

**EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK UNTUK MENINGKATKAN
SUBJECTIVE WELL BEING PADA LANJUT USIA DITINJAU DARI
JENIS KELAMIN DI WILAYAH PUSKESMAS MODUNG
KABUPATEN BANGKALAN**

TESIS

**Diajukan kepada Program Studi Psikologi Profesi (S2)
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**



**OLEH :
IMAM SHOFF'I
1521800007**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI (S2)
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2021**

SURAT PERYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Imam Shofi'i

NPM : 1521800007

Alamat : Desa,Duwak Buter Kwanyar Kabupaten Bangkalan

Telepon : 085230255403

1. Menyatakan bahwa tesis yang berjudul “Efektivitas Terapi Musik Untuk Meningkatkan *Subjective well-being* Pada Lanjut Usia di Wilayah Puskesmas Modung Bangkalan” ini saya buat untuk memenuhi sebagian persyaratan kelulusan pada Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, adalah hasil karya saya sendiri
2. Tesis ini tidak terdapat karya yaang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kemagisteran di suatu program perguruan tinggi lain dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Tesis ini adalah hasil karya ilmiah yang saya tulis dengan dibimbing oleh dosen dari Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dengan demikian tesis ini merupakan karya intelektual bersama Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dan karenanya tidak akan saya publikasikan dalam bentuk apapun tanpa seizin Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Selanjutnya apabila terjadi pelanggaran atau kecurangan pada penulisan karya tulis ini saya bersedia menerima sanksi sesuai hukum atau peraturan yang berlaku di Indonesia.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa ada paksaan dari siapapun.

Surabaya, Januari 2021

Hormat Saya,



(Imam Shofi'i,S.Psi)

TANDA PENGESAHAN UJIAN TESIS



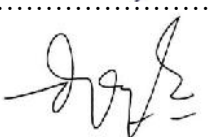
Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Tesis

Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945
Surabaya dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan guna Memperoleh
Derajat Gelar Magister Psikologi, Psikolog

Pada Tanggal : 19 Januari 2021

Dewan Penguji

1. Dr. Suroso, MS., Psikolog
2. Dr. IGAA Noviekayati, M.Si., Psikolog
3. Dr. Dyan Evita Santi, M.Si., Psikolog


.....

.....

.....

Mengesahkan

Dekan
Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya



Dr. Suroso, MS., Psikolog

Ka Prodi Psikologi Profesi (S2)
Fakultas psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya



Dr. IGAA Noviekayati, M.Si., Psikolog

LEMBAR PERSETUJUAN TESIS

EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK UNTUK MENINGKATKAN *SUBJECTIVE WELL BEING* PADA LANJUT USIA DITINJAU DARI JENIS KELAMIN DI WILAYAH PUSKESMAS MODUNG KABUPATEN BANGKALAN

**Diajukan Oleh :
Imam Shofi'i
1521800007**

**Disetujui untuk diuji :
Surabaya, 15 Januari 2021**

Dosen Pembimbing I



Dr. IGAA Noviekayati, M.Si., Psikolog

Dosen Pembimbing II



Dr. Dyan Evita Santi, M.Si., Psikolog



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN

Jl. Semolowaru 45 Surabaya
Tlp. 031 593 1800 (ex.311)
Email : perpus@untag-sby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya,
Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Imam Shofi'i
NBI : 1521800007
Fakultas : Psikologi

Program Studi : Psikologi Profesi

Jenis Karya : Tugas Akhir/Skripsi/Tesis/Disertasi/Laporan Penelitian/Makalah

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)**, atas karya saya yang berjudul :

Hubungan *Gratitude* Dan Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Karyawan Yang Mengalami PHK Dimasa Pandemic Covid-19

Dengan **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)**, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Pada Tanggal : 28 Februari 2020

Yang Menyatakan,



(Imam Shofi'i)

MOTTO

*“Tiada Dosa yang dimaafkan tanpa ada permohonan ampunan
Dan tiada kata berhasil tanpa adanya pengorbanan
Ibadahlah dan berusaha pantang mundur jangan lupa berdo'a hingga
nantinya mencapai gelar Psikolog”*

-IM-

“Semoga sehat selalu ”

PERSEMBAHAN

Ku persembahkan Tesis ini untuk mereka yang merasa Subjective well-being kurang menyenangkan karena keadaanlah, yang membuat kita merasakan penurunan kebahagiaan aktivitas kita terganggu ataupun penghasilan yang didapat kurang memuaskan sehingga tidak layak untuk kehidupan sehari-hari. Semoga semua hal yang baik selalu menyertai kita.

Panjang umur dan bahagia selamanya !!!

KATA PENGANTAR

Segala puji penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan ridho-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad S.A.W. yang kita nantikan syafa'atnya kelak di hari akhir.

Peneliti menyadari bahwa dalam menyelesaikan penelitian ini terdapat bantuan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih kepada :

1. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA., selaku rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Suroso, MS., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dan sekaligus sebagai dosen penguji tesis.
3. Dr. IGAA Noviekayati, M.Si., Psikolog, selaku pembimbing tesis serta Ketua Program Studi Psikologi Profesi (S2) Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dan sekaligus sebagai dosen penguji tesis.
4. Dr. Dyan Evita Santi, M.Si., Psikolog selaku pembimbing tesis yang selalu memberikan arahan dan meluangkan waktu untuk berdiskusi dengan penulis untuk menyelesaikan tesis ini
5. Istri, Anak, serta seluruh keluarga yang selalu memberikan do'a, motivasi, cinta dan kasih sayang yang tulus kepada peneliti sampai saat ini.
6. Seluruh civitas akademika Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, terutama untuk seluruh dosen dan admin Mapro Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
7. Subjek penelitian yang telah merelakan bantuan baik dalam bentuk pikiran, waktu dan tenaganya selama proses penelitian.
8. Seluruh teman-teman Mapro A.25 Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
9. Seluruh pihak yang ikut membantu dalam menyelesaikan tesis ini baik moril maupun materil.
10. Peneliti mengharapakan semoga penelitian ini dapat memberi manfaat, khususnya bagi peneliti sendiri dan umumnya bagi pembaca.

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pernyataan Tidak Melakukan Penjiplakan	ii
Halaman Pengesahan oleh Penguji	iii
Halaman Pengesahan oleh Pembimbing	iv
Halaman Motto	v
Halaman Persembahan	vi
Kata Pengantar	vii
Abstrak	viii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar	xv
Daftar Lampiran	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	4
D. Keaslian Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. <i>Subjective Well-Being</i>	9
1. Pengertian <i>subjective well-being</i>	9
2. Aspek <i>subjective well-being</i>	11
3. Faktor-faktor <i>subjective well-being</i>	12
4. Komponen <i>subjective well-being</i>	13
5. Prediktor <i>subjective well-being</i>	14
B. Terapi Musik	15
1. Pengertian Terapi Musik	15
2. Manfaat Terapi Musik	16
3. Bagian-bagian musik dan pengaruhnya	19
4. Jenis-jenis Terapi Musik	20
C. Jenis Kelamin.....	21
1. Pengertian Jenis Kelamin	21
2. Perbedaan <i>subjective well-being</i> laki-laki dengan perempuan	23
D. Lanjut Usia	24
E. Terapi Musik Untuk Meningkatkan <i>subjective well-being</i> lanjut usia ditinjau dari jenis kelamin	25
E. Kerangka Bepikir.....	26
E. Hipotesis	27

BAB III METODE PENELITIAN	
A. Subjek Penelitian	29
1. Populasi	29
2. Sampel	29
3. Teknik Pengambilan Sampel	29
B. Desain Penelitian	30
1. Jenis Penelitian	30
2. Definisi Operasional Variabel Penelitian	33
3. Penjelasan Teoritis Program Intervensi	34
C. Pengembangan Alat Ukur	35
1. Metode Pengumpulan Data	35
2. Instrumen Alat Ukur	35
D. Pengujian Alat Ukur	38
1. Uji Validitas	39
2. Uji Reabilitas	40
E. Analisis Data	
1. Uji Asumsi	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	46
1. Hipotesis Pertama	46
2. Hipotesis Kedua	46
6. Pembahasan	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	50
B. Saran	51
1. Bagi Lanjut Usia	51
2. Instansi Puskesmas Modung.....	52
3. Bagi peneliti selanjutnya.....	52
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN	58

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Desain Tahapan Atau Prosedur Penelitian	32
Tabel 2. pelaksanaan terapi Pertama	35
Tabel 3. pelaksanaan terapi ke dua	37
Tabel 4. pelaksanaan terapi ke tiga	38
Tabel 5. pelaksanaan terapi ke empat	39
Tabel 6. Skoring Skala <i>subjective well-being</i>	43
Tabel 3. Rangkuman Item Sahih dan Gugur Skala <i>Subjective Well-Being</i>	44
Tabel 7. Uji Normalitas	46
Tabel 8. Hasil Uji-t sebelum dan sesudah diberikan Terapi musi	46
Tabel 9. Hasil Uji Hipotesis dengan menggunakan paired sample test	47
Tabel 10. Group Statistics	47
Tabel 11. Independent Samples Test	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar, Terapi musik untuk <i>Subjective Well-Being</i> lanjut usia di Wilayah Puskesmas Modung Bangkalan	12
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Aitem Uji coba	L58
Lampiran 2. Aitem Pengambilan Data	L66
Lampiran 3. Uji Alat Ukur Variabel <i>subjective well-being</i>	L69
Lampiran 7. Uji Hipotesis	L82

EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK UNTUK MENINGKATKAN *SUBJECTIVE WELL BEING* PADA LANJUT USIA DITINJAU DARI JENIS KELAMIN DI WILAYAH PUSKESMAS MODUNG KABUPATEN BANGKALAN

Imam Shofi'i¹, IGAA Noviekayati², Dyan Evita Santi³

**Email : imamshofii7509@gmail.com¹, ekayatinovi@gmail.com²,
arma_luna@yahoo.com³**

Program Studi Psikologi Profesi (S2) Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Abstrak:

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi musik untuk meningkatkan *subjective well-being* pada lanjut usia di wilayah Puskesmas Modung Bangkalan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, praeksperimen. Jenis desain eksperimen yang digunakan adalah desain perlakuan ulang (*one group pre test posttest design*) merupakan desain eksperimen yang hanya menggunakan satu kelompok subjek (kasus tunggal) serta melakukan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan pada subjek. Penelitian ini dilakukan terhadap lanjut usia yang mengalami *subjective well-being rendah* dimasa pandemi covid-19 dengan jumlah sampel 50 orang yang diambil menggunakan metode teknik *purposive sampling*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi music efektif meningkatkan *Subjective Well-Being* pada lanjut usia. Selain itu penelitian ini juga menemukan ada perbedaan *Subjective Well-Being* antara lansia Perempuan dengan Laki-laki.

Kata kunci- *Subjective well-being*, Terapi Musik, Jenis Kelamin, Lanjut Usia

THE EFFECTIVENESS OF MUSIC THERAPY TO INCREASE SUBJECTIVE
WELL BEING AT THE FURTHER AGE. REVIEWED FROM GENDER IN
THE REGION OF PUSKESMAS MODUNG, BANGKALAN DISTRICT

Imam Shofi'i1, IGAA Noviekayati2, Dyan Evita Santi3

Email: imamshofii7509@gmail.com1, ekayatinovi@gmail.com2,
arma_luna@yahoo.com3

Professional Psychology Study Program (S2), 17 August 1945 University, Surabaya

Abstract:

This study aims to determine the effectiveness of music therapy to increase subjective well-being of the elderly in the area of Puskesmas Modung Bangkalan. This research is a quantitative, pre-experimental study. The type of experimental design used is the re-treatment design (one group pre test posttest design) which is an experimental design that only uses one group of subjects (single cases) and takes measurements before and after giving treatment to the subject. This study was conducted on elderly people who experienced low subjective well-being during the Covid-19 pandemic with a total sample of 50 people who were taken using purposive sampling technique method.

The results showed that music therapy was effective in increasing Subjective Well-Being in the elderly. In addition, this study also found differences in Subjective Well-Being between the elderly Woman with Boy.

Keywords- Subjective well-being, Music Therapy, Gender, Elderly