

Pengaruh Kombinasi Musik Gamelan Dan Senam Lansia Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Perempuan Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Banyuwangi Tahun 2022

Erita Pura Apriliya
STIKes Banyuwangi

Rima Nur Khasanah
STIKes Banyuwangi

Abstract. *Degeneration of organs in aging causes joint inflammation in the elderly. The decrease in the hormone estrogen after women enter menopause makes women more prone to experiencing joint pain than men. The perception of joint pain in the elderly can get worse without any exercise. Alternatives that can be practiced include gymnastics and music. This study aims to determine the effect of a combination of gamelan music and elderly gymnastics on joint pain in elderly women in the working area of the Yosomulyo Banyuwangi Public Health Center in 2022.*

This research method is pre-experimental with One Group Pre-test Post-test Design. The sample size is 30 elderly women using a purposive sampling technique. The independent variables are gamelan music and elderly gymnastics which are given to respondents 8 times in 1 month. The dependent variable is joint pain as measured using the NRS observation sheet. Data analysis used the Wilcoxon test with SPSS 22.

The results of the research on respondents before the intervention were that almost half of the respondents, 14 elderly (46.7%) experienced severe pain. After administering the intervention, half of the respondents, 15 elderly (50%) experienced mild pain. Wilcoxon test results showed Asymp. Sig = 0.000. This means that there is an effect of a combination of gamelan music and elderly gymnastics on joint pain in elderly women in the work area of the Yosomulyo Banyuwangi Health Center in 2022.

With the results of this study, it is hoped that health workers can provide support to the elderly to increase their motivation to do gymnastics accompanied by gamelan music accompanied by their families or existing health cadres.

Keywords: *Gamelan Music, Elderly Exercise, Elderly Joint Pain*

Abstrak. *Degenerasi organ tubuh pada pertambahan usia menyebabkan peradangan sendi pada lansia. Penurunan hormon estrogen setelah perempuan memasuki usia menopause membuat perempuan lebih rentan mengalami nyeri sendi dibandingkan laki-laki. Persepsi nyeri sendi lansia dapat semakin memburuk tanpa adanya latihan gerak. Alternatif yang dapat dipraktekkan antara lain adalah senam dan musik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi musik gamelan dan senam lansia terhadap nyeri sendi pada lansia perempuan di wilayah kerja puskesmas Yosomulyo Banyuwangi tahun 2022.*

Metode penelitian ini adalah pre-eksperimental dengan One Group Pre-test Post-test Design. Jumlah sampel 30 lansia perempuan menggunakan teknik purposive sampling. Variabel bebas adalah musik gamelan dan senam lansia yang diberikan kepada responden 8 kali dalam 1 bulan. Variabel terikat adalah nyeri sendi yang diukur menggunakan lembar observasi NRS. Analisis data menggunakan uji wilcoxon dengan SPSS 22.

Received Mei 30, 2023; Revised Juni 30, 2023; Accepted Juli 14, 2023

* Erita Pura Apriliya

Hasil penelitian terhadap responden sebelum intervensi yaitu hampir setengah responden, 14 lansia (46,7%) mengalami nyeri berat. Setelah pemberian intervensi setengah dari responden, 15 lansia (50%) mengalami nyeri ringan. Hasil uji wilcoxon menunjukkan Asymp. Sig =0,000. Artinya terdapat pengaruh kombinasi musik gamelan dan senam lansia terhadap nyeri sendi pada lansia perempuan di wilayah kerja Puskesmas Yosomulyo Banyuwangi tahun 2022.

Dengan hasil penelitian tersebut, diharapkan tenaga kesehatan dapat memberikan dukungan kepada lansia untuk meningkatkan motivasi lansia melakukan senam diiringi musik gamelan dengan didampingi oleh keluarga ataupun kader kesehatan yang ada.

Kata kunci : Musik Gamelan, Senam Lansia, Nyeri Sendi Lansia

PENDAHULUAN

Lansia atau lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Menua merupakan bagian dari proses alamiah tumbuh kembang yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupan yaitu anak, dewasa, dan tua. Akan terjadi beberapa perubahan sejalandengan penambahan usia. Pada masa lansiaakan terjadi kemunduran fisik, mental, dan sosial secara bertahap¹.

Secara global, jumlah penduduk lansia pada tahun 2020 mencapai angka 727 juta atau setara dengan 9,35% dari total penduduk dunia. Data dari Badan Pusat Statistik menunjukkan persentase penduduk usia lanjut di Indonesia pada tahun 2021 sebesar 10,82% atau 29,3 juta dari total keseluruhan penduduk dengan proporsi lansia perempuan 52,32% atau 15,32 juta. Data ini menunjukkan kenaikan dibanding tahun 2020 yang sebesar 10,7%. Persentasi lansia di Jawa Timur pada tahun 2021 adalah 14,53% atau sebanyak 4,3 juta, lebih banyak dari tahun sebelumnya yang sebesar 13,10%. 2,5 juta darinya adalah lansia perempuan atau sebesar 58,79% dari total lansia Jawa Timur². Di Banyuwangi pada tahun 2021 tercatat sebanyak 279.760 penduduk atau 16,27% adalah lansia. Dengan lansia perempuan sejumlah 145.812 atau 52% nya adalah lansia perempuan. Angka ini membuktikan kenaikan dari tahun 2020 dengan jumlah lansia 15,84% dari total penduduk Banyuwangi³. Data dari Puskesmas Yosomulyo tahun 2021 menunjukkan 16,1% atau sebanyak 4991 penduduk wilayah Puskesmas Yosomulyo adalah lansia, dengan proporsi lansia perempuan 52,5% atau 2.623 lansia. Data ini mengalami kenaikan dari tahun 2020 yang hanya sebesar 14,63%.

Semakin bertambah usia manusia, maka akan terjadi proses penuaan secara

degeneratif yang akan berdampak pada beberapa perubahan baik pada fisik, mental, kognitif, seksual, dan sosial. Perubahan paling menonjol terlihat pada fisik lansia. Beberapa penurunan terjadi pada sistem tubuh seperti sistem saraf, kardiovaskuler, respirasi, pencernaan, perkemihan, reproduksi, endokrin, integumen, dan muskuloskeletal. Penurunan kekuatan pada sistem muskuloskeletal paling banyak menimbulkan keluhan fisik pada lansia berupa nyeri pada persendian⁴.

Kejadian nyeri sendi pada lansia di dunia tercatat oleh WHO pada tahun 2017 sebagai kategori tinggi dengan angka kejadian 18% pada lansia perempuan. Prevalensi nyeri sendi di Indonesia juga termasuk tinggi sebesar 30,3% pada lansia dan lebih banyak terjadi pada lansia perempuan⁴. Menurut data Riskesdas provinsi Jawa Timur tahun 2018, presentase penyakit sendi pada lansia sebesar 26,9% dari keseluruhan penduduk Jawa Timur⁵. Data dari puskesmas Yosomulyo menunjukkan jumlah kunjungan lansia yang mengalami nyeri sendi sebesar 10,4% atau sebesar 95 lansia dari total kunjungan lansia selama bulan Januari hingga Juni tahun 2022 dimana 64% nya atau 61 lansia merupakan lansia perempuan.

Tanda utama adanya gangguan pada sistem muskuloskeletal adalah rasa nyeri yang bervariasi dari tingkat ringan hingga berat. Nyeri dapat digambarkan sebagai suatu pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan yang sudah terjadi atau berpotensi terjadi. Nyeri sendi muncul karena jaringan kartilago yang meliputi permukaan sendi tulang dan yang berperan sebagai bantalan antar tulang dan sendi menjadi semakin lunak dan menipis. Kemampuan regenerasi pada jaringan kartilago juga berkurang sehingga sendi rawan mengalami gesekan. Gesekan berulang ini yang menimbulkan rasa nyeri. Nyeri sendi selain mempengaruhi pada kebebasan gerak, juga berdampak pada kecemasan dan penurunan kualitas tidur lansia⁶.

Upaya latihan fisik seperti senam lansia dan terapi mendengarkan musik gamelan dalam beberapa penelitian kesehatan mampu untuk mengurangi rasa nyeri dan mencegah kecemasan. Senam lansia yang dilakukan secara teratur minimal satu kali dalam seminggu berguna menjaga kesegaran jasmani dan memperkuat tulang dan sendi. Alunan nada pada musik gamelan yang lembut dapat meningkatkan produksi dopamin dan endorfin sehingga tercipta suasana yang tenang, nyaman, dan bahagia yang berdampak pada penurunan nyeri dan kecemasan.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti ingin mengetahui adakah pengaruh

pemberian musik gamelan yang dikombinasikan dengan senam lansia terhadap nyeri sendi yang dialami oleh lansia perempuan di wilayah kerja Puskesmas Yosomulyo Banyuwangi tahun 2022.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah *Pra-Eksperimental* dengan rancangan *One Group Pre-test Post-test Design*. Penelitian ini hanya menggunakan kelompok studi tanpa menggunakan kelompok kontrol yang diberikan perlakuan (*treatment*) dan telah diobservasi sebelumnya (*pre-test*) lalu selanjutnya diobservasi lagi setelah diberi perlakuan (*post-test*). Lokasi penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Yosomulyo Banyuwangi dengan lama waktu penelitian dimulai pada bulan Desember 2022 sampai dengan Januari 2023. Sampel yang digunakan adalah sebagian lansia perempuan yang mengalami nyeri sendi dan bersedia mengikuti senam lansia di wilayah kerja Puskesmas Yosomulyo Banyuwangi. Besar sampel sesuai dengan ukuran minimum untuk penelitian yang menggunakan analisis statistik yaitu sebanyak 30 sampel. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *purposive sampling*, yaitu metode pengambilan sampel sesuai dengan pertimbangan tertentu. Kriteria dalam menentukan sampel penelitian ini yaitu :

Kriteria inklusi

1. Lansia yang menderita nyeri sendi ringan, sedang, maupun berat
2. Lansia yang mampu mengikuti senam
3. Lansia yang tidak sedang menjalani terapi atau pengobatan

Kriteria eksklusi

1. Lansia yang tidak menderita nyeri sendi
2. Lansia yang tidak mampu mengikuti senam
3. Lansia yang sedang menjalani pengobatan

Analisis data penelitian yang telah terkumpul dengan aplikasi SPSS 22 menggunakan uji normalitas dan uji wilcoxon. Ada tidaknya perbedaan sebelum dan setelah dilakukan intervensi dapat diketahui dengan ketentuan pengujian bila z hitung lebih besar dari z tabel atau nilai sig lebih kecil dari 0,05 maka H_0 ditolak.

HASIL

Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Umur	(n)	(%)
60-74 Tahun	26	86,7
75-90 Tahun	4	13,3
>90	0	0
Jumlah	30	100

Dari tabel distribusi frekuensi responden berdasarkan usia, hampir seluruhnya responden lansia yang mengikuti senam berusia antara 60-74 tahun sebanyak 26 orang (86,7%) dengan usia responden paling muda yaitu 60 tahun, dan usia paling tua yaitu 73 tahun.

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Nyeri Sebelum Diberikan Intervensi

Tingkat Nyeri	(n)	(%)
Tidak Nyeri (0)	0	0
Nyeri Ringan (1-3)	3	10
Nyeri Sedang (4-6)	13	43,3
Nyeri Berat (7-10)	14	46,7
Jumlah	30	100

Distribusi frekuensi tingkat nyeri sendi responden sebelum dilakukan intervensi kombinasi musik gamelan dan senam lansia hampir dari setengah responden 14 orang (46,7%) mengalami nyeri berat dimana skala nyeri tertinggi 8 yaitu 4 orang, dan skala terendah 7 yaitu 9 orang.

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Nyeri Setelah Diberikan Intervensi

Tingkat Nyeri	(n)	(%)
Tidak Nyeri (0)	2	6,7
Nyeri Ringan (1-3)	15	50
Nyeri Sedang (4-6)	9	30
Nyeri Berat (7-10)	4	13,3
Jumlah	30	100

Distribusi frekuensi tingkat nyeri responden sesudah diberikan intervensi, setengah dari responden 15 orang (50%) merasakan nyeri pada tingkat ringan dengan skala nyeri tertinggi 3 yaitu 7 orang, dan skala nyeri terendah 2 yaitu 8 orang.

Tabel 5.4 Distribusi Rata-Rata Hasil Pre- Test Dan Post-Test Pengaruh Kombinasi Musik Gamelan Dan Senam Lansia Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia.

Variabel	Mean	SD	Selisih Mean	N
Nyeri Pre	5,9333	1,59597		
Nyeri Post	3,7667	2,1666		30
		2,14449		

Dari tabel diatas terlihat perbedaan mean sebesar 2,16 dari mean sebelum intervensi sebesar 5,93 menjadi 3,76 setelah intervensi. Nilai ini dapat diartikan bila sebaran data pada saat sebelum intervensi memiliki nilai yang lebih besar dari sebaran nilai setelah intervensi sehingga sejalan bila setengah dari responden merasakan nyeri ringan setelah intervensi dan sebagian besar skala nyeri responden menurun setelah mengikuti penelitian.

Tabel 5.5 Hasil Uji Wilcoxon Pengaruh Kombinasi Musik Gamelan dan Senam Lansia terhadap Nyeri Sendi pada Lansia.

Test Statistics^a

	post - pre
Z	-4.593 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Hasil uji statistik didapat nilai Asymp. Sig = 0,000. Nilai signifikansi < (0,05) maka

dapat disimpulkan ada pengaruh signifikan kombinasi musik gamelan dan senam lansia terhadap nyeri sendi pada lansia perempuan di wilayah kerja puskesmas Yosomulyo Banyuwangi tahun 2022 diberikan intervensi kombinasi musik gamelan dan senam lansia.

PEMBAHASAN

Nyeri Sendi Sebelum Intervensi Kombinasi Musik Gamelan dan Senam Lansia

Berdasarkan tabel 5.2 dijelaskan bahwa tingkat nyeri responden sebelum diberikan intervensi kombinasi musik gamelan dan senam lansia responden mengalami nyeri berat 14 orang (46,7%), responden mengalami nyeri sedang sebanyak 13 orang (43,3%), dan responden mengalami nyeri ringan sebanyak 3 orang (10%). Hal ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari responden merasakan nyeri sendi pada tingkat berat sebelum mengikuti penelitian ini. Salah satu faktor yang dapat meningkatkan risiko nyeri sendi adalah usia. Dari hasil penelitian didapatkan responden yang mengalami nyeri berat diantaranya merupakan responden berusia 67 – 78 tahun yang masuk dalam kriteria usia tua.

Sendi merupakan bagian tubuh yang sering kali mengalami degenerasi, dan nyeri sendi merupakan bentuk dari degenerasi tersebut. Nyeri sendi yang dirasakan membuat lansia tidak dapat melakukan kegiatan lebih leluasa seperti pada usia dewasa. Keterbatasan gerak lansia akan semakin memperburuk perasaan nyeri. Sendi sebagai penghubung antar tulang yang seharusnya memiliki sifat fleksibel akan semakin kaku dan menimbulkan rasa nyeri bila gerakan tidak dilatih⁷.

Solehati T, 2015 dalam bukunya menjelaskan bahwa usia menjadi faktor pencetus nyeri sendi. Degenerasi organ tubuh pada lanjut usia menyebabkan lansia rentan terhadap penyakit dan kerusakan jaringan⁸. Cornelia, dkk. 2019 menyatakan bahwa seiring dengan pertambahan usia terjadi peningkatan nyeri pada sendi. Pada proses penuaan, tulang rawan tampak lebih kecoklatan karena akumulasi produk akhir glikasi lanjut dan lebih tipis dibandingkan pada orang dewasa muda. Akumulasi glikasi ini dapat mengubah sifat biomekanik tulang rawan sehingga lebih rapuh dan rentan terhadap degenerasi⁹.

Intervensi non farmakologi yang dapat diterapkan untuk latihan gerakan sendi pada lansia adalah senam lansia, dan musik gamelan untuk menurunkan persepsi nyeri. Musik memiliki efek penyembuhan dengan mekanisme menyesuaikan pola getar atau frekuensi dasar tubuh manusia. Hormon endorfin dari rangsangan musik menghasilkan relaksasi dan menurunkan rasa nyeri¹⁰. Senam lansia untuk memperbaiki, mempertahankan kebugaran jasmani, dan mengatasi nyeri sendi dapat dilakukan rutin dua kali dalam seminggu. Waktu

yang tepat ialah pagi atau sore hari di tempat yang nyaman. Secara rutin pelaksanaan senam lansia secara mandiri atau berkelompok minimum 15-45 menit. Senam lansia bermanfaat pada kebebasan gerakan sendi, fleksibilitas sendi, peningkatan rasa nyaman, dan meredakan nyeri sendi¹¹. Kombinasi intervensi ini adalah penggabungan dari senam lansia dan musik gamelan sebagai iringannya untuk mengurangi nyeri pada sendi lansia.

Berdasarkan fakta dan teori di atas, maka peneliti berpendapat bahwa skala nyeri sendi dapat semakin memberat seiring pertambahan usia pada lansia tanpa adanya usaha untuk melatih gerakan sendi. Pengkombinasian senam dan musik gamelan oleh peneliti selain dengan harapan untuk memperkuat pengaruhnya terhadap nyeri sendi, juga akan menarik minat lansia untuk mengikuti senam pada penelitian ini.

Nyeri Sendi Setelah Intervensi Kombinasi Musik Gamelan dan Senam Lansia

Pada penelitian ini, musik gamelan Jawa berupa gendhing kebo giro diperdengarkan selama gerakan senam lansia berlangsung dengan bantuan pengeras suara. Kombinasi ini diberikan sebanyak dua kali dalam seminggu selama satu bulan pada waktu sore hari dengan durasi 15 menit.

Berdasarkan tabel 5.3 nyeri sendi responden setelah diberikan intervensi kombinasi musik gamelan dan senam lansia setengah dari responden 15 orang (50%) merasakan nyeri pada tingkat ringan setelah mengikuti penelitian. Pengumpulan data dari hasil pre-test dan post-test, 6 lansia tetap berada pada skala nyeri yang sama yang terdiri dari 1 lansia 63 tahun dengan hasil pre-test skala nyeri 6 dan post-test skala nyeri 4, 1 lansia 65 tahun hasil pre-test skala nyeri 3 dan post-test skala nyeri 2, 1 lansia 75 tahun dengan skala nyeri pre dan post adalah 7, 1 lansia 76 tahun skala nyeri pre-test 8 dan post-test 7, 1 lansia 78 tahun dengan skala nyeri tetap yaitu 8, serta 1 lansia 78 tahun dengan pre dan post skala nyeri 7.

Nyeri sendi terjadi akibat hilangnya kemampuan jaringan dan sel dalam tubuh untuk mempertahankan homeostasis seiring pertambahan usia. Nyeri sendi meningkat pada orang usia >65 tahun, dan perempuan cenderung mengalami nyeri sendi dibandingkan dengan laki-laki didukung dengan penurunan hormon estrogen pada masa menopause⁹. Fuji Lestari, 2022 menjelaskan senam lansia dapat membantu memperbaiki kelenturan sistem muskuloskeletal tubuh dengan meningkatkan metabolisme produksi cairan sinovial sehingga memiliki dampak pada perbaikan fungsi sehari-hari¹. Teori *gatecontrol* menjelaskan bahwa

transmisi sinyal nyeri melalui reseptor nerves disampaikan ke otak saat gerbang (gate) terbuka. Bersamaan dengan impuls tersebut, impuls musik dikirim dan keduanya akan bersaing menuju otak. Namun, musik dapat mengurangi persepsi nyeri pada saat gerbang terbuka maupun tertutup meski tidak menghilangkan rasa nyeri seluruhnya secara langsung¹².

Sebagian besar responden dengan skala nyeri tetap sebelum dan setelah penelitian merupakan responden yang berusia antara 75-90 tahun (lansia tua), maka fakta ini sejalan dengan penelitian Cornelia Paerunan, dkk. 2019 tentang hubungan antara usia dan derajat kerusakansendi pada pasien osteoarthritis lutut di instalasi rehabilitasi medik RSUP, Prof. Dr. R. D. Kandou Manado yang menunjukkan hasil bahwa terdapat peningkatan kejadian nyeri sendi seiring dengan pertambahan usia⁹.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suharjono, dkk tentang pengaruh senam lansia terhadap perubahan nyeri persendian pada lansia di Kelurahan Komplek Kanjeran Surabaya tahun 2014 dengan hasil menyatakan bahwa lansia merasakan penurunan nyeri setelah mengikuti senam¹³. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Erlin Windyastuti dan Setiyawan tentang pengaruh terapi musik gamelan untuk menurunkan skala nyeri pada lansia dengan osteoarthritis di Panti Wredha Aisyiyah Surakarta tahun 2016 yang menyatakan hasil bahwa terdapat perbedaan skala nyeri antara sebelum dan setelah diberikan terapi musik gamelan pada lansia¹².

Pengaruh Kombinasi Musik Gamelan Dan Senam Lansia Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Perempuan di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo

Berdasarkan hasil uji wilcoxon pengaruh kombinasi musik gamelan dan senam lansia terhadap nyeri sendi pada lansia perempuan didapatkan nilai signifikansi 0,000 yang artinya H₀ ditolak dan H_a diterima. Sehingga terdapat pengaruh kombinasi musik gamelan dan senam lansia terhadap nyeri sendi pada lansia perempuan di wilayah kerja puskesmas Yosomulyo Banyuwangi tahun 2022.

Musik gamelan adalah musik yang dihasilkan dari perangkat musik tradisional Suku Jawa. Musik gamelan memiliki nilai historis dan filosofis, serta nada yang indah di dengar¹⁴. Alunan nada yang lembut dari musik gamelan dapat mengurangi impuls nyeri yang sampai ke otak¹⁵. Senam lansia adalah senam yang dirancang khusus untuk lansia. Senam lansia merupakan pengobatan alternatif yang dapat memberikan pengaruh baik bagi kesehatan lansia, salah satunya melatih kemampuan otot sendi untuk mencegah kekakuan¹. Menurut

Sulistyo Andarmoyo (2013), nyeri merupakan suatu pengalaman sensorik dan emosional tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan atau potensi kerusakan jaringan. Nyeri sendi merupakan masalah pada persendian yang dipengaruhi oleh faktor salah satunya adalah usia¹⁶.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Istianah, dkk. 2020 tentang Kombinasi Senam Yoga Dengan Open Kinetik Chain Exercise Menggunakan Music Keroncong Untuk Menurunkan Nyeri Rheumatoid Arthritis Di Desa Mekar Sari, Narmada Lombok Barat dengan hasil terjadi penurunan skala nyeri setelah dilakukan senam yoga kombinasi open kinetik chain exercise menggunakan musik keroncong¹⁷.

Kombinasi musik gamelan dan senam lansia merupakan penggabungan dari intervensi musik gamelan sebagai stimulus hormon kebahagiaan dengan intervensi senam lansia sebagai latihan kelenturan tubuh untuk mengurangi persepsi nyeri yang dirasakan oleh responden pada penelitian ini. Berdasarkan hasil uji yang sudah dilakukan, peneliti berpendapat bahwa kombinasi musik gamelan dan senam lansia dapat digunakan sebagai alternatif pereda nyeri pada lansia karena ketertarikan lansia terhadap seni gamelan dan kebersamaan yang terjalin di tempat senam membuat lansia merasa aktif kembali dan bersemangat untuk beraktifitas, sehingga persepsi nyeri berkurang.

SIMPULAN

Tingkat nyeri sendi sebelum diberikan intervensi kombinasi musik gamelan dan senam lansia hampir dari setengah responden (46,7%) mengalami nyeri berat. Tingkat nyeri sendi setelah diberikan intervensi kombinasi musik gamelan dan senam lansia setengah dari responden (50%) mengalami nyeri ringan. Berdasarkan hasil analisis didapatkan nilai *Asymp. Sig = 0,000* yang artinya ada pengaruh yang signifikan dari pemberian intervensi kombinasi musik gamelan dan senam lansia terhadap nyeri sendi pada lansia perempuan di wilayah kerja Puskesmas Yosomulyo Banyuwangi

PERSETUJUAN ETIKA

Dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subjek penelitian kesehatan, penelitian ini telah melewati kaji etik dan dinyatakan lolos oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi dengan nomor etik : 004/01/KEPK-STIKESBWI/XI/2022.

Lembar persetujuan (*Informed Consent*) berisi penjelasan mengenai penelitian yang dilakukan, tata cara penelitian, manfaat yang diperoleh responden, dan risiko yang mungkin terjadi pada penelitian ini ditulis jelas sehingga mudah dipahami, dan ditandatangani oleh responden yang bersedia secara sukarela.

SUMBER PENDANAAN

Seluruh biaya penelitian dan publikasi berasal dari dana mandiri.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada konflik kepentingan dalam penelitian ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih peneliti ucapkan kepada Kepala Puskesmas Yosomulyo yang telah memberikan izin dalam pengambilan data penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Lestari F. Pengaruh Senam Lansia terhadap Nyeri Lutut Pada Lansia Di RW 02 Desa Kayu Bongkok Kec. Sepatan Kab. Tangerang. Nusant Hasana J. 2022;2(1):Page.
- Statistik BP. Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021. Mustari AS, Santoso B, Maylasari I, Sinang R, editors. Vol. 59, Badan Pusat Statistik. Jakarta: Badan Pusat Statistik;
- Dinkes. Data Sasaran Program. Banyuwangi: dinas kesehatan kabupaten banyuwangi;
- Soeryadi A, Gesal J, Sengkey lidwina s. Gambaran Faktor Risiko Penderita Osteoarthritis Lutut di Instalasi Rehabilitasi Medik RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. J e-Clinic. 2017;5(2).
- Purwanza SW, Diah AW, Nengrum LS. Faktor Penyebab Kekambukan Rheumatoid Arthritis. 2022;1(2):61–6.
- Nuridayanti A, Fauzih PS, Puspitosari DR. Hubungan Nyeri Sendi dengan Tingkat Kecemasan pada Penderita Gout di Kabupaten Nganjuk. J Keperawatan Notokusumo. 2021; 9(1):41–8.
- Aspian reny yuli. buku ajar asuhan keperawatan gerontik. Jakarta: TIM;2016.
- Solehati T, Kosasih cecep eli. konsep dan aplikas relaksasi dalam keperawatan maternitas. bandung: PT. Refika Aditama; 2015.

- Paerunan C, Gessal J, Sengkey L. Hubungan Antara Usia dan Derajat Kerusakan Sendi pada Pasien Osteoarthritis Lutut di Instalasi Rehabilitasi Medik RSUP Prof. Dr.R.D. Kandou Manado Periode Januari-Juni 2018. *J Med dan Rehabil (JMR)*, 2019;1(3):1–4.
- Nashruddin MA, Wiwin NW. Pengaruh Pemberian Terapi Musik Tradisional Terhadap Status Hemodinamik Pasien Anak yang Terpasang Ventilasi Mekanik Diruang PICU RSUD AWS Samarinda. 2021;2(3):1613–8.
- Malo et al. Pengaruh Senam Ergonomis Terhadap Skala Nyeri Sendi Pada Lansia Wanita. *Nurs News J Ilm Keperawatan [Internet]*. 2019;4(1):190–9. Available from: <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/1502>
- Windyastuti E, S- P, Kusuma Husada Surakarta Stik. Pengaruh Terapi Musik Gamelan Untuk Menurunkan Skala Nyeri Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Di Panti Wredha Aisyiyah Surakarta. *J Kesehat Kusuma Husada [Internet]*. 2016; Available from: <http://jurnal.ukh.ac.id/index.php/JK/article/view/156>
- Suharjo, Haryanto J, Indarwati R. pengaruh senam lansia terhadap perubahan nyeri persendian pada lansia di kelurahan komplek kenjeran, kecamatan bulak, surabaya. *Fak eperawatan Univ airlangga*. 2014;106–10.
- Suparli L. *Gamelan Pelog Salendro Induk Teori Karawitan Sunda*. bandung: Sunan Ambu Press. STSI Bandung.; 2010.
- Fadli M. bentuk penyajian dan fungsi musik gending kebo giro padapernikahan etnis jawa di desa manunggal kecamatan labuhan deli. *universitas negeri medan*; 2016.
- Sulistyo andarmoyo. *konsep & proses keperawatan nyeri*. Yogyakarta: Ar-Ruzzmedia; 2013.
- Istianah I, Hapipah H, Oktaviana E. Kombinasi Senam Yoga Dengan Open Kinetik Chain Exercise Menggunakan Music Keroncong Untuk Menurunkan Nyeri Rheumatoid Arthritis di Desa Mekar Sari, Narmada Lombok Barat. *J Community Engagem Heal*. 2020;3(1):67–73.