

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Depresi merupakan suatu masalah serius. Seseorang yang terkena depresi mengalami gangguan aktivitas sehari-hari atau fungsi normal. Orang depresi merasakan sedih selama sehari-hari sehingga dapat mengganggu pekerjaan, belajar, makan, tidur, dan kesenangannya. Perasaan tidak berdaya, putus asa, dan tidak berharga juga berlangsung cukup lama (Mayasari, 2013).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2014), beban penyakit jiwa di Tanah Air masih cukup besar. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013, menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan adalah sebesar 6% untuk usia 15 tahun ke atas (sekitar 14 juta orang). Sedangkan, prevalensi gangguan jiwa berat, seperti schizophrenia adalah 1,7 per 1000 penduduk atau sekitar 400.000 orang.

Mahasiswa yang sedang menjalankan tugas akhir rentan terkena depresi, seperti disebutkan oleh para peneliti bahwa depresi erat kaitannya dengan angka perceraian, tuntutan akademis, dan tekanan sosial (Newsweek 2002, dalam Aditomo dan Retnowati 2004).

Terapi musik adalah salah satu cara menyenangkan, selain murah dan menarik, terapi musik sangat diyakini mampu menurunkan depresi,

mengubah suasana hati menjadi lebih rileks. Menurut Sloboda (dalam Djohan 2003), musik mampu meningkatkan intensitas emosi, dengan mempengaruhi mood, pengalaman, dan perasaan saat mendengar musik. Fungsi musik sebagai katalisator atau stimulus untuk pengalaman emosi.

Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa musik klasik mozart dan musik kesukaan dapat menurunkan depresi. Salah satu penelitian menarik dilakukan oleh Berard, dari 233 pasien dengan indikasi bunuh diri, 217 diantaranya (93%) telah sembuh, sesi pengobatan pertama, sebelas menjadi sembuh setelah dua atau tiga kali pengobatan (4,7 persen) dan lima tidak berhasil (Campbell, 2008).

. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh terapi musik dengan membandingkan musik mozart dan musik kesukaan terhadap tingkat depresi mahasiswa tingkat akhir di universitas muhammadiyah surakarta.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Apakah ada pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap depresi mahasiswa tingkat akhir?
2. Apakah ada pengaruh terapi musik kesukaan terhadap depresi mahasiswa tingkat akhir?
3. Apakah ada perbedaan pengaruh terapi musik klasik mozart dengan terapi musik kesukaan terhadap depresi mahasiswa tingkat akhir di universitas muhammadiyah surakarta?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui perbedaan pengaruh terapi musik klasik mozart dengan terapi musik kesukaan terhadap depresi mahasiswa tingkat akhir di universitas muhammadiyah surakarta.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat depresi mahasiswa tingkat akhir di universitas muhammadiyah surakarta sebelum dan sesudah terapi musik klasik mozart.
- b. Mengidentifikasi tingkat depresi mahasiswa tingkat akhir di universitas muhammadiyah sebelum dan sesudah terapi musik kesukaan.
- c. Menganalisis perbedaan pengaruh terapi musik klasik mozart dengan terapi musik kesukaan terhadap tingkat depresi mahasiswa tingkat akhir di universitas muhammadiyah surakarta.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat Teoritis

Menambah ilmu pengetahuan tentang perbedaan pengaruh terapi musik kesukaan dengan terapi bernyanyi terhadap depresi tingkat akhir mahasiswa di universitas muhammadiyah surakarta.

## 2. Manfaat Praktis

Menambah wawasan fisioterapi dan bidang kesehatan lain yang bersangkutan dalam menangani depresi menggunakan terapi musik yang lebih efektif.

## 3. Bagi Mahasiswa

Memberi masukan kepada mahasiswa tingkat akhir untuk melakukan terapi musik yang lebih efektif ketika mengalami depresi.

## 4. Bagi Masyarakat Umum

Memberi pengalaman tentang pengaruh terapi musik untuk penyembuhan depresi, termasuk gangguan suasana hati lainnya. Terapi musik juga dapat digunakan untuk mencegah gangguan mental.