

ABSTRAK

Sapitri Wulandari¹, Dyah Putri Aryati ²

“Penerapan Intervensi Terapi Musik Campursari Terhadap Perubahan Tingkat Stres pada Lansia di Desa Bugangan Rw 04”

Latar belakang: Proses penuaan dapat menyebabkan berbagai perubahan dalam kehidupan, baik secara fisik, biologis, sosial, ekonomi maupun mental. Salah satu masalah mental yang sering ditemui pada lansia adalah stres. Untuk menangani masalah tersebut salah satu tindakan nonfarmakologi yang dapat digunakan yaitu terapi musik campursari yang bertujuan untuk menurunkan tingkat stres pada lansia.

Tujuan: Menggambarkan penerapan terapi musik campursari dalam perubahan tingkat stres pada lansia.

Metode: Penerapan intervensi dilakukan dengan cara melakukan pengukuran tingkat stress pada lansia dengan menggunakan kusioner DASS-42 terlebih dahulu, kemudian lansia yang mengalami stres diperdengarkan musik campursari. Intervensi terapi musik campursari dilakukan selama 7 hari dengan waktu 30 menit setiap satu sesi pertemuan.

Hasil: Dari ketiga pasien didapatkan hasil adanya penurunan skor pada tingkat stres yang dialami, dapat dilihat dari rata-rata skor pre dan post. Skor rata-rata pre didapatkan skor 19 atau dalam kategori stress sedang, kemudian skor rata-rata post menurun menjadi skor 18 atau dalam kategori tingkat stress ringan.

Simpulan: Terjadi perubahan skor tingkat stres pada lansia sebelum dan setelah dilakukan penerapan intervensi terapi musik campursari.

Kata kunci: Musik Campursari, Stres, Lansia