PENCEGAHAN GANGGUAN PSIKOSOSIAL LANJUT USIA PENERAPAN MODUL TERAPI AKTIFITAS KELOMPOK STIMULASI SENSORI

Yanni Karundeng, Maykel A. Kiling

Poltekkes Kemenkes Manado

e-Mail : [karundengyanni@gmail](mailto:karundengyanni@gmail.com)

ABSTRAK

Latar Belakang : Proses menua di dalam perjalanan hidup manusia merupakan suatu hal wajar yang akan di alami semua orang yang di karuniai umur panjang, hanya lambat cepatnya proses tersebut bergantung pada masing-masing individu yang bersangkutan. Secara individu, terjadi proses penuaan secara alamiah. Hal ini akan menimbulkan masalah fisik, mental, sosial, ekonomi dan psikologis. Masalah psikologis yang terjadi pada lanjut usia salah satunya adalah gangguan psikososial seperti ketergantungan pada orang lain, mengisolasi diri atau menarik diri dari kegiatan kemasyarakatan. klien yang tidak mau mengungkapkan komunikasi verbal akan terstimulasi emosi dan perasaannya, serta menampilkan respons, pemberian terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris. **Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris terhadap gangguan psikososial lanjut usia. **Metode :** Jenis penelitian ini menggunakan rancangan quasi eksperimental design : Non equivalent control group design dengan teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling terhadap 20 responden yang dibagi dalam 10 lansia untuk kelompok eksperimen dan 10 lansia untuk kelompok kontrol. Teknik pengumpulan data melalui observasi dan wawancara. **Hasil:** terdapat perbedaan nilai p dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dimana pada kelompok eksperimen harga $p = 0,000$ lebih kecil dari 0,05 dan pada kelompok kontrol $p = 0,317$. **Kesimpulan :** hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris terhadap gangguan psikososial pada kelompok intervensi. Sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris tidak berpeluang mengalami penurunan gangguan psikologis.

Kata kunci: Terapi Aktifitas Kelompok; Psikososial; Lanjut Usia

PREVENTION OF FURTHER PSYCHOSOCIAL DISORDERS OF THE APPLICATION OF THE MODULE OF THERAPY ACTIVITIES IN THE SENSORY STIMULATION GROUP

Yanni Karundeng, Maykel A. Kiling

Poltekkes Kemenkes Manado

e-Mail : [karundengyanni@gmail](mailto:karundengyanni@gmail.com)

ABSTRACT

Background: The process of aging in the course of human life is a natural thing that will be experienced by all those who are blessed with long life, only the speed of the process depends on the individual concerned. Individually, the natural aging process occurs. This will cause physical, mental, social, economic and psychological problems. Psychological problems that occur in the elderly one of which is psychosocial disorders such as dependence on

others, isolate themselves or withdraw from social activities. clients who do not want to express verbal communication will be stimulated emotions and feelings, and display responses, providing sensory stimulation group activity therapy. **Aims** : to determine the effect of sensory stimulation group activity therapy on elderly psychosocial disorders. **Method**: This research uses a quasi-experimental design: Non equivalent control group design with a sampling technique that is purposive sampling of 20 respondents divided into 10 elderly for the experimental group and 10 elderly for the control group. Data collection techniques through observation and interviews. **Results**: there is a difference in the p value of the experimental group and the control group, where in the experimental group the price of $p = 0,000$ is less than 0.05 and in the control group $p = 0.317$. **Conclusion**: this shows that there is a therapeutic effect of sensory stimulation group activity on psychosocial disorders in the intervention group. Whereas in the control group who were not given therapeutic activity the sensory stimulation group had no chance of experiencing a decrease in psychological disorders.

Keywords: Group Activity Therapy; Psychosocial; Elderly

PENDAHULUAN

Seiring dengan keberhasilan pemerintah dalam pembangunan nasional, telah mewujudkan hasil yang positif diberbagai bidang, yaitu adanya kemajuan ekonomi, perbaikan lingkungan hidup, kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, terutama di bidang medis atau ilmu kedokteran sehingga dapat meningkatkan kualitas kesehatan penduduk yang berusia lanjut meningkat dan bertambah cenderung lebih cepat. (Nugroho W, 2008)

Berdasarkan laporan data demografi penduduk Internasional yang dikeluarkan oleh Bureau of the Census USA bahwa di Indonesia pada kurun waktu tahun 1990 - 2025 akan terjadi kenaikan jumlah lanjut usia sebesar 414 %, suatu angka kenaikan tertinggi di seluruh dunia. Adanya peningkatan jumlah lansia, masalah

kesehatan yang dihadapi bangsa Indonesia menjadi semakin kompleks, terutama yang berkaitan dengan gejala penuaan. (Sihurian P, 2007)

Di Indonesia berdasarkan data sensus penduduk menunjukkan jumlah lansia tahun 2010 sebanyak 18,1 juta jiwa (7,6 persen dari total populasi), tahun 2014 meningkat menjadi 20,24 juta jiwa (8,03 persen populasi), dan diperkirakan akan mencapai 36 juta jiwa pada 2025. Di Propinsi Sulawesi Utara lanjut usia berjumlah 191.853 jiwa yang terdiri dari laki-laki 88.180 jiwa dan perempuan 103.673 jiwa. ([Http://www.Data Statistik Indonesia 2017.com/](http://www.DataStatistikIndonesia2017.com/))

Proses menua di dalam perjalanan hidup manusia merupakan suatu hal wajar yang akan dialami semua orang yang dikaruniai umur panjang, hanya lambat cepatnya proses tersebut bergantung

pada masing-masing individu yang bersangkutan. Secara individu, pada usia di atas 55 tahun terjadi proses penuaan secara alamiah. Hal ini akan menimbulkan masalah fisik, mental, sosial, ekonomi dan psikologis. (Nugroho W, 2008)

Lansia banyak mengalami kemunduran dari segi fisik , psikologi, social, ekonomi, kesehatan. Oleh karena itu diperlukan perhatian dan penanganan yang lebih baik, seperti yang tercantum dalam Undang-undang Nomor 13 tagun 1998 tentang kesejahtraan lanjut usia.

Hal-hal yang dapat menimbulkan gangguan keseimbangan sehingga membawa lansia kearah kemerosotan yang progresif terutama aspek psikologis dan sosial, misalnya bingung, panik, depresi, apatis, kematian pasangan hidup, berurusan dengan pihak hukum atau trauma psikis dan tidak mau bergaul. Keadaan itu berpotensi menimbulkan masalah kesehatan secara umum maupun kesehatan jiwa secara khusus pada lansia. Di antaranya adalah secara psikososial yaitu ketergantungan pada orang lain, mengisolasi diri atau menarik diri dari kegiatan kemasyarakatan. Hal lain yang dapat terjadi adalah timbulnya gangguan keseimbangan (Homeostasis) sehingga membawa lansia kearah kerusakan/ kemerosotan (Deteriorisasi) yang progresif

terutama aspek psikologis yang mendadak, misalnya bingung, panic, depresif, apatis, dan sebagainya. (Sihurian P, 2007)

Melihat masalah – masalah yang telah dikemukakan sudah sewajarnya bahwa kelompok lansia perlu mendapat pembinaan untuk meningkatkan derajat kesehatan dan mutu kehidupan untuk mencapai masa tua yang bahagia dan berguna bagi kehidupan keluarga dan masyarakat sesuai dengan eksistensinya dalam strata kemasyarakatan. Salah satu upaya untuk meningkatkan derajat kesehatan dan mutu kesehatan lansia adalah dengan menerapkan terapi aktivitas kelompok. Terapi aktifitas Kelompok (TAK) lansia merupakan salah satu cara agar lansia berpartisipasi aktif dalam kegiatan yang dapat mempengaruhi psikososialnya.(Juniati S, 2011)

Terapi aktivitas kelompok merupakan salah satu terapi modalitas yang dilakukan perawat terhadap sekelompok klien yang mempunyai masalah keperawatan yang sama. Aktivitas digunakan sebagai terapi, dan kelompok digunakan sebagai target asuhan. Di dalam kelompok terjadi dinamika interaksi yang saling bergantung, saling membutuhkan, dan menjadi laboratorium tempat klien berlatih perilaku baru yang adaptif untuk

memperbaiki perilaku lama yang maladaptif. (Keliat B A, 2015)

Dengan berbagai permasalahan ini penulis memfokuskan penelitian di Panti Agape Tondano dan Panti Debora Tondano. Berdasarkan survey awal yang diperoleh pada bulan Desember 2017, terdapat 24 orang jumlah lansia di Panti Agape dan 35 orang di Panti Debora Tondano. Berdasarkan observasi dan wawancara langsung yang dilakukan peneliti pada survey awal ternyata terdapat 6 lanjut usia yang sering marah-marah, lansia yang mengalami ketergantungan, lansia yang mengalami depresi, lansia yang merasa sedih karena kehilangan keluarga terdekat. Lansia tersebut ternyata kurang mendapat kunjungan dari keluarga, baru saja di tinggal oleh sanak keluarga terdekat, lansia yang ekonominya rendah, lansia yang masih lajang, lansia yang hidup sendiri, lansia yang baru saja berada dipanti dan sebagainya. Terapi aktivitas kelompok : Stimulasi sensoris baik dilakukan pada lanjut usia untuk mengatasi masalah-masalah pada lanjut usia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasi eksperiment design with pre - post test control group*. Bentuk rancangan ini adalah sebagai berikut (Notoatmodjo, 2012). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan cara purposive sampling. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 40 responden yang terdiri dari 20 responden untuk kelompok intervensi dan 20 responden untuk kelompok control. Penelitian dilaksanakan di Panti Werda Agape dan Debora Tondano. Pengumpulan data ini dilakukan dengan menggunakan teknik observasi dan wawancara terbimbing. Lembar observasi gangguan psikososial lanjut usia. Teknik pengolahan data dengan analisis univariat untuk mendeskripsikan setiap variable yang diteliti. Analisis bivariate dilakukan untuk mengetahui bentuk hubungan kedua variable. Uji yang digunakan “Uji ranking” bertanda Wilcoxon dengan statistik Z, dimana kaidahnya : Harga z hitung lebih besar dari z tabel maka H_0 ditolak dan H_a diterima apabila $p < 0.05$.

HASIL

Penyajian data diawali dengan hasil analisis univariat terhadap karakteristik

responden yang meliputi : umur, jenis kelamin disajikan pada tabel 1 – 3 berikut ini :

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Data Demografi Responden di Panti Agape dan Debora Tondano

Variabel	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol		Total	%
	F	%	F	%		
Umur (tahun)						
– 60-74	11	55	14	70	25	62,5
– 75-90	9	45	6	30	15	37,5
Jenis Kelamin						
– Laki-laki	4	20	5	25	9	22,5
– Perempuan	16	80	15	75	31	77,5

Berdasarkan tabel di atas bahwa umur 60-74 tahun merupakan kelompok umur terbanyak dalam sampel ini yaitu 62,5

% dan jenis kelamin terbanyak yaitu perempuan sebanyak 31 responden (77,5%).

Tabel 2 Hasil Analisis pengaruh terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris terhadap gangguan psikososial lanjut usia kelompok intervensi

No	Hasil	Tanda Jenjang	N	%	z	Asymp.sig (2-tailed)
1	Posttest-pretest	Ranking	0	0	-3.903	0,000
	Gangguan	Negatif	19	95		
	Psikososial	Ranking	1	5		
	Lansia	Positif	20	100		
	Kelompok Intervensi	Tetap Total				

Pada tabel 4.2 menunjukan bahwa 20 orang responden, yang menunjukkan nilai posttest < pretest (ranking negatif) berjumlah 0 responden atau 0 %, dan nilai posttest > pretest (ranking positif)

berjumlah 19 responden yaitu 95% dan nilai posttest = pretest berjumlah 1 responden atau 5 %. Dari hasil uji ranking bertanda wilcoxon dengan menggunakan statistik z didapatkan nilai z -3.903 dengan

taraf kesalahan 0,05 dan tingkat <0,05.

kepercayaan 95 % maka nilai $p = 0,000$

Tabel 3 Hasil Analisis pengaruh terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris terhadap gangguan psikososial lanjut usia kelompok kontrol

No	Hasil	Tanda Jenjang	N	%	Z	<i>Asymp.sig (2- tailed)</i>
1	Posttest-pretest	Ranking	1	5	1.000	0,317
	Gangguan	Negatif	3	15		
	psikososial	Ranking	16	80		
	lanjut usia	Positif	20	100		
	kelompok kontrol	Tetap Total				

Pada tabel 4.3 menunjukkan bahwa 20 orang responden, yang menunjukkan nilai posttest < pretest (ranking negatif) berjumlah 1 orang atau 5 %, dan nilai posttest > pretest (ranking positif) berjumlah 3 orang yaitu 15% dan nilai posttest = pretest berjumlah 16 responden atau 80 %. Dari hasil uji ranking bertanda wilcoxon dengan menggunakan statistik z didapatkan nilai z -1,000 dengan taraf kesalahan 0,05 dan tingkat kepercayaan 95 % maka nilai $p = 0,317 > 0,05$.

Adapun untuk mengetahui hasil analisa pengaruh terapi aktivitas kelompok stimulasi sensori terhadap gangguan psikososial lanjut usia dilakukan uji statistik Z dengan kemaknaan $p = 0,05$

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 menunjukkan bahwa terdapat 2 kategori umur yaitu lanjut usia (Elderly) berumur antara 60 - 74 tahun dan lanjut usia tua (Old) berumur antara 75 - 90 tahun menurut WHO (Nugroho, 2012). Menurut Nugroho (2012) bahwa dengan bertambahnya usia, seseorang secara berangsur-angsur mulai melepaskan diri dari kehidupan sosialnya atau menarik diri dari pergaulan sekitarnya sehingga mengakibatkan interaksi sosial lanjut usia

menurun. Lumban Tobing (2001) juga mengemukakan bahwa semakin tuanya umur seseorang akan cenderung mengarah pada suatu kondisi/ keadaan yang dapat menyebabkan gangguan psikososial.

Dari hasil penelitian menunjukkan kelompok eksperimen berdasarkan jenis kelamin perempuan Menurut Stanley M (2002), lebih banyak perempuan yang berusia di atas 65 tahun dibanding pria karena umur wanita lebih panjang dari pria. Salah satu factor yang mempengaruhi gangguan psikososial adalah jenis kelamin. Pola komunikasi perempuan berbeda dengan laki-laki. Perempuan lebih cenderung memikirkan masalahnya dan kurang mengkomunikasikan dengan orang lain sehingga emosi labil yang sering mengakibatkan gangguan psikososial. Depresi merupakan kelainan alam perasaan yang bias menyebabkan hilangnya minat dan kesenangan dalam beraktifitas.

Dalam penelitian ini peneliti memberikan terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris sebanyak 3 kali, masing-masing terapi terbagi atas 3 sesi yang diberikan selama 1 hari. jarak pemberian

terapi selama 3 hari. Pada hari ke-9 setelah pemberian terapi, peneliti melakukan observasi gangguan psikososial pasca intervensi (posttest).

Penurunan gangguan psikososial lanjut usia sesungguhnya tidak lepas dari pemberian terapi aktifitas kelompok simulasi sensori. Sehingga gangguan psikososial menunjukkan adanya perubahan setelah diberikan terapi aktifitas kelompok simulasi sensori. Hal ini sudah dibuktikan peneliti bahwa dengan pendekatan keperawatan, pemberian terapi aktifitas kelompok stimulasi sensori telah membawahkan hasil.

Penelitian ini yang telah dilakukan di di Panti Agape dan Debora Tondano dengan hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Ranks Test* pada responden terdapat pengaruh yang signifikan dimana nilai *p-value* = 0,000 ($\alpha = 0,05$), yang berarti H_0 ditolak. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini menunjukkan adanya penurunan gangguan psikososial sebelum dan sesudah diberikan terapi aktifitas kelompok simulasi sensori.

Penelitian yang dilakukan Nurafifah tentang “terapi aktifitas kelompok simulasi sensori terhadap tingkat depresi

lansia)” di dapatkan hasil nilai $P=0,000$ bahwa terdapat pengaruh terapi aktifitas kelompok simulasi sensori terdapat penurunan depresi lanjut usia..

Menurut Stanley M (2002), Gangguan psikososial (kesepian dan depresi) merupakan masalah umum bagi sebagian besar penghuni panti werdha, terutama bagi mereka yang memiliki derajat imobilitas dan mereka yang hanya memiliki sedikit pengunjung dan tidak memiliki sistem pendukung yang lain. *Reminiscence* (terapi dengan mengingat masa lalu), memotivasi kembali, musik dan kelompok aktivitas yang lain dapat sangat membantu mengurangi gangguan psikososial (depresi dan kesepian). Gangguan psikososial merupakan ketidakmampuan seseorang dalam menghadapi perubahan-perubahan dalam hidupnya. Menurut kuntjoro (2002) pada umumnya setelah orang memasuki lanjut usia maka ia mengalami penurunan fungsi kognitif (proses belajar, persepsi, pemahaman, pengertian, perhatian) dan psikomotor (meliputi hal-hal yang berhubungan dengan dorongan kehendak seperti gerakan, tindakan, koordinasi) sehingga menyebabkan reaksi dan perilaku lansia menjadi semakin lambat

dan menjadi kurang cekatan. Terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris merangsang panca indera untuk mengekspresikan apa yang dirasakan oleh lansia sehingga meningkatkan fungsi kognitif dan psikomotor lansia yang menyebabkan reaksi dan perilaku lansia lebih aktif dan cekatan, dengan demikian akan mengurangi gangguan psikososial lansia.

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 4.4 terdapat perbedaan nilai p dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dimana pada kelompok eksperimen harga $p = 0,000$ lebih kecil dari $0,05$ dan pada kelompok kontrol $p = 0,317$. hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris terhadap gangguan psikososial pada kelompok intervensi. Sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris tidak berpeluang mengalami penurunan gangguan psikologis. Hal ini sesuai dengan teori bahwa biasanya klien yang tidak mau mengungkapkan komunikasi verbal akan terstimulasi emosi dan perasaannya, serta menampilkan respons, pemberian terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris

adalah agar klien mampu mengekspresikan perasaannya (B A Keliat, 2015). Jadi, dengan mengekspresikan perasaan melalui terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris dapat mengurangi gangguan psikososial lanjut usia. Hal ini sejalan dengan penelitian Nurafifah (2012) bahwa terdapat penurunan tingkat depresi lanjut usia setelah diberikan tindakan terapi aktifitas kelompok simulasi sensori.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris terhadap gangguan psikososial lanjut usia .

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul, A. 2007. Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah. Salemba Medika. Jakarta.
- Keliat, B A. 2015. Keperawatan Jiwa (Terapi Aktivitas Kelompok). Edisi 2. EGC. Jakarta.
- Notoadmodjo, S. 2012. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Salemba Medika. Jakarta.
- Nugroho, W. 2008. Keperawatan Gerontik Edisi 3. EGC. Jakarta.
- Nursalam. 2003. Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu

Keperawatan. Salemba Medika.
Jakarta.

Stanley, M. 2006. Buku Ajar Keperawatan
Gerontik Edisi 2. EGC. Jakarta

Sugiyono. 2015. Statistik Untuk Penelitian.
Alfabeta. Bandung

Stuart dan Laraia (2005). *Principles And
Practice Of Psychiatric Nursing*.
Mosby Company, USA

Suliswati, Dkk. 2015. Konsep Dasar
Keperawatan Kesehatan Jiwa.
EGC. Jakarta.

Yosep, I, 2007, Keperawatan Jiwa, Rethika