

**TERAPI MUSIK BERNADA LEMBUT UNTUK MENURUNKAN
DEPRESI PADA PENYANDANG TUNADAKSA DI BALAI BESAR
REHABILITASI SOSIAL BINA DAKSA Prof. Dr. SOEHARSO**

TESIS

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan memperoleh
Gelar Magister Psikologi Profesi
Di Bidang Psikologi Klinis**



Oleh :

VERA IMANTI, S.Psi

T100 006 059

**MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2012

**TERAPI MUSIK BERNADA LEMBUT UNTUK MENURUNKAN DEPRESI
PADA PENYANDANG TUNA DAKSA DI BALAI BESAR REHABILITASI
SOSIAL BINA DAKSA Prof. Dr. SOEHARSO**

Tesis

Dipersiapkan dan disusun oleh
Vera Imanti
T 100 006 059

Kekhususan Bidang Psikologi Klinis

Telah dipertahankan di depan dewan penguji HIMPSI
Pada Tanggal, 22 Desember 2012
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

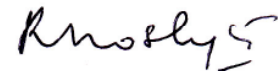
Penguji Utama

Dr. Nanik Prihartanti, M.Si



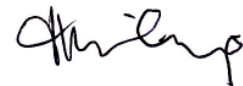
Penguji HIMPSI

Dra. Retno Suhapti, SU, MA, Psi



Penguji Pendamping


Wisnu Sri Hertinjung, S.Psi, M.Psi



Mengetahui,

Ketua Program Magister Psikologi Profesi




Usmi Karyani, M.Si, Psikolog

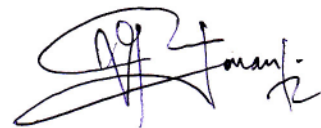
PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya Vera Imanti dengan disaksikan oleh tim penguji tesis, dengan ini menyatakan bahwa tesis ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Surakarta, 22 Desember 2012

Yang menyatakan.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Vera Imanti', with a stylized flourish at the end.

Vera Imanti, S.Psi

PERSEMBAHAN

Karya yang kubuat penuh perjuangan panjang dan pengorbanan ini, kupersembahkan untuk orang-orang terdekatku. Dukungan, keikhlasan, serta doa yang selalu mengiri setiap proses ku menyelesaikan karya ini, untuk

Kedua orang tuaku yang sangat aku banggakan. Dukungan dan doa dengan penuh keikhlasan dan tak pernah lelah.

Suamiku tercinta yang kuhormati, dukungan, doa, serta keikhlasannya memahami proses yang begitu rumit dan panjang. Setelah ini akan ada perjuangan selanjutnya, asal kita lalui berdua pasti bisa

Muhamad Radifattah Anggaraksa, terima kasih buah hatiku. Harapan untuk meraih masa depan kelak akan kau lalui, jangan pernah lelah dengan "proses", pahami dan pelajari kehidupan ini

Kakak-kakakku yang kusayangi, Viki, Vata, Vaya

MOTTO

Jika semua yang kita impikan segera TERWUJUD,
darimana kita belajar SABAR?

Ketika kerjamu tidak dihargai, maka saat itu kamu sedang belajar tentang
KETULUSAN

Ketika usahamu dinilai tidak penting, maka saat itu kamu sedang belajar
KEIKHLASAN

Ketika hatimu terluka sangat dalam, maka saat itu kamu sedang belajar
MEMAAFKAN

Ketika kamu merasa lelah dan kecewa, maka saat itu kamu sedang belajar
KESUNGGUHAN

Ketika kamu merasa sepi dan sendiri, maka saat itu kamu sedang belajar
KETANGGUHAN

Ketika kamu harus membayar biaya yang sebenarnya tidak perlu kau tanggung,
maka kamu sedang belajar tentang KEMURAH-HATIAN

Tetap semangat, tetap sabar, tetap tersenyum, karena kamu sedang menimba ilmu
di UNIVERSITAS KEHIDUPAN

TUHAN menaruh di tempatmu yang sekarang bukan karena KEBETULAN

Orang yang HEBAT tidak dihasilkan melalui kemudahan, kesenangan, dan
kenyamanan

Mereka dibentuk melalui KESUKARAN, TANTANGAN & AIR MATA

(disadur dari buku “Sepatu Dahlan Iskan”)

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT, karena dengan ijin dan ridho-Nya tesis ini dapat terselesaikan. Penyelesaian tesis ini tidak terlepas dari berbagai pihak yang telah memberikan dukungan kepada penulis, untuk itu dengan setulus hati penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya.

Selain menempuh pendidikan dan menyelesaikan penulisan tesis ini, penulis menyadari banyak mendapatkan bantuan moril ataupun materiil dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan rasa hormat dan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Nanik Prihartanti, M.Si, Psi dan Ibu Wisnu Sri Hertinjung, S.Psi, M.Si, Psi selaku pembimbing dalam penulisan tesis ini dengan kebijaksanaan dan tanggungjawabnya yang bisa penulis rasakan sebagai dosen, pembimbing, dan sebagai ibu.
2. Bpk. Taufik Kasturi, S.Psi, M.Si, Ph.D yang juga meluangkan waktu untuk memberi masukan juga selalu memberi dukungan.
3. Ibu Dr. Kun Setyaning Astuti, M.Pd selaku pembimbing informal untuk aspek musik
4. Ibu Dra. Endang Suparti Sri Sugiharti, Psi selaku terapis dalam penelitian ini yang juga berkenan untuk berdiskusi dan memberikan masukan.
5. Pengelola Magister Profesi Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta beserta para pengajar dan staf administrasi, serta staf kepastakaan yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang memberikan kemudahan, dukungan, bantuan, dorongan selama penulis menempuh pendidikan Magister Profesi Psikologi ini. Terima kasih Pak Ngatno dan semuanya.
6. Pihak BBRSD Prof. Dr. Soeharso Surakarta, Bpk. Kliwon M.Psi selaku psikolog di bagian Assessment, bapak-ibu asrama beserta seluruh staf yang terkait dalam proses penelitian ini, atas ijin, dukungan, dan bantuan yang diberikan kepada penulis.
7. Asisten peneliti Lia, Nuzulia, Dewi, Eka, Mbak Wiwik yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini.
8. Sahabat-sahabat terbaik MPP “sahabat kupu-kupu”, Nuzy, Aul, Eka, Mbak Tata, Rela, Nur, Devita, Prapti, Sintha, Ayuni, mbak Wiwik dan semuanya.
9. Teman-teman Psikologi UMS yang turut mendukung proses tesis ini: Mas Haryadi, Gugus, Iil, Seno, Eko, mas Tito dan semua yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

10. Semua sahabat yang mendukung meski raga tak bertemu Red, Black, Yellow, Blue, White, dan sahabat rangers.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu atas doa, dukungan, dorongan, semangat dan bantuan maupun pertolongan yang tulus.

Allah SWT yang akan membalas semua kebaikan dengan pahala, limpahan rahmat dan hidayahNya. Semoga karya ini memberikan manfaat untuk kemanusiaan dan untuk pengembangan ilmu. Amien.

Surakarta, Desember 2012

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	13
C. Keaslian Penelitian	14
D. Tujuan Penelitian	15
E. Manfaat Penelitian	15
BAB II KAJIAN PUSTAKA	16
A. Depresi	16
1. Pengertian Depresi	16
2. Teori-Teori Depresi	18
3. Faktor Penyebab Depresi	19
4. Gejala Depresi	21
5. Derajat Depresi	23
6. Penanganan Depresi	24
B. Tuna Daksa	25
1. Pengertian Tuna Daksa	25
2. Sebab-sebab Tuna Daksa	25
3. Akibat dari Kondisi Tuna Daksa	27
C. Terapi Musik	28

1. Pengertian Musik	28
2. Pengertian Terapi Musik	29
3. Musik Sebagai Terapi	31
4. Musik Bernada Lembut Baik untuk Terapi	33
5. Metode dalam Terapi Musik	35
D. Pengaruh Terapi Musik Bernada Lembut dengan Depresi pada Tuna Daksa	36
E. Hipotesis	39
BAB III METODE PENELITIAN	40
A. Identifikasi Variabel Penelitian	40
B. Definisi Operasional	40
C. Subyek Penelitian	41
D. Alat Penelitian	42
E. Pelaksanaan Pengukuran	46
F. Alat atau Materi Eksperimen	46
G. Rancangan Eksperimen	46
H. Prosedur Penelitian	47
I. Pengolahan Data	50
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	51
A. Hasil Analisis Data Kuantitatif	52
B. Hasil Analisis Data Kualitatif.....	57
C. Pembahasan	75
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran	79
DAFTAR PUSTAKA	81

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data hasil prasurvei Tahun 2010	4
Tabel 2. Hasil <i>screening</i> BDI Tahun 2011/2012	5
Tabel 3. <i>Blocking randomized</i> kelompok penelitian	42
Tabel 4. Kategori tingkat depresi menurut Bumberry	44
Tabel 5. Skor BDI <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> kelompok eksperimen dan kelompok kontrol	52
Tabel 6. Hasil analisis uji U <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> kelompok eksperimen dan kelompok kontrol	52
Tabel 7. Skor BDI <i>pretest</i> dan <i>posttest</i>	53
Tabel 8. <i>Mean Rank</i> skor BDI <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> kelompok eksperimen	54
Tabel 9. Hasil statistik <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> kelompok eksperimen	54
Tabel 10. Hasil skor BDI <i>posttest</i> dan <i>follow up</i> kelompok eksperimen	55
Tabel 11. <i>Mean rank</i> skor BDI <i>posttest</i> dan <i>follow up</i> pada kelompok eksperimen	56
Tabel 12. Hasil statistik <i>posttest</i> dan <i>follow up</i> kelompok eksperimen	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Skema kerangka berfikir	39
Gambar 2. Desain eksperimen <i>pretest-posttest control group design</i>	46
Gambar 3. Kurva uji U <i>pretest</i> kelompok eksperimen dan kontrol	53
Gambar 4. Kurva uji <i>wilcoxon</i> skor BDI <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> kelompok eksperimen	55
Gambar 5. Kurva uji <i>wilcoxon</i> skor BDI <i>posttest</i> dan <i>follow up</i> kelompok eksperimen	56
Gambar 6. Hasil dari kelompok eksperimen	57
Gambar 7. Hasil dari kelompok kontrol	58
Gambar 8. Grafik skor BDI partisipan SKN	59
Gambar 9. Grafik skor BDI partisipan WRT	62
Gambar 10. Grafik skor BDI partisipan STW	66
Gambar 11. Grafik skor BDI partisipan BL	70
Gambar 12. Grafik skor BDI partisipan SGT	73

LAMPIRAN

Lampiran A. Beck Depression Inventory	168
Lampiran B. Angket musik	173
Lampiran C. Lembar penjelasan penelitian dan persetujuan partisipan	176
Lampiran D. Pedoman observasi	182
Lampiran E. “catatan harianku”	189
Lampiran F. Hasil uji <i>Mann-Whitney</i>	192
Lampiran G. Hasil uji Wilcoxon	195
Lampiran H. Professional judgment	199
Lampiran I. Surat penelitian	204
Lampiran J. Foto	206

**TERAPI MUSIK BERNADA LEMBUT UNTUK MENURUNKAN
DEPRESI PADA PENYANDANG TUNADAKSA DI BALAI BESAR
REHABILITASI SOSIAL BINA DAKSA Prof. Dr. SOEHARSO**

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek terapi musik bernada lembut terhadap penurunan depresi pada penyandang tunadaksa. Hipotesis yang diajukan adalah terapi musik berpengaruh terhadap penurunan depresi pada penyandang tunadaksa. Penelitian ini melibatkan 8 penyandang tunadaksa yang tinggal di asrama BBRSD Prof. Dr. Soeharso Surakarta sebagai sampel penelitian, yang terbagi menjadi 2 kelompok, yaitu (1) kelompok eksperimen yang diperdengarkan musik bernada lembut serta diskusi, (2) kelompok kontrol, kelompok yang tidak diperdengarkan musik bernada lembut serta diskusi.

Hasil penelitian berdasarkan Uji *Mann-Whitney* didapatkan bahwa skor BDI pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan pada fase *pretest*, dengan nilai *Asymp. Sig* sebesar 1,000 yang berada di atas 0,05. Pada kelompok eksperimen pada tahap *pretest* dan *posttest* terdapat penurunan skor BDI sebanyak 15. Berdasarkan Uji *Wilcoxon* $z=-2,023$ yang berada di atas angka -1,96 yang artinya ada pengaruh terhadap pemberian terapi musik bernada lembut untuk menurunkan depresi pada penyandang tunadaksa.

Kata kunci: Terapi musik bernada lembut, Depresi, Tuna daksa