

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI MUSIK RELIGI TERHADAP TINGKAT STRES PADA LANSIA
DI BALAI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA (BPSTW) UNIT BUDI LUHUR
YOGYAKARTA**

Disusun Guna Memenuhi Sebagian Syarat dalam Mencapai Gelar Sarjana
di Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan
Universitas Alma Ata Yogyakarta



Oleh :

**Akhmat Uspi
130100439**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ALMA ATA YOGYAKARTA
2017**

PENGARUH TERAPI MUSIK RELIGI TERHADAP TINGKAT STRES PADA
LANSIA DI BALAI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA UNIT BUDI LUHUR
KASONGAN YOGYAKARTA

Akhmat Uspi¹, Sulistiyawati², Lia Endriyani²

INTISARI

Latar Belakang: Lanjut usia mengalami perubahan-perubahan yang menuntut dirinya untuk menyesuaikan diri secara terus menerus. Apabila proses penyesuaian diri kurang berhasil maka timbulah masalah seperti perubahan fisiologis, perubahan fungsional, perubahan kognitif, dan perubahan psikososial. Banyaknya masalah dan perubahan yang terjadi pada lansia lambat laun dapat menimbulkan stres pada lansia. Salah satu upaya untuk menurunkan tingkat stres adalah dengan terapi musik.

Tujuan Penelitian: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari terapi musik religi terhadap tingkat stres pada lansia di Balai Panti Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Kasongan Bantul, Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian *Pra eksperimental* dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia di BPSTW Unit Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta yang berjumlah 88 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 52 yang di ambil dengan teknik *purposive sampling*. Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan uji statistik *Wilcoxon*.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori tingkat stres berat pada saat *pretest* sebanyak 25 responden (48,1%) dan menurun menjadi 5 responden (9,6%) saat *posttest*. Kategori tingkat stres sedang pada saat *pretest* sebanyak 17 responden dan turun menjadi 15 responden (28,8%) saat *posttest*, sedangkan tingkat stres kategori ringan saat *pretest* sebanyak 10 responden (19,2%) dan meningkat menjadi 32 responden (61,5%) saat *posttest*. Berdasarkan analisis *Wilcoxon* diperoleh hasil nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) yang menunjukkan H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikannya terapi musik religi terhadap tingkat stres lansia di Balai Panti Sosial Tresna Werdha (BPSTW) Unit Budi Luhur Yogyakarta.

Kesimpulan: Ada pengaruh musik religi terhadap tingkat stres lansia di Balai Panti Sosial Tresna Werdha (BPSTW) Unit Budi Luhur Yogyakarta.

Kata Kunci: Terapi Musik, Stres, Lansia

¹Mahasiswa Universitas Alma Ata Yogyakarta

²Dosen Universitas Alma Ata Yogyakarta

THE INFLUENCE OF THERAPY MUSIC RELIGIOUS ON THE LEVEL OF
STRESS ON ELDERLY AT SOCIAL HOUSE TRESNA WERDHA UNIT
BUDI LUHUR KASONGAN YOGYAKARTA

Akhmat Uspi¹, Sulistiyawati², Lia Endriyani²

ABSTRACT

Background: Elderly experienced the changes that demanding him self to conform is constantly being. When the process of adjusting self not been success full then came up with problems such as physiological changes, functional changes, cognitive changes, and change psikososial. Many problems and a change that occurs in elderly gradually could eause stress on elderly. One effort to reduce the stress is with therapy music.

Objective: The purpose of this study is to find the influence of therapy music religious on the level of stress on elderly at Social House Tresna Werdha Unit Budi Luhur Kasongan Yogyakarta.

Methods: The research is research *Pre eksperimental* to a design *one group pretest-posttest*. Population in research it is a whole elderly in BPSTW Unit Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta which were 88 people. Sample in the research were 52 in take to technique *purposive sampling*. The data that has been collected was then analyzed us statistical *Wilcoxon*.

Hasil Penelitian: : The results of the study showed that the national heavy stress on when *pretest* 25 respondents (48.1 %) and decreased to 5 respondents (9.6 %) when *posttest*. The national stress while in when *pretest* as many as 17 respondents and fell to 15 respondents (28,8 %) when *posttest*, the rate of stress light category when *pretest* as many as 10 respondents (19.2 %) and increased to 32 respondents (61,5 %) when *pottest*. Based on analysis of the *wilcoxon* the results value $p= 0,000$ ($p < 0.05$) that is indicative of H_0 were rejected and ha received so that there is significant influence before and after he gave therapy music religious on the level of stress elderly at Sosial House Tresna Werdha (BPSTW) Unit Budi Luhur Yogyakarta.

Conclusion: There is the influence of music religious on the level of stres elderly at Sosial House Tresna Werdha (BPSTW) Unit Budi Luhur Yogyakarta.

Keywords: Therapy music, Stress, Elderly

¹The Student of Universitas Alma Ata Yogyakarta

²The Lucturer of Universitas Alma Ata Yogyakarta

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.

Lansia adalah bagian dari proses tumbuh kembang yang dialami makhluk hidup. Menjadi lansia pada manusia bukanlah proses yang terjadi secara tiba-tiba, tetapi menjadi lansia merupakan proses yang berlangsung terus-menerus. Proses yang dilewati manusia sebelum menjadi tua yaitu, bayi, anak-anak, dewasa dan akhirnya menjadi tua. Perubahan fisik dan tingkah laku yang terjadi pada lansia merupakan hal yang normal terjadi (1).

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa penduduk lansia di Dunia pada tahun 2012 mencapai 11,77%, sedangkan di Indonesia jumlah lansia mencapai 11,34% (2). Berdasarkan data dari Riskesdas 2013 (3), prevalensi gangguan stres lansia di Indonesia diketahui bahwa terdapat 3,2% orang yang memiliki gangguan stres, sedangkan dari hasil survey yang dilakukan oleh Riskesdas Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta diketahui prevalensi stres lansia adalah sebesar 4,8% (3). Beberapa kota besar seperti D.I.Y, Jawa Timur, dan Jawa Tengah mempunyai persentasi jumlah lansia di atas rata-rata nasional. Jumlah lansia di tiga kota tersebut secara berturut-turut 12,48% 9,36%, dan 9,26%. bahkan memiliki proporsi kategori penduduk umur lebih dari 75 tahun keatas. Khusus kota D.I.Y, pada tahun 2014 jumlah lansia di D.I.Y mencapai 15% secara nasional dengan usia harapan hidup sebesar 75,5 tahun. Usia harapan hidup ini menempati peringkat tertinggi di Indonesia (4).

Hermayeti (5), menjelaskan dalam perjalanan lanjut usia mengalami perubahan pada sistem tubuhnya. Perubahan tersebut meliputi perubahan fisiologis, perubahan fungsional, perubahan kognitif, dan perubahan psikososial. Lebih lanjut Hermayeti (5), menjelaskan bahwa perubahan psikososial selama proses penuaan akan melibatkan proses transisi kehidupan dan kehilangan. Semakin panjang usia seseorang, maka akan semakin banyak pula transisi dan kehilangan yang dihadapi. Hal ini dapat menimbulkan stres pada lanjut usia dan adanya kemungkinan resiko bunuh diri (5).

Masalah yang sering terjadi pada lansia meliputi perubahan fisik seperti jumlah sel dalam tubuh menurun, kemampuan jantung memompa darah menurun, elastisitas paru menurun, dan sebagainya. Sedangkan perubahan sosial seperti kematian pasangan, kesendirian dalam keluarga, merasa dibuang oleh keluarga dan perubahan psikologis pada lansia meliputi frustrasi, kesepian, takut kehilangan kebebasan, takut menghadapi kematian, perubahan keinginan, kecemasan, depresi, dan stres (6).

Stres disebabkan oleh hal apapun yang membuat tegang, marah, frustrasi, atau tidak bahagia. Terlalu banyak stres mempengaruhi terbatasnya ruang gerak untuk melakukan aktivitas, ditambah persoalan stres tersebut di alami oleh seseorang yang menginjak pada fase lanjut usia, gejala yang sering muncul pada seseorang yang mengalami stres diantaranya adanya kelelahan, kebingungan, perasaan tertekan oleh tuntutan orang lain terhadap lansia, keinginan untuk melarikan diri dari segalanya dan semua orang, merasa takut (7).

Setiap permasalahan kehidupan yang menimpa pada diri seseorang (stresor psikososial) dapat mengakibatkan gangguan fungsi/faal organ tubuh, reaksi yang dialami oleh tubuh ini dikatakan stres. Stres yang terjadi pada lansia penyebab kematian pasangan, status sosial ekonomi rendah, penyakit fisik yang menyertai, isolasi sosial, dan spiritual. Perubahan kedudukan, pensiun, serta menurunnya kondisi fisik dan mental juga dapat mengakibatkan stres pada lansia.(8)

Hasil penelitian Siti Suwarsih (9), menunjukkan tingkat stres yang tinggi pada lanjut usia dengan prevalensi 21,25% menunjukkan keluhan berat dan 18,75% menunjukkan keluhan sedang. Perubahan dalam perkumpulan keluarga, kematian pasangan, kematian dalam anggota keluarga, aktivitas sehari-hari lansia cenderung mengalami penurunan, perubahan dalam kuantitas olahraga serta perubahan dalam bekerja dan stres pada lansia disebabkan karena perubahan dalam aktivitas sehari-hari (9). Prevalensi meningkat pada tahun 2015 mengungkapkan bahwa lansia yang mengalami stres akibat peristiwa kehidupan yang berat sebanyak 81,25%, hal ini tentu dapat mempengaruhi kekebalan stres pada lansia (10).

Metode penatalaksanaan stres mencakup pendekatan farmakologis dan non farmakologis. Metode farmakologis merupakan pemberian obat menurunkan stres mulai dari analgetik ringan sampai analgetik narkotika tergantung tingkat kualitas stres. Metode ini memiliki efek samping seperti mual muntah, konstipasi, sedasi, dan gangguan pernafasan. Efek samping tersebut harus dipertimbangkan dan diantisipasi (11).

Musik terbukti menunjukkan efek kondisi rileks dapat menurunkan perasaan stres sehingga banyak model terapi non farmakologi yang dilakukan dengan mempengaruhi perasaan klien sehingga mendatangkan perasaan senang dan memuaskan. Salah satu upaya yang dilakukan ialah dengan terapi musik (9). Musik ialah suatu produk budaya yang cukup tua merupakan suatu bunyi-bunyian yang tersusun dalam suatu melodi. Sejak berabad-abad yang lalu musik telah dijadikan sebagai media penyembuh suatu penyakit. Seperti yang disampaikan seperti Imam Al Ghazali dalam kitab *Ihya' Ulumudin*, bahwa musik memiliki efek halus bagi seseorang, sehingga orang tersebut mengenali dirinya (perasaan), serta mengenali dan memahami keindahan diluar dirinya. Hal tersebut terjadi ketika musik tersebut bermuatan *khasanah-khasanah* sehingga jiwa-jiwa dalam musik tersebut mencapai hati (12).

Musik menurut Hermayeti (5), sebagai bahasa universal yang dapat menjadi salah satu relaksasi. bahwa terapi musik merupakan cara yang mudah serta bermanfaat positif bagi tubuh, psikis, serta dapat meningkatkan daya ingat, dan hasilnya akan lebih baik apabila terapi ini dilakukan secara khusus. Hal serupa juga disampaikan oleh Ayad Wahyu Utomo dan Agus Santoso (12), bahwa musik merupakan salah satu cara untuk mempengaruhi kestabilan emosi. Musik dapat dijadikan sebuah terapi ketika musik tersebut dirancang sesuai dengan permasalahan klien dan juga individu (12).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Balai Panti Sosial Tresna Werdha (BPSTW) Unit Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta pada tanggal 2 Januari 2017, didapatkan hasil bahwa dari 10 lansia ada 8 lansia yang mengalami stres dengan mengatakan bahwa mudah gelisah, kesulitan untuk bersantai, sulit untuk istirahat, dan lebih banyak menghabiskan waktu dikamar untuk menyendiri dan ada 2 lansia yang tidak mengalami stres. Hasil wawancara dengan petugas BPSTW sebagian besar keadaan psikologis dari lansia yang tinggal di BPSTW Unit Budi Luhur terdapat lansia yang menunjukkan sikap tidak senang, merasa dikucilkan keluarganya, dan ada pula lansia yang lebih suka menyendiri sedangkan mayoritas lansia tetap beraktivitas bersama teman-teman sesama lansia lainnya. Saat ini BPSTW Unit Budi Luhur belum ada terapi musik secara khusus yang memberikan musik-musik religi, hanya saja di Balai Panti Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur ini telah diadakan kegiatan dendang ria, kegiatan ini diadakan untuk lansia yang berada diluar panti maupun yang berada didalam panti, akan tetapi dendang ria ini tidak menjadi kegiatan wajib lansia yang berada didalam panti sehingga hanya beberapa lansia yang mengikutinya.

Berdasarkan permasalahan yang diuraikan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan “ Pengaruh Terapi Musik Religi Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Di BPSTW Unit Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta “.

B. Rumusan Masalah.

Berdasarkan latar belakang diatas masalah yang diteliti adalah “ Adakah pengaruh terapi musik religi terhadap tingkat stres pada lansia di Balai Panti Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Kasongan Bantul, Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian.

1. Tujuan Umum.

Mengetahui pengaruh dari terapi musik religi terhadap tingkat stres pada lansia di Balai Panti Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Kasongan Bantul, Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus.

- a. Mengetahui karakteristik responden (umur, jenis kelamin, dan pendidikan) di BPSTW Unit Budi Luhur Kasongan Bantul.
- b. Mengetahui tingkat stres lansia sebelum dilakukan intervensi di BPSTW Unit Budi Luhur Kasongan Bantul.
- c. Mengetahui tingkat stres lansia setelah dilakukan intervensi di BPSTW Unit Budi Luhur Kasongan Bantul.
- d. Mengetahui perbedaan tingkat stres sebelum dan setelah dilakukan intervensi di BPSTW Unit Budi Luhur Kasongan Bantul.

D. Manfaat Penelitian.

1. Manfaat Teoritis.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan ilmu pengetahuan para pembaca terutama mengenai keperawatan Gerontik khususnya mengenai pengaruh terapi musik religi terhadap tingkat stres pada lansia.

2. Manfaat Praktis.

a. Manfaat bagi Institusi Kesehatan.

Memberikan manfaat dalam meningkatkan profesionalisme perawat dalam melakukan asuhan keperawatan khususnya keperawatan Gerontik.

b. Manfaat bagi lansia.

Penelitian ini diharapkan dapat mengetahui pengaruh terapi musik religi dan tingkat stres pada lansia sehingga lansia dapat memperoleh informasi bagaimana cara penanganan terhadap stres.

c. Manfaat bagi BPSTW Budi Luhur.

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan untuk lebih memberikan kegiatan berupa terapi musik yang bertujuan untuk menurunkan tingkat stres pada lansia.

d. Manfaat bagi peneliti selanjutnya.

Penelitian ini diharapkan dapat menambah bahan bacaan lebih lanjut dan merupakan kesempatan bagi peneliti dalam mempraktekkan teori yang telah diberikan dalam kuliah untuk kemudian diterapkan langsung ke masyarakat.

E. Keaslian Penelitian.

No	Nama	Judul	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1.	Indriani (2010)	Tingkat Stres Lansia di PSTW Pucang Gading Semarang.	Data menunjukkan stres yang tinggi 81,25% menunjukkan keluhan berat dan 18,75% menunjukkan keluhan sedang.	Persamaan penelitian ini adalah meneliti tentang tingkat stres pada lansia.	Perbedaanya terletak pada jenis penelitian : Deskriptif Kuantitatif, dan desain penelitian : Statistik Deskriptif,
2.	Pratiwi (2013)	Pengaruh senam lansia terhadap tingkat stres pada Lanjut Usia di PSTW Dharma Bakti, Surakarta.	Ada pengaruh senam lansia terhadap tingkat stres pada lansia di PSTW Dharma Bakti Surakarta Tahun 2013 dengan <i>P Value</i> $0,000 < 0,05$.	Persamaan dalam penelitian ini terletak pada variabel terikatnya yaitu tingkat stres lansia.	Perbedaanya terletak pada variabel bebas : Senam Lansia, jenis penelitian : Analitik Kuantitatif, dan desain penelitian : Cross Sectional
3.	Raden Jaka Sarwadhamana (2015)	Hubungan senam lansia dengan tingkat stres pada lansia di Dusun Polaman Argorejo Sedayu 2, Bantul, Yogyakarta.	Ada hubungan antara senam lansia dengan tingkat stres pada lansia yang ditunjukkan dengan hasil uji statistik chi-Square diperoleh nilai <i>P Value</i> $0,000 < 0,05$.	Persamaan dalam penelitian ini terletak pada variabel terikat yaitu tingkat stres lansia.	Perbedaan dalam penelitian ini terletak variabel bebas : Senam Lansia, jenis, rancangan : Kuantitatif, tempat : Sedayu 2, dan waktu penelitian : Januari sampai dengan Mei.

DAFTAR PUSTAKA

1. Azizah, L. M. 2011. Yogyakarta : *Keperawatan Lanjut Usia*. Graha Ilmu.
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2014. "*Situasi dan Analisis Lanjut Usia*".
3. Risesdas. 2013. "*Kajian Tentang Lanjut Usia*".
4. Kementerian Sosial Republik Indonesia. 2015. "*Kajian Tentang Kota Ramah Lanjut Usia*".
5. Hermayeti. 2008. "*Tembang Kenangan Menurunkan Depresi Pasien Stroke*". *Jurnal Ners Tahun XXVIII. No. 1. Vol. 3*.
6. Noorkasiani. *Kesehatan Usia Lanjut Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Salemba Medika : Jakarta. 2012.
7. Maryam, R. Siti, dkk. 2008. Jakarta : *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Salemba Medika.
8. Hidayat, A. Aziz. *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*. Edisi 2. Salemba Medika : Jakarta. 2008.
9. Siti Suwarsih, 2012. *Pengaruh Musik Campursari Terhadap Penurunan Skor Depresi Pada Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Kasongan, Bantul*.
10. Mahfirah, 2014. *Hubungan Pola Aktivitas Pemenuhan Kebutuhan Dasar Dengan Tingkat Stres Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya*.
11. Brunner & Suddarth. 2002. *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta. Penerbit Buku Kedokteran Jakarta : EGC
12. Ayad Wahyu Utomo dan Agus Santoso, 2013. *Studi Pengembangan Terapi Muisik Islami Sebagai Relaksasi Untuk Lansia*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam Vol. 03. No. 01. 2013*

13. Indriani, Yeniari. 2008. Tingkat Stres Lansia Di Panti Werdha Pucang Gading Semarang. *Jurnal Psikolohi Undip* Vol. 8 No. 2. Oktober 2010.
14. Pratiwi. 2013. "*Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tingkat Stres Pada Lanjut Usia Di PSTW Dharma Bakti, Surakarta*". Surakarta.
15. Sarwadhama, R, J dan Wahyu Dewi S. 2015. "*Hubungan Senam Lansia Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Di Dusun Polaman Argorejo Sedayu 2, Bantul, Yogyakarta*". Yogyakarta. Skripsi. Universitas Alma Ata Yogyakarta Fakultas Ilmu Kesehatan.
16. Priyoto. *Konsep Manajemen Stres*. Yogyakarta : Nuha Medika 2014.
17. Sindhu, P. 2007. *Hidup Sehat dan Seimbang*. Cetakan ke III. Qanita : Jakarta.
18. Perry & Potter. 2005. *Fundamental of Nursing Consept, Proses and Practice*. Salemba Medika : Jakarta.
19. Ibid. "Terapi Musik Islami". Yogyakarta : Laksamana 2015.
20. Notoatmodjo, S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta. 2010.
21. Mahfoedz, I. *Metodologi Penelitian (Kuantitatif dan Kualitatif)*. Yogyakarta : Fitramaya 2014.
22. Nursallam. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika. 2009.
23. Sugiyono, 2013. *Statistika Untuk Melakukan Penelitian*. Alfabeta. Bandung.
24. Saryono, 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta : Mitra Cendekia Press.
25. Machfoedz, Ircham. 2008. *Statistika Nonparametrik*, Yogyakarta : Fitramaya.
26. Cohen S., Kamarck T. MR. A Global Measures Of Perceived Stres Scale. *J Heal Soc Behav*. 1983 ; 385-96 (Yang Diterjemahkan oleh Dra Nurhasanah M.Ed dan Siti Chotijah, M. A, Psi)
27. Nugroho, Wahjudi. 2008. *Keperawatan Gerontik dan Geritrik*. Edisi 3. EGC : Jakarta.
28. Suryana, Dayat, *Terapi Musik : Arti Terapi Musik* 2012.
29. Djohan. *Terapi Musik Teori dan Aplikasi*. Galang Press : Yogyakarta. 2006.
30. Trappe, H. J : *The Efect of Music on The Human Being*. Applied Cardiopulmonary Pathophysiologi, 2012.
31. *Music Medicine: The Efect of Music on (manfaat terapi musik)*. 2011
32. Campbell, Don, *Efek Mozart : Memanfaatkan Kekuatan Musik Untuk Mempertajam Pikiran, Meningkatkan Kreatifitas, dan Menyehatkan Tubuh*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama, 2002.
33. Haruyama, Shigeo. *Sehat Mudah dan Praktis dengan Hormon Kebahagiaan : The Miracle Of Endorphin*, Mizan Qanita. 2015.

34. Kemper et al. 2011. Music As Therapy. *Forum For Music Therapy*.
35. Guyton, A.C., dan Hall., *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Edisi 11., Jakarta : EGC. 2008.
36. Suwoyo, Rahayu D, Ningrum A. Perbedaan musik klasik (*Mozart*) dan *Musik New Age (Kitaro) Terhadap Kemajuan Persalinan Kala 1 Fase Aktif Pada Primigravida di Rumah Bersalin Kasih Ibu Kecamatan Grogol Kabupaten Kediri*. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 2012.
37. Swarihadiyanti, Ratih. *Pengaruh Pemberian Terapi Musik Instrumental dan Musik Klasik Terhadap Nyeri Saat Wound Care Pada Pasien Post Op Di Ruang Mawar RSUD DR. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri*, 2014.
38. Tsisir, G. 2008. Aesthetic experience and transformation in music therapy. *Voices : A World Forum For Music Therapy*, 8 (3).
39. H. J Medic : *The Effect of Music on The Human Being*. Applied Cardiopulmonary Pathophysiologi, 2013.
40. Sari Kartika. 2012. *Gambaran Tingkat Depresi Pada Usia Lanjut di Panti Sosial Tresna Wredha Budi Mulia 01 dan 03 Jakarta Timur*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.
41. Darmojo. *Geriatric (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*. Jakarta: FKUI, 2011
42. Winarti S. 2014. *Perbedaan Tingkat Stres Pada Lansia Sebelum dan Sesudah Diberikan Senam Yoga di Unit Rehabilitasi Sosial Wening Wardoyo Ungaran*. Skripsi. STIKes Ngudi Waluyo Ungaran.
43. Marzuki. 2014. *Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia di Unit Rehabilitasi Sosial Wening Wardoyo Kecamatan Ungaran Kabupaten Semarang*. Skripsi. STIKes Ngudi Waluyo Ungaran.
44. Hardjana. *Stres Tanpa Distres: Seni Mengolah Stres*. Yogyakarta: Kanisius, 2010
45. Rosanti. 2014. *Pengaruh Musik Mozart Dalam Mengurangi Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang* Skripsi. *Journal Of Educational, Health and Community Psychology*. Vol. 3. No. 2.
46. Sulastri. 2011. *Pengaruh Terapi Musik Terhadap Perubahan Tingkat Depresi Pada Usia Lanjut di PSTW Unit Budhi Luhur Kasongan Yogyakarta*. Naskah Publikasi. Universitas Aisyiah Yogyakarta.
47. Pin TL. *Hubungan kebiasaan berolahraga dengan tingkat stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Tahun Masuk 2008*. (Skripsi). Medan; 2011.
48. Djohan. *Psikologi Musik*. Yogyakarta: Galang Press, 2010.