

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang Masalah

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa individu yang disebut lanjut usia adalah mereka yang telah mencapai usia enam puluh tahun, dan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2004 juga menyebutkan hal yang sama mengenai lanjut usia. Sementara itu, Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 mengenai Usia Lanjut, Pasal 1 Ayat 2 menegaskan bahwa enam puluh tahun merupakan titik awal dari kategori lanjut usia, suatu proses yang tidak dapat dihentikan. Selain itu, terjadi perubahan fisik, anatomi, dan biokimia pada lansia, yang memengaruhi kemampuan dan penggunaan setiap bagian tubuh.<sup>1</sup> Maka dari itu usia lanjut merupakan hal yang wajar karena setiap orang akan mengalami masa-masa penuaan, yang artinya banyak kemampuan tubuh akan hilang dan postur tubuh tidak akan mampu kembali ke keadaan semula.

Lanjut usia merupakan tahap perkembangan akhir dalam rentang kehidupan manusia yang secara alamiah ditandai oleh proses kemunduran fungsional yang terus berubah dan bersifat alamiah.<sup>2</sup> Proses ini melibatkan serangkaian perubahan dari berbagai aspek yang terjadi secara keseluruhan menuntut penyesuaian diri dan mampu menerima dan merespons secara positif. Perubahan kondisi yang terjadi pada proses penuaan menuntut lansia untuk melakukan penyesuaian diri dan harus mampu menuntaskan tugas-tugas perkembangan mereka secara adaptif. Merujuk pada kajian Hurlock, menyatakan bahwa lansia ditandai oleh adanya integritas ego atau kepuasan.<sup>3</sup> Dapat disimpulkan bahwa Lanjut usia adalah tahap perkembangan akhir yang secara alamiah ditandai oleh proses kemunduran fungsional dan serangkaian perubahan aspek

---

<sup>1</sup> Siti Yuli Harni, *Asuhan Keperawatan Gastritis Pada Lansia* (Bantul: CV. Mitra Edukasi Negeri, 2023), h 33.

<sup>2</sup> Ariani liani Manafe dan Barhimpon Immanuel, "Hubungan Tingkat Depresi Lnsia Dengan Interaksi Sosial Lansia," *Jurnal ilmiah hospitality* 11, no. 1 (2022): 93–115.

<sup>3</sup> Ramdani Ramdani, "Kontribusi Kecerdasan Spiritual dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepuasan Hidup Lansia Serta Implikasinya Dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling," *KOPASTA: Jurnal Program Studi Bimbingan Konseling* 2, no. 2 (2016): 70–81.

kehidupan, sehingga menuntut lansia untuk mampu beradaptasi, melakukan penyesuaian diri secara positif, serta mencapai integritas ego atau kepuasan.

Usia lanjut sering disebut usia tua merupakan tahap kehidupan yang dimulai setelah seseorang melewati usia produktifnya. Perkembangan pada usia lanjut dapat diamati dari beberapa aspek utama yang saling berkaitan, meliputi perubahan fisik, kesehatan, kondisi psikologis, serta keadaan sosial dan ekonomi. Aspek sosial dan hubungan interpersonal sangat penting pada usia lanjut karena kualitas interaksi dengan orang lain memengaruhi kesejahteraan secara signifikan. Untuk menjaga kesehatan mental dan emosional, banyak lansia aktif mencari dan mengandalkan dukungan dari keluarga, teman, atau komunitas di lingkungan mereka. Oleh karena itu, kurangnya interaksi yang memadai merupakan masalah serius yang dapat mengancam kualitas hidup pada tahap usia ini.

Peran Dinas Sosial sangat penting dalam merumuskan kebijakan kesejahteraan sosial dan memberikan respons dalam menyesuaikan terhadap berbagai dinamika perubahan, baik di tingkat sosial, ekonomi, maupun lingkungan, yang berpotensi memengaruhi kondisi masyarakat. Secara kelembagaan, Dinas Sosial juga memikul tanggung jawab strategis dalam melaksanakan advokasi dan perlindungan hak-hak sosial bagi seluruh elemen masyarakat. Dalam penanganan usia lanjut dijelaskan sesuai dengan Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia menegaskan bahwa pelayanan kesejahteraan sosial harus diberikan, baik kepada lansia yang potensial maupun non-potensial. Penjelasan ini secara jelas menyatakan bahwa lansia berhak mendapatkan pelayanan sosial yang disesuaikan dengan kebutuhan dan permasalahan yang dialaminya.<sup>4</sup>

Berdasarkan hasil pra-penelitian Rumah Singgah Wisma Berkah terletak di Jalan Serang Kilometer 4, Kelurahan Cigadung, Kecamatan Karang Tanjung, Kabupaten Pandeglang, Banten (kode pos 42251). Rumah Singgah Wisma Berkah yang berada di naungan Dinas Sosial Kabupaten Pandeglang dan dikelola dibagian bidang rehabilitasi sosial yang memegang Panti Nini Aki Berkah Pandeglang, Pendirian tempat ini

---

<sup>4</sup> Lesawengen Lisbeth, Fridayanti, dan Juliana Lumintang, "Peran Dinas Sosial Daerah Provinsi Sulawesi Utara Dalam Peningkatan Pelayanan Sosial Lanjut Usia Di Balai Penyantunan Sosial Lanjut Usia Terlantar 'Senja Cerah,'" *Jurnal Ilmiah Society* 3, no. 2 (2023): 2337 – 4004.

didasarkan pada keresahan sosial akibat maraknya permasalahan kesejahteraan sosial yang meliputi gelandangan, pengemis, orang dengan gangguan jiwa (ODGJ), serta lansia terlantar di wilayah Kabupaten Pandeglang, dengan tujuan utama untuk menampung dan menangani berbagai permasalahan sosial tersebut. Rumah Singgah Wisma Berkah dibagi menjadi beberapa bagian yang ada di dalamnya salah satunya yaitu Panti Nini Aki Berkah merupakan tempat yang menampung bagi lanjut usia (lansia) terutama lansia yang terlantar.

Hasil pasca-Profesi Praktikum Lapangan (PPL) yang dilaksanakan pada 23 September hingga 31 Oktober 2024 melalui proses bimbingan oleh peneliti kepada lansia yang tinggal di Panti Nini Aki Berkah Pandeglang, menyampaikan rasa senang dan syukur dapat tinggal di tempat ini. Namun, kondisi lansia juga di pengaruhi oleh kondisi fisik maupun kondisi mental.<sup>5</sup> Berdasarkan kondisi tersebut responden lansia dengan kondisi fisik ada yang mengalami penurunan kekuatan otot, keseimbangan tubuh, kekakuan sendi, penglihatan dan pendengaran, sehingga mengakibatkan keterbatasan dalam melakukan Aktivitas kehidupan sehari-hari. Kemudian kondisi mental yang terjadi yaitu seperti kesepian diakibatkan oleh kehilangan keluarga, kurangnya dukungan emosional dari keluarga dan kondisi emosional kurang stabil akibat konflik yang terjadi antara sesama lansia sering terjadi akibat kesalahpahaman.

Kondisi seperti ini berdampak pada kondisi pribadi dan aktivitas lansia menurut Rifiyanto melaporkan bahwa lansia Indonesia mengalami kesepian ringan berjumlah 69%, kesepian sedang sebesar 11% dan kesepian berat berjumlah 2%. Seperti halnya dalam penelitian Zhang, menunjukkan bahwa lansia tinggal di panti jompo memiliki ikatan emosional yang kurang karena keterbatasan kontak keluarga, tetangga dan teman. Berdasarkan penelitian terkini yang dilakukan oleh gardiner, lansia yang tinggal di panti jompo menyebabkan “kesepian sedang” (sekitar 61%) dan “kesepian berat” (sekitar 35%).<sup>6</sup> Rasa kesepian yang berkepanjangan akan menimbulkan masalah serius bagi kesehatan dan akan berpengaruh perilaku dalam hidupnya. Ketika seseorang merasa kesepian, tubuh merespons dengan cara meningkatkan produksi hormon

---

<sup>5</sup> Hasil observasi pra penelitian, 01-25 Oktober 2024

<sup>6</sup> Matilda Maria Ina, Errick Endra Cita, dan Hilda Mazarina Devi, “Kondisi Lingkungan Sosial Dan Tingkat Kesepian Lansia Terlantar Di Gria Lansia,” *Jurnal Ilmiah Keperawatan* 8, no. 1 (2024): 75–8.

stres sehingga mengganggu kondisi dalam psikologisnya. Untuk mengurangi kesepian yang dialami oleh lansia perlu ada penambahan kegiatan dan pelayanan yang melibatkan lansia secara rutin sehingga lansia akan merasakan perasaan senang dan tidak merasakan kesepian.

Pelayanan dan kegiatan yang diselenggarakan oleh pihak pengelola Panti Nini Aki Berkah Pandeglang, yang meliputi kegiatan doa dan zikir, layanan kesehatan (fisik dan mental), dan program eksternal (santunan dan hiburan), Meskipun demikian, terdapat kendala yang menjadi perhatian khusus juga berupa keterbatasan sumber daya manusia (SDM) yang berdampak pada kurang maksimalnya pelayanan kepada lansia. Kebutuhan akan tenaga profesional, terutama dalam bidang kesehatan, menjadi krusial mengingat kompetensi profesional dapat secara langsung memengaruhi tingkat kesejahteraan dan kebahagiaan penghuni lansia.

Salah satu kegiatan keagamaan yang rutin dilakukan oleh para lansia di Panti Nini Aki Berkah Pandeglang adalah doa dan zikir bersama setiap hari Jumat. Kegiatan spiritual ini dilakukan untuk memenuhi kebutuhan religius para lansia. Lebih dari sekadar kebiasaan, kegiatan ini merupakan fondasi penting yang diperlukan agar lansia dapat menjalani masa tua dengan damai, bermakna, dan memiliki kualitas hidup yang tinggi. Dengan berfokus pada spiritualitas, mereka diharapkan tetap bisa merasakan kebahagiaan sejati meskipun fungsi fisik tubuh telah mengalami penurunan

Dengan demikian, kegiatan spiritual rutin seperti doa dan zikir bersama yang dilakukan oleh lansia di Panti Nini Aki Berkah Pandeglang dapat dilihat sebagai upaya nyata dan paling bermakna bagi lansia dalam meraih kebahagiaan sejati sebuah idaman yang dikejar semua orang terutama saat mereka menghadapi penurunan fungsi fisik di usia tua, di mana kebahagiaan tidak lagi diukur dari pencapaian duniawi melainkan dari kedamaian dan makna hidup yang mereka temukan di dunia maupun di akhirat.

Hidup bahagia merupakan idaman dan simbol keberhasilan yang dikejar oleh setiap orang, tidak peduli apa pun latar belakang keyakinan mereka. Banyak manusia rela mengorbankan segala daya dan upaya, bahkan menggantungkan cita-cita setinggi langit, semata-mata demi meraih kebahagiaan. Meskipun demikian, cita-cita tertinggi ini hanya dipahami maknanya secara sesungguhnya oleh sedikit orang, sementara

sebagian besar lainnya hanya berusaha meraihnya tanpa benar-benar mengerti arti kebahagiaan yang hakiki.

Kebahagiaan dapat didefinisikan sebagai suatu kondisi atau perasaan dambaan yang dicita-citakan oleh setiap manusia dalam perjalanan hidup mereka. Kondisi ini bersifat universal, merentang melampaui batas usia, status sosial, maupun keyakinan; baik mereka yang muda atau pun yang tua, kaya maupun miskin, hingga umat Islam atau pemeluk agama lainnya. Hidup yang diliputi perasaan bahagia, damai, serta memiliki emosi positif merupakan harapan mendasar bagi setiap individu agar mampu menjalani kehidupan sehari-hari dengan efisien dan penuh produktivitas. Pada intinya, bahagia berarti terbebas dari segala bentuk kesengsaraan, sebab tidak ada satu pun orang di dunia ini yang bersedia merasakan penderitaan. Walaupun demikian, setiap orang memiliki tolok ukur kebahagiaan yang unik dan jalan mereka masing-masing untuk mencapainya, selama cara tersebut tidak merugikan diri sendiri atau pihak lain. Sayangnya, fenomena yang menyedihkan juga terjadi, di mana sebagian individu memilih mencapai kebahagiaan pribadi mereka dengan cara-cara yang justru melanggar norma kemanusiaan, hukum positif yang berlaku, bahkan melanggar regulasi agama.

Setiap manusia ingin hidup bahagia dunia dan akhirat dengan usaha yang dilakukan antara individu satu dengan yang lain harus sesuai dengan kebahagiaan yang ingin diraih. Menurut Al-Alusi, bahagia adalah perasaan senang dan gembira karena bisa mencapai keinginan atau cita-cita yang dituju dan diimpikan. Sedangkan, menurut Ibnul Qayyim al-Jauziyah, kebahagiaan itu adalah perasaan senang dan tenteram karena hati sehat dan berfungsi dengan baik.<sup>7</sup>

Menurut Al-Farabi, kebahagiaan merupakan keadaan hati yang penuh dengan keyakinan dan bertindak sesuai dengan keyakinan tersebut. Hal ini dicapai dengan cara jiwa yang lepas dari godaan hawa nafsu, menjalankan amanah dan janji, menyelesaikan tugas-tugas secara sempurna, serta meninggalkan segala perkara yang dilarang oleh Allah SWT. Seorang individu akan merasa bahagia jika dapat melaksanakan segala perkara yang mulia.<sup>8</sup> Dapat disimpulkan bahwa dari pendapat di

---

<sup>7</sup> Fadhil Santosa dan Wawan Ridwan, *Pendidikan Agama Islam Untuk Jenjang Perguruan Tinggi* (Jawa Tengah: CV. Sarnu Untung, 2022).

<sup>8</sup> Yuniar Amalia, "Tingkat Kebahagiaan Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Psdku Banyuwangi," *Journal of Community Mental Health and Public Policy* 1, no. 2 (2019): 1–7.

atas kebahagiaan adalah kondisi perasaan yang sangat senang sehingga menjadi faktor yang sangat penting bagi semua orang apalagi kebahagiaan ini ketika dirasakan oleh lansia bisa membantu lansia dalam mengatasi perasaan yang kurang baik atau masalah-masalah yang sedang dialami, karena adanya faktor penurunan kondisi tubuh maupun kondisi sosialnya.

Berikut ini dalil Alquran yang menggambarkan tentang hal tersebut, tercantum dalam Q.S Yunus Ayat 22, yaitu:

هُوَ الَّذِي يُسَيِّرُكُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ حَتَّىٰ إِذَا كُنْتُمْ فِي الْفُلِّ وَجَرَيْنَ بِهِمْ بِرِيحٍ طَيِّبَةٍ  
وَفَرَحُوا بِهَا جَاءَتْهَا رِيحٌ عَاصِفٌ وَجَاءَهُمُ الْمَوْجُ مِنْ كُلِّ مَكَانٍ وَظَنُّوا أَنَّهُمْ أُحِيطَ بِهِمْ دَعَوُا اللَّهَ  
مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ ؕ لَئِنِ أَنْجَيْتَنَا مِنْ هَذِهِ لَنَكُونَنَّ مِنَ الشَّاكِرِينَ ﴿٢٢﴾

Artinya: *Dialah (Allah) yang menjadikan kamu dapat berjalan di daratan (dan berlayar) di lautan sehingga ketika kamu berada di dalam kapal, lalu meluncurlah (kapal) itu membawa mereka dengan tiupan angin yang baik dan mereka bergembira karenanya. Kemudian, datanglah badai dan gelombang menimpanya dari segenap penjuru dan mereka pun mengira telah terkepung (bahaya). Maka, mereka berdoa dengan mengikhlaskan ketaatan kepada-Nya (seraya berkata), "Sekiranya Engkau menyelamatkan kami dari (bahaya) ini, pasti kami termasuk orang-orang yang bersyukur*

Kebahagiaan lansia bukan hanya berfokus hanya satu faktor saja melainkan segala faktor saling berkaitan dan saling mempengaruhi dari berbagai aktivitas sehari-hari. Seiring bertambahnya usia, orang tua mengalami berbagai perubahan signifikan, baik dari aspek fisik maupun mental, yang cenderung mengalami penurunan. Kondisi ini sering kali diperparah oleh berbagai transisi hidup yang terjadi, seperti kehilangan orang tercinta, atau keharusan untuk berpindah tempat tinggal. Akumulasi dari semua faktor tersebut dapat memengaruhi kesejahteraan lansia, sering kali menyebabkan penurunan kualitas hidup.

Kebahagiaan adalah hak bagi setiap orang, termasuk lansia. Meskipun kondisi fisiologis mereka sudah banyak menurun, lansia tetap mampu menjalani aktivitas sehari-hari dan dapat meraih kebahagiaan, baik di dunia maupun akhirat. Hal ini dapat dicapai melalui kegiatan positif yang tersedia serta dengan senantiasa mengingat Allah SWT. Kegiatan positif tersebut tidak hanya harus menyenangkan, tetapi juga menenangkan diri, sehingga mampu menumbuhkan rasa bahagia yang sejati.

Mengingat bahwa lansia berhak meraih kebahagiaan sejati melalui kegiatan positif yang menyenangkan yaitu musik karena salah satu cara berinteraksi yang sangat beragam dan dikenal luas di seluruh dunia, dengan begitu musik secara alami memiliki tempat khusus di setiap kelompok masyarakat, maka musik memiliki potensi besar untuk menjadi salah satu kegiatan positif yang menumbuhkan rasa bahagia.

Musik adalah cara orang berinteraksi satu sama lain yang sangat beragam dan dikenal di seluruh dunia. Musik adalah bagian penting dari setiap kelompok masyarakat, dan setiap orang di dalamnya secara alami memiliki kemampuan musik. Musik selalu ada di mana pun manusia berada, melewati semua batas wilayah, menunjukkan bahwa musik punya tempat khusus di dunia ini. Sudah pasti, berbagai macam alat musik bisa ditemukan di setiap negara, kota, desa, hingga kelompok masyarakat adat. Jika kita terus mencari dan menjelajahi tempat-tempat baru, kita bisa lebih memahami betapa kayanya keragaman musik.

Penerapan terapi musik shalawat menjadi sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas aktivitas para lansia, mengingat adanya penurunan kondisi fisik seperti berkurangnya kekuatan otot, keseimbangan tubuh, kekakuan sendi, serta masalah penglihatan dan pendengaran yang membatasi aktivitas harian lansia. Selain tantangan fisik, lansia juga mengalami dengan kondisi mental, termasuk rasa kesepian akibat kehilangan orang tersayang dan minimnya dukungan emosional dari keluarga, ditambah lagi dengan emosi yang kurang stabil karena sering terjadi konflik dan kesalahpahaman antar sesama penghuni panti. Dengan demikian, Musik Shalawat dipilih karena memiliki irama yang rileks dan menyenangkan, yang secara ilmiah dapat membantu menurunkan tingkat stres, memperbaiki suasana hati yang tidak stabil, serta mengurangi kecemasan.

Terapi musik merupakan salah satu intervensi *nonfarmakologis* yang banyak digunakan dalam praktik keperawatan modern karena sifatnya yang aman, murah, dan mudah diterapkan.<sup>9</sup> Terapi musik mendukung lansia dalam mengekspresikan emosi, membantu proses rehabilitasi fisik, dan memberikan pengaruh yang baik pada kesejahteraan mental dan emosional serta memberikan kesempatan untuk pengembangan ikatan emosional antar lansia.

---

<sup>9</sup> Muhammad Mudzakkir, "Efektivitas Musik Religi Terhadap Penurunan Nyeri Pasca Bedah Pada Pasien Turip," *EDUNursing* 9, no. 1 (2025).

Pengaruh terapi musik bernuansa religi dalam meningkatkan kenyamanan lansia serta menurunkan tingkat stres telah dibuktikan melalui berbagai penelitian. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Marwah dan Ladjiru menunjukkan bahwa sebelum intervensi terapi musik religi diberikan, sebagian besar lansia berada pada kategori stres berat sebesar 41,50%.<sup>10</sup> Setelah mendapatkan terapi tersebut, proporsi lansia yang berada dalam kondisi tanpa stres atau normal meningkat menjadi 56,10%. Temuan ini mengindikasikan bahwa musik religi mampu menciptakan relaksasi dan kenyamanan, karena liriknya yang positif menimbulkan suasana hangat, damai, tenang, serta membangkitkan perasaan bahagia. Selain itu, tubuh cenderung mengikuti ritme musik sehingga membantu individu masuk ke dalam keadaan rileks secara fisiologis maupun psikologis.

Mendengarkan terapi musik religi yang dipadukan dengan bacaan shalawat kepada Nabi merupakan salah satu teknik relaksasi yang dapat diterapkan pada lansia untuk mengurangi stres. Metode ini mudah dilakukan kapan saja, mudah diakses, serta efektif dalam membantu tubuh lansia menjadi lebih rileks dan tidak tegang karena dapat merangsang peningkatan hormon endorfin dan serotonin yang berperan dalam pengaturan suasana hati.

Bacaan shalawat sendiri dipandang sebagai sarana penyembuhan yang sederhana dan terjangkau bagi berbagai keluhan yang dirasakan seseorang. Hal ini karena bershalawat termasuk bagian dari dzikir yang berfungsi mengingat Allah SWT sekaligus memuji Nabi Muhammad SAW. Selain sebagai wujud syukur kepada Allah, pengamalannya dapat menumbuhkan ketenangan batin, menjadi wasilah memperoleh syafaat, serta mendatangkan sepuluh rahmat dari Allah SWT sebagai balasan atas satu kali pembacaan shalawat.

Dalil mengenai shalawat Q.S Al-Ahzab ayat 56

اِنَّ اللّٰهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّوْنَ عَلَى النَّبِيِّ يَاۤٓٔهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا صَلُّوْا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوْا تَسْلِيْمًا ٥٦

Artinya: *Sesungguhnya Allah dan para malaikat-Nya bershalawat untuk Nabi. Wahai orang-orang yang beriman, bershalawatlah kamu untuk Nabi dan mengucapkan salam dengan penuh hormat kepadanya.*<sup>11</sup>

---

<sup>10</sup> Novitasari Novitasari, Rona Febriyona, dan Andi Nur Aina Sudirman, "Pengaruh Terapi Musik Religi Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Lansia Di Panti Werdha Lks Lu Beringin Hutuo Limboto," *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan* 3, no. 1 (2023): 116–125.

<sup>11</sup> Q.S Al-ahzab & Terjemahannya, tim alqosbah, (2023): ayat 56

Rasulullah SAW bersabda:

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو بْنِ الْعَاصِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا أَنَّهُ سَمِعَ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ مَنْ صَلَّى عَلَيَّ صَلَاةً صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ بِهَا عَشْرًا (رواه مسلم)

Artinya: *"Barang siapa yang bershalawat kepadaku sekali, maka Allah akan bershalawat untuknya sepuluh kali."* (H.R Muslim).<sup>12</sup>

Begitu banyak bentuk dan fungsi dari shalawat Nabi. Awalnya, shalawat merupakan doa yang mengandung rahmat dan salam bagi Nabi, namun kini shalawat telah berkembang menjadi syair-syair yang berkaitan dengan keagungan pribadi Nabi atau sejarah kehidupan (sirah) beliau. Hingga kini, berbagai bentuk kreativitas shalawat diinterpretasikan berdasarkan kaidah Islam sebagai ekspresi seni di kalangan Islam tradisional.

Terapi musik shalawat digunakan karena dapat menurunkan kecemasan, memberikan ketenangan, serta meningkatkan kebahagiaan dan kesejahteraan spiritual dan fisik lansia. Penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Lestari dkk (2023) mengenai efektifitas terapi musik shalawat dalam menurunkan tingkat kecemasan lansia di Kota Semarang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi musik shalawat terhadap tingkat kecemasan pada lansia di wilayah Jangli Kecamatan Tembalan. Penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Ajmain, dkk. mengenai pengaruh Pengaruh terapi Shalawat nabi terhadap tingkat stres pada lansia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi Shalawat nabi terhadap tingkat stres.<sup>13</sup>

Penggunaan Shalawat yang diberikan yaitu Shalawat nariyah. Shalawat Nariyah disebut shalawat Tafrijiyyah karena shalawat ini diyakini mengabdikan segala hajat dan menghidarkat dari kesusahan bagi siapa saja yang membaca serta mengamalkannya. Selain itu, Shalawat Nariyah juga disebut sebagai shalawat kamilah, karena seseorang yang membacanya akan sempurna keimanannya kepada Allah SWT dan Rasul-Nya.

Terapi shalawat Nariyah terbukti mampu menurunkan emosi negatif pada para responden dalam penelitian ini. Temuan tersebut memperkuat pandangan bahwa praktik shalawat Nariyah berkontribusi

---

<sup>12</sup> H.R Muslim, no. 408

<sup>13</sup> Ajmain et al., "Pengaruh terapi Shalawat nabi terhadap tingkat stres pada lansia," *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 8, no. 2 (2024): 3434–3442.

dalam menurunkan kecenderungan individu untuk menyalahkan pihak lain, mengurangi tingkat kecemasan, serta menekan perilaku agresif, sebagaimana dikemukakan oleh Hanaan. Penelitian yang dilakukan oleh Izati terhadap kelompok remaja juga menunjukkan bahwa shalawat Nariyah efektif dalam menurunkan kecemasan akademik pada peserta didik. Dalam konteks penelitian ini, responden yang mengikuti psikoterapi Islami melalui pembacaan shalawat Nariyah mampu memunculkan berbagai bentuk emosi positif, termasuk timbulnya rasa tenang dan perasaan bahagia. Sejalan dengan itu, Salsabila menyatakan bahwa pengamalan shalawat Nariyah dapat meningkatkan ketenteraman batin serta kesejahteraan emosional individu.<sup>14</sup>

Penerapan terapi musik shalawat, dengan memanfaatkan media melalui HandPhone (HP), YouTube, dan *sound box* atau pengeras suara portabel, media tersebut digunakan dalam melakukan terapi musik shalawat.

Berdasarkan latar belakang, maka tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah ada pengaruh terapi musik shalawat terhadap tingkat kebahagiaan lansia studi di Panti Nini Aki Berkah Pandeglang.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, pemilihan identifikasi masalah dilakukan untuk dijadikan fokus dalam penelitian ini, yakni:

1. Lansia mengalami kondisi kesepian karena kurangnya kegiatan yang melibatkan lansia sehingga menimbulkan rasa jenuh
2. Interaksi sosial antar sesama lansia masih rendah
3. Kurangnya SDM yang profesionalisme dalam pelayanan kepada lansia
4. Belum adanya kegiatan spiritual dengan pendekatan shalawat yang diterapkan secara bersama-sama.

## **C. Batasan dan Rumusan Masalah**

1. Batasan masalah

Pembahasan dalam penelitian agar lebih terfokus pada masalah-masalah yang diteliti, maka penelitian ini memfokuskan pada terapi musik shalawat terhadap tingkat kebahagiaan lansia. Sedangkan

---

<sup>14</sup> Zuliyani Aqimul Hidayah dan Rinova Cahyandari, "Peran Psikoterapi Islami Menggunakan Shalawat Nariyah terhadap Regulasi Emosi pada Remaja," *Jurnal Ilmiah Psikologi* 6, no. 1 (2024): 51–61.

subjek penelitian dibatasi pada penghuni Panti Nini Aki Berkah Pandeglang.

## 2. Rumusan masalah

Mengacu pada permasalahan latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, rumusan masalah yang akan dianalisis dalam penelitian ini, yakni:

- a. Bagaimana tingkat kebahagiaan lansia di Panti Nini Aki Berkah pandeglang?
- b. Bagaimana penerapan terapi musik shalawat terhadap lansia di Panti Nini Aki Berkah Pandeglang?
- c. Apakah terdapat pengaruh terapi musik shalawat terhadap tingkat kebahagiaan lansia di Panti Nini Aki Berkah Pandeglang?

## **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan sebelumnya, maka tujuan penelitian ini dapat tercapai, sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat kebahagiaan lansia di Panti Nini Aki Berkah pandeglang
2. Untuk mengetahui penerapan terapi musik shalawat terhadap lansia di Panti Nini Aki Berkah Pandeglang
3. Untuk mengetahui pengaruh terapi musik shalawat terhadap tingkat kebahagiaan lansia di Panti Nini Aki Berkah Pandeglang.

## **E. Manfaat Penelitian**

Secara umum, dua manfaat utama dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

### 1. Manfaat teoretis

Diharapkan temuan dari penelitian ini mampu memberikan sumbangsih yang baik untuk perkembangan ilmu pengetahuan. Secara khusus, pemahaman mengenai terapi musik shalawat dapat meningkatkan tingkat kebahagiaan yang dialami oleh orang lanjut usia.

### 2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan keuntungan bagi semua pihak yang terlibat, yaitu:

- a. Bagi penulis, diharapkan penelitian ini dapat menambah pemahaman ilmu pengetahuan dan mengembangkan kemampuan peneliti.

- b. Bagi Lansia, penelitian ini memberikan informasi tentang kebahagiaan yang di alami oleh lansia
- c. Bagi Tempat Penelitian, diharapkan penelitian ini bisa membantu untuk memberikan kontribusi dalam meningkatkan tingkat kebahagiaan.

#### **F. Penelitian Terdahulu yang Relevan**

Penyusunan proposal ini, maka peneliti perlu ada beberapa penelitian terdahulu sebagai pertimbangan dalam penelitian yang relevan atau variabel penelitian yang sejenis, yaitu:

- 1) **Prastomo, Taufiqur Rahman, Nurkhalila, Ali Mahsun**, Vol. 3, No. 11, Juli 2024. “*Pengaruh Terapi Musik Shalawat terhadap Lansia dengan Gangguan Tidur di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung (Desa Plampaan), Sampang*”, Jurnal Cakrawala Ilmiah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi musik terhadap pola tidur di Puskesmas Tanjung (Desa Plampaan). Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif yang menggunakan metode *Pra-Eksperimental* dan Desain Uji Pra-Post Satu Kelompok. Teknik pengambilan sampel yang diterapkan dalam penelitian ini yaitu non-acak (*non-probabilitas*) yang dikenal dengan *Purposive Sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian kali ini pada variabel kualitas tidur adalah lembar kuesioner PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*), Analisa data dilakukan dengan uji normalitas, dilanjutkan dengan melakukan uji hipotesis, hasil menunjukan bahwa Ada pengaruh terapi musik terhadap peningkatan kualitas tidur lansia di Lingkungan Kerja Puskesmas Tanjung (Desa Plampaan)<sup>15</sup>

Variabel Y, yang berkaitan dengan tingkat kepuasan, merupakan hal yang paling membedakan penelitian ini dari penelitian sebelumnya. Metodologi *pra-eksperimental* penelitian ini menggunakan skala kebahagiaan. Sementara itu, penelitian ini dan penelitian sebelumnya memiliki kesamaan karena menggunakan desain pra tes satu kelompok dan pendekatan kuantitatif untuk menentukan pengaruh variabel X yang identik.

- 2) **Sri Puja Lestari, Susi Nurhayati, Wahyu Aprilani**, Vol. 11 No. 03 Agustus 2023, h. 755-765, Judul: “*Efektivitas Terapi Musik*

---

<sup>15</sup> Prastomo et al., “Pengaruh Terapi Musik Shalawat Pada Lansia Dengan Gangguan Pola Tidur Di Wilayah Kerja Pukesmas Tanjung (Desa Planpaan), Sampang,” *Jurnal Cakrawala Ilmiah* 3, no. 11 (2024): 3139–3146.

***Shalawat dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Lansia di Kota Semarang***". Jurnal Keperawatan Jiwa. Penelitian ini bertujuan Tujuan penelitian ini adalah untuk memahami dampak musik shalawat terhadap kecemasan lansia. Penelitian kuantitatif ini menggunakan metodologi *Quasi eksperimental* dan melibatkan 22 responden dari Februari hingga Maret 2023 dengan desain pra-tes dan pasca-tes. mengukur tingkat kecemasan lansia (pre tes) dengan menggunakan alat ukur kecemasan HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Setelah pengukuran tingkat kecemasan peneliti memberikan Terapi Musik Shalawat dengan menggunakan alat *earphone* melalui MP3 selama 15 menit. Perlakuan diberikan selama 4 kali dengan interval 3 hari yaitu perlakuan hari ke 1, 5, 9 dan 13. Pada hari ke 13, setelah perlakuan dengan Terapi Musik Shalawat peneliti sekaligus melakukan pengukuran tingkat kecemasan lansia (*post test*). Setelah terapi shalawat, hasilnya menunjukkan peningkatan dan penurunan tingkat kecemasan lansia. Terdapat bukti pengaruh musik shalawat terhadap tingkat kecemasan di Lansia.<sup>16</sup>

Perbedaan dengan peneliti ini terletak pada variabel Y membahas tentang tingkat kecemasan dan metode *quasi eksperiment*, menggunakan sekala kebahagiaan. Sedangkan persamaannya dengan penelitian ini memiliki variabel X yang sama, tujuannya untuk mengetahui pengaruh, menggunakan pendekatan kuantitatif, menggunakan desain pra-tes dan pasca-tes setelah diberikan terapi shalawat.

- 3) **Maria Manungkalit, Ni Putu Wulan Purnama Sari**, Vol 4 No. 9 September 2022 h. 2493-2502 ***"Tingkat Kebahagiaan Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha Jambangan di SURABAYA"***, Malahayati Nursing Journal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengkaji hubungan antara kebahagiaan dan kualitas hidup lansia yang berada di panti jompo. Desain *cross sectional* sebagai metodologinya dengan menerapkan Kuesioner Kebahagiaan Oxford (OHQ), yang diciptakan oleh Argyl dan Lu. Ini mencakup seluruh populasi yang tinggal di Kelurahan Jambangan, Surabaya. penelitian ini menggunakan pengambilan sampel total. Uji statistik yang digunakan adalah uji korelasi Rank Spearman ( $\alpha < 0,05$ ).

---

<sup>16</sup> Wahyu Aprilani Sri Puji Lestari, Susi Nurhayati, "Efektifitas terapi musik shalawat dalam menurunkan tingkat kecemasan lansia di kota semarang," *Jurnal Keperawatan Jiwa* 11, no. 3 (2023): 755–762.

Hasil dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara tingkat kebahagiaan dengan kualitas hidup pada lansia yang tinggal di Panti<sup>17</sup>

Perbedaannya dengan jenis penelitian ini terdapat pada jenis penelitian yang menggunakan variabel X membahas tentang tingkat kebahagiaan, menggunakan total sampling, sedangkan kesamaannya menggunakan metode *pra eksperiment* menggunakan skala kebahagiaan.

## G. Definisi Operasional

Definisi Operasional adalah kajian terhadap variabel-variabel yang diteliti yang sudah ditentukan indikator-indikatornya mengukur variabel yang bersangkutan.<sup>18</sup> Menurut Kountur mengartikan bahwa definisi operasional adalah penjelasan mengenai suatu variabel penelitian dalam bentuk yang konkret dan dapat diukur. Definisi ini memiliki peran penting karena menyediakan semua informasi yang diperlukan oleh peneliti untuk menentukan bagaimana cara mengukur variabel yang akan diteliti.<sup>19</sup>

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa definisi operasional adalah variabel penelitian dalam bentuk yang konkret dan dapat diukur karena memberikan penjelasan tentang indikator-indikator yang harus digunakan, sehingga menyediakan semua informasi yang diperlukan peneliti untuk menentukan cara mengukur variabel tersebut berikut definisi operasional dalam penelitian ini, yaitu:

### 1. Terapi Musik Shalawat

Terapi musik shalawat merupakan aktivitas mendengarkan lantunan musik shalawat. Pelaksanaan shalawat ini dengan menggunakan audio musik shalawat melalui youtube. Sebelum melakukan terapi kepada klien ditempatkan di ruangan dikumpulkan secara bersama. Kemudian diberi pemahaman mengenai shalawat seperti keutamaan shalawat, manfaat shalawat dan pentingnya

---

<sup>17</sup> Maria Manungkalit dan Ni Putu Wulan Purnama Sari, "Tingkat Kebahagiaan dengan Kualitas Hidup Pada Lansia yang Tinggal di Panti Werdha Jambangan Surabaya," *Malahayati Nursing Journal* 4, no. 9 (2022): 2493–2503.

<sup>18</sup> Ratna Ekasari, *Metodologi Penelitian* (Kabupaten Malang: AE Publishing, 2023), h 155.

<sup>19</sup> Vivid Dekanawati et al., "Analisis Pengaruh Kualitas Pelayanan Diklat Kepabeanaan Terhadap Kepuasan Peserta Pelatihan," *Jurnal Sains Dan Teknologi Maritim* 23, no. 2 (2023): 159–176.

shalawat. Lalu diberikan pilihan lagu yang akan diberikan setiap harinya dengan durasi 30 menit selama 5 hari secara berturut-turut serta memfokuskan kepada Shalawat Nariyah.

## 2. Kebahagiaan

Kebahagiaan Sesungguhnya bermula dari gaya hidup yang mewujudkan emosi positif terhadap harga diri, seperti kenyamanan dan kegembiraan atau aktivitas positif. Aspek-aspek kebahagiaan yaitu: Merasakan kepuasan terhadap hidup, sukacita, keterlibatan sosial, penemuan makna hidup dalam keseharian.