurintika, F., Sabrian, F., & Dewi, Y. I. (2015). Pengaruh senam lansia terhadap kualitas tidur pada lansia yang insomnia. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 2(2), 1116–1122.
<https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/8275>