

Terapi Musik Klasik Untuk Menurunkan Tingkat Depresi Pada Pasien Psikososial : Kehilangan

Suci Fitriya^{1*}, Ramadhan Putra Satria², Sam'un³

^{1,2,3} Program Studi D III Keperawatan, STIKes Bhakti Mandala Husada Slawi, Indonesia

*email : Fsuc692@gmail.com

Abstract

Depression is an emotional disorder or mild mental disorder characterized by prolonged sadness, hopelessness, feelings of guilt and meaninglessness. Loss is a condition of the individual parting with something that previously existed into nothing. Classical music can have a calming effect, reduce anxiety, feel relaxed and stabilize emotions. The prevalence of depression in the population aged 15 years in Tegal Regency is 6.87% or 2,689 people. This study aims to determine the administration of classical music therapy to reduce the level of depression in psychosocial: loss patients in the Dukuhwaru Health Center work area, Tegal Regency. This research method is descriptive analytical method with a case study approach. The results of a case study with classical music therapy have an effect that can reduce the level of depression in psychosocial patients: loss. There was a decrease in depression level scores in the subjects of both studies, from a score of 25 points (moderate depression) to a score of 19 points (mild depression). In conclusion, classical music therapy can reduce the level of depression in psychosocial patients.

Keywords: Depression; loss; classical music

Abstrak

Depresi merupakan gangguan emosional atau gangguan jiwa ringan yang ditandai dengan kesedihan yang berkepanjangan, putus harapan, perasaan bersalah dan tidak berarti. Kehilangan adalah suatu keadaan individu berpisah dengan sesuatu yang sebelumnya ada menjadi tidak ada. Musik klasik dapat memberikan efek yang menenangkan, mengurangi kegelisahan, membuat perasaan menjadi rileks dan dapat menstabilkan emosional. Prevalensi depresi pada penduduk usia ≥ 15 tahun di Kabupaten Tegal sebesar 6,87% atau sebanyak 2.689 jiwa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi musik klasik untuk menurunkan tingkat depresi pada pasien psikososial : kehilangan di wilayah kerja Puskesmas Dukuhwaru Kabupaten Tegal. Metode penelitian ini merupakan metode deskriptif analitis dengan pendekatan studi kasus. Hasil penelitian studi kasus dengan terapi musik klasik memberikan pengaruh yang dapat menurunkan tingkat depresi pada pasien psikososial : kehilangan. Terjadi penurunan skor tingkat depresi pada kedua subjek penelitian yaitu dari skor 25 poin (depresi sedang) menjadi skor 19 poin (depresi ringan). Simpulan, terapi musik klasik dapat menurunkan tingkat depresi pada pasien psikososial kehilangan.

Kata kunci : Depresi; kehilangan; musik klasik

1. Pendahuluan

Gangguan jiwa merupakan perubahan pada fungsi jiwa yang menyebabkan penderitaan atau hambatan sehingga dalam melaksanakan peran sosial dan aktivitas sehari-harinya ikut terganggu [1]. Depresi merupakan gangguan emosional atau gangguan jiwa ringan yang ditandai dengan kesedihan yang berkepanjangan, putus harapan, perasaan bersalah dan tidak berarti [2]. Kehilangan adalah suatu keadaan

individu berpisah dengan sesuatu yang sebelumnya ada menjadi tidak ada, baik terjadi sebagian atau keseluruhan. Kehilangan merupakan pengalaman yang pernah dialami oleh setiap individu selama rentang kehidupan cenderung mengalami kembali walaupun dalam bentuk berbeda. Rentang respon kehilangan yaitu, *denial* (*penyangkalan*), *anger* (marah), *bergaining* (tawar-menawar) *depression* (depresi), *acceptance* (menerima) [3].

Prevalensi depresi total penduduk yang berusia lebih dari 15 tahun di Indonesia mencapai 6,1%. Perempuan lebih rentan terhadap depresi daripada laki-laki. Prevalensi depresi pada perempuan sebesar 7,4% dan laki-laki sebesar 4,7%. Masyarakat yang tidak bekerja dan nelayan juga menjadi kontributor depresi tertinggi, yaitu masing-masing sebesar 8,1 dan 6,9% [4]. Prevalensi depresi pada penduduk usia ≥ 15 tahun di Kabupaten Tegal menurut Riskesdas Provinsi Jawa Tengah sebesar 6,87% atau sebanyak 2.689 jiwa [5].

Dampak yang merugikan bagi penderita depresi antara lain seperti kurangnya fungsi sosial, pekerjaan, dan juga mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi, kemudian tidak berdayanya segala hal yang dipelajari, bahkan hingga tindakan bunuh diri yang menyebabkan kematian [6]. Berbagai macam terapi dapat dilakukan untuk menyembuhkan gangguan depresi. Umumnya dengan pemberian obat antidepresan yang dapat menimbulkan efek samping maupun terapi kognitif, dan sebagainya. Namun, terdapat terapi komplementer atau alternatif yang dapat diberikan pada penderita depresi yaitu terapi musik.

Penelitian yang dilakukan Tanoni & Christina [7] menyatakan bahwa terapi musik dapat menjadi terapi komplemen atau alternatif yang dapat diberikan pada penderita depresi karena terapi musik lebih ekonomis, secara naluriah musik dapat beresonansi masuk ke otak tanpa melalui jalur kognitif. Musik juga tidak membutuhkan kemampuan intelektual untuk menginterpretasikan dan tidak ada batasan-batasan siapa yang dapat mendengarkan. Selain itu, dalam studinya Musbikin [8] menjelaskan bahwa musik klasik adalah karya musik yang berkelas tinggi, bersifat abadi, tidak mudah dilupakan bahkan tetap ada sampai sekarang dengan tampilan yang menakjubkan. Musik klasik dipercaya dapat menguatkan pikiran dan emosional sehingga menjadikan orang lebih kreatif. Musik klasik dapat memberikan energi positif bagi manusia, diantaranya sangat berperan dalam menunjang perkembangan intelektual dan sosial serta menjaga keseimbangan antara jiwa dan fisik.

Musik klasik mempunyai fungsi menenangkan pikiran dan memiliki ritme yang teratur sehingga mampu menstimulus otak untuk menghasilkan gelombang alfa yang berfungsi dalam meningkatkan rileksasi dalam tubuh, sehingga siapa saja yang mendengarkan musik klasik dapat menjadi lebih tenang dan rileks [10]. Hasil penelitian Kurnia [10] yang menerapkan terapi musik terhadap 17 pecandu narkoba dengan depresi didapatkan penurunan tingkat depresi dari skor 17 poin (depresi ringan) menjadi 7 poin (depresi minimal/tidak depresi) karena terapi musik suatu proses yang memadukan antara aspek penyembuhan dengan kondisi fisik seseorang, sehingga terapi musik mampu menenangkan, mampu menstabilkan emosi, mental, spiritual dan mampu meningkatkan kognitif seseorang sehingga siapa saja yang mendengarkan musik mampu berpikiran positif. Pada penelitian Kurnia [10] juga mengatakan bahwa

terapi musik merupakan terapi tanpa efek samping sehingga aman diaplikasikan untuk siapapun. Penelitian lain menyebutkan dari 14 responden pada kelompok lansia sebelum dilakukan terapi musik klasik yang mengalami depresi ringan didapatkan rerata sebesar 17,57. Sedangkan pada kelompok lansia sesudah dilakukan terapi musik klasik yang mengalami depresi ringan didapatkan rerata sebesar 15,07 [9].

2. Literature Review

Pasien psikososial kehilangan cenderung mengalami depresi, untuk menurunkan tingkat depresi bisa menggunakan obat antidepresan. Penanganan depresi yang lebih mudah adalah dengan menggunakan terapi musik klasik. Musik klasik memiliki pengaruh besar pada kondisi psikologi sosial lansia karena musik klasik memiliki efek yang besar terhadap ketegangan dan kondisi rileks pada diri seseorang. Musik klasik juga menimbulkan rasa aman dan sejahtera, serta melepaskan rasa gembira dan sedih [8]. Selain itu terapi musik dapat membangkitkan gelombang otak alfa yang menimbulkan rasa relaksasi sehingga perilaku individu akan menjadi dan bisa menurunkan timbulnya dampak dari depresi. Terapi musik ini mempunyai fungsi menenangkan pikiran dan meredakan emosi dapat juga melatih otot-otot serta pikiran menjadi rileks. Dengan mendengarkan musik, pasien merasakan kondisi yang rileks dan perasaan yang nyaman [9]

3. Metode Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang dipilih untuk penelitian yang akan dilaksanakan yaitu studi kasus. Penelitian ini melibatkan 2 individu yaitu pasien psikososial : kehilangan dengan masalah depresi yang dilakukan intervensi terapi musik klasik untuk menurunkan tingkat depresi. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Dukuhwaru Kabupaten Tegal pada tanggal 15 - 17 Februari 2021.

Instrument yang digunakan yaitu lembar BDI (*Beck Depression Inventory*), lembar observasi, *handphone*, dan *music box*. Proses pengambilan data meliputi wawancara, observasi, dan dokumentasi yang kemudian disajikan dalam deskriptif naratif, tabel dan grafik.

Kriteria inklusi pada sampel penelitian ini adalah klien berjenis kelamin laki-laki/perempuan, berusia 40-60 tahun, klien dengan masalah psikososial : kehilangan tahap depresi sedang/ringan, dan klien yang kooperatif dan bersedia diberikan terapi musik klasik.

Kriteria eksklusi pada sampel penelitian ini adalah klien yang memiliki gangguan lain selain depresi karena kehilangan, misalnya demam, sesak napas, klien yang sulit diajak berinteraksi, klien yang memiliki gangguan pendengaran. Musik klasik yang didengarkan responden adalah karya dari *Mozart* dengan durasi waktu pemberian 20 menit.

4. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Tabel 4.1 Proses intervensi subjek penelitian I

Pertemuan	Tujuan	Respon	Kemajuan
Pertemuan I 15 Februari 2021	Pengkajian, bina hubungan saling percaya, memberikan penjelasan tentang terapi musik klasik	Tn. T mampu menyebutkan dengan benar. Tn. T terlihat ditunjukkan mondar-mandir masuk rumah mencari sesuatu dan terlihat sangat sedih saat menceritakan usahanya yang bangkrut. Tn. T paham manfaat dari terapi musik klasik dan Tn. T bersedia diberikan terapi musik klasik	Tn. T mau menceritakan masalahnya kepada penulis
Pertemuan II 16 Februari 2021	Melakukan pemberian terapi musik klasik untuk menurunkan tingkat depresi pada klien psikososial : kehilangan	Tn. T mengatakan suka dengan musik klasik dan mengatakan perasaannya lebih rileks setelah diberikan terapi musik klasik. Tn. T terlihat menikmati alunan musik yang diputarkan dan terlihat tenang saat menikmati alunan musik, tetapi tidak ada kontak mata.	Perasaan bersedih Tn. T berkurang dan Tn. T terlihat lebih tenang
Pertemuan III 17 Februari 2021	Melakukan pemberian terapi musik klasik untuk menurunkan tingkat depresi pada klien psikososial : kehilangan	Tn. T bersedia diberikan terapi musik klasik dan mengatakan rileks saat diputarkan musik klasik. Tn. T terlihat menikmati musik klasik yang diputarkan dan terlihat tidak mondar-mandir, sudah ada kontak mata.	Sudah tidak ada perasaan bersedih, sudah tidak ada gelisah dan mondar-mandir, terlihat lebih tenang, dan sudah ada kontak mata

Kondisi subjek penelitian I sebelum diberikan intervensi terapi musik klasik didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa subjek penelitian I merasakan perasaan sangat sedih saat menceritakan usahanya yang bangkrut dan terlihat gelisah ditunjukkan dengan mondar-mandir keluar masuk rumah ketika penulis sedang melakukan pengkajian.

Tabel 4.2 Proses intervensi subjek penelitian II

Pertemuan	Tujuan	Respon	Kemajuan
Pertemuan I 15 Februari 2021	Pengkajian, bina hubungan saling percaya, memberikan penjelasan tentang terapi musik klasik	Ny. A mampu menyebutkan namanya dengan benar. Ny. A sangat antusias saat akan diberikan terapi musik klasik karena Ny. A mengatakan sangat sedih ketika mengingat perlakuan suami terhadap dirinya pada masa lalu sehingga saat diberikan musik nanti harapan klien bisa lebih tenang dan menerima keadaan yang sudah terjadi	Ny. A sangat antusias dan bersemangat saat akan diberikan terapi musik klasik
Pertemuan II 16 Februari 2021	Melakukan pemberian terapi musik klasik untuk menurunkan tingkat depresi pada klien psikososial : kehilangan	Ny. A mengatakan menyukai musik klasik karena alunannya menenangkan dan setelah diberikan musik klasik Ny. A merasa mengantuk dan ingin tidur Ibu Ny. A mengatakan anaknya sering begadang pada malam hari karena sering mengingagta perlakuan suaminya	Ny. A mengatakan tenang dan mengantuk saat musik klasik diputar
Pertemuan III 17 Februari 2021	Melakukan pemberian terapi musik klasik untuk menurunkan tingkat depresi pada klien psikososial : kehilangan	Ny. A terlihat menikmati alunan musik yang diputar. Ny. A mengatakan lebih tenang dan lebih ikhlas dengan takdir yang dialami dan menerima bahwa semua yang terjadi pada dirinya saat ini adalah takdir dari Allah yang harus dijalani dengan ikhlas	Ny. A lebih berpikiran positif dan mengatakan bahwa perlakuan suami terhadap dirinya adalah takdir Allah yang harus dijalani dengan ikhlas sehingga Ny. A lebih menerima keadaan

Kondisi subjek penelitian II sebelum diberikan intervensi terapi musik klasik didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa subjek penelitian II merasakan perasaan sangat sedih saat teringat perlakuan suaminya pada masa lalu, subjek penelitian II sering begadang pada malam hari karena memikirkan hal ini dan saat penulis

melakukan pengkajian subjek penelitian II belum bisa menerima kenyataan bahwa suaminya telah pergi meninggalkannya.

Tabel 4.3 Perbandingan kondisi subjek penelitian I sebelum dan sesudah dilakukan intervensi

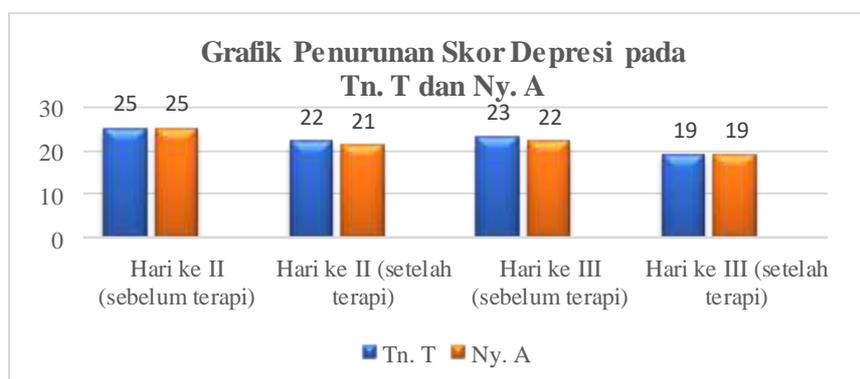
Hari ke -	Kegiatan	Sebelum	Sesudah
II 16 Februari 2021	Mendengarkan musik klasik selama 20 menit	Tn. T lupa akan diberikan terapi musik klasik. Istri Tn. T mengatakan suaminya masih sering mencari sesuatu dan sering marah-marah. Tn. T terlihat kebingungan, dan tidak ada kontak mata. Skor depresi 25 poin (depresi sedang)	Tn. T mengatakan suka dengan musik klasik dan mengatakan perasaannya lebih rileks setelah diberikan terapi musik klasik. Tn. T terlihat menikmati alunan musik yang diputarkan dan terlihat tenang saat menikmati alunan musik. Skor depresi 23 poin (depresi sedang)
II 17 Februari 2021	Mendengarkan musik klasik selama 20 menit	Tn. T mengatakan hari ini perasaannya biasa saja, hanya merasakan lelah karena baru saja membersihkan taman yang ada di depan rumah, Tn. T mengatakan lupa dengan nama penulis tetapi tidak lupa bahwa hari ini akan diberikan terapi musik klasik. Tn. T terlihat sudah ada kontak mata, namun masih sering tidak menatap penulis. Skor depresi 22 poin (depresi sedang)	Tn. T terlihat menikmati musik klasik yang diputarkan, Tn. T terlihat tidak mondar-mandir dan Tn. T mengatakan rileks saat diputarkan musik klasik, leharnya berkurang setelah mendengarkan musik dan sudah tidak ada perasaan sedih. Skor depresi 19 poin (depresi ringan)

Kondisi subjek penelitian I setelah diberikan intervensi terapi musik klasik selama 2x dengan durasi waktu 20 menit setiap pertemuan menunjukkan hasil penurunann skor depresi dari 25 poin (depresi sedang) menjadi 19 poin (depresi ringan) yang ditunjukkan dengan Tn. T lebih tenang, lebih mengontrol perasaan sedihnya dan sudah ada sedikit kontak mata saat diajak komunikasi.

Tabel 4.4 Perbandingan kondisi subjek penelitian II sebelum dan sesudah dilakukan intervensi

Hari ke -	Kegiatan	Sebelum	Sesudah
II 16 Februari 2021	Mendengarkan musik klasik selama 20 menit	Ibu Ny. A mengatakan semalam anaknya tidak tidur. Ny. A mengatakan tidak bisa tidur saat malam hari karena teringat perlakuan suaminya pada masa lalu. Ny. A terlihat emosi. Skor depresi 25 poin (depresi sedang)	Ny. A mengatakan mengantuk dan ingin tidur. Ny. A terlihat menikmati musik klasik yang diputar. Ny. A sudah sedikit melupakan perlakuan suaminya. Skor depresi 21 poin (depresi sedang)
III 17 Februari 2021	Mendengarkan musik klasik selama 20 menit	Ny. A mengatakan sudah menunggu kedatangan penulis, Ny. A mengatakan bingung kenapa suaminya meninggalkan Ny. A pada saat hamil padahal pernikahan mereka didasari sama-sama cinta tetapi kenapa suaminya tega meninggalkannya, Ny. A mengatakan sangat sedih. Skor depresi 22 poin (depresi sedang)	Ny. A mengatakan lebih tenang dan lebih ikhlas dengan takdir yang dialami bahwa apa yang terjadi pada dirinya adalah takdir Allah yang harus dijalani dengan ikhlas. Ny. A lebih menerima kenyataan yang terjadi, Ny. A lebih berpikiran positif. Skor depresi 19 poin (depresi ringan)

Kondisi subjek penelitian II setelah diberikan intervensi terapi musik klasik selama 2x dengan durasi waktu 20 menit setiap pertemuan menunjukkan hasil penurunan skor depresi dari 25 poin (depresi sedang) menjadi 19 poin (depresi ringan) yang ditunjukkan dengan Ny. A lebih tenang, lebih mengontrol perasaan sedihnya, emosinya dan sudah menerima kenyataan yang sudah Allah takdirkan.



Grafik 4.1 Penurunan Skor Depresi pada Tn. T dan Ny. A

Terjadi penurunan skor depresi pada kedua responden setelah diberikan terapi musik klasik selama 2x pertemuan dengan hasil sebelum diberikan terapi skor depresi 25 poin (depresi sedang) menjadi 19 poin (depresi ringan).

Pembahasan

Kondisi subjek penelitian I dan II setelah diberikan intervensi terapi musik klasik yang dilakukan pada klien 1 dan 2 memberikan pengaruh terhadap penurunan skor depresi. Dimana skor depresi sebelum diberikan terapi 25 poin (depresi sedang) menjadi 19 poin (depresi ringan). Penurunan skor depresi pada kedua subjek penelitian ditandai dengan beberapa hal diantaranya subjek penelitian menjadi lebih tenang ditunjukkan pada subjek penelitian I tidak mondar-mandir, pada subjek penelitian II lebih mengontrol emosinya dan kedua subjek penelitian sudah ada kontak mata saat diajak komunikasi.

Tanda lain dari penurunan depresi pada kedua subjek adalah subjek penelitian I dan II sudah bisa mengontrol rasa sedihnya ditunjukkan dengan kedua subjek sudah bisa menceritakan masa lalunya tanpa rasa ingin menangis. Subjek penelitian II juga sudah menunjukkan sikap menerima terhadap kenyataan dan lebih berpikiran positif ditunjukkan dengan subjek penelitian II mengatakan bahwa ditinggal suaminya adalah takdir Allah yang sudah digariskan untuk dirinya yang harus diterima dengan ikhlas.

Hasil dari penelitian Kurnia [10] yang menerapkan terapi musik terhadap 17 pecandu narkoba didapatkan median skor depresi melalui BDI *pre test* 17 poin (depresi ringan) dan setelah intervensi *post test* yaitu 7 poin (depresi minimal/tidak depresi) menunjukkan bahwa terapi musik mampu menurunkan tingkat depresi karena terapi musik suatu proses yang memadukan antara aspek penyembuhan dengan kondisi fisik seseorang, sehingga terapi musik mampu menenangkan, mampu menstabilkan emosi, mental, spiritual dan mampu meningkatkan kognitif seseorang sehingga siapa saja yang mendengarkan musik mampu berpikiran positif. Pada penelitian ini juga mengatakan bahwa terapi musik merupakan terapi tanpa efek samping sehingga aman diaplikasikan untuk siapapun.

Penelitian lain menunjukkan dari 14 responden pada kelompok lansia sebelum dilakukan terapi musik klasik yang mengalami depresi ringan didapatkan rerata sebesar 17,57. Sedangkan pada kelompok lansia sesudah dilakukan terapi musik klasik yang mengalami depresi ringan didapatkan rerata sebesar 15,07. Hasil uji statistik dapat diketahui bahwa ada pengaruh setelah dilakukan intervensi terapi musik klasik terhadap depresi lansia di UPT Panti Werdha Mojopahit Mojokerto [9].

Respon dari kedua subjek penelitian mengalami perbedaan diantaranya subjek penelitian I kurang efektif apabila hanya diberikan terapi musik klasik untuk menurunkan depresinya karena ada beberapa faktor yang memicu depresinya sulit untuk diturunkan yaitu subjek penelitian I sudah menderita gangguan jiwa sejak 25 tahun lalu, seseorang dengan riwayat gangguan jiwa di masa lalu lebih rentan untuk mengalami gangguan jiwa di masa sekarang. Subjek penelitian I juga memiliki saudara dengan depresi sehingga faktor genetik juga dimiliki subjek penelitian I, hal ini sesuai dengan penelitian Dirgayunita [2] yang mengatakan jika seseorang di dalam riwayat kesehatannya memiliki keluarga yang mengalami depresi, maka terdapat

kecenderungan untuk mengalami depresi juga, subjek penelitian I sudah tidak mau bekerja, subjek penelitian I masih mengonsumsi obat untuk mengontrol gangguan jiwanya.

Sedangkan pada subjek penelitian II pemberian terapi musik klasik lebih efektif karena subjek penelitian II tidak memiliki riwayat gangguan jiwa, tidak ada keluarga yang mengalami gangguan jiwa, subjek penelitian II sudah sempat bekerja untuk membiayai anak dan ibunya, subjek penelitian II sudah berhenti obat, hanya saja ada hal-hal tertentu yang menjadikan depresinya kambuh yaitu saat teringat suaminya dan saat dirinya dikatakan gila oleh tetangganya.

5. Kesimpulan

Dalam penelitian ini didapatkan kesimpulan bahwa terapi musik klasik dapat menurunkan tingkat depresi karena ketika menghadapi masalah atau tekanan berat, musik membantu mengalihkan perhatian. Mendengarkan musik secara rutin membuat suasana menjadi tenang. Musik juga dapat mengaktifkan syaraf menjadi rileks sehingga membantu pernapasan pasien menjadi lebih baik. Implementasi pada kedua subjek penelitian dilakukan sebanyak dua kali pertemuan dengan durasi mendengarkan musik selama 20 menit setiap pertemuan. Kedua subjek penelitian mengalami penurunan tingkat depresi yang ditunjukkan dengan skor depresi pada kedua klien mengalami penurunan dari 25 poin (depresi sedang) menjadi 19 poin (depresi ringan).

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada bapak Ramadhan Putra Satria S.Kep.,Ns.,M.Kep., selaku pembimbing akademik, bapak Sam'un, S.Kep.,Ns., selaku pembimbing lahan yang sudah bersedia membimbing peneliti dari awal sampai akhir.

Referensi

- [1] N. S. Barus and D. Siregar, "Kajian Literatur: efektivitas terapi musik klasik terhadap halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia," *J. Nurs. Curr.*, vol. 7, no. 2, pp. 48–57, 2019, [Online]. Available: <http://ojs.uph.edu/index.php/NCJK/article/view/2313>.
- [2] A. Dirgayunita, "Depresi: ciri, penyebab dan penanganannya," *J. An-Nafs Kaji. Penelit. Psikol.*, vol. 1, no. 1, pp. 1–14, 2016, doi: 10.33367/psi.v1i1.235.
- [3] Nurhalimah, *Modul bahan ajar cetak keperawatan; Keperawatan jiwa*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016.
- [4] D. H. Jayani, "Provinsi mana yang memiliki angka depresi tertinggi?," *Databoks*, p. 2018, 2019, [Online]. Available: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2019/10/09/provinsi-mana-yang-memiliki-angka-depresi-tertinggi>.
- [5] Riskesdas, *Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018.

- [6] E. S. Purbaningsih, "Asuhan Keperawatan pada Padien Depresi dan Resiko Bunuh Diri," *J. Ilm. Indones.*, vol. 4, no. 8, pp. 1–13, 2019, [Online]. Available: <https://www.bps.go.id/dynamictable/2018/05/18/1337/persentase-panjang-jalan-tol-yang-beroperasi-menurut-operatornya-2014.html>.
- [7] C. F. Tanoni and Christina, "Fasilitas rehabilitasi bagi penderita depresi berbasis terapi suara di Surabaya," *J. edimensi Arsit.*, vol. VII, no. 1, pp. 697–704, 2020, [Online]. Available: <http://publication.petra.ac.id/index.php/teknik-arsitektur/article/view/9327>.
- [8] I. Musbikin, *Kehebatan musik untuk kecerdasan anak*. Yogyakarta : Power Book, 2009.
- [9] H. Suidah and E. A. Cahyono, "Intervensi terapi musik klasik sebagai penangan depresi pada lansia," *J. Keperawatan*, vol. 9, no. 2, pp. 9–16, 2016, [Online]. Available: <http://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jk/article/view/50>.
- [10] A. Kurnia, "Pengaruh terapi musik terhadap skor depresi pada pecandu narkoba rehabilitasi di Isma Sirih Rumah Sakit Jiwa daerah Sungai Bangkong dan rehabilitasi berbasis masyarakat Bumi Khatulistiwa Kalimantan Barat," Universitas Tanjungpura Pontianak, 2017.