

---

## EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK ISLAMI TERHADAP GEJALA DEPRESI PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA KHUSNUL KHOTIMAH KOTA PEKANBARU

Rezky Ananda Pratama<sup>1</sup>, Angga Arfina<sup>2</sup>, Wardah<sup>3</sup>, Ulfa Hasana<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

Email: [prtmrky4@gmail.com](mailto:prtmrky4@gmail.com)

### ABSTRAK

Depresi termasuk permasalahan kesehatan mental yang sering dialami oleh populasi lansia dan berimplikasi pada penurunan kualitas hidup, kemandirian, serta kondisi psikologis secara keseluruhan. Oleh karena itu, dibutuhkan pendekatan nonfarmakologis yang aman, praktis, dan sesuai dengan aspek spiritual lansia, seperti terapi musik islami. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas terapi musik islami terhadap gejala depresi pada lansia. Penelitian dilaksanakan dengan metode kuantitatif menggunakan desain pra-eksperimental tipe one group pretest–posttest design. Sebanyak 18 lansia dengan gejala depresi dipilih sebagai sampel melalui teknik purposive sampling. Tingkat depresi diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan Geriatric Depression Scale (GDS). Analisis statistik dilakukan menggunakan uji paired sample t-test setelah data dinyatakan berdistribusi normal. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai rata-rata skor depresi pada tahap pretest sebesar 9,72, kemudian menurun menjadi 8,17 pada tahap posttest. Nilai  $p < 0,05$  menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor depresi sebelum dan sesudah pemberian terapi. Dengan demikian, terapi musik islami terbukti memiliki pengaruh terhadap penurunan gejala depresi pada lansia dan dapat dijadikan sebagai alternatif intervensi keperawatan nonfarmakologis guna meningkatkan kesehatan mental serta kesejahteraan psikologis pada kelompok usia lanjut.

**Kata Kunci:** Terapi Musik Islami, Gejala Depresi, Lansia.

### ABSTRACT

*Depression is a common mental health problem among the elderly population and is associated with a decline in quality of life, independence, and overall psychological well-being. Therefore, safe, practical, and spiritually appropriate non-pharmacological approaches are needed, such as Islamic music therapy. The purpose of this study was to determine the effectiveness of Islamic music therapy on depressive symptoms among older adults. The study was conducted using a quantitative method with a pre-experimental design, specifically a one-group pretest–posttest design. A total of 18 elderly individuals with depressive symptoms were selected as the sample using purposive sampling techniques. Depression levels were measured before and after the intervention using the Geriatric Depression Scale (GDS). Statistical analysis was performed using a paired sample t-test after the data were confirmed to be normally distributed. The results of the analysis showed that the mean depression score at the pretest stage was 9.72, which decreased to 8.17 at the posttest stage. A p-value  $< 0.05$  indicated a statistically significant difference between depression scores before and after the therapy. Thus, Islamic music therapy was proven to have a significant effect in reducing depressive symptoms*

---

*among older adults and can be considered as an alternative non-pharmacological nursing intervention to improve mental health and psychological well-being in the elderly population.*

**Keywords:** *Islamic Music Therapy, Depressive Symptoms, Elderly.*

## **A. PENDAHULUAN**

Depresi merupakan salah satu gangguan psikologis yang sering dijumpai pada populasi lansia dan berdampak luas terhadap fungsi emosional, relasi sosial, serta kualitas hidup secara menyeluruh. Proses penuaan yang berlangsung secara fisiologis memicu perubahan pada dimensi biologis, psikologis, sosial, dan spiritual, sehingga meningkatkan kerentanan lansia terhadap gangguan mental seperti depresi, kecemasan, dan stres. Kerentanan tersebut semakin diperberat oleh berbagai faktor risiko, antara lain penurunan kondisi fisik, hilangnya peran sosial, berkurangnya dukungan sosial, serta keterbatasan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Apabila tidak ditangani secara tepat, depresi pada lansia dapat mempercepat penurunan kemampuan adaptif dan mengurangi tingkat kemandirian dalam kehidupan sehari-hari (Saputri, 2025).

Pendekatan yang dapat digunakan untuk mengatasi depresi pada lansia adalah intervensi nonfarmakologis yang relatif aman, ekonomis, dan minim efek samping. Terapi musik telah diidentifikasi sebagai salah satu strategi nonfarmakologis yang efektif dalam menurunkan gejala depresi pada kelompok usia lanjut. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa terapi musik mampu memperbaiki suasana hati, menurunkan ketegangan, dan menghasilkan efek relaksasi yang bermakna pada lansia dengan depresi. Meta-analisis terbaru melaporkan bahwa terapi musik secara konsisten berkontribusi dalam menurunkan gejala depresi dan kecemasan serta meningkatkan fungsi kognitif apabila diterapkan secara tepat pada lansia dengan masalah psikologis (Min Wang, et al., 2023). Selain itu, penerapan terapi musik melalui aktivitas latihan musik juga terbukti meningkatkan mood dan fungsi kognitif dalam uji klinis randomized controlled trial dengan pengukuran menggunakan Geriatric Depression Scale (Sari et al., 2023).

Dalam konteks budaya Indonesia, musik tidak hanya dipandang sebagai ekspresi seni, tetapi juga sebagai sarana spiritual yang berpotensi meningkatkan kesejahteraan emosional. Terapi musik islami merupakan bentuk musik religius yang mengintegrasikan nilai spiritualitas dan refleksi keagamaan, sehingga dapat memberikan ketenangan batin dan membantu regulasi emosi, khususnya bagi lansia dengan tingkat spiritualitas yang tinggi. Secara fisiologis, musik islami dapat memengaruhi sistem saraf pusat melalui stimulasi impuls saraf yang berkaitan dengan rasa rileks dan damai, sehingga berkontribusi terhadap penurunan gejala depresi (Nurmalaningsih et al., 2025). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa musik religius mampu menurunkan tingkat stres dan memperbaiki kondisi emosional lansia secara signifikan, meskipun variabel yang diteliti bukan secara spesifik depresi. Walaupun berbagai penelitian telah membuktikan manfaat terapi musik terhadap depresi pada lansia, studi yang secara khusus mengevaluasi efektivitas musik islami dalam konteks lansia dengan depresi masih terbatas (Kaur & Wadagale, 2023).

Keterbatasan tersebut menunjukkan perlunya penelitian lebih lanjut untuk menilai efektivitas terapi musik islami dalam setting lokal. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi musik islami terhadap gejala depresi pada lansia menggunakan desain pretest–posttest satu kelompok. Hasil penelitian diharapkan dapat memperkaya pengembangan intervensi nonfarmakologis berbasis budaya dan spiritual yang komprehensif bagi populasi lansia.

## **B. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan rancangan pra-eksperimen (pre-experimental design) menggunakan model one group pretest–posttest design. Rancangan tersebut dipilih karena memungkinkan peneliti melakukan perbandingan kondisi gejala depresi pada lansia sebelum dan setelah intervensi dalam kelompok yang sama. Dalam desain ini tidak digunakan kelompok kontrol, sehingga analisis difokuskan pada perubahan skor depresi yang terjadi setelah pemberian terapi musik islami. Model ini sejalan dengan desain yang banyak digunakan dalam penelitian keperawatan kuantitatif terkait terapi musik terhadap depresi lansia, khususnya studi satu kelompok pretest–posttest untuk mengidentifikasi efek intervensi terhadap skor depresi (Wahyu et al., 2013).

Populasi penelitian mencakup seluruh lansia yang mengalami gejala depresi di lokasi penelitian. Pemilihan responden dilakukan melalui teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditetapkan. Kriteria tersebut meliputi lansia berusia  $\geq 60$  tahun, menunjukkan gejala depresi, mampu berkomunikasi secara efektif dalam menjawab instrumen penelitian, serta bersedia mengikuti seluruh rangkaian prosedur. Jumlah sampel sebanyak 18 responden lansia, sesuai dengan prinsip non-probability sampling yang lazim digunakan dalam studi eksperimental tahap awal dengan populasi terbatas. Pendekatan sampling serupa juga diterapkan dalam penelitian mengenai terapi musik pada lansia dengan depresi (Sayyid et al., 2020).

Variabel independen dalam penelitian ini adalah terapi musik islami sebagai intervensi nonfarmakologis, sedangkan variabel dependen adalah gejala depresi pada lansia. Intervensi terapi musik islami diasumsikan mampu memengaruhi kondisi psikologis melalui mekanisme relaksasi, ketenangan emosional, serta penguatan aspek spiritual. Pengukuran dilakukan secara kuantitatif untuk mengevaluasi perubahan skor depresi sebelum dan sesudah intervensi. Penilaian tingkat depresi menggunakan Geriatric Depression Scale (GDS), yang merupakan instrumen standar dalam pengukuran depresi pada populasi lansia. Instrumen ini dipilih karena telah terbukti memiliki validitas dan reliabilitas yang baik dalam berbagai penelitian gerontologi. GDS diberikan dua kali, yaitu pada tahap pretest sebelum intervensi dan pada tahap posttest setelah terapi musik islami selesai dilaksanakan (Ardiyanti, 2024).

Tahap awal penelitian dimulai dengan pengukuran pretest menggunakan GDS untuk memperoleh skor dasar depresi responden. Selanjutnya, lansia mengikuti sesi terapi musik islami sesuai jadwal yang telah ditentukan peneliti. Musik islami dipilih dengan pertimbangan kemampuannya menciptakan suasana relaksasi dan dukungan spiritual, sebagaimana dijelaskan dalam literatur terapi musik religius. Setelah seluruh sesi intervensi selesai, dilakukan pengukuran kembali (posttest) menggunakan GDS guna mengidentifikasi perubahan tingkat depresi.

Analisis data dilakukan melalui tiga tahapan. Pertama, analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden seperti usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan. Kedua, uji normalitas untuk memastikan distribusi skor depresi memenuhi asumsi statistik parametrik. Ketiga, analisis bivariat menggunakan paired sample t-test untuk data berdistribusi normal atau uji nonparametrik alternatif apabila distribusi tidak normal. Taraf signifikansi ditetapkan pada  $\alpha = 0,05$ , dengan kriteria  $p < 0,05$  menunjukkan perbedaan bermakna antara skor pretest dan posttest.

## **C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Analisis Univariat**

#### **1. Karakteristik Responden**

Data analisis univariat tentang karakteristik responden dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 4.1**

**Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan, lama di panti di UPT. PSTW khusnul khotimah kota pekanbaru**

No	Karakteristik Responden	F	%
1	Usia		
	a. <i>Elderly</i> (60-74Tahun)	16	88,9 %
	<i>Old</i> (75-90Tahun)	2	11,1 %
2	Jenis Kelamin		
	a. Perempuan	9	50,0%
	Laki-laki	9	50,0%
3	Pendidikan		
	a. SD	5	27,8%
	b. SMP	5	27,8%
	c. SLTA	8	44,4%
4	Lama di Panti		
	>5 Tahun	4	22,3 %
	<5 Tahun	14	77,7 %
<b>Total</b>		<b>18</b>	<b>100 %</b>

Sumber: Analisa data primer, 2026

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa lebih dari separuh responden berusia 60-74 tahun yaitu sebanyak 16 orang responden dengan kategori old ( $\geq 75$  tahun) berjumlah 2 orang (11,1%), middle age 40-59 tahun dan pada pendidikan sebagian besar responden memiliki pendidikan SLTA yaitu sebanyak 8 orang (44,4%), responden dengan pendidikan S dan SMP masing masing berjumlah 5 orang (27,8%) yang sebagian besar responden masuk pada tahun 2025 (33,3%) sedangkan yang masuk pada tahun 2024 berjumlah 4 orang (22,2%) dan sementara itu responden yang masuk pada tahun lainnya masing- masing berjumlah < dari 15%

**2. Data Khusus**

**Tabel 4.2**

**Distribusi Nilai Rata-Rata Sebelum Dan Sesudah Diberikan Terapi Musik Islami Pada Lansia Di PSTW Khusnul Khotimah Kota Pekanbaru**

	N	Mean	SD
Pre-Test	18	9,72	0,75
Post-Test	18	8,17	0,71

Sumber: Analisa data primer, 2026

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat nilai rata rata sebelum dan sesudah diberikan terapi musik islami dengan 18 orang responden didapatkan nilai rata-rata pretest 9,72 sedangkan rata rata posttest 8,17.

**Analisis Bivariat**

Jika hasil statistik paired t test menunjukkan nilai p value <0,05 maka Ha diterima artinya terdapat pengaruh terapi menggambar. Sedangkan jika hasil statistik paired t test menunjukkan p value >0,05 maka H0 ditolak artinya tidak ada pengaruh terapi menggambar.

**Tabel 4.3**  
**efektivitas terapi musik islami terhadap gejala depresi pada lansia di**  
**UPT. Pelayanan sosial tresna werdha khusnul khotimah kota**  
**Pekanbaru**

	N	Mean	SD	SE	P Value
Pre-Test	18	9,72	0,75	0,177	
Post-Test	18	8,17	0,71	0,167	0,001
		<b>1,55</b>	<b>0,04</b>	<b>0,01</b>	

*Sumber: Analisa data primer, 2026*

Berdasarkan hasil analisis pada tabel yang menggambarkan pengaruh terapi musik islami terhadap gejala depresi pada lansia, diperoleh nilai rata-rata skor depresi sebelum intervensi (pre-test) sebesar 9,72 dengan standar deviasi 0,75. Setelah pelaksanaan terapi musik islami (post-test), rata-rata skor depresi mengalami penurunan menjadi 8,17 dengan standar deviasi 0,71. Perbedaan rata-rata skor depresi sebelum dan sesudah intervensi sebesar 1,55 mengindikasikan adanya penurunan tingkat depresi pada lansia setelah diberikan terapi musik islami. Selanjutnya, hasil analisis statistik menggunakan uji Paired Sample T-Test menunjukkan nilai p-value < 0,001 (p < 0,05). Temuan ini menegaskan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik antara skor depresi sebelum dan sesudah pemberian terapi musik islami.

**Pembahasan**

Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh signifikan terapi musik islami terhadap penurunan gejala depresi pada lansia. Berdasarkan hasil analisis deskriptif, rata-rata skor depresi sebelum intervensi tercatat sebesar 9,72 dan mengalami penurunan menjadi 8,17 setelah pemberian terapi. Perubahan tersebut merefleksikan perbaikan kondisi psikologis lansia setelah mengikuti terapi musik islami yang dilaksanakan secara terencana. Oleh karena itu, terapi musik islami dapat dijadikan alternatif intervensi nonfarmakologis dalam penatalaksanaan depresi pada populasi geriatri (Ansela & Manik, 2025).

Dalam perspektif teoritis, lansia merupakan kelompok usia yang rentan terhadap gangguan depresi akibat perubahan yang bersifat kompleks, mencakup dimensi biologis, psikologis, dan sosial. Proses menua menyebabkan penurunan fungsi tubuh, berkurangnya keterlibatan dalam peran sosial, serta meningkatnya kemungkinan mengalami kesepian dan kehilangan tujuan hidup. Keadaan tersebut dapat memicu timbulnya gejala depresi, antara lain kesedihan yang berkepanjangan, isolasi sosial, dan menurunnya minat terhadap aktivitas rutin.

Dengan demikian, strategi intervensi yang diterapkan perlu bersifat holistik, tidak terbatas pada terapi farmakologis, tetapi juga mengintegrasikan aspek spiritual dan emosional (Masruroh & Widoyanti, 2021).

Dari sisi mekanisme, terapi musik islami memengaruhi kondisi individu melalui jalur psikologis dan respons fisiologis yang saling terintegrasi. Alunan musik islami dengan kandungan nilai keagamaan diyakini mampu menumbuhkan ketenangan, memperkuat rasa damai, serta meningkatkan kualitas spiritual lansia. Karakteristik musik yang bertempo lambat dan bernada harmonis berperan dalam stimulasi sistem saraf parasimpatis, sehingga dapat menurunkan tingkat kecemasan, ketegangan emosional, dan perasaan tertekan. Selain itu, dimensi religius yang terkandung di dalamnya mendukung munculnya sikap tawakal dan penerimaan diri, yang penting dalam proses penyesuaian terhadap perubahan kehidupan pada usia lanjut (Nurmalaningsih et al., 2025).

Temuan ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terapi musik religi efektif dalam mengurangi stres dan depresi pada lansia. Marwah dan Ladjiru (2022) melaporkan bahwa mayoritas responden lansia mengalami penurunan tingkat stres setelah memperoleh terapi musik religi. Penelitian Novita Sari, Rona Febriyona, dan Andi Nur Aina Sudirman (2023) juga mengungkapkan bahwa musik religi memberikan efek kenyamanan psikologis serta menurunkan tekanan emosional pada lansia. Keselarasan hasil tersebut mengindikasikan bahwa musik religi, termasuk musik islami, memiliki prospek sebagai terapi komplementer dalam pelayanan keperawatan gerontik (Widiastuti, 2021).

Hasil analisis bivariat melalui uji paired sample t-test menunjukkan nilai  $p < 0,001$ , yang mengindikasikan adanya perbedaan signifikan antara skor depresi sebelum dan setelah intervensi. Nilai tersebut memperkuat kesimpulan bahwa penurunan skor depresi merupakan efek nyata dari terapi musik islami, bukan sekadar variasi acak. Dengan demikian, intervensi ini terbukti efektif dalam menurunkan gejala depresi pada lansia (Umamah et al., 2020). Meskipun hasil penelitian menunjukkan efektivitas yang signifikan, terdapat sejumlah keterbatasan, seperti tidak adanya kelompok kontrol dan ukuran sampel yang relatif kecil. Selain itu, faktor eksternal seperti kondisi kesehatan fisik, lingkungan tempat tinggal, serta dukungan keluarga berpotensi memengaruhi tingkat depresi responden. Oleh sebab itu, penelitian mendatang dianjurkan menggunakan desain eksperimental dengan kelompok kontrol dan jumlah sampel yang lebih besar agar diperoleh bukti yang lebih kuat dan menyeluruh (Saputri, 2025). Selain itu, terapi ini dapat menurunkan kadar hormon stres dan berkontribusi dalam menjaga kestabilan denyut jantung, frekuensi pernapasan, serta tekanan darah (Anggreny, 2022).

#### **D. KESIMPULAN DAN SARAN**

Sebanyak 18 lansia yang tinggal di UPT PSTW Khusnul Khotimah Kota Pekanbaru berpartisipasi dalam penelitian ini. Karakteristik usia menunjukkan bahwa 16 responden (88,9%) berada pada kelompok elderly (60–74 tahun), sedangkan 2 responden (11,1%) termasuk dalam kategori old (75–90 tahun). Distribusi berdasarkan jenis kelamin memperlihatkan jumlah yang sama antara laki-laki dan perempuan, masing-masing sebanyak 9 orang (50,0%). Dari aspek pendidikan, lulusan SLTA mendominasi dengan 8 responden (44,4%), sementara responden dengan pendidikan SD dan SMP masing-masing berjumlah 5 orang (27,8%). Jika ditinjau dari durasi tinggal di panti, mayoritas responden telah menetap kurang dari 5 tahun, yaitu 14 orang (77,7%), sedangkan 4 orang lainnya (22,3%) telah tinggal lebih dari 5 tahun. Pengukuran tingkat depresi sebelum intervensi menunjukkan nilai rata-rata

sebesar 9,72, yang menandakan masih adanya gejala depresi pada lansia sebelum terapi diberikan.

Pasca pemberian terapi musik islami, rata-rata skor depresi menurun menjadi 8,16. Penurunan ini mengindikasikan adanya peningkatan kondisi psikologis responden. Hasil uji paired sample t-test pada analisis bivariat menunjukkan nilai  $p < 0,001$ , sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan signifikan antara skor sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, terapi musik islami terbukti memiliki efektivitas dalam mengurangi gejala depresi pada lansia. Intervensi ini layak direkomendasikan dalam asuhan keperawatan lansia sebagai pendekatan nonfarmakologis yang aman, praktis, serta mendukung peningkatan kesejahteraan psikologis dan rasa nyaman pada populasi geriatri.

Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas pengemudi ojek online di Pekanbaru berada pada kelompok usia dewasa awal (58,3%) dengan jenis kelamin laki-laki (97,2%). Sebelum intervensi, sebagian besar responden mengalami nyeri punggung bawah kategori sedang (55,6%) hingga berat (41,7%). Setelah diberikan intervensi *stretching exercise* selama tujuh hari, terjadi penurunan intensitas nyeri yang signifikan, di mana 69,4% responden beralih ke kategori nyeri ringan dan kategori nyeri berat berkurang hingga nol persen. Hasil uji statistik Wilcoxon mengonfirmasi adanya pengaruh yang sangat signifikan dari pemberian *stretching exercise* terhadap penurunan nyeri punggung bawah pada driver ojek online ( $p < 0,001$ ).

Bagi pengemudi ojek online, disarankan untuk menerapkan gerakan peregangan secara rutin di sela waktu bekerja guna menjaga elastisitas otot dan mencegah perburukan nyeri. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan studi ini dengan kontrol aktivitas harian yang lebih ketat atau membandingkan efektivitasnya dengan metode non-farmakologi lainnya. Bagi institusi pendidikan, hasil ini dapat dijadikan referensi dalam pengembangan materi manajemen nyeri okupasi dan program pengabdian masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggreny, Y. (2022). *Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap Respon Fisiologis pada Pasien yang Mengalami Kecemasan Praoperatif Ortopedi* *The Influence of Classical Music Therapy at Physiological Response to Patients Who Have Orthopedics Praoperatif Anxiety*. 1(4), 205–209.
- Ansela, R. D., & Manik, M. H. (2025). *PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP PENURUNAN TINGKAT DEPRESI PADA LANSIA* *Rasninta Devi Ansela , Maria Hermita Manik declines in physical , mental , and physical abilities and social adaptation to the environment Psychosocial problems that often afflict the elderly are depression . Music therapy as a non-pharmacological intervention has begun to be widely applied in depression management because it is considered cheap , safe , and fun . This study aims to determine the effect of music therapy on experimental quantitative design with a one group pretest-posttest approach . depression , selected by purposive sampling technique . Intervention in the questionnaire before and after the intervention . Data analysis using the depression scores of the elderly after music therapy , from a mean of 9 . 6 to music therapy can reduce depression levels in the elderly . This therapy can be*. 7(2), 41–46.
- Ardiyanti, S. E. (2024). *Terapi Musik Menurunkan Tingkat Depresi pada Lansia di Panti Sosial : Kajian Literatur*. 2(4).
- Kaur, K., & Wadagale, U. B. (2023). *Assess the Effectiveness of Music Therapy on Depression and Anxiety Among Elderly People in Selected Old Age Homes of The City*. 17(12). <https://doi.org/10.59218/makrjms.2023.12.151.155>

- Masruroh, N., & Widoyanti, V. (2021). *DIBERIKAN TERAPI MUSIK KERONCONG Differences in depression Levels in the elderly before and after being given keroncong music therapy*. 2(1), 28–32.
- Nurmalaningsih, U., Hariyanto, J., Fauziningtyas, R., Choiriyah, L., & Basri. (2025). *manfaat terapi musik bagi lansia yang mengalami depresi dan gangguan kognitif*. 7, 65–73.
- Saputri, O. T. (2025). *Pengaruh terapi aktivitas kelompok bermain musik gamelan terhadap penurunan tingkat depresi pada lansia*. 6, 5150–5156.
- Sari, N., Febriona, R., & Aina, andini nur. (2023). *pengaruh terapi musik religi terhadap penurunan tingkat stress pada lansia dipanti werdha lks lu beringin hutuo nursing home*. 3(1).
- Sayyid, N., Rummy, J., Rumaolat, W., & Trihartuty, T. (2020). *Systematic Review A Systematic Review of Effectiveness of Music Therapy on Depression In The Elderly*. 15(2).
- Umamah, F., S.Kep., Ns., & Fabiyanti, M. K. \*Annisa. (2020). *Pengaruh Terapi Musik Dzikir Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia TNI-AL Pulungan*. 7(1), 253–258.
- Wahyu, A., Santoso, A., & Bimbingan, J. (2013). *SEBAGAI RELAKSASI UNTUK LANSIA*. 03(01), 62–75.
- Widiastuti, T. (2021). *terapi musik terhadap depresi pada lansia*. 11(60).