

ART THERAPY SEBAGAI UPAYA MENGATASI KESEPIAN PADA LANSIA DI PANTI WREDA BUDI SOSIAL KOTA BATAM

Savitri Gemini*

Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners,
Institut Kesehatan Mitra Bunda, Indonesia
savitrigemini79@gmail.com

Regina Natalia*

Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners,
Institut Kesehatan Mitra Bunda, Indonesia
reginanatalia9@gmail.com

Mahasiswa Profesi Ners

Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners,
Institut Kesehatan Mitra Bunda, Indonesia

ABSTRAK

Jumlah Masalah lansia dengan kesepian semakin meningkat di Indonesia. Penatalaksanaan lansia dengan kesepian yang tidak tepat dapat menimbulkan dampak baik bagi lansia maupun caregiver yang merawatnya. Adapun tujuan dari kegiatan ini Kegiatan *Art therapy* sebagai upaya dalam Mengatasi Kesepian di Panti Wreda Budi Sosial Kota Batam. Metode yang digunakan adalah terapi aktifitas kelompok pada lansia yaitu dengan membuat gelang dan mewarnai. Sebelum dan setelah kegiatan TAK *Art Therapy* lansia dilakukan pengukuran nilai kesepian dengan menggunakan instrumen UCLA *Loneliness scale* pada lansia dengan masalah kesepian. Kegiatan TAK *Art therapy* pada lansia di Panti Wreda Budi Sosial Kota Batam selama 4 hari berturut-turut dapat menurunkan kesepian. Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) *Art Therapy* pada lansia dapat dilakukan oleh lansia dimana caregiver juga berperan dalam prosesnya. Sehingga dalam penatalaksanaan mengatasi kesepian pada lansia *Art Therapy* dapat dilakukan di panti werdha

Kata Kunci: Lansia, Art Therapy.

PENDAHULUAN

Populasi yang menua adalah fenomena global yang mempunyai dampak pada pertumbuhan ekonomi seluruh negara di dunia. Pertambahan populasi lansia di negara berkembang dinilai lebih cepat dari pada di negara-negara maju. Sekitar 60 % populasi masyarakat dunia diatas 65 tahun akan tinggal di Asia pada tahun 2030, menyebabkan sejumlah ekonomi di kawasan itu menghadapi tantangan demografis sebelum menjadi negara kaya (Kikuchi,2017). Pada tahun 2040, jumlah lansia di Asia akan melebihi total populasi masyarakat Eropa dan Amerika Utara. Pada proses penuaan akan menimbulkan perubahan degeneratif pada sel yang dapat mempengaruhi fungsi dan kemampuan sistem tubuh. Kondisi penuaan akan menimbulkan berbagai perubahan pada masalah kesehatan pada populasi lansia baik masalah fisik maupun masalah psikologis (Miller, 2004). Masalah psikologis pada lansia dapat ditemukan pada lansia yang tinggal bersama keluarga ataupun tidak yang tinggal di masyarakat, di fasilitas pelayanan primer maupun pelayanan rawat inap. Keadaan ini menimbulkan munculnya banyak Institusi yang diperuntukkan untuk menampung orang –orang lanjut usia yang memerlukan, khususnya Lansia yang betul – betul tidak mempunyai sanak keluarga atau teman yang bersedia menerima mereka. Panti Werdha sebagai salah satu sarana pelayanan perawatan bagi para Lansia mempunyai peranan dalam mempertahankan status kesehatan Lansia. Lansia yang tinggal di Panti Werdha Budi Sosial mempunyai masalah kesehatan baik fisik maupun psikologis. Art therapy merupakan sebuah proses penyembuhan yang dilakukan dengan membuat sebuah karya seni yang kreatif. Art therapy juga suatu bentuk terapi yang bersifat ekspresif dengan menggunakan materi seni, seperti lukisan, kapur, spidol, dan lainnya, art therapy menggunakan media seni dan proses kreatif untuk membantu mengekspresikan diri, meningkatkan keterampilan coping individu, mengelola stress, dan memperkuat rasa percaya diri. Art therapy juga dapat diartikan sebagai kegiatan membuat sebuah karya seni untuk memenuhi kebutuhan psikologis dan emosional pada individu, baik pada individu yang memiliki kemampuan dalam seni ataupun yang tidak memiliki kemampuan dalam seni.. Kondisi ini menimbulkan masalah psikogeriatri yang harus dirawat oleh caregiver di Panti Werdha Budi Sosial. Saat ini lansia dengan masalah kesepian dapat menimbulkan masalah dalam panti, karena belum memiliki

ruangan khusus. Masalah yang muncul pada panti akibat adanya lansia dengan masalah kecemasan adalah pertengkaran pada lansia dengan gangguan jiwa yang cenderung melakukan perilaku kekerasan dan keributan pada lansia yang memiliki masalah halusinasi.

METODE

Kegiatan Art therapy sebagai upaya dalam Mengatasi Kesepian di Panti Wreda Budi Sosial Kota Batam. Wreda Budi Sosial memiliki 1 orang caregiver. Kegiatan pengabdian dilakukan dengan tahapan ; Pelaksanaan terapi aktivitas kelompok (TAK) *Art Therapy* pada lansia dengan masalah kesepian; kegiatan yang dilakukan yaitu memwarnai dan membuat gelang tangan dari manik-manik plastik. Sebelum dan setelah kegiatan TAK dalam bentuk *Art Therapy* lansia dilakukan pengukuran nilai kesepian dengan menggunakan instrumen UCLA Loneliness scale untuk lansia dengan masalah kesepian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberian intervensi art therapy memiliki banyak metode tergantung kondisi dan kemauan peneliti karena terapi ini bisa dikombinasikan dengan terapi lain seperti Juma'adil, (2016).

Kegiatan TAK Art therapy pada lansia di Panti Wreda Budi Sosial Kota Batam selama 4 hari berturut turut dapat menurunkan nilai kesepian dengan rata-rata 4,5. Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) merupakan kegiatan yang diberikan kelompok klien dengan maksud memberi terapi bagi anggotanya (Stuart & Sundeen, 1998). *The American Art Therapy Association* (AATA) mendefinisikan art therapy sebagai kegiatan yang dilakukan pada klien dengan masalah mental dengan menggunakan media yang artistik, dengan proses yang kreatif dan menghasilkan suatu kerajinan seni untuk mengeksplorasi perasaan, meningkatkan kesadaran diri, mengelola perilaku dan meningkatkan ketrampilan sosial, meningkatkan orientasi dan menurunkan kecemasan (*American Art Therapy Association, 2014*). Art Therapy adalah gabungan pendekatan psikoterapi dengan berdasarkan pada mind body, pada kegiatan ini klien lebih mampu untuk dapat mengekspresikan perasaan melalui sensori maupun kinestetik (Im, 2014). Art therapy juga bisa berdampak untuk

meningkatkan kesehatan lansia dengan mengurangi emosi negatif, meningkatkan konsep diri dan menurunkan kecemasan (Kim, 2013)

Dokumentasi Kegiatan





KESIMPULAN

Art therapy dapat menurunkan tingkat depresi pada lansia serta banyak digunakan di Indonesia maupun luar negeri terlihat dari banyaknya artikel-artikel yang membahas serta mengaplikasikannya, terapi ini bisa dilakukan secara berulang dan di jadwalkan sesuai kondisi pasien, serta untuk mengisi kekosongan waktu untuk lansia yang tinggal di panti dan peralatannya mudah didapat. Hasil pengabdian dapat menurunkan masalah psikogeriatrici khususnya kejadian kesepian pada lansia. Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) *Art Therapy* pada lansia dapat dilakukan setiap saat di panti werdha sebagai upaya dalam penatalaksanaan mengatasi kesepaian pada lansia di panti werdha. Pemberian terapi dalam beberapa minggu lebih efektif menurunkan tingkat kesepian dibandingkan dengan pemberian

1 kali terapi.

DAFTAR PUSTAKA

- American Art Therapy Association. (2014). Definition statement.
<http://www.arttherapy.org>
- Badan Pusat Statistik. (2015). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2015.
<http://www.bps.go.id>.
- Im, M. L., & Lee, J. I. (2014). Effects of art and music therapy on depression and cognitive function of the elderly. *Technology and Health Care*, 22(3), 453-458.
- Miller, C.A. (4th edition). (2004). *Nursing for wellness in Older adult: Theory and Practice..* Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins
- Kim, S. K. (2013). A randomized, controlled study of the effects of art therapy on older Korean-Americans' healthy aging. *The Arts in Psychotherapy*, 40(1): 158– 164
- Claudia Brisko (2018). Pengaruh Art Therapy Kaligrafi Terhadap Tingkat Depresi Lansia Panti Wreda Dharma Bhakti Surakarta. 1–9.
- Teng-Ching. (2019). Positive effects of art therapy on depression and self-esteem of older adults in nursing homes. *Social Work in Health Care*, 58(3), 324–338.
<https://doi.org/10.1080/00981389.2018.1564108>
- Juma'adil. (2016). Pengaruh Terapi Okupasi Aktivitas Menggambar Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Di Upt Panti Sosialtresna Werdha Mulia Dharma. Retrieved from
<http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatanFK/article/view/21995/17634>