

ART THERAPY SEBAGAI UPAYA PENATALAKSANAAN PSIKOGERIATRI DI PANTI WREDA DI KOTA SEMARANG

ART THERAPY AS ONE OF PSYCHO GERIATRIC MANAGEMENT AT NURSING HOMES

¹⁾Rita Hadi Widyastuti, ²⁾Nurullya Rachma, ³⁾Elis Hartati, ⁴⁾Artika Nurrahima, ⁵⁾Muhammad Mu'in, ⁶⁾Megah Andriany

^{1,2,3,4,5,6)}Devisi Keperawatan Jiwa dan Komunitas, Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang
Jln. Prof. Soedarto, SH., Tembalang, Semarang, Jawa Tengah
Email : ritahadi@fk.undip.ac.id

ABSTRAK

Jumlah Masalah psikogeriatri semakin meningkat di Indonesia. Penatalaksanaan psikogeriatri yang tidak tepat dapat menimbulkan dampak baik bagi lansia maupun caregiver yang merawatnya. Adapun tujuan dari kegiatan ini adalah (1) menurunkan masalah psikogeriatri khususnya kesepian pada lansia di panti wreda; (2) meningkatkan pengetahuan caregiver dalam melakukan Art therapy sebagai upaya dalam penatalaksanaan psikogeriatri di Panti Wreda; dan (3) meningkatkan ketrampilan caregiver dalam melakukan Art therapy sebagai upaya dalam penatalaksanaan psikogeriatri di Panti Wreda. Metode yang digunakan adalah pelaksanaan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Art Therapy pada lansia dengan masalah psikogeriatri khususnya kesepian, dan pelatihan dengan metode ceramah dan praktik melakukan TAK Art Therapy. Hasil pengabdian menunjukkan: (1) Kegiatan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Art Therapy pada lansia dapat menurunkan nilai kesepian dengan rata-rata 4,5 ; (2) Pelatihan dilakukan pada 15 caregiver dengan hasil terjadi peningkatan pengetahuan caregiver dengan mean 7,5 ; dan (3) peningkatan ketrampilan caregiver dalam penatalaksanaan psikogeriatri dengan mean 8. Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Art Therapy pada lansia dapat dilakukan oleh caregiver sebagai upaya dalam penatalaksanaan psikogeriatri di Panti Wreda.

Kata kunci : Lansia, Art Therapy, Psikogeriatri

ABSTRACT

Number of psycho geriatric problems is increasing in Indonesia. Incorrect psycho geriatric management can have an effect on both the elderly and caregiver. The objectives of this activities are (1) to decrease the problem of psycho geriatric, especially loneliness on elderly at nursing home; (2) to increase caregiver knowledge in performing Art therapy as an effort in the management of psycho geriatric at Panti Wreda; and (3) to improve caregiver skills in performing Art therapy as an effort in the management of psycho geriatric in Panti Wreda. The method used is the implementation of Group Activity Therapy Art Therapy on the elderly with psycho geriatric problems, especially loneliness, and training with lecture method and practice doing TAK Art Therapy. The results of activities indicate : (1) Group Activity Therapy Activities Art Therapy in elderly can decrease loneliness value by an average of 4.5; (2) The training was carried out on 15 caregivers with the result of increased caregiver knowledge with mean 7.5 ; and (3) increasing caregiver skill in psycho geriatric management with mean 8. Group Activity Therapy Art Therapy on elderly can be done by caregiver as an effort in psycho geriatric management in Panti Wreda.

Keywords: Elderly, Art Therapy, Psycho Geriatrics

Submitted : 19 Februari 2018 Revision: 16 April 2018 Accepted : 25 Juni 2018

PENDAHULUAN

Populasi penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia saat ini khususnya yang berusia diatas 60 tahun mengalami perkembangan yang sangat pesat. Pada tahun 2025 jumlah lansia yang ada di Indonesia diperkirakan mencapai 13,2 % dan menjadi 25,5% pada tahun 2050 (BPS, 2015). Hal ini merupakan suatu angka yang tinggi yang menunjukkan besarnya jumlah populasi Lansia di Indonesia. Semua orang akan mengalami masa tua atau lansia yang secara alami tidak dapat dihindarkan. 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. Jumlah lansia yang mengalami masalah gangguan jiwa yaitu 12% pada lansia yang tinggal di komunitas, 30% pada lansia di fasilitas pelayanan primer maupun pelayanan rawat inap dan 70% pada lansia yang tinggal di unit pelayanan sosial lanjut usia seperti panti wreda (Riskesdas, 2007 & Riskesdas, 2013).

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 Wreda sebagai salah satu sarana pelayanan perawatan bagi para Lansia mempunyai peranan dalam mempertahankan status kesehatan Lansia.

Lansia yang tinggal di Panti Wreda Harapan Ibu, Ngaliyan mempunyai masalah kesehatan baik fisik maupun psikologis. Hasil deteksi dini pada lansia didapatkan 20 lansia mengalami masalah depresi dan kesepian, 10 lansia mengalami gangguan kognitif sedang – berat dan 1 lansia dengan perilaku kekerasan dan halusinasi. Kondisi ini menimbulkan masalah psikogeriatri yang harus dirawat oleh *caregiver* di Panti Wreda Harapan Ibu, Ngaliyan. Saat ini lansia dengan masalah psikogeriatri masih tinggal bersama dengan lansia yang lain sehingga dapat menimbulkan masalah dalam wisma, karena belum memiliki ruangan khusus. Masalah yang muncul pada wisma akibat adanya lansia dengan masalah psikogeriatri adalah pertengkaran pada lansia dengan gangguan jiwa yang cenderung melakukan perilaku kekerasan dan keributan pada lansia yang memiliki masalah halusinasi.



Gambar 1. Lansia dengan masalah psikogeriatri di Panti Wreda Harapan Ibu, Ngaliyan

Lansia yang tinggal di Bapelsos Lansia Pucang Gading, Semarang mempunyai masalah kesehatan baik fisik maupun psikologis. Hasil deteksi dini pada lansia didapatkan 20 lansia mengalami masalah kesepian dan 27 lansia mengalami gangguan

kognitif sedang – berat. Kondisi ini menimbulkan masalah psikogeriatri yang harus dirawat oleh *caregiver* di Bapelsos Lansia Pucang Gading, Semarang. Saat ini lansia dengan masalah psikogeriatri diletakkan di wisma khusus tetapi ada beberapa yang tinggal bersama dengan lansia yang lain sehingga dapat menimbulkan masalah dalam wisma, misalnya pertengkaran pada lansia dengan gangguan jiwa yang cenderung melakukan perilaku kekerasan. Lansia dengan psikogeriatri hanya dipenuhi untuk kebutuhan fisik seperti makan, minum dan kebersihan diri. Untuk kebutuhan psikologis belum terpenuhi secara maksimal, misalnya lansia dengan masalah halusinasi hanya ditempatkan pada kamar khusus yang di kunci. Lansia dengan gangguan jiwa hanya melakukan rawat jalan di Rumah Sakit Jiwa, karena keterbatasan kapasitas rumah sakit maka untuk perawatan selanjutnya dilakukan di Bapelsos Lansia.

Hasil wawancara dengan *caregiver* didapatkan kendala pertama yang dihadapi oleh *caregiver* di Panti Wreda adalah dalam perawatan lansia dengan psikogeriatri adalah kesulitan dalam memberikan penatalaksanaan menyeluruh karena belum ada *caregiver* yang memiliki pengetahuan dan ketrampilan mengenai penatalaksanaan lansia dengan psikogeriatri .

Kendala kedua yaitu lansia yang mengalami gangguan psikogeriatri juga mengalami gangguan mobilisasi sehingga tidak bisa mengikuti kegiatan di ruang rekreasi. Panti belum memiliki sarana dan prasarana yang menunjang untuk melakukan terapi pada lansia dengan masalah psikogeriatri misalnya belum ada alat-alat untuk *art therapy* pada lansia. Belum ada kegiatan terapi aktivitas kelompok bagi lansia yang mengalami masalah psikogeriatri yang disertai dengan masalah gangguan mobilisasi.

Kendala ketiga adalah perbandingan jumlah *caregiver* dengan jumlah lansia yang tidak sesuai yaitu 1 *caregiver* : 4 lansia dan belum adanya panduan yang baku yang dapat memudahkan *caregiver* untuk dapat melakukan perawatan lansia dengan masalah psikogeriatri secara efisien dan terstruktur.



Gambar 2. Kondisi ruang lansia di panti wreda

Tujuan dari kegiatan pengabdian sesuai dengan kondisi Panti Wreda Harapan Ibu, Ngaliyan dan Bapelsos Lansia Pucang Gading, Semarang adalah (1) menurunkan masalah psikogeriatri khususnya kesepian pada lansia di panti wreda; (2) meningkatkan pengetahuan *caregiver* dalam melakukan *Art therapy* sebagai upaya dalam penatalaksanaan psikogeriatri di Panti Wreda; (3) meningkatkan ketrampilan *caregiver* dalam melakukan *Art therapy* sebagai upaya dalam penatalaksanaan psikogeriatri di Panti Wreda.

METODE KEGIATAN

Kegiatan *Art therapy* sebagai upaya dalam penatalaksanaan psikogeriatri di Panti Wreda bermitra dengan Panti Wreda harapan Ibu, Ngaliyan dan Bapelsos Lansia Pucang Gading. Panti Wreda Harapan Ibu, Ngaliyan memiliki 10 orang *caregiver* sedangkan

Bapelsos Lansia Pucang Gading memiliki 38 orang *caregiver*.

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan tahapan ; 1) Pelaksanaan terapi aktivitas kelompok (TAK) *Art Therapy* pada lansia dengan psikogeriatri dengan masalah kesepian; 2) pelatihan pelaksanaan TAK *Art Therapy* pada *caregiver*; dan 3) pembuatan buku panduan dalam melaksanakan TAK *Art Therapy* di Panti Wreda harapan Ibu, Ngaliyan maupun Bapelsos Lansia Pucang Gading.

Kegiatan terapi aktivitas kelompok (TAK) *Art Therapy* dilakukan pada lansia yang mengalami masalah psikogeriatri kesepian. Sebelum dan setelah kegiatan TAK *Art Therapy* lansia dilakukan pengukuran nilai kesepian dengan menggunakan instrumen *UCLA Loneliness scale*.

Metode pelatihan dilakukan dengan ceramah, tanya jawab, demonstrasi dan redemonstrasi oleh pihak *caregiver* serta praktik langsung pada lansia. Kegiatan pelatihan dilakukan dengan metode ceramah yang berisi tentang Mengenal demensia, Komunikasi pada lansia, Kesepian, Penatalaksanaan menjelang ajal, terapi aktivitas kelompok *Art therapy* pada lansia bagi lansia dengan masalah kesepian. Metode evaluasi untuk mengukur peningkatan pengetahuan *caregiver* dilaksanakan dengan pemberian soal sebelum dan sesudah pelaksanaan pelatihan (*pre-post test*). Kegiatan pelatihan juga dilakukan demostrasi tentang cara melakukan TAK *Art Therapy* lansia dengan masalah kesepian. Selanjutnya *caregiver* melakukan redemonstrasi oleh pihak *caregiver* serta praktik langsung pelaksanaan TAK *Art Therapy* pada lansia. Metode evaluasi untuk mengukur peningkatan ketrampilan *caregiver* dilaksanakan dengan mengukur ketrampilan *caregiver* sebelum dan setelah pelatihan dengan menggunakan lembar observasi yang berisi tentang standar

operasional prosedur (SOP) pelaksanaan TAK *Art Therapy*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah :

1. Penurunan nilai kesepian pada lansia setelah dilakukan TAK *art therapy*.

Kegiatan TAK *Art therapy* pada lansia di Panti Wreda Harapan Ibu selama 5 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 artristik, 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).



Gambar 3. Pelaksanaan TAK pada lansia yang mengalami masalah kesepian



Gambar 4. Hasil yang telah di buat kerajinan tangan saat TAK

2. Peningkatan pengetahuan dalam melakukan *Art therapy* sebagai upaya dalam penatalaksanaan psikogeriatri di Panti Wreda

Pelatihan pelaksanaan TAK *Art Therapy* pada *caregiver* yang meliputi pemberian materi tentang Mengenal demensia, Komunikasi pada lansia, Kesepian, Penatalaksanaan menjelang ajal, terapi aktivitas kelompok *Art therapy* pada lansia bagi lansia dengan masalah kesepian. Metode pelatihan dilakukan dengan ceramah, tanya jawab. Pelatihan yang dilakukan pada 15

caregiver dengan hasil terjadi peningkatan pengetahuan *caregiver* dengan mean 7,5.

Metode evaluasi untuk mengukur peningkatan kognitif *caregiver* dilaksanakan dengan pemberian soal sebelum dan sesudah pelaksanaan pelatihan (*pre-post test*). Sikula dalam Sumantri (2000) mengartikan pelatihan sebagai: “proses pendidikan jangka pendek yang menggunakan cara dan prosedur yang sistematis dan terorganisir. Para peserta pelatihan akan mempelajari pengetahuan dan keterampilan yang sifatnya praktis untuk tujuan tertentu. Pelatihan adalah suatu kegiatan untuk meningkatkan kinerja saat ini dan kinerja mendatang (Veithzal Rifai: 2004).

3. Peningkatan ketrampilan dalam melakukan *Art therapy* sebagai upaya dalam penatalaksanaan psikogeriatri di Panti Wreda

Pelatihan pelaksanaan TAK *Art Therapy* pada *caregiver* juga dilakukan praktik tentang terapi aktivitas kelompok pada lansia dan *Art therapy* bagi lansia dengan masalah kesepian. demonstrasi dan redemonstrasi oleh pihak *caregiver* serta praktik langsung pada lansia. Pelatihan yang dilakukan pada 15 *caregiver* dengan hasil terjadi peningkatan ketrampilan *caregiver* dalam penatalaksanaan psikogeriatri dengan mean 8.



Gambar 5. Pelatihan *caregiver*



Gambar 6. Praktik oleh *caregiver* dalam melakukan TAK *art therapy* pada lansia dengan masalah psikogeriatri



Gambar 7. Praktik oleh *caregiver* dalam melakukan TAK *art therapy* pada lansia dengan masalah psikogeriatri

Dessler dalam Sirait (2006) menyatakan bahwa pelatihan memberikan pegawai baru atau yang ada sekarang ketrampilan yang mereka butuhkan untuk melaksanakan pekerjaan.

SIMPULAN

Hasil pengabdian dapat menurunkan masalah psikogeriatri khususnya kejadian kesepian pada lansia. Kegiatan ini juga

meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan *caregiver* dalam melakukan TAK *Art therapy*. Pelaksanaan TAK *Art therapy* dapat dilakukan secara rutin oleh lansia dan *caregiver* sebagai alternatif dalam penatalaksanaan lansia dengan kesepian dengan menggunakan peralatan *art therapy*. Diperlukan tindak lanjut untuk memonitoring hasil pelatihan, misalnya dengan melakukan sarasehan atau diskusi secara berkelanjutan dengan para *caregiver* dalam penatalaksanaan psikogeriatri.

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.
- 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.
- Miller, C.A. (4th edition). (2004). *Nursing for wellness in Older adult: Theory and Practice..* Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins.
- RISKESDAS. (2007). Hasil RISKESDAS 2007. www.depkes.go.id
- RISKESDAS. (2013). Hasil RISKESDAS 2013. www.depkes.go.id

- Sirait, J.T., (2006). *Memahami Aspek-aspek Pengelolaan Sumber Daya Manusia Dalam Organisasi*. Jakarta. Grasindo.
- Sumantri, S. (2000), *Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia*, Bandung, Fakultas Psikologi Unpad.
- Stuart, G. W., Sundeen, JS., (edisi III). (1998). *Keperawatan jiwa* (Terjemahan), alih bahasa: Achir Yani Jakarta : EGC.
- Veithzal Rivai,. (2004). *Manajemen Sumber Daya Manusia Untuk Perusahaan*, Jakarta, PT. Raja Grafindo Persada