

**PENGARUH TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK (TAK)
TERHADAP TINGKATAN HARGA DIRI PADA
LANZIA DI PEDUKUHAN MEJING LOR
RT 01/ RW 02 SLEMAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun oleh :

**Lina Mutia Ira Setiawan
201210201109**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2016**

**PENGARUH TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK (TAK)
TERHADAP TINGKATAN HARGA DIRI PADA
LANSIA DI PEDUKUHAN MEJING LOR
RT 01/ RW 02 SLEMAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

**Disusun oleh :
Lina Mutia Ira Setiawan
201210201109**

**Telah Disetujui Oleh Pembimbing
Pada Tanggal**

24 Agustus 2016



**Mengetahui
Dosen Pembimbing**

Yuli Isnaeni, M.Kep., Sp.Kom

PENDAHULUAN

Lansia merupakan suatu proses alami yang ditentukan oleh Tuhan Yang Maha Esa. Semua orang akan mengalami proses menjadi tua dan masa tua merupakan masalah hidup manusia yang terakhir. Dimasa ini seseorang mengalami kemunduran fisik, mental, dan sosial secara bertahap (Azizah, 2011). Proses menua pada manusia akan melalui 3 tahap kehidupan yaitu anak, dewasa dan tua. Tiga tahap ini berbeda, baik secara biologis maupun psikologis (Mubarak, Chayatin & Santoso, 2010). Proses menua yang panjang menunjukkan tingginya usia seseorang. Semakin tinggi usia harapan hidup di suatu Negara, maka akan berpengaruh pada tingkat kesehatan Negara itu sendiri (Kemkes, 2014).

Data dan informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia memperlihatkan sejak tahun 2000, persentase penduduk lansia melebihi 7% yang berarti Indonesia mulai masuk ke dalam kelompok Negara berstruktur tua (*ageing population*). Adanya *ageing population* merupakan cerminan dari semakin tingginya rata-rata usia harapan hidup (Kemenkes, 2014). Menurut Badan Pusat Statistik persentase Lansia di Indonesia pada tahun 2010 sebesar 7,6%, tahun 2015 8,3% dan tahun 2020 diperkirakan naik kembali menjadi 10% dari jumlah penduduk Indonesia dengan usia harapan hidup 71,1 tahun. Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan provinsi di Indonesia dengan jumlah lansia terbanyak pada tahun 2015 yaitu sebesar 13,4% (Kemenkes, 2014).

Proses menua menyebabkan kemunduran fungsi organ tubuh. Kemunduran fungsi akan tampak secara fisik sehingga disebut kemunduran fisik. Kemunduran fisik dapat memicu timbulnya stres pada

lanjut usia. Stres dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Salah satu hal yang dipengaruhi faktor internal stres adalah harga diri (Brunner dan Suddarth, 2011).

Harga diri (*self esteem*) merupakan salah satu komponen dari konsep diri. Harga diri merupakan penilaian pribadi terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisis seberapa banyak kesesuaian tingkah laku dengan ideal diri (Stuart, 2007). Harga diri pada lansia dapat mengalami perubahan dimana sering kali akan muncul perasaan tidak berguna dan tidak berharga. Hal inilah yang menurut Hawari (2007) merupakan salah satu sumber stressor psikososial pada lansia. Beberapa tanda harga diri rendah yaitu rasa bersalah terhadap diri sendiri, merendahkan martabat sendiri, merasa tidak mampu, gangguan hubungan sosial, kurang percaya diri kadang sampai mencederai diri sendiri (Townsend dalam Haryanto, 2011).

Penyebab harga diri rendah pada lansia yaitu perasaan negatif terhadap diri sendiri, hilang kepercayaan diri, merasa gagal mencapai keinginan, yang ditandai dengan adanya perasaan malu terhadap diri sendiri, rasa bersalah terhadap diri sendiri, gangguan hubungan sosial, merendahkan martabat, percaya diri kurang (Carpenito, 1998 *cit* Dinata 2010). Menurut Dinata (2010) dampak harga diri rendah pada lansia dapat beresiko terjadinya isolasi sosial yaitu menarik diri. Menarik diri merupakan percobaan untuk menghindari interaksi dengan orang lain, menghindari hubungan dengan orang lain. Gangguan harga diri akan mengakibatkan harga diri rendah. Jika

harga diri rendah tidak ditangani, maka akan mengakibatkan lansia beresiko mengalami depresi sehingga akan menarik diri kemudian akan berlanjut ke perilaku kekerasan dan resiko bunuh diri (Sholihah, 2011).

Penatalaksanaan klien dengan harga diri rendah dapat dilakukan salah satunya dengan pemberian stimulus atau rangsangan yang memicu timbulnya persepsi yang positif terhadap dirinya sendiri atau istilah lain. Terapi aktivitas kelompok (TAK) stimulasi persepsi merupakan salah satu terapi modalitas terapi keperawatan lansia dalam bentuk permainan atau interaksi satu dengan yang lain, dimana lansia belajar untuk meningkatkan harga dirinya dengan menggali kemampuan positif individu, dan membantu anggotanya berhubungan satu dengan yang lain. Serta mengubah perilaku yang destruktif dan maladaptif. Kekuatan kelompok ada pada kontribusi dari setiap anggota, dan di dalam kelompok seseorang dapat berbagi pengalaman dan saling menemukan hubungan interpersonal yang baik dan merasa diakui dan dihargai (Rowlins dan Bock, 1993). Terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi juga bisa melatih lansia untuk mempersepsikan stimulus yang pernah dialami. Kemampuan persepsi lansia di

tingkatkan dengan proses ini. Di harapkan respon lanjut usia terhadap berbagai stimulus dalam kehidupan menjadi adaptif.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 23 Desember 2015, dengan cara wawancara langsung dengan 10 lansia di Pedukuhan Mejing Lor RT 1/RW 2 Sleman Yogyakarta didapatkan 8 orang lansia mengalami harga diri rendah yang ditandai dengan sudah tidak percaya diri, sudah tidak ada motivasi untuk masa depan, sudah tidak bisa hidup mandiri, sudah tidak mampu menciptakan suatu karya, memandang orang lain lebih baik dari diri sendiri. Hal ini menunjukkan adanya persepsi yang kurang benar pada diri lansia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian desain *pre eksperimental* dengan rancangan *pretest-posttest* dalam satu kelompok (*One Group-pretest-posttest design*). Teknik sample yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan 17 responden lansia dan instrumen yang digunakan adalah kuesioner harga diri. Analisis data menggunakan rumus *t-test*

HASIL

Tabel 4.1 Karakteristik Responden Penelitian

Karakteristik Responden		Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia	60-69 tahun	4	23,5
	70-79 tahun	13	76,5
Jenis kelamin	Perempuan	14	82,4
	Laki-laki	3	17,6
Pendidikan	Tidak sekolah	5	29,4
	SD	10	58,8
	SMP	2	11,8

Status pernikahan	Janda/duda	11	64,7
	Menikah	6	35,3
Jumlah (n)		17	100

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa berdasarkan usia responden yang paling banyak berusia 70-79 tahun yaitu 13 orang (76,5%), dan yang paling sedikit responden berusia 60-69 tahun yaitu 4 orang (23,5%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 14 orang (82,4%) dan laki-laki sebanyak 3 orang (17,6%), berlatar belakang

pendidikan SD sebanyak 10 orang (58,8%), tidak sekolah sebanyak 5 orang (29,4%) dan pendidikan SMP sebanyak 2 orang (11,8%) sedangkan yang berstatus janda/duda sebanyak 11 orang (64,7%) dan yang berstatus menikah sebanyak 6 orang (35,3%).

Tabel 4.2 Hasil *Pretest* dan *Posttest* Harga Diri Pada Lansia di Pedukuhan Mejing Lor RT 01/ RW 02 Sleman Yogyakarta Tahun 2016

Harga Diri Pada Lansia	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	F	%	f	%
Tinggi	0	0	11	64,7
Sedang	16	94,1	6	35,3
Rendah	1	5,9	0	0
Jumlah (n)	17	100	17	100

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa pada saat *pretest* sebagian besar responden diketahui memiliki harga diri yang sedang (94,1%) dan tidak ada responden yang memiliki harga diri yang tinggi. Akan tetapi pada saat

posttest, sebagian besar responden diketahui memiliki harga diri yang tinggi (64,7%) dan tidak ada responden yang memiliki harga diri yang rendah.

Tabel 4.4 Hasil Uji *Shapiro Wilk*

Data	Signifikansi (p)	Keterangan
<i>Pretest</i>	0,109	Distribusi normal
<i>Posttest</i>	0,406	Distribusi normal

Pada tabel 4.4 terlihat bahwa hasil pengujian menunjukkan nilai signifikansi (p) data *pretest* dan *posttest* yang besarnya lebih dari 0,05. Nilai signifikansi (p) yang besarnya lebih dari 0,05 mengindikasikan bahwa data berdistribusi normal

(Sugiyono, 2010). Selanjutnya dilakukan pengujian pengaruh TAK stimulasi persepsi terhadap harga diri pada lansia dengan menggunakan teknik *Paired T-Test* yang termasuk dalam jenis statistik parametrik.

Tabel 4.5 Hasil Uji *Paired T-Test*

Data	Rata-rata	Selisih Rata-rata	Signifikansi (p)	Keterangan
<i>Pretest</i>	31,88	5,94	0,000	Ada beda signifikan
<i>Posttest</i>	37,82			

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa pada saat *pretest*, rata-rata responden memiliki skor harga diri sebesar 31,88. Akan tetapi pada saat *posttest*, rata-rata responden memiliki skor harga diri sebesar 37,82 atau rata-rata meningkat sebesar 5,94 per responden. Hasil pengujian *Paired T-Test* menghasilkan nilai signifikansi (p) sebesar 0,000. Nilai signifikansi (p) yang besarnya lebih dari 0,05 mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan antara data *pretest* dan *posttest* (Sugiyono, 2010). Demikian maka dapat disimpulkan adanya pengaruh signifikan dari pemberian TAK stimulasi persepsi terhadap peningkatan harga diri pada lansia.

PEMBAHASAN

1. Harga Diri Lansia Sebelum TAK Stimulasi Persepsi

Sebelum TAK stimulasi persepsi, sebagian besar responden lansia diketahui memiliki harga diri yang sedang (94,1%) dan sisanya memiliki harga diri yang rendah (5,9%). Tidak ada responden lansia yang diketahui memiliki harga diri yang tinggi.

Usia responden pada penelitian ini sebagian besar responden adalah 70-79 tahun (76,5%). Pada usia 70 tahun atau lebih lansia akan mengalami penurunan kondisi fisik. Nugroho (2000) mengemukakan bahwa gangguan mental (depresi dan ansietas) serta gangguan fisik (kemunduran visual dan auditori serta gangguan persendian) merupakan gangguan khas pada lanjut usia, terutama pada usia 70 sampai 79 tahun. Penurunan kondisi fisik pada lansia tentunya membatasi aktivitas lansia serta kepercayaan diri lansia. Lansia akan merasa kurang berguna bagi masyarakat karena mereka tidak lagi dapat beraktivitas seperti dulu

sehingga mereka juga mengalami penurunan harga diri.

Persepsi harga diri lansia yang sedang pada penelitian ini tercermin dari hasil analisis butir yang menemukan bahwa sebagian besar lansia merasa bahwa mereka ingin lebih dihargai (81,77%). Rasa ingin dihargai oleh orang lain tersebut sendiri akan tetapi tidak diikuti oleh penghargaan penilaian bagi diri mereka sendiri sebab sebagian besar lansia mereka bahwa mereka orang yang gagal (76,5%), tidak ada yang bisa dibanggakan dari diri mereka (52,9%), merasa diri sendiri mereka tidak baik (47,1%), sering merasa tidak berguna (76,6%), merasa diri mereka tidak cukup berharga atau setidaknya setara dengan orang lain (23,5%). Bahkan ditemukan adanya lansia yang menunjukkan kecenderungan penolakan diri dengan tidak menerima keadaan dirinya apa adanya (17,6%).

Rasa tidak berguna, tidak ada yang bisa dibanggakan dan tidak berharga yang ditemukan pada lansia merupakan ciri psikologis dari depresi atau melankolis. Sementara itu penarikan diri merupakan ciri depresi patologis. Rasa depresi tersebut membuat lansia merasa pesimistik dan nihilistik dalam memandang masa depan mereka (Sunaryo, 2006).

Batasan yang dibangun oleh lansia membuat diri mereka kurang aktif dan ekspresif, cenderung depresif, merasa terisolasi dan tidak dicintai dan tidak dapat menerima kritik. Kritikan dari orang lain akan dipandang lansia sebagai ekspresi ketidaksukaan dan ekspresi tidak menghargai terhadap diri mereka (Papalia et al., 2009).

Kadangkala penarikan diri yang dilakukan oleh lansia juga didukung oleh keluarganya dengan

membatasi aktivitas lansia dan melarang lansia berkegiatan karena dipandang sudah tua. Terlebih lagi jika seluruh anggota keluarga sibuk bekerja, lansia akan merasa semakin terisolasi dan tidak berguna. Oleh karenanya perlu dilakukan tindakan untuk menghilangkan batasan penarikan diri yang diciptakan oleh lansia, salah satunya melalui TAK stimulasi persepsi untuk mencegah berkembangnya rasa harga diri yang rendah menjadi depresi berat yang dapat berdampak pada penurunan kondisi fisik dan kecenderungan melakukan tindakan bunuh diri pada lansia (Kustinawan, 2008).

2. Harga Diri Lansia Setelah TAK Stimulasi Persepsi

Setelah menerima TAK stimulasi persepsi, sebagian besar responden lansia diketahui memiliki harga diri yang tinggi (64,7%) dan sisanya diketahui memiliki harga diri yang sedang (35,3%). Bahkan tidak ditemukan adanya responden yang memiliki harga diri yang rendah.

Pada penelitian ini, peningkatan harga diri paling rendah terjadi pada responden nomor 4 (KW) yang hanya mengalami peningkatan sebesar 1 skor setelah menerima TAK stimulasi persepsi serta responden nomor 7 (AP) dan 17 (X) yang hanya mengalami peningkatan sebesar 2 skor setelah menerima TAK stimulasi persepsi. Selama proses TAK stimulasi persepsi, responden-responden tersebut memang memiliki konsentrasi yang rendah dengan menunjukkan keterlambatan respon serta tidak melakukan kontak mata dengan penelitian. Akan tetapi, peningkatan skor harga diri pada ketiga responden tersebut menunjukkan bahwa pada dasarnya harga diri responden masih dapat dibangun.

Lansia yang mengalami penarikan sosial dalam waktu yang panjang dapat mengalami depresi. Sindrom depresi tersebut membuat lansia mengalami penurunan kognitif lebih cepat yang ditandai dengan penurunan daya ingat, kemampuan konsentrasi yang rendah, serta respon otomatis yang buruk Anshensel dkk. (2007). Respon otomatis dan konsentrasi yang rendah tentunya akan berdampak pada proses pemberian TAK stimulasi persepsi di mana lansia dengan respon otomatis dan konsentrasi yang rendah membutuhkan adaptasi yang lama dan karenanya membutuhkan waktu TAK stimulasi persepsi yang lebih panjang.

3. Pengaruh TAK Stimulasi Persepsi Terhadap Peningkatan Harga Diri Lansia

Hasil pengujian menemukan adanya pengaruh yang signifikan dari pemberian TAK stimulasi persepsi terhadap peningkatan harga diri pada lansia ($p < 0,05$). Rata-rata responden lansia diketahui mengalami peningkatan skor harga diri sebesar 5,94 per responden dari rata-rata sebelum TAK stimulasi persepsi sebesar 31,88 dan meningkat menjadi 37,82 setelah menerima TAK stimulasi persepsi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Wahab (2014) yang juga menemukan adanya pengaruh signifikan dari TAK terhadap peningkatan harga diri lansia di Panti Werdha Mojokerto Tahun 2014 ($p < 0,05$) di mana rata-rata lansia mengalami peningkatan skor harga diri sebesar 5,5 setelah menerima TAK.

Dukungan sosial serta perasaan sepenanggungan dapat menciptakan harga diri kolektif pada suatu kelompok. Harga diri kolektif yang diciptakan melalui mekanisme

dukungan sosial dan peran sepenanggung umumnya berefek lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki. Hal ini karena perempuan cenderung memiliki sensitivitas emosi yang lebih tinggi (Barker, 2009).

Pada penelitian ini seluruh lansia dibantu untuk kembali mendefinisikan harga diri mereka secara positif. Penyampaian hal-hal positif secara individu berdampak pada harga diri lansia yang lain di mana lansia lain dapat menemukan hal-hal positif yang ada dalam diri mereka dari diri lansia lain. Keinginan lansia untuk mendefinisikan kembali harga diri mereka tampak dari kemajuan TAK stimulasi persepsi dari ke hari yang ditandai dengan peningkatan antusiasme respon peserta. Hanya terdapat 3 responden yang masih bersifat pasif dan hanya sedikit mengalami peningkatan respon sampai akhir sesi TAK stimulasi persepsi.

Keberhasilan TAK stimulasi persepsi pada penelitian ini tetap membutuhkan dukungan dari keluarga dan lingkungan. Dukungan dari keluarga dan lingkungan akan meningkatkan hasil TAK stimulasi persepsi terutama dengan memfasilitasi lansia untuk berpartisipasi secara sosial dan memberikan penilaian diri yang positif secara sosial.

KETERBATASAN PENELITIAN

Penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan yang menjadikan hasil penelitian belum maksimal, sehingga masih memerlukan perbaikan untuk hasil penelitian ini. Keterbatasan yang dialami penelitian selama melakukan penelitian ini yaitu kuesioner pada penelitian ini hanya berfokus pada lansia tidak mencakup keluarga dan orang sekitar, selain itu juga pada

penelitian ini saat melakukan praktek TAK sesi 2, banyak lansia malu untuk mempraktekan hal positif dalam dirinya sehingga perlu dorongan dari peneliti dan asisten peneliti.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian besar atau 94.1% lansia di Pedukuhan Mejing Lor RT 01/ RW 02 Sleman Yogyakarta memiliki harga diri yang sedang sebelum mendapatkan TAK stimulasi persepsi.
2. Sebagian besar atau 64,7% lansia di Pedukuhan Mejing Lor RT 01/ RW 02 Sleman Yogyakarta memiliki harga diri yang tinggi setelah mendapatkan TAK stimulasi persepsi.
3. Ada pengaruh TAK stimulasi persepsi terhadap peningkatan harga diri pada lansia di Pedukuhan Mejing Lor RT 01/ RW 02 Sleman Yogyakarta ($p < 0,05$)

SARAN

1. Bagi Lansia
Lansia diharapkan untuk terus meningkatkan harga dirinya melalui sosialisasi atau menjalin interaksi dengan keluarga maupun orang sekitar.
2. Bagi Keluarga
Keluarga diharapkan memberi perhatian dan dukungan dalam bentuk memberi motivasi kepada lansia bahwa dirinya berharga, mempunyai kelebihan dan berguna untuk orang lain, serta menjadi pendengar yang baik bagi lansia.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Di harapkan dapat menambah wawasan dan menjadi referensi mengenai harga diri lansia yang bisa dikembangkan lagi

sehingga dapat menghasilkan pengalaman baru dan pengetahuan baru dibidang kesehatan.



unisa
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

DAFTAR PUSTAKA

- Anshensel, C.S., Wight, R.G., Martinez, D.M., Botticello, A.L., Karlamangla, A.S., Seeman, T.E. (2007). Urban Neighborhoods and Depressive Symptoms Among Older Adults. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci* 62(1): S52-259.
- Azizah (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Barker, V. (2009). Older Adolescents Motivations for Social Network Site Use: The Influence of Gender, Group Identity and Collective Self-Esteem. *Cyber Psychology and Behavior* 12(2): 209-213.
- Brunner & Suddarth, 2001. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*, edisi 8. Jakarta : EGC
- Carpenito, L. J. (2001). *Buku Saku Diagnosa Keperawatan*. Terjemahan oleh Monica Ester. Jakarta: EGC.
- Dinata, N. A. 2010. *Gangguan Psikososial pada Lansia*. Skripsi tidak dipublikasikan. Program Studi Keperawatan STIKES Mataram.
- Haryanto, J. T. (2015). *Penduduk Lansia dan Bonus Demografi kedua*. Jakarta: Kemenkes.
- Hawari. D (2007). *Pendekatan Holistik pada Gangguan Jiwa, Skizofrenia*. Jakarta : FKUI
- Kemkes, R. (2014). *Situasi dan Analisis Lanjut Usia*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Mubarok, W. I., Chayatin, N., & Santoso, B. A. (2010). *Ilmu Keperawatan Komunitas: 7 Konsep dan Aplikasi Vol 2*. Jakarta: Selemba Medika.
- Nugroho, W (2000). *Keperawatan Gerontik*, Edisi-2. Jakarta: EGC
- Sholihah, H. 2011. *Pengaruh Life Review Therapy Terhadap Tingkat Harga Diri Pada Lansia Di Tejkusuman Notoprajan Ngampilan Yogyakarta*. Skripsi tidak dipublikasikan, Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Stuart (2007). *Keperawatan Jiwa*, Edisi 5, Alih Bahasa Achir Yani. Jakarta : EGC





unisa
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta