

**PENGARUH TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT DEPRESI PADA
LANSIA DI PANTI WREDHA BUDHI DHARMA
PONGGALAN UMBULHARJO
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan Pada
Program Pendidikan Ners-Program Sudi Ilmu Keperawatan
Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah
Yogyakarta



Disusun oleh :
TUR WAHYUNI
NIM : 0402R00161

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIAH
YOGYAKARTA
TAHUN 2010**

HALAMAN PENGESAHAN

**THE EFFECT OF GROUP ACTIVITY THERAPY TO THE
REDUCTION OF DEPRESSION LEVEL AMONG ELDERS
IN BUDHI DHARMA RETIREMENT HOME,
PONGGALAN, UMBULHARJO, YOGYAKARTA**

**PENGARUH TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT DEPRESI PADA
LANSIA DI PANTI WREDHA BUDHI DHARMA
PONGGALAN UMBULHARJO
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Oleh :

TUR WAHYUNI
NIM : 0402R00161

Telah Disetujui oleh Pembimbing pada tanggal : 07 Juli 2010

Pembimbing



Suryani, S.Kep., Ns

**THE EFFECT OF GROUP ACTIVITY THERAPY TO THE REDUCTION OF
DEPRESSION LEVEL AMONG ELDERS IN BUDHI DHARMA RETIREMENT
HOME, PONGGALAN, UMBULHARJO, YOGYAKARTA**

2010¹

Tur Wahyuni², Suryani³

ABSTRACT

Background group of elders is seen as a group of people with high risk of health problems. Nursing problems that is so obvious in this group is depression. Elder with depression will have problems in dealing with his daily activities. This situation requires attention and special management, so that depression among elders can be handled and they get better life quality. Group activity therapy is a form of group therapy to increase quality of life among elder group that live with depression.

Aim of the research to discover the effect of group activity therapy to the reduction of depression level among elders in Budhi Dharma retirement home, Ponggalan, Umbulharjo, Yogyakarta.

Method of the research this research emploted quasi experiment method. It implemented pre test - post test one group design without comparing or control group with GDS questionnaire measurement. Sampling technique used in this research was purposive sampling. The research conducted in May 2010. Subject of the research was elders with depression and lived Budhi Dharna retirement home in Ponggalan, Umbulharjo, Yogyakarta. The data was analyzed with t-test formula.

Results pre test questionnaire in group activity therapy on elders' depression resulted in 17.8571 and post test questionnaire in group activity therapy on elders' depression resulted in 9.4286. statistic test with paired t-test shows t score as 3.290 and significane rate (p) 0.017 is lower than 0.05 ($0.017 < 0.05$), so that it can be coculded that there is effect of group activity therapy to the reduction of depression level among eldes in Budhi Dharma retirement home, Ponggalan, Umbulharjo, Yogyakarta in 2010.

Suggestion Budhi Dharma retirement home in Ponggalan, Umbulharjo, Yogyakarta is expected to give services for elders in form of therapies, both group activity therapy and other therapy, as well us useful and regular activities to reduce depression among elders.

Key word : Group Activity Therapy, Depression, Elders.
Bibliography : 22 books (1996-2008)
The number of pages : 68 pages

¹Title of Graduating Paper

²Student of Nursing Department, 'Aisyiyah School of Health Sciences

³Lecture, 'Aisyiyah School of Health Sciences

LATAR BELAKANG

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 dibidang medis atau ilmu kedokteran sehingga dapat meningkatkan kualitas kesehatan penduduk serta meningkatkan umur harapan hidup manusia. Akibatnya jumlah penduduk yang berusia lanjut meningkat dan bertambah cenderung lebih cepat (Nugroho, 2000).

Di Amerika, jumlah penduduk yang berusia lebih dari 60 tahun pada tahun 2000 mencapai 15,3 juta jiwa sekitar 7,4% dari jumlah penduduk sekitar. Di Indonesia pada tahun 2005 jumlah penduduk yang berusia lebih dari 60 tahun mencapai 19,9 juta jiwa atau 8,48% dari jumlah penduduk (Mangoenprasodjo, 2005). Di daerah Yogyakarta sendiri jumlah penduduk lansia yang berumur 60 tahun atau lebih dari tahun ketahun mengalami peningkatan, yaitu pada tahun 2005 sebesar 6,13% dan pada tahun 2007 mencapai 9,2% dari total jumlah penduduk daerah Yogyakarta (Anonim, 2008, serangkaian kegiatan lansia di Yogyakarta, www.promosikesehatan.com. diperoleh tanggal 15 Maret 2009).

Depresi adalah salah satu bentuk gangguan jiwa pada alam perasaan (afektif, mood) yang ditandai kemurungan, kesedihan, kelesuan, kehilangan gairah hidup, tidak ada semangat, dan merasa tidak berdaya, perasaan bersalah atau berdosa, tidak berguna dan putus asa (Yosep, 2007). Penyebab depresi pada lansia merupakan interaksi faktor biologik, psikologik, dan sosial. Depresi pada lansia ini lebih dominan disebabkan karena faktor sosial yaitu lansia mengalami kesepian, karena banyak lansia yang

ditinggal sendirian dirumah oleh keluarganya untuk bekerja, sekolah, dll. Hasil survey salah satu peneliti di Amerika menyatakan sekitar 50% sampai 75% lansia di dunia mengalami depresi. Angka kejadian depresi di Indonesia pada lansia mencapai 30%, sedangkan di Yogyakarta sendiri kejadian depresi hampir mencapai 32% dari jumlah penduduk lansia di Yogyakarta (Anonim, 2007, kesehatan lansia menurun akibat kesepian, www.resep.web.id. diperoleh tanggal 15 Maret 2009).

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka dapat dirumuskan masalah "Apakah ada pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap tingkat depresi lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Umbulharjo Yogyakarta tahun 2010"

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan rancangan *pretest-post test one group design* tanpa kelompok pembanding atau kontrol, sebelum dilakukan perlakuan peneliti melakukan observasi pertama (*pretest*) untuk mengetahui tingkat depresi sehingga memungkinkan peneliti mengetahui perbedaan tingkat depresi lansia setelah dilakukan post test. Jenis penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan pendekatan *cross-sectional* yaitu suatu metode pengambilan data yang dilaksanakan pada suatu waktu yang sama dengan subjek yang berbeda, metode ini bertujuan agar diperoleh data yang lengkap dalam waktu yang relatif cepat (Arikunto, 2006).

Penentuan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode *purposive Sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan

pertimbangan tertentu sesuai yang dikehendaki peneliti (Setiadi, 2007). Dalam mengumpulkan data, peneliti menghubungi subjek yang memenuhi kriteria sebagai responden serta masih termasuk dalam populasi. Jumlah total sampel yang diteliti sebanyak 7 lansia.

Pengukuran tingkat depresi dalam penelitian ini menggunakan *Geriatric Depression Scale* (GDS) yaitu instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat depresi pada lansia, yang dirancang oleh Brink dan Yesavage (1995) khusus untuk populasi lansia.

Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi yaitu :

- a. Lansia yang mengalami depresi dan dapat mengikuti jalannya proses penelitian dari awal sampai akhir.
- b. Lansia yang bisa baca tulis dan dapat diajak komunikasi verbal.

HASIL PENELITIAN

Gambaran Umum Tempat Penelitian

Panti Werdha Budhi Dharma berdiri sejak tahun 1952. Semula berlokasi di Jalan Solo No 63 (sekarang Hotel Sri Manganti) dengan nama Panti Jompo Budhi Dharma. Saat itu panti masih bersifat umum dan dapat menerima hampir semua penyandang masalah sosial mulai dari anak jalanan, gelandangan, pengemis, tuna susila, tuna wisma dan lanjut usia terlantar.

Setelah berjalan 15 tahun, pemerintah memisahkan penghuni panti menurut kelompoknya. Khusus untuk lanjut usia/ lansia terlantar ditempatkan di kampung

Tegalendu Kecamatan Kotagede. Tepatnya pada tanggal 15 Agustus 1967 diganti dengan nama Panti Werdha Budhi Dharma (PEBD) dengan status menyewa. Sepuluh tahun kemudian, keberadaan panti dipindah lagi ke areal resmi milik Pemda yaitu di Ponggalan UH 7/203 DIY hingga sekarang.

Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini adalah usia lanjut yang memiliki usia lebih dari 60 tahun. Latar belakang pendidikan responden juga bervariasi, sebagian besar responden mempunyai latar belakang pendidikan SD yaitu 4 orang dan 3 orang dengan latar belakang pendidikan SMA. Jenis kelamin keseluruhan responden adalah perempuan, dan semua responden berstatus janda.

Analisa Hasil Penelitian

1. Tingkat depresi pada lansia sebelum dilakukan terapi aktivitas kelompok

Sebelum dilakukan terapi aktivitas kelompok sebagian responden yang mengalami depresi ringan yaitu 2 orang (28,6%), depresi sedang yaitu 4 orang (57,1%) sedangkan responden yang paling sedikit mengalami depresi berat yaitu 1 orang (14,3%).

Responden yang sebagian besar mengalami depresi sedang dapat disebabkan karena pengalaman hidupnya yang kurang menyenangkan dan lebih banyak menimbulkan stres.

Responden yang mengalami depresi berat dapat disebabkan karena responden yang sudah tua dan hidup sendiri tanpa adanya suami atau keluarga yang

mendampinginya. Usia yang telah lanjut sedikit banyak memberikan pengaruh terhadap gambaran masa depan, apalagi jika dijalani seorang diri tanpa adanya suami yang biasa mendampingi setiap saat. Hal tersebut menjadikan beban hidup yang dirasakan responden semakin berat.

Kaplan (1997) menyebutkan bahwa peristiwa kehidupan yang menyebabkan stres, lebih sering mendahului episode pertama gangguan mood dari episode selanjutnya. Para klinis mempercayai bahwa peristiwa kehidupan memegang peran utama dalam depresi.

2. Tingkat depresi pada lansia setelah dilakukan terapi aktivitas kelompok

Setelah dilakukan terapi aktivitas kelompok sebagian besar responden mengalami depresi ringan yaitu 5 orang (71,4%) dan yang paling sedikit mengalami depresi sedang yaitu 2 orang (28,6%).

Responden yang telah mendapatkan terapi aktivitas kelompok menyadari bahwa dirinya tidak sendiri, masih banyak teman-teman yang mengalami nasib yang sama dengan dirinya. Hal tersebut memberikan motivasi kepada responden untuk menerima keadaan dirinya apa adanya sehingga mengalami penurunan tingkat depresi dari sedang menjadi ringan.

Responden yang tetap mengalami depresi sedang setelah dilakukan terapi aktivitas kelompok dapat disebabkan karena, sebelumnya responden telah mengalami peristiwa-peristiwa yang membuatnya depresi. Selama melakukan terapi aktivitas kelompok kemungkinan responden semakin teringat dengan peristiwa yang membuatnya depresi sehingga terapi aktivitas kelompok tidak lagi menjadi terapi untuk menurunkan tingkat depresi tetapi semakin menambah tingkat depresi.

Keliat dan Akemat (2004), terapi aktivitas kelompok merupakan salah satu terapi modalitas yang dilakukan perawat kepada sekelompok klien yang mempunyai masalah keperawatan yang sama.

3. Pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap penurunan tingkat depresi pada lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Umbulharjo Yogyakarta

Tingkat depresi sebelum (pretest) terapi aktivitas kelompok sebagian responden yang mengalami depresi ringan yaitu 2 orang (28,6%), depresi sedang yaitu 4 orang (57,1%) sedangkan responden yang paling sedikit mengalami depresi berat yaitu 1 orang (14,3%). Sedangkan tingkat depresi setelah (posttest) terapi aktivitas kelompok sebagian besar responden mengalami depresi ringan yaitu 5 orang (71,4%) dan yang paling sedikit mengalami depresi sedang yaitu 2 orang (28,6%). Hal ini menunjukkan ada perbedaan tingkat depresi sebelum (pretest) dan setelah (posttest) dilakukan tindakan terapi aktivitas kelompok.

Adanya pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap penurunan tingkat depresi menunjukkan bahwa dibutuhkan terapi untuk menurunkan tingkat depresi. Terapi tersebut disesuaikan dengan penyebab depresi yang dialami responden. Terapi aktivitas kelompok yang dimaksudkan untuk mengurangi tingkat depresi menjadikan responden mengalami depresi yang lebih ringan dan memberikan persepsi yang berbeda terhadap responden dalam mensikapi depresi yang dialaminya.

PEMBAHASAN

1. Tingkat depresi pada lansia sebelum dilakukan terapi aktivitas kelompok

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan terapi aktivitas kelompok sebagian responden mengalami depresi sedang yaitu 4 orang (57,1%) sedangkan responden yang paling sedikit mengalami depresi berat yaitu 1 orang (14,3%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semua responden berstatus janda dan berusia lebih dari 60 tahun.

Gangguan depresi pada usia lanjut adalah suatu problem klinis dan kesehatan umum yang masih jauh dari sentuhan medis, sosial dan ekonomi. Selain menimbulkan penderitaan yang bermakna bagi kaum lansia, gangguan depresi dapat mengeksaserbasi morbiditas dan disabilitas (*disability*), yang pada gilirannya dapat menyebabkan disrupsi dalam suatu keluarga seperti yang telah dinyatakan oleh Suparto (2001).

Menurut Nugroho (2000), lansia yang mengalami depresi dapat menunjukkan beberapa gejala-gejala yang umum diantaranya adalah : pandangan kosong, kurang atau hilangnya perhatian diri, orang lain atau lingkungan, inisiatif kurang, ketidakmampuan untuk konsentrasi, aktivitas menurun, kurangnya nafsu makan, mengeluh tidak enak badan dan kehilangan semangat, sedih atau cepat capai disepanjang waktu, susah tidur dimalam hari.

Menurut Maurus (2007), Rata-rata usia lansia yang onset untuk gangguan depresi berat adalah lebih dari 60 tahun. Lebih lanjut Maurus (2007) menjelaskan bahwa pada umumnya, gangguan depresi berat terjadi paling sering pada orang yang tidak memiliki hubungan interpersonal yang erat atau bercerai. Lansia yang hidup

sendiri atau ditinggal pasangannya lebih rentan terjadinya depresi, depresi ini dapat terjadi sekitar 60% pada lansia yang ditinggal pasangannya.

2. Tingkat depresi pada lansia setelah dilakukan terapi aktivitas kelompok

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah dilakukan terapi aktivitas kelompok sebagian besar responden mengalami depresi ringan yaitu 5 orang (71,4%) dan yang paling sedikit mengalami depresi sedang yaitu 2 orang (28,6%). Menurut Maryam, dkk (2008), terapi aktivitas kelompok bertujuan untuk meningkatkan kebersamaan, bersosialisasi, bertukar pengalaman, dan mengubah perilaku sebagaimana dinyatakan.

Kaplan (1997) menyebutkan bahwa peristiwa kehidupan yang menyebabkan stres, lebih sering mendahului episode pertama gangguan mood dari episode selanjutnya. Para klinis mempercayai bahwa peristiwa kehidupan memang peran utama dalam depresi.

Responden yang telah mendapatkan terapi aktivitas kelompok menyadari bahwa dirinya tidak sendiri, masih banyak teman-teman yang mengalami nasib yang sama dengan dirinya. Hal tersebut memberikan motivasi kepada responden untuk menerima keadaan dirinya apa adanya sehingga mengalami penurunan tingkat depresi dari sedang menjadi ringan.

3. Pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap penurunan tingkat depresi pada lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Umbulharjo Yogyakarta

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai p lebih kecil dari 0,05 yang berarti dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap

penurunan tingkat depresi pada lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Umbulharjo Yogyakarta.

Terapi aktivitas kelompok yang dimaksudkan untuk mengurangi tingkat depresi menjadikan responden mengalami depresi yang lebih ringan dan memberikan persepsi yang berbeda terhadap responden dalam mensikapi depresi yang dialaminya.

Penurunan depresi pada responden bukan hanya karena terapi aktivitas kelompok yang dilakukan oleh peneliti tetapi juga disebabkan oleh terapi-terapi lain yang dilakukan rutin di Panti.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Sebelum dilakukan terapi aktivitas kelompok sebagian responden mengalami depresi sedang yaitu 4 orang (57,1%) sedangkan responden yang paling sedikit mengalami depresi berat yaitu 1 orang (14,3%).
2. Setelah dilakukan terapi aktivitas kelompok sebagian besar responden mengalami depresi ringan yaitu 5 orang (71,4%) dan yang paling sedikit mengalami depresi sedang yaitu 2 orang (28,6%).
3. Hasil uji Paired T-Test memberikan nilai t sebesar 3,290 pada df 6 dengan taraf signifikan (p) 0,017 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap penurunan tingkat depresi pada lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Umbulharjo Yogyakarta.
4. Karakteristik responden yang mengalami depresi adalah berusia lebih dari 60 tahun (100%), janda (100%), perempuan (100%) dan berpendidikan SD 4 orang (57,1%) dan 3 orang (42,9%) dengan latar belakang pendidikan SMA.

Saran

1. Panti Wredha Budhi Dharma

Bagi Panti Wredha Budhi Dharma Ponggalan Umbulharjo Yogyakarta agar dapat memberikan pelayanan yang adekuat dan dapat mengurangi depresi pada lansia dengan banyak memberikan stimulasi atau terapi kepada pasien.

2. Lansia

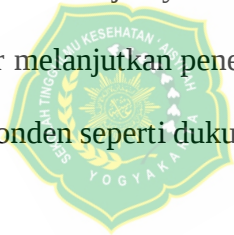
Agar lansia dapat mengetahui serta mampu menghindari faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya depresi sehingga dapat mengurangi tingkat depresi.

3. Keluarga

Keluarga dapat memanfaatkan terapi aktivitas kelompok di lingkungan keluarga sehingga penderita depresi tidak perlu dirawat di Panti Wredha lagi.

4. Peneliti selanjutnya

Agar melanjutkan penelitian lebih lanjut dengan menggali informasi lebih dalam dari responden seperti dukungan keluarga, status sosial dan ekonomi keluarga.



DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi IV. Jakarta : Rineka Cipta.
- Anonim. 2007. *Kesehatan Lansia Menurun Akibat Kesepian*. www.resep.web.id. Accessed 15 Maret 2009.
- Anonim. 2008. *Serangkaian Kegiatan Lansia di Yogyakarta*. www.promosikesehatan.com. Accessed 15 Maret 2009.

- Depkes, RI. 2001. *Pedoman Pembinaan Kesehatan Usia Lanjut Bagi Petugas Kesehatan*. Jakarta : Direktorat Bina Kesehatan Keluarga.
- Depkes, RI. 2003. *Pedoman Pengelolaan : Kegiatan Kesehatan di Kelompok Usia Lanjut*. Edisi ke-2. Jakarta.
- Hawari, D. 2001. *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*. Fakultas Kedokteran UI. Jakarta.
- Hermana. 2006. *Perawatan Lanjut Usia*. Jakarta : EGC
- Kaplan, H.I & Sadock, B.J. 1997. *Sinopsis Psikiatri, Edisi Ketujuh, Jilid 1, Alih Bahasa Widjaja Kusuma*. Jakarta : Binarupa Aksara.
- Keliat, B.A., & Akemat. 2004. *Keperawatan Jiwa : Terapi Aktivitas Kelompok*. Jakarta : EGC.
- Lueckenotte, A.G. 2000. *Gerontologic Nursing*. Mosby, Year Book.
- Maslim, R. 2001. *Diagnosis Gangguan Jiwa, Rujukan Ringkas PPDGJ-III*. Jakarta.
- Mangoenprasodjo. 2005. *Kesehatan Lanjut Usia*. Jakarta : EGC.
- Maurus, J. 2007. *Bahagia di Hari Tua*. Yogyakarta : Trubadur.
- Maryam, S.R., dkk. 2008. *Mengenai Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta : Salemba Medika.
- Nugroho, Wahjudi. 2000. *Keperawatan Gerontik Edisi 2*. Jakarta : EGC.
- Norman. 2007. *Psikologi Klinis*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Setiadi. 2007. *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Edisi I. Graha Ilmu. Yogyakarta.
- Stanley, Mickey dan Beare, Patricia Gauntlett. 2007. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*, Edisi 2. Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta.
- Stuart, G.W., & Laraia, M.T. 2001. *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. Mosby : Year Book.
- Suparto. 2001. *Seks Untuk Lansia*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Susana, A.S., dkk. 2007. *Terapi Modalitas Dalam Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jogjakarta : Mitra Cendikia Press.

Townsend, Mary. C. 1996. *Psychiatric Mental Health Nursing : Concept of Care*. Edisi Ke-2. Davis Company, Philadelphia.

Yosep, Iyus. 2007. *Keperawatan Jiwa*. Bandung : Refika Aditama.



STIKES
Aisyiyah
YOGYAKARTA