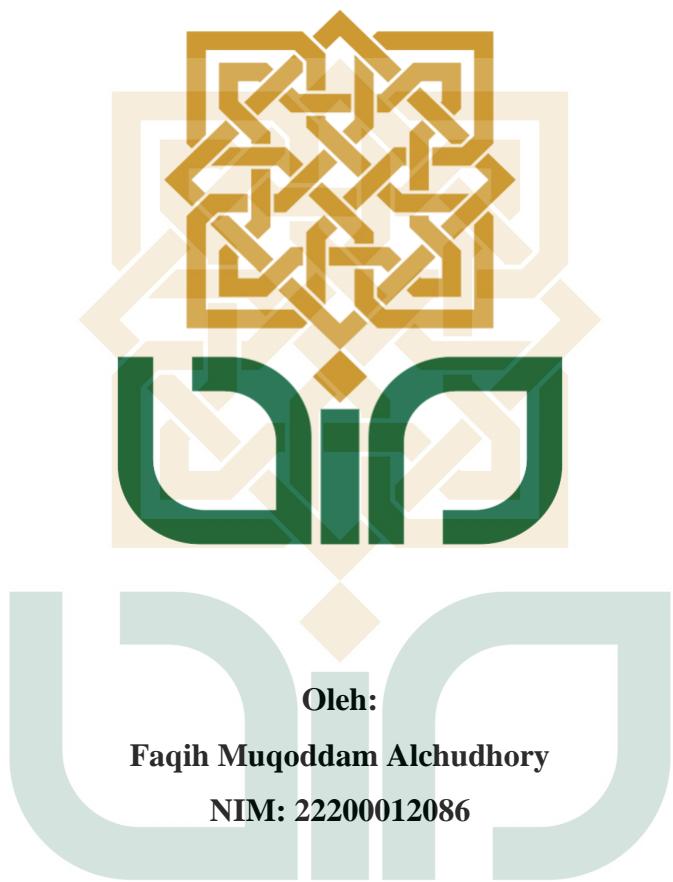


**MUSIK GAMELAN SEBAGAI INSTRUMEN INTERVENSI PENINGKATAN
KESEJAHTERAAN LANSIA DI DESA GIRIPURNO KECAMATAN
BOROBUDUR**



**STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

TESIS
Diajukan Kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh
Gelar Master of Arts (M.A.)
Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi Pekerjaan Sosial

YOGYAKARTA

2025



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-294/Un.02/DPPs/PP.00.9/03/2025

Tugas Akhir dengan judul : Musik Gamelan Sebagai Instrumen Intervensi Peningkatan Kesejahteraan Lansia di Desa Giripur
yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : FAQIH MUQODDAM ALCHUDHORY, S.Sos
Nomor Induk Mahasiswa : 22200012086
Telah diujikan pada : Rabu, 05 Maret 2025
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Valid ID: 67ce4a662a09f

Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Suhadi, S.Ag., M.A.
SIGNED

Penguji II

Dr. Sri Widayanti

Penguji III

Dr. Asep Jahidin, S.Ag., M.Si
SIGNED
Valid ID: 67ce993111bbd



Valid ID: 67cf9651b11d1

Yogyakarta, 05 Maret 2025
UIN Sunan Kalijaga
Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. Moch. Nur Ichwan, S.Ag., M.A.
SIGNED

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Faqih Muqoddam Alchudhory
NIM : 22200012086
Jenjang : Magister
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Pekerjaan Sosial

Menyatakan bahwa tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya sendiri,
kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 3 Februari 2025

Saya yang menyatakan,


Faqih Muqoddam Alchudhory
NIM: 22200012086

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Faqih Muqoddam Alchudhory
NIM : 22200012086
Jenjang : Magister
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Pekerjaan Sosial

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi.
Jika di kemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai
kefentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 3 Februari 2025

Saya yang menyatakan,



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.,
Direktur Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Assalamu 'alaikum wr, wb.

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul: **MUSIK GAMELAN SEBAGAI INSTRUMEN INTERVENSI PENINGKATAN KESEJAHTERAAN LANSIA DI DESA GIRIPURNO KECAMATAN BOROBUDUR**

Yang ditulis oleh:

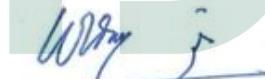
Nama	: Faqih Muqoddam Alchudhory, S.Sos
NIM	: 22200012086
Jenjang	: Magister (S2)
Prodi	: Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi	: Pekerjaan Sosial

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Magister Studi Islam.

Wassalamu 'allaikum wr, wb.

Yogyakarta, 3 Februari 2025

Pembimbing



Dr. Sri Widayanti, S.Pd., M.A.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRAK

Lansia (lanjut usia) merupakan kelompok populasi yang jumlahnya terus meningkat di Indonesia. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2020 proporsi penduduk lansia mencapai 9,71% dan diperkirakan akan meningkat hingga 28,02% pada tahun 2050. Peningkatan jumlah lansia ini menimbulkan berbagai tantangan, terutama dalam aspek kesejahteraan sosial dan kesehatan. Lansia sering kali menghadapi permasalahan kesehatan fisik dan mental, termasuk penyakit kronis serta risiko isolasi sosial yang dapat berdampak pada kualitas hidup mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji fenomena gamelan sebagai instrumen intervensi dalam peningkatan kesejahteraan sosial lansia di Desa Giripurno, Kecamatan Borobudur. Fokus penelitian mencakup dua aspek utama, yaitu bagaimana intervensi melalui seni musik gamelan dapat meningkatkan kesejahteraan sosial lansia dan bentuk kegiatan yang dilakukan lansia dalam seni musik gamelan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan berdasarkan wawancara dengan 10 lansia yang aktif memainkan gamelan menunjukkan bahwa seni musik gamelan tidak hanya berperan sebagai warisan budaya, tetapi juga memiliki dampak terhadap kesejahteraan sosial mereka. Aktivitas memainkan gamelan ternyata dapat meningkatkan fungsi kognitif seperti ingatan dan konsentrasi, serta memberikan manfaat emosional dengan meningkatkan suasana hati dan mengurangi stres serta rasa kesepian. Selain itu, keterlibatan dalam kegiatan gamelan memperkuat rasa solidaritas dan memperluas interaksi sosial di kalangan lansia. Bentuk kegiatan seperti latihan rutin, menghafal notasi, memainkan alat musik, dan membangun hubungan sosial terbukti memberikan dampak positif terhadap kualitas hidup lansia. Peneliti menyimpulkan bahwa gamelan dapat menjadi salah satu bentuk alternatif intervensi yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan sosial lansia. Selain memberikan manfaat psikososial, keterlibatan lansia dalam seni musik gamelan juga berkontribusi terhadap pelestarian budaya lokal.

Kata Kunci: Gamelan, lansia, kesejahteraan sosial, intervensi, budaya.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji dan syukur selalu saya panjatkan kehadirat Allah SWT, yang atas rahmat dan karunia-Nya telah memungkinkan saya untuk berjuang sampai saat ini dan dapat menyelesaikan tesis saya sebagai syarat untuk lulus dari strata 2 UIN Sunan Kalijaga.

Demi terselesaiannya tesis yang telah saya perjuangkan selama ini, saya persembahkan tesis untuk Ibunda tercinta, **Titin Chumairoh**, yang telah banyak memberikan motivasi, nasihat, dan perjuangan untuk masa depan saya. Persembahan kedua saya adalah untuk Ayah saya tercinta, **Supriswandy**, yang telah memberikan banyak dukungan moril dan materil kepada saya sehingga saya dapat mencapai dan merasakan kuliah sampai sekarang. Kemudian kepada dosen pembimbing, penguji, dosen Interdisciplinary Islamic Studies Konsentrasi Pekerjaan Sosial, keluarga, dan sahabat yang selalu memberikan doa, nasihat, semangat, dan sebagainya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

“Sesibuk apa pun kamu, jangan lupa untuk sholat”

(Ibu)



KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillah, segala puji dan syukur atas kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat, taufiq, dan hidayahnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tesisnya dan diberikan kesehatan yang luar biasa tiada tandingannya. Sholawat serta salam senantiasa dihaturkan kepada baginda nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat, dan pengikutnya. Semoga kelak kita mendapatkan syafaat beliau di yaumul mahsyar.

Segala usaha yang telah peneliti berikan dalam menyelesaikan tesis ini sebagai bahan penyusunan tesis ini tidak akan terwujud tanpa rahmat Allah SWT serta bantuan dari berbagai pihak. Peneliti menyadari bahwa penelitian yang sudah peneliti lakukan ini masih memiliki banyak kekurangan, maka dari itu peneliti mengharapkan kritik yang membangun terhadap penelitian yang telah peneliti lakukan.

Dengan penuh kesadaran diri, peneliti menyadari bahwa penelitian ini tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan berbagai pihak. Untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Noorhaidi Hasan, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D. sebagai Rektor UIN Sunan Kalijaga. Dan Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A. sebagai Rektor UIN Sunan Kalijaga periode sebelumnya.
2. Prof. Dr. Moch. Nur Ichwan, S.Ag., M.A. selaku Direktur Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Dan Prof. Dr. Phil. Sahiron,

M.A sebagai Direktur periode sebelumnya Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

3. Najib Kailani, S.Fil.I., MA, Ph.D. selaku ketua Program Studi Magister Interdisciplinary Islamic Studies dan jajarannya.
4. Dr. Sri Widayanti, S.Pd. I, M.A selaku Dosen Pembimbing Tesis yang dengan sabar memberikan bimbingan kepada peneliti dari awal hingga selesaiya tesis ini.
5. Seluruh Dosen Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta khususnya pada kelas Konsentrasi Pekerjaan Sosial atas segala ilmu luar biasa yang diberikan kepada peneliti selama masa perkuliahan. Dan Staf Fakultas yang telah melayani dengan baik kebutuhan mahasiswa tentang administrasi akademik.
6. Kedua orang tuaku tercinta Titin Chumairoh dan Supriswandy yang selalu mendorong peneliti untuk menjadi manusia yang berprikemanusiaan, juga kepada adikku tercinta Maratul Qudsiyyah yang telah mendoakan peneliti.
7. Sahabat-sahabat dekat peneliti yang selalu memberikan semangat, arahan dan sindiran kepada peneliti untuk menyelesaikan tesis ini yang namanya tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu. Semoga Allah SWT selalu menyertai dan meridhoi setiap langkahmu dimanapun berada.
8. Teman-teman dari berbagai organisasi dan pekerjaan pendampingan yang pernah saya ikuti telah mengajarkan peneliti tentang pengalaman dan kehidupan yang sangat berarti bagi peneliti.

9. Teman-teman Konsentrasi Pekerjaan Sosial angkatan 2023 yang telah mendampingi selama perjalanan kuliah di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
10. Seluruh Masyarakat Desa Giripurno khususnya pada kelompok kesenian dan pemerintah desa yang telah membantu dalam melancarkan penulisan tesis ini.



Yogyakarta, 13 Januari 2025

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Faqih Muqoddam Alchudhory".

Faqih Muqoddam Alchudhory

NIM.22200012086



DAFTAR ISI

JUDUL	I
PENGESAHAN TUGAS AKHIR	I
PERNYATAAN KEASLIAN.....	II
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	III
NOTA DINAS PEMBIMBING	IV
ABSTRAK	V
HALAMAN PERSEMBAHAN	VI
MOTTO	VII
KATA PENGANTAR.....	VIII
DAFTAR ISI.....	XI
DAFTAR GAMBAR.....	XIII
DAFTAR TABEL	XIII
DAFTAR GRAFIK.....	XIII
DAFTAR DIAGRAM.....	XIII
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. LATAR BELAKANG	1
B. RUMUSAN MASALAH	7
C. TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN	7
1. Tujuan Penelitian	8
2. Manfaat Penelitian	8
D. KAJIAN PUSTAKA	8
E. LANDASAN TEORI	12
1. Kesejahteraan Sosial	12
2. Musik Sebagai Instrumen Intervensi	22
F. METODE PENELITIAN	27
1. Lokasi Penelitian	27
2. Jenis Penelitian	28
3. Subjek dan Objek Penelitian	29
4. Sumber Data	30
5. Teknik Pengumpulan Data	31
6. Analisis Data.....	33
7. Teknik Validitas Data	35
G. SISTEMATIKA PEMBAHASAN.....	36
BAB II	38
GAMBARAN UMUM DESA GIRIPURNO	38
A. SEJARAH.....	38
1. Sejarah Desa Giripurno.....	38
2. Jumlah Penduduk di Desa Giripurno	40
3. Mata Pencaharian.....	42
4. Sejarah Gamelan di Giripurno	45
5. Nama-Nama Alat Gamelan, Fungsinya, dan Jumlah Pemain.....	47

B.	MACAM-MACAM KESENIAN.....	51
1.	Kesenian Modern.....	51
2.	Kesenian Tradisional	58
C.	KELOMPOK LANSIA DI GIRIPURNO.....	66
1.	Jumlah Penduduk Lansia di Giripurno	66
2.	Mata Pencaharian Lansia.....	69
BAB III.....		73
GAMELAN SEBAGAI INSTRUMEN INTERVENSI PENINGKATAN KESEJAHTERAAN LANSIA		73
A.	INTERVENSI LANSIA MELALUI GAMELAN	73
1.	Assessment	73
2.	Perencanaan	79
3.	Pelaksanaan.....	84
4.	Evaluasi.....	91
1)	Dampak Positif	91
2)	Dampak Negatif.....	94
5.	Sustainability	99
a.	Sejarah Gamelan Turun Temurun	100
b.	Pelestarian Budaya	101
c.	Dampak Sosial dan Ekonomi	101
d.	Tantangan	102
B.	BENTUK KEGIATAN LANSIA MELALUI GAMELAN	104
1.	Memainkan Alat Musik Gamelan.....	104
2.	Menghafal dan Memainkan Notasi Musik Pelog dan Slendro	106
3.	Latihan Rutin	107
4.	Membangun Interaksi Sosial	108
5.	Pementasan Seni Gamelan.....	110
BAB IV PENUTUP		112
A.	KESIMPULAN.....	112
B.	SARAN	114
DAFTAR PUSTAKA.....		116
LAMPIRAN.....		119
DAFTAR RIWAYAT HIDUP		121

**STATE ISLAMIC UNIVERSITY
 SUNAN KALIJAGA
 YOGYAKARTA**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Peta Desa Giripurno	39
Gambar 2.2 Petani Cengkeh Sedang Memanen Cengkeh	43
Gambar 2.3 Peternakan Kambing	44
Gambar 2.4 Kesenian Topeng Kawedar Atau Ndayaan	52
Gambar 2.5 Kesenian Kubro Siswo.....	55
Gambar 2.6 Kesenian Jathilan Krido Turonggo Mudo.....	59
Gambar 2.7 Kesenian Jathilan Margo Mudo	61
Gambar 2.8 Kesenian Topeng Lenger	62
Gambar 2.9 Kesenian Karawitan	63
Gambar 2.10 Kesenian Gatoloco	64
Gambar 3.1 Musyawarah Sebelum Latihan Gatoloco	85
Gambar 3.2 Keterlibatan Lansia Dalam Mengajari Generasi Muda.....	93
Gambar 3.3 Lansia Memainkan Alat Musik Dengan Cara Dipukul.....	105
Gambar 3.4 Lansia Memainkan Alat Musik Dengan Cara Ditabuh	105
Gambar 3.5 Lansia Memainkan Alat Musik Dengan Cara Ditabuh	105
Gambar 3.6 Notasi Di Tulis Dalam Saron	107
Gambar 3.7 Lansia Memainkan Gamelan Sambil Memperhatikan Notasi	107
Gambar 3.8 Suasana Saat Latihan Gatoloco	109
Gambar 3.9 Suasana Setelah Latihan Gatoloco	109
Gambar 3.10 Para Lansia Sedang Memantaskan Kesenian Topeng Lenger	110
Gambar 3.11 Para Lansia Sedang Mementaskan Kesenian Jathilan	110
Gambar 3.12 Beberapa Lansia Ikut Menari Kesenian Jathilan.....	111

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Jumlah Penduduk Desa Giripurno	39
Tabel 3.1 Dampak Positif Musik	87

DAFTAR GRAFIK

Grafik 2.1 Jumlah Populasi Di Desa Giripurno	67
--	----

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 3.1 Mind Map Assessment.....	78
Diagram 3.2 Mind Map Planning Melalui Gamelan	83
Diagram 3.3 Mind Map Pelaksanaan.....	90
Diagram 3.4 Mind Map Evaluasi.....	99

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia (lanjut usia) merupakan kelompok usia yang jumlahnya semakin meningkat setiap tahun di Indonesia. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2020, proporsi penduduk lansia di Indonesia mencapai 9,71%, dan diprediksi akan terus meningkat hingga mencapai 28,02% pada tahun 2050.¹ Peningkatan jumlah lansia ini membawa konsekuensi pada berbagai aspek kehidupan, termasuk kesejahteraan. Dalam upaya meningkatkan kesejahteraan lansia, usia harapan hidup menjadi faktor yang sangat penting. Karena seiring dengan bertambahnya usia, lansia sering kali menghadapi tantangan kesehatan yang lebih besar. Penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi, arthritis, dan penyakit jantung menjadi lebih umum pada usia lanjut. Ketersediaan layanan kesehatan yang terjangkau dan berkualitas menjadi sangat penting untuk memastikan kesejahteraan fisik mereka. Selain itu, penting juga untuk meningkatkan kesadaran akan gaya hidup sehat dan pencegahan penyakit di kalangan lansia, agar mereka dapat menjalani kehidupan yang lebih panjang dan berkualitas.

Disisi lain tidak hanya dari segi kesehatan fisik, tetapi juga dari segi non fisik seperti kesejahteraan sosial dan psikologis, lansia sering kali membutuhkan

¹ “Proporsi Penduduk Lansia”, <https://dataindonesia.id/varia/detail/proporsi-penduduk-lansia-ri-diperkirakan-terus-naik-hingga-2045>, diakses pada tanggal 20 juni 2024.

dukungan. Banyak dari mereka mengalami isolasi sosial dan kesepian karena faktor-faktor seperti kehilangan pasangan hidup, pensiun, atau perubahan dalam mobilitas fisik.² Faktor non fisik seperti kesepian menjadi permasalahan yang umum dihadapi oleh para lansia. Kesepian pada lansia dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan fisik, seperti meningkatkan risiko depresi, kecemasan, bahkan gangguan kognitif. Di Indonesia, ada upaya yang dilakukan masyarakat untuk membantu lansia mengatasi rasa kesepian, di antaranya melalui peran keluarga, agama, dan kesenian tradisional.³

Keluarga memiliki peran penting dalam menjaga kualitas hidup lansia. Dukungan dari anak, cucu, atau anggota keluarga lainnya memberikan rasa nyaman dan mencegah timbulnya rasa terisolasi. Sebagai contoh, seorang nenek berusia 70 tahun yang tinggal bersama anak dan cucunya merasa lebih dihargai dan terlibat dalam kegiatan keluarga.⁴ Agama memiliki pengaruh yang kuat terhadap kesejahteraan psikologis lansia. Bagi banyak lansia, agama menjadi sumber ketenangan dan harapan. Sebagai contoh temuan penelitian dari Rahmawati Madanah bahwa keagamaan lansia memiliki pengaruh yang signifikan ketika diuji secara simultan atau bersamaan dengan variabel lain dengan angka

² Haidah, Nadia Nur, and Rusni Masnina. "Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Tingkat Kemandirian Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda 2019." *Borneo Studies and Research* 2.3 (2021): 1599-1605.

³ Susilowati, Tri, Eska Dwi Prajayanti, and Indarwati Indarwati. "Pemberdayaan Lansia Dalam Mengatasi Kesepian Pada Lansia di Kelurahan Bedoro, Sambungmacan, Sragen." *Jurnal Pengabdian Kesehatan* 6.4 (2023): 298-305.

⁴Fadhlia, Nurul, and Rina Puspita Sari. "Peran keluarga dalam merawat lansia dengan kualitas hidup lansia." *Adi Husada Nursing Journal* 7.2 (2022): 86-93.

11%.⁵ Kemudian, kesenian tradisional di tengah masyarakat Indonesia sudah menjadi budaya yang diturunkan turun temurun, Kesenian tradisional ada berbagai macam, termasuk musik tradisional. Adapun alat-alat yang melibatkan alunan musik seperti gamelan. Alunan dari musik tradisional dapat menjadi teman yang menenangkan bagi lansia dalam menghadapi kesepian, memberikan kehangatan melalui irama yang akrab dan menciptakan suasana hati yang damai serta perasaan terhubung dengan budaya dan lingkungan sekitarnya.

Dalam perjalannya, musik telah lama dikenal sebagai bentuk seni yang tidak hanya menghibur tetapi juga memiliki efek terapeutik pada pendengarnya. Dalam pembahasan kelompok lanjut usia (lansia), musik memainkan peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan bagi mereka. Seiring bertambahnya usia, seorang lansia seringkali menghadapi berbagai tantangan kesehatan fisik, mental, dan emosional yang dapat mempengaruhi usia harapan hidup mereka secara keseluruhan. Intervensi melalui seni musik menjadi salah satu pendekatan yang efektif untuk mengatasi beberapa permasalahan dari tantangan ini.

Beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa mendengarkan musik atau berpartisipasi dalam aktivitas musical dapat membawa berbagai manfaat bagi lansia. Menurut sebuah studi yang dilakukan oleh *National Institutes of Health* (NIH), musik dapat membantu mengurangi stres, kecemasan,

⁵ Madanah, Rahmawati. "Pengaruh Keagamaan terhadap Kepuasan Hidup Lansia di Jakarta." Khidmat Sosial: *Journal of Social Work and Social Services* 1.1 (2020): 59-68.

dan depresi di kalangan lansia. Musik juga diketahui dapat meningkatkan memori dan fungsi kognitif, hal ini menjadi sangat penting mengingat risiko penurunan kognitif dan demensia yang lebih tinggi pada populasi lansia.⁶

Sebuah studi yang dipublikasikan dalam *Journal of Music Therapy* menemukan bahwa partisipasi aktif dalam kegiatan musical, seperti bernyanyi dalam kelompok atau bermain alat musik, dapat meningkatkan rasa kebersamaan dan memperkuat ikatan sosial di antara lansia.⁷ Aktivitas ini tidak hanya memberikan hiburan tetapi juga memberikan kesempatan bagi lansia untuk berinteraksi dan membangun hubungan sosial yang positif, yang pada gilirannya dapat mengurangi perasaan kesepian dan isolasi sosial. Selain manfaat psikologis dan sosial, musik juga memiliki efek positif pada kesejahteraan fisik lansia. Misalnya, mendengarkan musik dengan tempo tertentu dapat membantu dalam rehabilitasi fisik dengan memberikan ritme yang stabil untuk latihan dan gerakan. Studi yang dilakukan oleh *University of North Dakota* menunjukkan bahwa terapi musik dapat membantu dalam pengelolaan nyeri kronis dan meningkatkan mobilitas pada lansia dengan kondisi tertentu.⁸

Musik juga sebagai salah satu bentuk seni yang paling universal, memiliki kemampuan unik untuk mempengaruhi emosi dan kesejahteraan individu. Di

⁶ Cuddy, Lola, Sylvie Belleville, and Aline Moussard, eds. *Music and the aging brain*. Academic Press, 2020.

⁷ Diaz Abraham, Verónica, Nadia Justel, and Favio Shifres. "Musical improvisation: A mixed methods study on social interactions in younger and older adults." *Nordic Journal of Music Therapy* 32.1 (2023): 48-66.

⁸ Hemmesch, Kaci, and Taylor Kunz. "The Collaboration of Music Therapy and Physical Therapy: A Case Study for Rehabilitation Treatment of a Patient with Chronic Stroke." (2020).

Indonesia musik memiliki kekayaan yang beragam, salah satunya adalah musik tradisional gamelan yang berasal dari Jawa dan Bali. Musik gamelan telah menjadi bagian penting dalam tradisi budaya dan spiritual masyarakat Indonesia, tidak hanya sebagai hiburan saja, tetapi juga sebagai media ekspresi, interaksi sosial, dan relaksasi. Di Borobudur dan wilayah sekitarnya, gamelan memiliki nilai istimewa dan sering dimainkan oleh para lansia dalam konteks ritual maupun kegiatan komunitas. Salah satu desa yang menjadi penyumbang kesenian adalah Desa Giripurno, Kecamatan Borobudur, yang juga mempunyai pemain musik gamelan lanjut usia.

Desa Giripurno merupakan salah satu desa di Kecamatan Borobudur dengan populasi lansia yang cukup signifikan. Menurut data Badan Pusat Statistik Kabupaten Magelang, sekitar 12% dari total penduduk desa adalah lansia.⁹ Dari data tersebut kelompok usia ini bisa saja menghadapi berbagai tantangan, termasuk penurunan kesehatan fisik, isolasi sosial, dan tekanan mental. Desa Giripurno berada di kawasan dataran tinggi dan lereng pegunungan. Desa ini memiliki suhu rata-rata 33°C dengan kelembapan udara 82%. Letak Desa Giripurno yang berada di lereng Pegunungan Menoreh membuat akses jalan yang ada memiliki kemiringan cukup tajam yaitu sekitar 45°-70° dengan kondisi sebagian sudah berupa cor blok dan sebagian lagi masih berbatu. Berdasarkan jumlah total penduduk, Desa Giripurno diketahui memiliki jumlah penduduk

⁹ “Kecamatan Borobudur Dalam Angka 2024”, <https://magelangkab.bps.go.id/id/publication/2024/09/26/378931bf17f8e2bbb516418c/kecamatan-borobudur-dalam-angka-2024.html>, diakses pada tanggal 11 November 2024.

berusia produktif (15-64 tahun) sebanyak 1.766 jiwa. Adapun jumlah penduduk yang berusia tidak produktif (0-14 tahun dan 65 tahun ke atas) sebanyak 849 jiwa. Desa Giripurno juga dikenal memiliki kekayaan budaya lokal yang masih lestari. Kearifan lokal ini dapat berupa tradisi, seni, nilai-nilai luhur, dan pengetahuan masyarakat setempat.¹⁰

Desa Giripurno, Kecamatan Borobudur menjadi Lokasi yang ideal untuk penelitian karena memiliki populasi lansia sekitar 12% - 20% dari total penduduk serta paguyuban kesenian di bawah pengawasan desa yang aktif melibatkan mereka. Lansia di desa ini berperan dalam mempertahankan kesenian tradisional seperti gamelan, yang tidak hanya menjaga warisan budaya tetapi juga mendukung kesejahteraan mental dan sosial mereka. Dukungan dari pemerintah desa dalam melestarikan budaya lokal memperkuat partisipasi lansia dalam kegiatan ini, sehingga desa ini menjadi tempat yang tepat untuk memahami bagaimana kesenian dapat meningkatkan kualitas hidup lansia.

Penelitian ini juga bertujuan untuk melihat seni musik gamelan sebagai instrumen intervensi peningkatan kesejahteraan lansia di Desa Giripurno. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam peningkatan kesejahteraan kaum lansia melalui seni musik tradisional. Dalam konteks kesejahteraan lansia, penerapan musik tradisional gamelan sebagai instrument intervensi memerlukan pendekatan yang terstruktur dan terencana. Hal ini

¹⁰ “Buku Pemajuan Kebudayaan Desa Giripurno” <https://eksotikadesa.id/buku-pemajuan-kebudayaan-desa-giripurno/>, diakses pada tanggal 11 November 2024.

termasuk pemilihan jenis musik yang sesuai, frekuensi dan durasi sesi musik. Dengan pendekatan yang tepat, musik dapat menjadi instrument yang sangat efektif dalam meningkatkan kesejahteraan holistik lansia, mencakup aspek fisik, mental, dan emosional. Penggunaan seni musik gamelan sebagai instrumen intervensi tidak hanya memberikan hiburan tetapi juga berkontribusi signifikan terhadap peningkatan kesejahteraan lansia di Desa Giripurno. Dengan memahami seni musik gamelan sebagai instrumen intervensi kesejahteraan kelompok lansia, maka akan diperoleh pengetahuan yang lebih mendalam mengenai bagaimana gamelan bisa menjadi instrumen intervensi lansia di Desa Giripurno kecamatan Borobudur.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana intervensi melalui seni musik gamelan dapat meningkatkan kesejahteraan sosial lansia di Desa Giripurno?
2. Apa saja bentuk kegiatan yang dilakukan lansia untuk meningkatkan kesejahteraan kelompok lansia melalui seni musik gamelan di Desa Giripurno?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan dan manfaat yang telah dirumuskan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Tujuan Penelitian

- a. Untuk mengetahui bagaimana intervensi melalui seni musik gamelan dapat meningkatkan kesejahteraan sosial lansia di Desa Giripurno kecamatan Borobudur.
- b. Mengetahui bentuk kegiatan yang dilakukan lansia untuk meningkatkan kesejahteraan melalui seni musik gamelan di Desa Giripurno kecamatan Borobudur.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi pemikiran bagi pengembangan keilmuan di interdisciplinary islamic studies konsentrasi pekerjaan sosial, para akademisi lainnya, dan sebagai referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya.

b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian yang dilakukan sebagai referensi untuk memperkaya data penelitian mengenai peningkatan kesejahteraan kelompok lansia melalui seni musik gamelan di Desa Giripurno kecamatan Borobudur.

D. Kajian Pustaka

Sebelum melakukan penelitian yang mendalam, peneliti perlu melakukan kajian terhadap hasil penelitian yang telah ada sebelumnya. Kajian ini dilakukan

untuk menemukan *research gap*. Adapun beberapa kajian dari peneliti sebelumnya adalah sebagai berikut:

"Terapi Musik: Mengoptimalkan Pengobatan Tradisional Dengan Pendekatan Holistik Pada Remaja." yang ditulis Nurul Putri Cahyani dalam *Jurnal Multidisiplin West Science* 2.06 (2023): 452-461.¹¹ Mengatakan bahwa terapi musik dan pengobatan tradisional sebagai pendekatan holistik untuk mengatasi masalah kesehatan mental pada remaja di Sukabumi, Indonesia. Penelitian tersebut membahas manfaat terapi musik, efektivitas intervensi terapi musik, integrasi terapi musik dengan pengobatan tradisional, serta implikasi untuk layanan kesehatan mental di Sukabumi. Selain itu, penelitian ini juga menyoroti pentingnya pengobatan tradisional dalam menangani berbagai kondisi kesehatan, termasuk kesehatan jiwa, dengan pendekatan holistik yang mempertimbangkan keterkaitan antara tubuh, pikiran, dan jiwa.

Pengaruh musik terhadap emosi dan kesehatan mental telah menjadi topik penelitian yang menarik perhatian dalam bidang psikologi dan neurosains. Pada penelitiannya Asima Sinta Marito yang berjudul "Pengaruh Musik Terhadap Emosi Dan Kesehatan Mental Memahami Koneksi Musikal." Circle Archive 1.4 (2024).¹² Mengatakan bahwa musik memiliki kemampuan yang kuat untuk mempengaruhi suasana hati, mengubah mood, dan bahkan memperbaiki kesehatan mental seseorang. Selain itu, mengeksplorasi aplikasi musik dalam

¹¹ Cahyani, Nurul Putri. "Terapi Musik: Mengoptimalkan Pengobatan Tradisional Dengan Pendekatan Holistik Pada Remaja." *Jurnal Multidisiplin West Science* 2.06 (2023): 452-461.

¹² Marito, Asima Sinta. "Pengaruh Musik Terhadap Emosi Dan Kesehatan Mental Memahami Koneksi Musikal." *Circle Archive* 1.4 (2024).

praktik klinis, termasuk terapi musik, sebagai alat yang efektif dalam mengelola stres, depresi, dan gangguan mental lainnya.

Keterlibatan lansia menjadi sangat penting dalam kegiatan kewarganegaraan di daerah pedesaan, dengan penekanan pada manfaat yang melibatkan lansia bagi pembangunan komunitas pedesaan. Dalam Penelitian yang dilakukan oleh Randy Stoecker, and Benny Witkovsky. yang berjudul "*Elder civic engagement and rural community development.*" *Ageing International* 48.2 (2023): 526-546.¹³ Penelitian ini dilakukan melalui wawancara mendalam dengan 40 aktivis lansia di sebagian besar daerah pedesaan di Wisconsin, Amerika Serikat, untuk menunjukkan manfaat keterlibatan mereka bagi daerah pedesaan. Mereka memiliki ketersediaan biografi, kebebasan politik dan ekonomi, serta pengalaman seumur hidup yang dapat mereka sumbangkan. Penelitian ini juga mengidentifikasi tantangan yang dihadapi oleh warga tua, seperti masalah kesehatan sesekali, kurangnya keterampilan teknologi, dan rekan sebaya yang enggan berubah.

Kegiatan seni kreatif memiliki dampak positif pada kualitas hidup lansia. Hal ini tertulis pada penelitian yang dilakukan oleh Gregory Neocleous, and Margarita Vraka-Eleftheriadou. "*The Power of Arts in Old Age: Implications for Social Workers.*" *Social Sciences* 11.10 (2022): 472.¹⁴ Meskipun sebagian kecil dari peserta terlibat dalam kegiatan seni, mayoritas peserta yang terlibat merasa

¹³ Stoecker, Randy, and Benny Witkovsky. "Elder civic engagement and rural community development." *Ageing International* 48.2 (2023): 526-546.

¹⁴ Neocleous, Gregory, and Margarita Vraka-Eleftheriadou. "The Power of Arts in Old Age: Implications for Social Workers." *Social Sciences* 11.10 (2022): 472.

bahwa keterlibatan dalam kegiatan seni memiliki efek positif pada kesehatan mental dan fisik orang tua. Hal ini menunjukkan bahwa terlibat dalam kegiatan seni dapat meningkatkan kesejahteraan lansia, meskipun banyak lansia tidak aktif terlibat dalam kegiatan seni karena berbagai alasan, seperti masalah kesehatan, masalah mobilitas, dan kurangnya jaringan sosial. Upaya untuk memperluas aksesibilitas kegiatan seni bagi lansia, terutama di daerah perkotaan dan pedesaan, dapat meningkatkan kualitas hidup mereka.

Seni musik telah terbukti menjadi instrumen intervensi yang sangat efektif dalam upaya meningkatkan kesejahteraan kelompok lansia. Melalui berbagai penelitian, ditemukan bahwa mendengarkan atau berpartisipasi dalam kegiatan musical dapat membantu mengurangi tingkat stres dan kecemasan, meningkatkan fungsi kognitif, serta memperbaiki kesehatan fisik secara keseluruhan. Selain itu, seni musik juga berperan penting dalam memperkuat ikatan sosial dan emosional di antara lansia, memberikan mereka kesempatan untuk berinteraksi dan merasa lebih terhubung dengan komunitas mereka.

Berdasarkan berbagai studi di atas banyak riset tentang musik dan kesehatan atau kesejahteraan namun belum ada yang membahas mengenai musik gamelan sebagai instrumen intervensi bagi peningkatan kesejahteraan lansia. Penelitian ini juga tidak hanya berpotensi melihat peningkatan kualitas hidup lansia, tetapi juga melestarikan warisan budaya lokal yang kaya. Sehingga diharapkan mampu untuk melihat realita dilapangan tentang tindakan pemribumian atau *indigenization intervention based gamelan* yang sudah

dilakukan sejak lama di Desa Giripurno, Kecamatan Borobudur, Kabupaten Magelang.

E. Landasan Teori

Landasan teori merupakan konsep yang disusun untuk menganalisis dan memecahkan masalah dalam sebuah penelitian.¹⁵ Dalam sebuah penelitian dialektika konsep seringkali berhadapan dengan realita di lapangan sehingga akan menghasilkan sebuah pengetahuan, kali ini kajian teori adalah sebagai berikut:

1. Kesejahteraan Sosial

a. Kesejahteraan (*Welfare*)

Konsep kesejahteraan (*well-being*) adalah keadaan atau kondisi hidup yang baik secara fisik, mental, sosial, dan emosional, serta kemampuan seseorang untuk berfungsi optimal dalam kehidupan sehari-hari.¹⁶ James Midgley memperkenalkan konsep kesejahteraan dalam konteks pembangunan sosial yang lebih luas, Dalam bukunya *Social Development: The Developmental Perspective in Social Welfare* (1995), Midgley mengembangkan gagasan tentang kesejahteraan sebagai bagian dari pembangunan sosial. Ia menekankan pentingnya kebijakan yang memberdayakan masyarakat untuk menciptakan kesejahteraan

¹⁵Sugiono, *Metode Penelitian Manajemen*, (Bandung: CV. Alfabeta, 2013), hlm. 581.

¹⁶ Pedhu, Yoseph. "Kesejahteraan psikologis dalam hidup membela." Jurnal Konseling dan Pendidikan 10.1 (2022): 65-78.

berkelanjutan.¹⁷ Dalam pandangan Midgley, kesejahteraan bukan hanya sekadar distribusi layanan sosial untuk memenuhi kebutuhan dasar, tetapi harus mendukung pembangunan yang berkelanjutan dengan memperhatikan aspek ekonomi, sosial, dan institusional secara tepat.

Pada visi misi Pemerintah Daerah Istimewa Yogyakarta tertulis "hidup," "kehidupan," dan "penghidupan" yang berkeadilan dan berkeadaban. Hal ini menjadi menarik karena hidup mencakup kebutuhan fisik yang memungkinkan individu berfungsi dan hidup sehat. Kehidupan merujuk pada kualitas sosial dan psikologis yang membuat individu merasa terpenuhi, sementara penghidupan mencakup akses ekonomi dan kesempatan yang memungkinkan stabilitas dan daya tahan dalam menghadapi tantangan.¹⁸

Dalam pandangan ini, kesejahteraan yang ideal adalah yang mampu meningkatkan kualitas hidup dengan menyediakan layanan dasar sekaligus menciptakan peluang ekonomi yang memungkinkan individu mencapai stabilitas dan kebebasan ekonomi. Kesejahteraan seharusnya juga mencakup investasi dalam masyarakat dan pembangunan ekonomi, sehingga individu memiliki kapasitas untuk menciptakan penghidupan yang baik, mengurangi kemiskinan, dan meningkatkan kualitas hidup secara menyeluruh.

¹⁷ Midgley, James. "Social development: The developmental perspective in social welfare." (1995): 1-208.

¹⁸ Visi dan Misi Daerah Istimewa Yogyakarta, <https://jogjaprov.go.id/profil/visi-misi>, diakses pada tanggal 20 November 2024.

b. Tahapan Intervensi dan Kesejahteraan Lansia

1) Tahapan Intervensi

Dalam pekerjaan sosial, intervensi merupakan inti dari upaya untuk membantu individu, keluarga, dan komunitas (*Mikro, Mezzo, Makro*) mengatasi permasalahan sosial yang mereka hadapi. Salah satu teori yang paling relevan dan sering digunakan dalam praktik adalah *Problem-Solving Model* yang dikembangkan oleh Helen Harris Perlman. Model ini menawarkan pendekatan sistematis yang berfokus pada penyelesaian masalah secara kolaboratif, memberdayakan klien untuk menjadi bagian aktif dalam proses perubahan.

Helen Harris Perlman berargumen bahwa manusia secara alami adalah pemecah masalah (*problem-solving beings*) yang memiliki kapasitas untuk menghadapi tantangan dengan dukungan dan panduan yang tepat. Pendekatan ini tidak hanya membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi klien tetapi juga memperkuat kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan serupa di masa depan. Pendekatan *problem-solving* sangat penting karena memberikan struktur yang jelas, memungkinkan pekerja sosial untuk mengidentifikasi langkah-langkah strategis dalam proses intervensi.

Problem-Solving Model terdiri dari empat tahap utama, yaitu *assessment, planning, implementation, dan evaluation*.¹⁹ Tahapan ini membentuk kerangka kerja yang fleksibel namun terstruktur, memungkinkan pekerja sosial untuk merespons kebutuhan klien secara individual dan spesifik.

Tahap pertama, *assessment*, adalah proses memahami situasi klien melalui pengumpulan data yang relevan. Pada tahap ini, pekerja sosial mengidentifikasi masalah utama, memahami konteks sosial, dan menggali kekuatan serta sumber daya yang dimiliki klien. Assessment tidak hanya berfokus pada kelemahan tetapi juga pada potensi klien, sehingga intervensi yang dirancang dapat menjadi lebih efektif.

Sebagai contoh, seorang lansia yang mengalami isolasi sosial dapat menunjukkan kebutuhan akan hubungan interpersonal, tetapi juga memiliki kekuatan berupa pengalaman hidup yang kaya untuk dibagikan.

Tahap kedua, *planning*, tahap ini melibatkan penyusunan rencana intervensi berdasarkan hasil *assessment*. Rencana ini biasanya dirancang secara kolaboratif dengan klien, memastikan bahwa tujuan dan langkah-langkahnya sesuai dengan kebutuhan serta kemampuan klien. Pendekatan berbasis partisipasi ini menekankan pentingnya

¹⁹ Perlman, H. H. (1957). *Social Casework: A Problem-Solving Process*. University of Chicago Press.

memberdayakan klien dalam proses pengambilan keputusan. Dalam kasus lansia yang mengalami isolasi sosial, rencana intervensi dapat mencakup partisipasi dalam kegiatan komunitas lokal atau pelibatan dalam kelompok sosial berbasis hobi.

Tahap ketiga, *implementation*, adalah pelaksanaan rencana yang telah disusun. Pada tahap ini, pekerja sosial berperan sebagai fasilitator yang mendukung klien dalam menjalankan langkah-langkah yang telah disepakati. Pendampingan yang dilakukan oleh pekerja sosial bertujuan untuk mengatasi hambatan yang mungkin muncul selama proses berlangsung. Misalnya, jika seorang lansia merasa enggan menghadiri kegiatan komunitas, pekerja sosial dapat memberikan dorongan emosional atau menyediakan akses transportasi.

Tahap terakhir, *evaluation*, berfungsi untuk menilai efektivitas intervensi yang telah dilaksanakan. Pekerja sosial dan klien bersama-sama mengevaluasi apakah tujuan yang ditetapkan telah tercapai dan mengidentifikasi aspek-aspek yang masih perlu ditingkatkan. Evaluasi juga membantu pekerja sosial untuk memahami dampak intervensi dalam jangka panjang serta memberikan peluang untuk menyempurnakan rencana yang ada.

Problem-Solving Model secara umum menjadi landasan yang kuat dalam intervensi pekerjaan sosial karena menawarkan pendekatan yang praktis, terstruktur, dan berbasis empati. Model ini menempatkan

klien sebagai pusat dari proses intervensi, memperkuat peran mereka sebagai aktor utama dalam pencapaian kesejahteraan. Keunggulan dari pendekatan ini adalah fleksibilitasnya untuk diterapkan dalam berbagai konteks, baik mikro, mezzo dan makro.

2) *Indigenization Sosial Work*

Indigenization (Pemribumian) dalam pekerjaan sosial merujuk pada upaya untuk menyesuaikan teori, praktik, dan metode intervensi sosial dengan nilai-nilai budaya serta realitas lokal di mana intervensi tersebut diterapkan. Pendekatan ini lahir sebagai kritik terhadap dominasi paradigma pekerjaan sosial yang berasal dari negara-negara Barat, yang sering kali tidak relevan dengan konteks sosial dan budaya masyarakat di belahan dunia lain.²⁰ Dalam praktiknya, *indigenization* berusaha untuk menempatkan kearifan lokal sebagai landasan utama dalam proses pemberdayaan, penyelesaian masalah sosial, serta perancangan kebijakan kesejahteraan.

Secara teoretis, konsep *indigenization* dalam pekerjaan sosial dapat dikaitkan dengan teori konstruktivisme sosial, yang menekankan bahwa realitas sosial terbentuk melalui interaksi sosial dan struktur budaya di mana individu berada.²¹ Temuan dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa pendekatan *indigenization* dalam intervensi

²⁰ Berger, Peter, and Thomas Luckmann. "The social construction of reality." *Social theory re-wired*. Routledge, 2016. 110-122.

²¹ Midgley, James. *Professional imperialism: Social work in the third world*. Vol. 16. London: Heinemann, 1981.

pekerjaan sosial memberikan dampak yang lebih berkelanjutan dibandingkan dengan pendekatan *universal* yang mengabaikan konteks lokal. Salah satu temuan penting adalah meningkatnya efektivitas program sosial ketika pendekatan yang digunakan berbasis nilai-nilai dan praktik tradisional. Misalnya, dalam beberapa komunitas adat di Indonesia, pendekatan berbasis musyawarah dan gotong royong terbukti lebih efektif dalam menyelesaikan konflik sosial dibandingkan dengan metode mediasi yang bersifat individualis. Hal ini menunjukkan bahwa strategi intervensi yang berbasis pada struktur sosial komunitas lebih mudah diterima dan dijalankan secara berkelanjutan oleh masyarakat. Selain itu, penggunaan metode intervensi yang berbasis budaya lokal dapat meningkatkan partisipasi dan keterlibatan masyarakat.

Meskipun pendekatan *indigenization* menawarkan banyak manfaat, penerapannya juga menghadapi tantangan, terutama dalam hal keseimbangan antara pengetahuan lokal dan standar akademik dalam pekerjaan sosial. Salah satu tantangan terbesar adalah bagaimana mengadaptasi pendekatan lokal tanpa mengabaikan prinsip-prinsip hak asasi manusia dan etika profesional. Beberapa praktik tradisional, dapat bertentangan dengan nilai-nilai *universal* tentang kesetaraan dan keadilan sosial. *Indigenization* dalam pekerjaan sosial bukan hanya sekadar adaptasi teknis, tetapi juga

refleksi dari pendekatan yang lebih humanis dalam memahami dan menangani permasalahan sosial. Intervensi yang berbasis pada realitas lokal tidak hanya memberikan solusi yang lebih kontekstual, tetapi juga memberdayakan masyarakat untuk menjadi aktor utama dalam proses perubahan sosial.

3) Kesejahteraan Lansia

Kesejahteraan lansia memperhatikan berbagai faktor yang mempengaruhi kualitas hidup mereka di masa tua. Salah satu tokoh penting dalam teori ini adalah Robert Havighurst, yang mencetuskan teori "*Activities Theory*" yang berpengaruh besar dalam memahami kesejahteraan lansia. Robert Havighurst mengusulkan bahwa lansia perlu tetap aktif dan terlibat dalam berbagai kegiatan sosial dan produktif agar dapat menjaga kesejahteraan mereka sepanjang masa tua. Menurutnya, terlibat dalam kegiatan-kegiatan yang bermakna dapat membantu lansia mempertahankan rasa harga diri, merasa berguna, dan menjaga kesehatan fisik serta kognitif mereka.²²

Teori "*Activities Theory*" Havighurst menekankan bahwa aktivitas fisik, sosial, dan mental merupakan kunci untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Hal ini dapat meliputi berbagai jenis kegiatan, mulai dari kegiatan olahraga ringan, seni dan kerajinan tangan,

²²Havighurst, R. J. (1961). *The social and psychological aspects of aging*. New York: Longmans, Green.

kegiatan sukarela di masyarakat, hingga menjaga hubungan sosial dengan keluarga, teman, dan tetangga.

Dengan tetap aktif dan terlibat dalam kegiatan yang bermakna, lansia dapat merasa lebih bahagia, bersemangat, dan merasa memiliki tujuan dalam hidup mereka. Aktivitas-aktivitas ini juga dapat membantu mengurangi risiko terjadinya isolasi sosial, kesepian, dan masalah kesehatan mental seperti depresi. Kontribusi Havighurst dalam menyoroti pentingnya aktivitas sosial dan produktif bagi kesejahteraan lansia telah menjadi pijakan penting dalam pengembangan program-program intervensi dan kebijakan yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia di berbagai negara.

Dalam pendekatan Intervensi pendekatan personal adalah metode dalam memahami perilaku individu berdasarkan faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi perilaku dan hubungan antar individu.

Pendekatan ini melihat bagaimana faktor internal seperti pemikiran dan emosi, serta faktor eksternal seperti hubungan sosial, berperan dalam membentuk perilaku.²³

²³ Moesarofah, Moesarofah. "Psikodinamika Memaaafkan Dalam Hubungan Interpersonal." Jurnal Konseling Pendidikan Islam 3.1 Januari (2022): 288-295.

a. Intrapsikis

Pendekatan intrapsikis berfokus pada aspek internal individu, termasuk proses mental, emosi, dan motivasi yang ada di dalam diri seseorang. Ini mencakup analisis pikiran, perasaan, dan konflik batin yang dapat mempengaruhi perilaku. Teori psikodinamik oleh Sigmund Freud adalah salah satu contoh dari pendekatan ini, di mana konflik internal antara dorongan insting, kesadaran moral, dan realitas memainkan peran penting dalam membentuk kepribadian dan perilaku. Pendekatan intrapsikis membantu memahami bagaimana pengalaman masa lalu, seperti trauma atau konflik emosional, dapat menciptakan pola pikir dan

respons tertentu pada individu²⁴

b. Interpersonal

Pendekatan interpersonal menekankan pada hubungan individu dengan orang lain dan pengaruh interaksi sosial dalam membentuk perilaku dan kepribadian. Pendekatan ini melihat bagaimana individu berkomunikasi, membangun, dan mempertahankan hubungan dengan orang lain. Teori interpersonal dari Harry Stack Sullivan menyatakan bahwa kebutuhan untuk berhubungan dengan orang lain adalah fundamental, dan

²⁴ Susanto, M. Budi, et al. "Psycodinamic Approach." Journal Of Management And Social Sciences 1.3 (2023): 137-153.

hubungan interpersonal inilah yang memainkan peran utama dalam pembentukan konsep diri seseorang. Pendekatan ini juga berfokus pada aspek seperti dukungan sosial, konflik interpersonal, dan pola komunikasi, serta bagaimana elemen-elemen ini mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu.²⁵

Kedua pendekatan ini saling melengkapi, pendekatan intrapsikis menjelaskan faktor internal, seperti konflik atau trauma yang mungkin tersembunyi, sementara pendekatan interpersonal melihat bagaimana lingkungan sosial dan dukungan emosional dapat mempengaruhi kesehatan mental dan perilaku seseorang.

2. Musik Sebagai Instrumen Intervensi

Lebih dari sekadar hiburan, musik memiliki kekuatan yang luar biasa untuk mempengaruhi suasana hati, merangsang ingatan, bahkan memperbaiki kondisi kesehatan fisik dan mental. Dalam berbagai konteks, musik digunakan sebagai Instrumen intervensi untuk mendukung kesejahteraan individu maupun kelompok.

a. Teori Terapi Musik

Terapi Musik menjelaskan bagaimana musik dapat digunakan secara terapeutik untuk mencapai berbagai tujuan kesehatan fisik, emosional, kognitif, dan sosial. Terapi musik memanfaatkan aktivitas musical seperti

²⁵ Windiyarti, Dara. "Kepribadian Tokoh Utama Dalam Novel Tanah Surga Merah Karya Arafat Nur (*Personality Of The Main Characters In Novel Tanah Surga Merah By Arafat Nur*)."

mendengarkan musik, bernyanyi, bermain alat musik, dan menulis lagu, yang dipandu oleh terapis musik profesional. Penggunaan musik sebagai alat penyembuhan telah ada sejak ribuan tahun lalu, namun terapi musik sebagai disiplin ilmiah mulai berkembang pada awal abad ke-20 dan mendapatkan pengakuan resmi setelah Perang Dunia II. Musik digunakan dalam rehabilitasi tentara yang mengalami trauma fisik dan psikologis, yang kemudian membuktikan efektivitasnya dalam berbagai konteks terapeutik.²⁶

Ada banyak jenis teori dalam terapi musik, peneliti disini akan memfokuskan pada Teori Stimulasi Sensorik dalam terapi musik yang nantinya bisa menjelaskan bahwa musik bertindak sebagai stimulus eksternal yang mempengaruhi sistem saraf manusia, baik secara fisiologis maupun psikologis. Musik, melalui elemen-elemen seperti ritme, melodi, dan harmoni, merangsang sistem saraf pusat, menghasilkan respons yang terlihat pada aktivitas otak, detak jantung, pola pernapasan, serta pengaturan emosi.²⁷ Prinsip dasar terapi musik ini mencakup respon emosional terhadap musik, di mana musik mampu membangkitkan berbagai emosi dan membantu individu mengelola perasaan mereka. Stimulasi sensorik yang diberikan musik merangsang otak dan sistem saraf, mempengaruhi fungsi kognitif dan motorik. Musik juga mendukung

²⁶ History of Music Therapy, <https://www.musictherapy.org/about/history/>, diakses pada tanggal 20 November 2024.

²⁷ Thaut, M. H. (2005). *Rhythm, Music, and the Brain: Scientific Foundations and Clinical Applications*.

interaksi sosial melalui aktivitas musical kelompok yang dimainkan secara bersamaan, sehingga memperkuat ikatan sosial dan keterlibatan komunitas kesenian. Selain itu, musik memberikan sarana bagi individu untuk mengekspresikan diri, terutama bagi mereka yang kesulitan mengungkapkan perasaan melalui kata-kata.

Manfaat terapi musik bagi lansia cukup banyak. Secara emosional, musik dapat membantu mengurangi gejala depresi, kecemasan, dan stres. Dari segi kognitif, aktivitas musical dapat meningkatkan fungsi memori, perhatian, dan kemampuan berpikir lainnya.²⁸ Musik juga dapat digunakan dalam program rehabilitasi fisik untuk meningkatkan mobilitas dan koordinasi motorik. Terapi musik kelompok membantu mengurangi isolasi sosial dan meningkatkan interaksi sosial di antara lansia. Metode terapi musik meliputi mendengarkan musik untuk mempengaruhi suasana hati dan kondisi mental, aktivitas bermusik aktif yang melibatkan klien dalam bernyanyi, bermain alat musik, atau menulis lagu, improvisasi musik yang menciptakan musik spontan untuk eksplorasi emosional dan kreativitas, analisis lirik untuk membahas perasaan dan pengalaman klien, serta rekreasi musik untuk menghidupkan kembali pengalaman musical yang positif.

²⁸ Cuddy, Lola, Sylvie Belleville, and Aline Moussard, eds. *Music and the aging brain*. Academic Press, 2020.

b. Musik Tradisional Gamelan

Gamelan merupakan salah satu bentuk musik tradisional yang berkembang di Indonesia, khususnya di Bali dan Jawa. Gamelan juga memiliki peran penting dalam pendekatan kultural, menolak stereotipe, dan alternatif kultural. Sebagai elemen budaya yang kaya dan mendalam, gamelan tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai ekspresi identitas sosial dan spiritual yang dapat memperkuat ikatan suatu kelompok. Dalam pendekatan kultural, gamelan mencerminkan nilai-nilai budaya yang mendalam dan menjadi cara untuk memahami kehidupan masyarakat. Di dalam setiap alunan instrumen, baik itu gong, atau kendang, gamelan mengandung pesan tentang harmoni sosial, kedamaian, dan keseimbangan alam yang merupakan bagian dari filosofi hidup masyarakat tradisional.

Sebagai bagian dari pendekatan kultural, gamelan juga berfungsi untuk memperkenalkan dan melestarikan identitas budaya dalam masyarakat yang semakin terpengaruh oleh globalisasi. Teori kultural yang dijelaskan oleh Clifford Geertz dalam "*The Interpretation of Cultures*" (1973) menyatakan bahwa budaya berfungsi sebagai simbol yang memberi makna terhadap kehidupan sosial. Gamelan, dalam hal ini, bukan hanya sebagai musik tetapi juga sebagai simbol dari suatu komunitas yang memiliki sejarah panjang, bahasa simbolik, dan cara hidup yang khas. Melalui pertunjukan gamelan, masyarakat dapat

merayakan dan memperkuat nilai-nilai budaya mereka, serta menjelaskan cara mereka memandang dunia melalui simbol-simbol yang ada dalam komposisi musik.²⁹

Selain itu, gamelan juga berperan dalam menanggapi dan menolak stereotip yang sering menganggap musik tradisional sebagai sesuatu yang kuno atau tidak relevan di dunia modern. Sering kali, budaya tradisional, termasuk gamelan, dilihat sebagai sesuatu yang terbatas pada konteks ritual atau hanya untuk wisatawan. Padahal, gamelan memiliki kompleksitas yang mendalam baik dari segi teknik maupun nilai filosofis yang diusungnya. Gamelan tidak hanya dipertunjukkan di panggung tetapi juga menjadi bagian dari pendidikan, kolaborasi seni modern, dan eksperimen musik yang melibatkan berbagai elemen global. Sehingga gamelan menantang pandangan stereotipikal yang menganggapnya sebagai sesuatu yang terbelakang atau tidak mengikuti perkembangan zaman. Namun, gamelan menunjukkan bahwa tradisi bisa beradaptasi dengan dunia modern tanpa kehilangan esensi dan kedalamannya.

Gamelan memberikan ruang bagi ekspresi budaya yang berbeda dari arus utama budaya *pop global* yang dominan. Dalam dunia yang cenderung mengedepankan kemudahan dan *instant gratification*, gamelan hadir sebagai bentuk seni yang lebih mendalam dan penuh makna. Melalui instrumen yang rumit dan interaksi sosial yang terjadi selama pertunjukan,

²⁹ Geertz, Clifford. *The interpretation of cultures*. Basic books, 2017.

gamelan mengajak pendengarnya untuk memahami dan merasakan kedalaman emosi, sejarah, dan filosofi yang terkandung dalam setiap nada dan ritme. Sebagai *counter culture*, gamelan menyediakan alternatif untuk kehidupan yang sering kali terfokus pada materi dan konsumerisme. Hal tersebut menunjukkan bahwa gamelan lebih dari sekadar seni pertunjukan, ia adalah medium yang menghubungkan masyarakat dengan tradisi yang telah berlangsung selama berabad-abad.

F. Metode Penelitian

Metode penelitian menjadi pendekatan sistematis yang digunakan untuk mengumpulkan, menganalisis, dan menginterpretasikan data, menjawab pertanyaan penelitian atau menguji hipotesis. Metode ini juga sebagai kerangka kerja yang memastikan proses penelitian berjalan secara terstruktur dan dapat dipertanggungjawabkan, sehingga hasil yang diperoleh valid, reliabel, dan dapat diandalkan. Sehingga menjadi dialektika untuk mengetahui suatu pengetahuan atau menghasilkan pengetahuan baru dalam sebuah penelitian.

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Desa Giripurno Kecamatan Borobudur. Alasan peneliti memilih lokasi tersebut dikarenakan Desa Giripurno, Kecamatan Borobudur, merupakan lokasi yang sangat potensial untuk penelitian karena memiliki populasi lansia yang signifikan serta keberadaan paguyuban kesenian yang dikelola secara aktif oleh pemerintah desa. Lansia di desa ini

berperan penting dalam melestarikan kesenian tradisional, seperti gamelan, yang tidak hanya menjaga warisan budaya tetapi juga memberikan manfaat bagi kesejahteraan mental dan sosial mereka. Dukungan pemerintah desa dalam mempertahankan budaya lokal semakin memperkuat keterlibatan para lansia dalam berbagai aktivitas kesenian, menjadikan Desa Giripurno sebagai tempat ideal untuk memahami bagaimana kesenian dapat berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup lansia.

Selain itu, masyarakat Desa Giripurno masih mempertahankan berbagai kesenian tradisional yang tersebar di enam dusunnya, di mana masing-masing dusun memiliki kelompok kesenian sendiri, dan beberapa bahkan memiliki lebih dari satu kelompok. Sebagai contoh, Dusun Miriombo Wetan memiliki tiga kelompok kesenian, yaitu gatholoco, jathilan, dan ande-ande lumut, sementara Dusun Miriombo Kulon memiliki kesenian jathilan, ketoprak, dan lengger. Di dusun lain, terdapat kelompok kesenian topeng ireng di Dusun Gayam, kubro siswo di Dusun Parakan, serta rebana di Dusun Jombor. Menariknya, sebagian dari kelompok kesenian ini juga melibatkan para lansia sebagai pelaku aktif, menunjukkan peran mereka yang penting dalam menjaga keberlanjutan budaya sekaligus meningkatkan interaksi sosial.

2. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang peneliti lakukan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif (*Field Research*) dengan menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Menurut Lexy J. Moleong metode kualitatif adalah suatu

metode penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati.³⁰ Dalam penelitian ini, peneliti mengungkapkan secara mendalam mengenai kesejahteraan lansia melalui seni musik tradisional di Desa Giripurno kecamatan Borobudur. Penelitian ini akan memberikan dialektika dari satu teori dengan realita di lapangan, sehingga peneliti akan menggunakan hasil data, temuan di lapangan baik lisan maupun tulisan, lalu dikaji, dideskripsikan dan menjadi sebuah pengetahuan.

Dengan menggunakan pendekatan kualitatif yang bersifat induktif, peneliti lebih mudah mendapatkan banyak data pada kegiatan meningkatkan kesejahteraan kelompok lansia melalui seni musik tradisional di Desa Giripurno kecamatan Borobudur. Adapun data yang dikumpulkan yaitu mengenai apa saja yang dilakukan dalam upaya meningkatkan kesejahteraan kelompok lansia melalui seni musik tradisional dan bagaimana hasilnya.

3. Subjek dan Objek Penelitian

Subjek penelitian adalah orang-orang yang menjadi sumber informasi yang dapat memberikan data sesuai dengan masalah yang diteliti.³¹ Berdasarkan kriteria ini, subjek penelitian dalam studi ini mencakup lebih dari 10 lansia yang aktif memainkan alat musik tradisional sebagai pelaku utama dalam upaya peningkatan kesejahteraan kelompok lansia. Selain itu,

³⁰Husain Usman dan Purnomo Setiady Akbar, *Metodologi Penelitian Sosial*, cet. 4, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2003), hlm. 53.

³¹Tatang M Amirin, *Menyusun Rencana Penelitian*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1988), hlm. 135.

penelitian ini juga melibatkan pengurus desa yang berperan dalam pengelolaan dan pelestarian kesenian tradisional, serta anggota masyarakat sekitar yang terlibat atau memiliki pengaruh dalam kegiatan tersebut. Teknik pemilihan subjek dilakukan menggunakan metode purposive sampling, yaitu memilih informan secara sengaja berdasarkan karakteristik tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian, seperti keterlibatan langsung dalam kegiatan kesenian dan kontribusi mereka terhadap dinamika sosial dan budaya di Desa Giripurno.

Objek penelitian merujuk pada fokus utama yang menjadi pusat kajian dalam sebuah penelitian. Dalam penelitian ini, objek yang akan dikaji adalah upaya peningkatan kesejahteraan kelompok lansia melalui seni musik tradisional, termasuk bentuk-bentuk aktivitas seni yang dilakukan di Desa Giripurno untuk mendukung kesejahteraan fisik, mental, dan sosial para lansia.

4. Sumber Data

Sumber data yang akan digunakan dalam penelitian ini sangat penting untuk menjelaskan suatu penelitian. Sehingga peneliti menggunakan:

a. Data Primer

Yang merupakan data utama diperoleh secara langsung dari responden berupa catatan tertulis hasil wawancara serta dokumentasi dari pihak bersangkutan di pemerintahan Desa Giripurno, Pokdarwis, dan

lansia yang terlibat secara langsung, serta foto kegiatan yang sedang dilakukan pemerintah desa, dan pokdarwis.

b. Data Sekunder

Yaitu data yang diperoleh dari sumber-sumber tertulis seperti di dalam jurnal, *website* milik pemerintah desa, kemendikbud dan lain sebagainya, *Instagram* milik pemerintah desa, pokdarwis atau artikel-artikel yang berada di internet seperti Kompas.com, Radar Jogja, dan artikel dari yang berkaitan tentang peningkatan kesejahteraan kelompok lansia melalui seni musik tradisional di Desa Giripurno kecamatan Borobudur.

5. Teknik Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data terdapat tiga cara atau teknik yang peneliti gunakan untuk mengumpulkan data di lapangan. Teknik pengumpulan data ini menjadi acuan sebagai tahapan yang paling strategis dalam penelitian.³² Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara wawancara, observasi, dan dokumentasi.

a. Wawancara

Wawancara adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan informan, baik menggunakan pedoman ataupun

³² Prof. Dr. Lexy J. Moleong, M.A, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2018), hlm. 224.

tidak. Wawancara yang mendalam akan membutuhkan waktu yang cukup lama dalam berinteraksi antara pewawancara dengan informan.³³ Dalam melakukan wawancara yang mendalam menuntut peneliti untuk bertanya sebanyak-banyaknya. Serta, hubungan antara peneliti dengan informan dibuat untuk menjadi akrab, sehingga menciptakan hasil wawancara yang sesuai dengan capaian yang dibutuhkan dalam penelitian. Wawancara yang dilakukan peneliti antara lain yaitu Kepala Desa Giripurno, ketua Pokdarwis dan pemuda, kelompok lansia, dan masyarakat yang tinggal di Desa tersebut.

b. Observasi

Menurut Burhan, Observasi adalah suatu kegiatan keseharian manusia dengan menggunakan panca indra mata sebagai alat bantu utamanya serta dibantu panca indra lainnya. Dapat disimpulkan bahwa kegiatan observasi adalah suatu kegiatan dalam mengumpulkan data yang digunakan untuk menghimpun data penelitian melalui pengamatan dan penginderaan.³⁴ Dalam penelitian yang peneliti lakukan menggunakan observasi partisipan. Dimana, peneliti ikut terlibat dalam kegiatan pengembangan yang dilakukan. Seperti kegiatan pameran dan pementasan seni, kegiatan peningkatan kesejahteraan kelompok lansia melalui kebudayaan sehari-hari dan lain sebagainya.

³³Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif: Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, Dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Kencana Media Grup, 2008), hlm. 108.

³⁴*Ibid.*, hlm. 27.

c. Dokumentasi

Dokumentasi dilakukan secara bersamaan pada sesi wawancara dan observasi ke lapangan, peneliti juga mencari dokumen yang terkait dengan penelitian. Dokumen yaitu bahan tertulis maupun film yang berbeda dengan record dan tidak dipersiapkan karena adanya permintaan seorang penyidik.³⁵ Metode ini bisa berbentuk tulisan, gambar, karya-karya monumental dari seseorang, tape, serta yang lainnya. Dalam pengambilan sampel peneliti mengambil melalui dokumentasi pribadi berupa foto, video dan suara, *Website* milik pemerintah Desa Giripurno dan *Instagram* milik Pemerintah Desa, Pokdarwis, dan pemuda Desa Giripurno.

6. Analisis Data

Analisis data merupakan suatu proses pengolahan, penyajian, interpretasi dan analisis data yang diperoleh dari lapangan. Yang bertujuan agar data yang disampaikan mempunyai makna sehingga para pembaca dapat mengetahui hasil penelitian yang peneliti lakukan. Disini peneliti menggunakan analisis data serta informasi yang sudah diperoleh dengan metode deskriptif dan pendekatan kualitatif model Miles dan Huberman sebagaimana yang dikemukakan oleh Sugiyono yang terdiri sebagai berikut:³⁶

³⁵Prof. Dr. Lexy J. Moleong, M.A, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2018), hlm. 216

³⁶Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2008). hlm, 337.

a. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Pada tahap ini, informasi dikelola untuk menelaah keseluruhan data dari catatan lapangan. Telaah ini dilakukan untuk merangkum, dan menemukan hal-hal pokok atau penting pada objek yang diteliti. Mereduksi data berarti merangkum hal-hal penting dan membuang hal yang tidak perlu, sehingga data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti dalam melakukan pengumpulan data selanjutnya.

b. Penyajian Data (*Data Display*)

Kemudian langkah selanjutnya yaitu melakukan penyajian data. Pada tahap ini dilakukan penyajian data secara sistematis, terorganisasi, tersusun dalam pola hubungan sehingga lebih mudah dipahami, penyajian data berupa bentuk teks dan bersifat naratif.

c. Verifikasi (*Conclusion*)

Verifikasi dilakukan untuk menarik kesimpulan di data yang telah diperoleh dari pra survei, catatan lapangan, wawancara, dan dokumentasi. Kesimpulan dalam penelitian diharapkan dapat menjawab rumusan masalah penelitian. Kesimpulan yang sudah diperoleh dapat bersifat sementara selama proses pengumpulan data masih berlangsung. Sehingga perlu adanya pengkajian data secara berulang-ulang agar mendapat kesimpulan yang tepat.

7. Teknik Validitas Data

Untuk memastikan kevalidan data dan reliabilitasnya dapat dilakukan dengan menggunakan teknik validitas data triangulasi. Teknis triangulasi sendiri menggunakan efektivitas proses serta hasil yang diinginkan. Triangulasi dapat dilakukan dengan diujinya proses dan hasil metode apakah sudah berjalan dengan baik.³⁷ Adapun yang peneliti gunakan adalah triangulasi dengan sumber data dan dengan metode.

a. Triangulasi Dengan Sumber Data

Triangulasi dengan metode ini dilakukan dengan membandingkan dan mengecek kevalidan informasi melalui waktu dan cara yang berbeda yaitu dilakukan dengan:

- 1) Membandingkan data dengan hasil wawancara
- 2) Membandingkan apa yang dikatakan orang didepan umum dengan apa yang dikatakan secara pribadi
- 3) Membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendaapat dan pandangan orang lain
- 4) Membandingkan hasil wawancara dengan isi suatu dokumen

b. Triangulasi Dengan Metode

Triangulasi dengan teknik metode dilakukan untuk pengecekan terhadap penggunaan metode interview sama dengan metode observasi

³⁷Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif: Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, Dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Kencana Media Grup, 2008), hlm. 225.

atau apakah hasil observasi sesuai dengan informasi yang diberikan ketika interview. Untuk itu, metode triangulasi dapat dikatakan cara untuk membandingkan informasi atau data yang berbeda yaitu:

- 1) Pengecekan derajat kepercayaan penemuan hasil penelitian dengan beberapa teknik pengumpulan data
- 2) Pengecekan derajat kepercayaan beberapa sumber data dengan metode yang sama.³⁸

G. Sistematika Pembahasan

Untuk memudahkan pembahasan dari penulisan, peneliti membagi sistematika pembahasan menjadi 4 bab.

Bab pertama, yakni pendahuluan yang mencakup penegasan judul, latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, kerangka teori, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

Bab kedua, bab ini meliputi gambaran umum mengenai Sejarah Desa Giripurno, letak gografis, jumlah penduduk, kelompok kesenian, dan jumlah lansia.

Bab ketiga, berisi pembahasan dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan di lapangan, yaitu mengenai intervensi kelompok lansia melalui seni musik gamelan di Desa Giripurno kecamatan Borobudur. Peneliti menyajikan data beserta analisisnya tentang bagaimana intervensi kelompok lansia melalui

³⁸Ibid., hlm, 256-257.

seni musik gamelan dan apa saja yang dilakukan dalam upaya peningkatan kesejahteraan kelompok lansia melalui seni musik gamelan.

Bab keempat, merupakan bab penutup yang berisi kesimpulan, kritik dan saran. Pada akhir penelitian ini, akan ditampilkan daftar pustaka, lampiran-lampiran serta daftar Riwayat hidup peneliti.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa keterlibatan lansia dalam memainkan gamelan didasari oleh rasa suka dan kecintaan terhadap musik tradisional. Kesenangan ini menjadi faktor utama yang mendorong mereka untuk terus berpartisipasi dalam aktivitas gamelan, yang pada akhirnya memberikan manfaat tidak hanya secara budaya, tetapi juga secara psikologis dan sosial. Rasa suka terhadap gamelan membuat lansia lebih antusias dan aktif dalam kegiatan ini, sehingga tanpa disadari, mereka melatih konsentrasi, koordinasi, serta daya ingat, yang berkontribusi terhadap kesehatan kognitif mereka. Berikut adalah kesimpulan bahwa seni musik gamelan dapat meningkatkan kesejahteraan sosial lansia di Desa Giripurno:

1. Seni musik gamelan memiliki peran yang substansial dalam memperkuat aspek intrapsikis (aspek internal diri sendiri) dan interpersonal (aspek yang berhubungan dengan orang lain) kelompok lansia di Desa Giripurno, menjadikannya lebih dari sekadar warisan budaya.
2. Lansia yang aktif dalam memainkan gamelan mengalami peningkatan kapasitas kognitif, termasuk konsentrasi, yang berkontribusi pada pengurangan risiko gangguan kognitif seperti demensia.

3. Partisipasi dalam aktivitas gamelan berdampak positif terhadap kesejahteraan emosional, ditunjukkan dengan peningkatan suasana hati, penurunan tingkat stres, serta berkurangnya perasaan kesepian.
4. Kegiatan ini juga memperkuat rasa kebersamaan dan solidaritas sosial, yang berkontribusi terhadap peningkatan kualitas interaksi sosial antar lansia serta dengan komunitas sekitarnya.
5. Selain memberikan manfaat individu, keterlibatan dalam seni musik gamelan juga berperan dalam upaya pelestarian budaya lokal, sehingga memiliki nilai yang lebih luas bagi masyarakat.

Seni musik gamelan merupakan salah satu intervensi alternatif yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan sosial lansia. Temuan ini membuktikan bahwa dalam masyarakat Indonesia masih banyak metode yang bisa digali dari budaya yang sudah ada. Meskipun pada prosesnya tidak dilakukan oleh pekerja sosial profesional. Bentuk kegiatan yang dilakukan oleh lansia untuk meningkatkan kesejahteraan melalui seni musik gamelan adalah sebagai berikut:

1. Memainkan alat musik, bagi lanisa ini membantu mengasah keterampilan tangan dan koordinasi tubuh. Aktivitas ini merangsang fungsi otak dan membantu meningkatkan ketangkasan fisik, yang bermanfaat untuk menjaga kesehatan tubuh.
2. Menghafal notasi musik, Proses menghafal notasi musik gamelan sangat penting bagi lansia dalam mempertajam daya ingat dan konsentrasi. Dalam seni gamelan, terdapat dua jenis pelog dan slendro yang merupakan sistem

tangga nada yang digunakan. Notasi pelog terdiri dari tujuh nada dengan pola:

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7. Sementara itu, slendro terdiri dari lima nada dengan pola: 1,

2, 3, 5, 6.

3. Mengikuti latihan rutin, latihan rutin menjadi bagian penting dari kegiatan gamelan. Melalui latihan yang teratur, lansia dapat menjaga kebugaran tubuh, meningkatkan stamina, serta membangun rasa disiplin.
4. Membangun interaksi sosial, memainkan gamelan membuka kesempatan bagi lansia untuk berinteraksi dengan sesama anggota kelompok.
5. Pementasan seni gamelan, pementasan seni gamelan yang tidak hanya memberikan kesempatan untuk menampilkan hasil latihan, tetapi juga memberikan rasa prestasi dan kebanggaan.

Setiap kegiatan yang dilakukan dalam seni musik gamelan ini tidak hanya memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan fisik dan mental lansia, tetapi juga berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

B. Saran

1. Kelompok Kesenian

Lansia perlu terus dilibatkan dalam kegiatan kesenian gamelan di Desa Giripurno. Latihan yang dilakukan sesekali melibatkan tenaga pengajar yang kompeten dan metode pembelajaran yang disesuaikan dengan kebutuhan para lansia. Bagi lansia yang menyukai musik gamelan namun tidak mempunyai

kekuatan untuk bermain, agar dibantu memberikan rekaman sehingga mereka bisa mendengarkan meskipun di dalam rumah atau ketika mereka sendiri. Kelompok lansia di desa juga perlu mendorong keterlibatan generasi muda untuk belajar gamelan, sehingga tradisi ini dapat terus diwariskan. Program pelatihan gamelan bagi anak muda dapat menjadi langkah awal untuk menjaga keberlanjutan gamelan di Desa giripurno.

2. Pemerintah Desa Giripurno

Perlu menyediakan lebih banyak fasilitas, seperti alat-alat gamelan yang lengkap dan memadai, serta ruang latihan yang layak untuk kelompok gamelan lansia, seperti sanggar kesenian. Gamelan merupakan aset dan potensi pengetahuan kekayaan desa berbasis tradisi yang memiliki nilai budaya tinggi, sehingga pemerintah desa perlu berperan aktif dalam pelestarian dan pengembangannya. Pemerintah desa dapat menjalin kerja sama dengan lembaga budaya dan instansi lain untuk mendapatkan dukungan tambahan dalam melestarikan gamelan, mengembangkan potensi seni gamelan, serta memastikan bahwa warisan budaya ini tetap hidup dan dapat diwariskan kepada generasi mendatang.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsyad, Lincoln. *Pengantar perencanaan dan pembangunan ekonomi daerah. Indonesia*, ed. 3, cet. 1 (Yogyakarta: BPFE 2016).
- Edi Suharto, *Membangun Masyarakat Memberdayakan Rakyat*, (Bandung: PT. Refika Aditama).
- Usman, Husain dan Purnomo Setiady Akbar, Metodologi Penelitian Sosial, cet. 4, Jakarta: PT.Bumi Aksara, 2003.
- M Amirin, Tatang, Menyusun Rencana Penelitian, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1988.
- J.Moleong, Lexy, Metode Penelitian Kualitatif, Bandung: PT.REMAJA ROSDAKARYA, 2018.
- Bungin, Burhan, *Penelitian Kualitatif: Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, Dan Ilmu Sosial Lainnya*, Jakarta: Kencana Media Grup, 2008.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2008.
- “Proporsi Penduduk Lansia”, <https://dataindonesia.id/varia/detail/proporsi-penduduk-lansia-ri-diperkirakan-terus-naik-hingga-2045>, diakses pada tanggal 20 juni 2024.
- Haidah, Nadia Nur, and Rusni Masnina. "Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Tingkat Kemandirian Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda 2019." *Borneo Studies and Research* 2.3 (2021): 1599-1605.
- Cuddy, Lola, Sylvie Belleville, and Aline Moussard, eds. *Music and the aging brain*. Academic Press, 2020.
- Diaz Abrahan, Verónika, Nadia Justel, and Favio Shifres. "Musical improvisation: A mixed methods study on social interactions in younger and older adults." *Nordic Journal of Music Therapy* 32.1 (2023): 48-66.

- Cahyani, Nurul Putri. "Terapi Musik: Mengoptimalkan Pengobatan Tradisional Dengan Pendekatan Holistik Pada Remaja." *Jurnal Multidisiplin West Science* 2.06 (2023): 452-461.
- Marito, Asima Sinta. "Pengaruh Musik Terhadap Emosi Dan Kesehatan Mental Memahami Koneksi Musikal." *Circle Archive* 1.4 (2024).
- Stoecker, Randy, and Benny Witkovsky. "Elder civic engagement and rural community development." *Ageing International* 48.2 (2023): 526-546.
- Neocleous, Gregory, and Margarita Vraka-Eleftheriadou. "The Power of Arts in Old Age: Implications for Social Workers." *Social Sciences* 11.10 (2022): 472.
- Havighurst, R. J. (1961). *The social and psychological aspects of aging*. New York: Longmans, Green.
- Agustina, Tri Siwi, and Muhammad Novit Catur Putra. "Kreativitas para pekerja kreatif radio gen 103.1 fm surabaya ditinjau dari peran gaya kepemimpinan transformasional." *INOBIS: Jurnal Inovasi Bisnis Dan Manajemen Indonesia* 5.1 (2021): 63-76.
- Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif: Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, Dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Kencana Media Grup, 2008), hlm. 108.
- Tatang M Amirin, *Menyusun Rencana Penelitian*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1988).
- "Kecamatan Borobudur Dalam Angka 2024", <https://magelangkab.bps.go.id/id/publication/2024/09/26/378931bf17f8e2bbb516418c/kecamatan-borobudur-dalam-angka-2024.html>, diakses pada tanggal 11 November 2024.
- "Buku Pemajuan Kebudayaan Desa Giripurno" <https://eksotikadesa.id/buku-pemajuan-kebudayaan-desa-giripurno/>, diakses pada tanggal 11 November 2024.
- Hemmesch, Kaci, and Taylor Kunz. "The Collaboration of Music Therapy and Physical Therapy: A Case Study for Rehabilitation Treatment of a Patient with Chronic Stroke." (2020).

- Susilowati, Tri, Eska Dwi Prajayanti, and Indarwati Indarwati. "Pemberdayaan Lansia Dalam Mengatasi Kesepian Pada Lansia di Kelurahan Bedoro, Sambungmacan, Sragen." *Jurnal Pengabdian Kesehatan* 6.4 (2023): 298-305.
- Pedhu, Yoseph. "Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara." *Jurnal Konseling dan Pendidikan* 10.1 (2022): 65-78.
- Midgley, James O. "Social development: The developmental perspective in social welfare." (1995): 1-208.
- Windiyarti, Dara. "Kepribadian Tokoh Utama Dalam Novel Tanah Surga Merah Karya Arafat Nur (*Personality Of The Main Characters In Novel Tanah Surga Merah By Arafat Nur*)."
- Kandai 17.1 (2021): 119-134.
- Susanto, M. Budi, et al. "*Psycodinamic Approach.*" *Jurnal Of Management And Social Sciences* 1.3 (2023): 137-153.
- Moesarofah, Moesarofah. "Psikodinamika Memafkan Dalam Hubungan Interpersonal." *Jurnal Konseling Pendidikan Islam* 3.1 Januari (2022): 288-295.
- Geertz, Clifford. Penafsiran budaya. Buku-buku dasar, 2017.
- Madanih, Rahmawati. "Pengaruh Keagamaan terhadap Kepuasan Hidup Lansia di Jakarta." *KHIDMAT SOSIAL: Journal of Social Work and Social Services* 1.1 (2020): 59-68.
- Fadhlia, Nurul, and Rina Puspita Sari. "Peran keluarga dalam merawat lansia dengan kualitas hidup lansia." *Adi Husada Nursing Journal* 7.2 (2022): 86-93.
- Thaut, M. H. (2005). *Rhythm, Music, and the Brain: Scientific Foundations and Clinical Applications.*
- History of Music Therapy, <https://www.musictherapy.org/about/history/>, diakses pada tanggal 20 November 2024.
- Visi dan Misi Daerah Istimewa Yogyakarta, <https://jogjaprov.go.id/profil/visi-misi>, diakses pada tanggal 20 November 2024.