

PENGARUH TERAPI OKUPASI KERAJINAN TANGAN TERHADAP DEPRESI PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA (PSTW) JEMBER

Ayudia Arinda Dwi Qibtiyatul Husnah¹, Sasmiyanto², Cahya Tribagus Hidayat³

¹Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan

²Dosen S1 Keperawatan

Program Studi S1 Keperawatan FIKes Universitas Muhammadiyah Jember

E-mail: ayudiaarinda1@gmail.com

Abstract

Elderly Is a natural process that must happen to everyone, the older the age of a person that more easy to occurrence of physical, or psychological decline, one of which is depression. Depression is very vulnerable happening for elderly, especially elderly who live in UPT Tresna Werdha Social Services (PSTW). The purpose of this research is to know the effect of Occupational Handycraf Therapy for Depression Elderly at UPT PSTW Jember. The research method used is Pre-experiment (one group Pre-Test and Post-Test Design). The sample uses purposive sampling with total sample of 38 elderly. The results showed the decrease of depression in elderly with Wilcoxon test result in get value p Value $0.000 > \alpha = 0,05$. The conclusion in this research shows the influence of occupational therapy of handicraft on elderly in UPT Tresna Werdha Social Service (PSTW) Jember. More suggestion to improve health quality in elderly, especially for elderly who depresin by giving therapy one of them that is occupational handicraft therapy.

Keywords: Occupational Therapy, Depression, Elderly

Abstrak

Lansia Merupakan proses alamiah yang pasti akan terjadi pada semua orang, semakin tua umur seseorang maka semakin rentan terjadinya penurunan baik fisik, maupun psikologis, salah satunya yaitu depresi. Depresi sangat tentan terjadi pada lansia, terutama lansia yang tinggal di Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW). Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Terapi Okupasi Kerajinan Tangan terhadap Depresi pada Lansia di UPT PSTW Jember. Metode penelitian yang digunakan adalah Pra eksperimen (*one grup Pre-Test and Post-Test Design*). Sampel menggunakan tehknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 38 lansia. Hasil penelitian menunjukkan terjadinya penurunan depresi pada lansia dengan hasil uji Wilcoxon di dapatkan nilai p Value $0,000 > \alpha=0,05$. Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh terapi okupasi kerajinan tangan pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember. Saran lebih meningkatkan mutu kesehatan pada lansia, khususnya pada lansia yang mengalami depresin dengan memberikan terapi salah satunya yaitu terapi okupasi kerajinan tangan.

Kata Kunci : Terapi Okupasi, Depresi, Lansia

PENDAHULUAN

Menua atau menjadi tua yaitu suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya di mulai dari suatu waktu tertentu tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua adalah proses alamiah, yang berarti seseorang telah memulai tiga tahap kehidupan, yaitu anak, dewasa dan tua. Tiga tahap ini berbeda, baik secara biologis maupun psikologis. (Nugroho, 2016)

Secara individu, pengaruh proses menua dapat menimbulkan berbagai masalah baik secara fisik–biologik, mental, hubungan sosial dan ekonomi. Masalah kesehatan jiwa akan muncul bila lansia tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap perubahan-perubahan yang terjadi seiring dengan proses penuaan, salah satunya timbul dalam bentuk depresi (Setyoadi dkk, 2011).

Depresi adalah gangguan *mood*, Kata “*mood*” menggambarkan emosi seseorang, serangkaian perasaan yang menggambarkan kenyamanan atau ketidaknyamanan emosi. Kadang–kadang, *mood* diartikan sebagai emosi yang

bertahan lama yang mewarnai kehidupan dan keadaan kejiwaan seseorang datang dan pergi dan ketika hal itu terjadi kita biasanya dapat mengatasinya. Basuki, (2015).

Usia lanjut seseorang di atas 65 tahun beresiko terkena depresi, penyakit ini dapat dialami oleh semua orang tanpa membedakan status gender, status sosial, ras, suku, dan bangsa. depresi merupakan gangguan emosional yang sifatnya berupa perasaan tertekan, tidak merasa bahagia, sedih, merasa tidak berharga, tidak mempunyai semangat, tidak berarti dan pesimis terhadap hidup. Lansia yang tinggal di tresna werdah lebih rentan terjadinya gangguan mental.

Salah satu cara untuk mengatasi depresi yaitu dengan cara menggunakan terapi okupasi kerajinan tangan. Terapi okupasi merupakan salah satu cara untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia. Terapi okupasi yaitu salah satu bentuk psikoterapi suportif berupa aktivitas-aktivitas yang membangkitkan kemandirian secara manual, kreatif dan edukasional untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dan meningkatkan

derajat kesehatan fisik dan mental pasien. Terapi okupasi bertujuan untuk mengembangkan, memelihara, memulihkan fungsi adaptasi untuk aktivitas sehari-hari. Kharingan, (2015).

Menurut *World Health Organization* (WHO) dalam Nurwela,(2015) bahwa depresi berada di urutan ke-empat penyakit di dunia dimana sekitar 20% wanita dan 12% pria pada usia lebih dari 65 tahun. Hampir 10% - 15% depresi pada lansia yang tinggal dirumah meningkat secara drastis sekitar 50% - 75% lansia di panti. Di Indonesia prevalensi lansia sebanyak 20.893.000 jiwa dengan jumlah lansia yang mengalami depresi ringan sampai berat sebanyak 32%. Sedangkan Jumlah lansia di Jawa Timur Prevalensi terjadinya depresi diperkirakan sebesar 669.542 jiwa (15,9%).

Berdasarkan studi penelitian yang dilakukan oleh peneliti di Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Kabupaten Jember pada hari Jum'at 10 November 2017 di dapatkan jumlah lanjut usia sebanyak 140 orang, dengan jumlah lanjut usia laki-laki sebanyak 68 orang

sedangkan lanjut usia perempuan sebanyak 72 orang. Jumlah lansia di UPT PSTW Kabupaten Jember banyak di dominasi lanjut usia perempuan di bandingkan dengan lanjut usia laki-laki dan di UPT PSTW Kabupaten jember ini terdapat 69 lanjut usia yang mengalami depresi.

Tujuan pada penelitian ini adalah untuk Mengetahui pengaruh terapi okupasi kerajinan tangan terhadap depresi pada lansia di Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Kabupaten Jember.

Melalui penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan serta pengalaman dalam penanganan keperawatan, terutama pelayanan kesehatan pada lansia yang mengalami depresi

MATERIAL DAN METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah dengan pendekatan *pre-experiment* dengan rancangan *One Group Pre-Test - Post-Test Design*. yaitu melakukan satu kali pengukuran di depan (*pre-test*) sebelum adanya perlakuan (*treatment*) dan setelah itu dilakukan pengukuran lagi (*post-test*).

Alat ukur yang digunakan menggunakan GDS (*Geriatric Depression Scale*). Sampel dalam penelitian ini adalah Lansia 60-80 tahun keatas laki-laki dan perempuan yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang tinggal di UPT Pelayanan Tresna Werdha Jember (PSTW) berjumlah 38 lansia. Teknik yang digunakan adalah *Purposive sampling* yang telah ditentukan dan yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Tempat pengambilan data untuk penelitian dilakukan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei sampai Juni 2018.

Pada penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon*. uji tersebut digunakan untuk mengetahui perbedaan antara kedua kelompok data berpasangan sebelum dan sesudah dilakukan perilaku.

HASIL

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur

Umur	Frekuensi	Persentase (%)
60-74	28	73,7%
75-90	10	26,3%
	38	100%

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 38 responden sebagian besar berumur 60-74 tahun dengan presentase sebanyak 73,7% atau 28 orang.

Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-Laki	19	50%
Perempuan	19	50%
Total	38	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 38 responden yang diteliti responden berjenis kelamin perempuan dan laki-laki sama jumlahnya yaitu 19 lansia atau 50%.

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Lama Tinggal di PSTW

Lama Tinggal	Frekuensi	Persentase
0-5 tahun	37	97,4%
6-10 tahun	1	2,6%
Total	38	100%

pada tabel 3 menunjukkan sebagian besar lanjut usia lama tinggal di

PSTW yaitu selama 0-5 tahun dengan persentase 97,4%.

Tabel 4 Distribusi Responden Berdasarkan Kunjungan keluarga 6 bulan terakhir

Kunjungan Keluarga	Frekuensi	Persentase
Ya	9	23,7 %
Tidak	29	76,3 %

Total	38	100%
-------	----	------

Hasil penelitian yang disajikan pada tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak di kunjungi keluarganya dalam 6 bulan terakhir yaitu 29 lansia dengan persentase 76,3%.

Tabel 5 Pengaruh Terapi Okupasi Kerajinan Tangan terhadap Depresi pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember.

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	37 ^a	19.00	703.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	1 ^c		
	Total	38		

a. Post Test < Pre Test

b. Post Test > Pre Test

c. Post Test = Pre Test

Test Statistics^b

	Post Test - Pre Test
Z	-5.315 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Tabel diatas merupakan hasil dari analisis penelitian yang dilakukan kepada 38 responden lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember yang kemudian di lakukan uji statistik *Wilcoxon* dengan menggunakan metode pengolahan data SPSS diperoleh hasil $p\ value\ 0,000 < 0,05$ dengan demikian dapat dikatakan bahwa H1 di terima, yang berarti ada Pengaruh Terapi Okupasi Kerajinan Tangan terhadap Depresi pada Lansia di UPT PSTW Jember.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis pada lansia dari 38 lansia yang mengalami depresi dapat diketahui bahwa sebelum melakukan terapi okupasi kerajinan tangan dalam enam kali pertemuan, maka bagian terbesar adalah depresi sedang yaitu 30 lansia (81,6%) dan 8 lansia (18,4%) mengalami depresi ringan, dan setelah dilakukan terapi okupasi yaitu pada pertemuan keenam di temukan lansia dengan depresi ringan sebanyak 30 Lansia (81,6%) dan lansia yang sudah tidak mengalami depresi atau nilai normal yaitu 8 lansia (18,4%).

Depresi merupakan suatu gangguan perasaan yang secara umum ditandai oleh rasa kesedihan, apatis, pesimisme, dan kesepian yang berdampak pada ter- ganggunya aktivitas sosial dalam sehari-hari.

Depresi dapat terjadi karena lansia banyak mendapat stressor.

Sedangkan berdasarkan hasil analisis pada lansia dari 38 responden yang mengalami depresi dapat diketahui bahwa setelah melakukan terapi okupasi kerajinan tangan dalam enam kali pertemuan, maka didapatkan sebagian besar lansia dengan hasil depresi ringan yaitu sebanyak 30 lansia dengan persentase (78,9%) dan 8 lansia (21,1%) dengan hasil normal.

Terapi okupasi adalah suatu ilmu dan seni pengarahannya seseorang untuk melaksanakan suatu tugas tertentu yang telah ditentukan dengan maksud untuk memperbaiki, memperkuat, meningkatkan kemampuan, serta mempermudah belajar keahlian atau fungsi yang dibutuhkan dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungan.

Selain itu terapi ini juga dapat meningkatkan produktivitas, mengurangi atau memperbaiki ketidaknormalan (kecacatan), serta memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan. (Setyoadi & Kushariyadi, 2011)

Peneliti berpendapat penurunan tingkat depresi pada lansia disebabkan oleh kegiatan terapi okupasi kerajinan tangan yang dilakukan 2x dalam seminggu selama 3 minggu dengan menggunakan terapi okupasi kerajinan tangan, dengan terapi okupasi ini seseorang yang mengalami depresi akan dikembalikan ke arah hidup yang normal dan dapat meningkatkan minatnya kembali dan dengan terapi okupasi ini lansia dapat lebih bersosialisasi dengan lansia lainnya sekaligus dalam terapi okupasi ini dapat memelihara dan mempraktikkan keahlian yang dimiliki oleh lansia sebelum sakit sehingga lansia akan tetap menjadi seorang yang produktif.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat

diambil suatu kesimpulan sebagai berikut:

1. Depresi pada lansia sebelum dilakukan terapi okupasi kerajinan tangan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember pada pertemuan pertama yaitu sebelum dilakukan terapi okupasi kerajinan tangan sebagian besar responden mengalami depresi sedang sebanyak 31 lansia (81,6%) dan depresi ringan terdapat 7 lansia (18,4%),
2. Depresi pada lansia setelah dilakukan terapi okupasi kerajinan tangan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember pada pertemuan terakhir yaitu pada minggu ke tiga sebagian besar responden setelah dilakukan terapi okupasi kerajinan tangan yang mengalami depresi ringan sebanyak 30 lansia (78,9%) dan dengan hasil normal sebanyak 8 lansia (21,1%).
3. Ada pengaruh terapi okupasi kerajinan tangan terhadap depresi pada lansia di UPT PSTW Jember. $p \text{ value } 0,000 < 0,005$, maka dengan demikian

H₁ diterima yang berarti ada pengaruh terapi okupasi kerajinan tangan terhadap

depresi pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember.

Saran

1. Pelayanan kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan ataupun di kembangkan lagi dengan memberikan pengetahuan tentang menanggulangi permasalahan yang berkaitan dengan depresi pada lansia khususnya yang tinggal di tresna werdha.

2. Profesi pendidikan keperawatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dan digunakan dalam setiap melakukan intervensi

keperawatan untuk penangani permasalahan lansia yang mengalami depresi.

3. Peneliti selanjutnya

Melalui hasil penelitian ini diharapkan peneliti selanjutnya dapat menjadikan sebagai bahan pertimbangan atau dikembangkan lebih lanjut dalam memperluas pengetahuan pelayanan keperawatan gerontik terhadap masalah depresi pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandiyah, s. (2009). *Lanjut Usia Dan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Basuki, W. (2015). *Faktor – Faktor Penyebab Kesepian Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Penghuni Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda*. e-Jurnal Psikologi, 713-730.
- Dewi, S. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Dirgayunita, A. (2016). *Depresi : Ciri, Penyebab dan Penanganannya*. Jurnal An-nafs : Kajian dan Penelitian Psikologi.
- Ernawati, R. d. (2012). Pengaruh Terapi Soft Music Terhadap Depresi Pada Lansia. *Jurnal Husada Mahakam*, 144- 199.
- Gultom, P. d. (2016). *Hubungan Aktivitas Spiritual Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senja Cerah Kota Manado*. E-Jurnal Keperawatan.
- Handayani, Sri. (2014) *.Dampak Manajemen Kesehatan*

- Terhadap *Relevansi Informasi*. Jurnal Vol 2 No.1.
- Hidayat, Aziz. (2009) . *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Idris, H. D. (2015). *Perbandingan Antara Penerapan Terapi Okupasi Dan Logoterapi Terhadap Tingkat Stress Lansia Di Panti Werdha Damai Perkamil Kecamatan Ranomuut Manado Dan Panti Werdha Senja Cerah Paniki Kecamatan Mapanget Manado*. e-Jurnal Keperawatan.
- Jiwantoro, Y. A. (2017). *Riset keperawatan: Analisis data statistik menggunakan SPSS*. Mitra Wacana Media.
- Kharingan, E. D. (2015). *Pengaruh Penerapan Terapi Okupasi Terhadap Kebermaknaan Hidup Pada Lansia Di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado*. e-Jurnal Keperawatan.
- Kurnianto, S. d. (2011). Penurunan Tingkat Depresi Pada Lansia Dengan Pendekatan Bimbingan Spiritual (Reduction of Depression in Elderly with Spiritual Guidance Approach). *Jurnal Ners*, 156–163.
- Mardiyanti, R. (2012). *Depresi Pada Usia Lanjut: Implementasi Terapi Lingkungan Di Panti Werdha*. Jurnal Keperawatan.
- Maryam, R. (2008). *Mengenal Usia Lanjut Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Munkadir, Dkk. (2015). *Terapi Okupasi: Diorama Gambar Terhadap Kemampuan Motorik Halus Pada Anak Retardasi Mental Ringan*. Jurnal Kesehatan, 54-56.
- Nurwela, T. D. (2015). *Efektifitas Terapi Tawa Untuk Menurunkan Tingkat Depresi Pada Lanjut Usia*. Jurnal Ilmiah Kedokteran, 62-76.
- Njoto, E. (2014). *Mengenal Depresi pada Usia Lanjut Penggunaan Geriatric Depression Scale (GDS) untuk Menunjang Diagnosis. CKD*, 473.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nugroho, H. (2016). *keperawatan gerontik dan geriatrik*. Jakarta: Buku Kedokteran ECG.
- Nursalam. (2009). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam. (2017). *Metologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis (4 ed.)*. Jakarta: Salemba Medika.
- Padila. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. yogyakarta: Nuha Medika.

Ponto, D. dkk. (2015). *Pengaruh Penerapan Terapi Okupasi Terhadap Penurunan Stres Pada Lansia Di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado.* e-Journal Keperawatan.

Priyoto. (2016). *Perbedaan Tingkat Stres Pada Lansia Yang Tinggal Bersama Keluarga Di Desa Tebon Kecamatan Barat Kabupaten Magetan Dan Di Upt PSLU (Pelayanan Sosial Lanjut Usia) Kecamatan Selosari Kabupaten Magetan.*

Puspitosari, A. dkk. (2014). *Hubungan Antara Tingkat Depresi Lansia Dengan Interaksi Sosial Lansia Di Desa Sobokerto Kecamatan Ngemplak Boyolali.* Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan, 106-214.

Setyoadi, dkk. (2011). *Terapi Modalitas Keperawatan Pada Klien Psikogeriatrik.* Jakarta: Salemba Medika.

Westa, W. D. (2014). *Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Depresi Pada Lanjut Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kubu Ii.* Jurnal Kesehatan.

Wijayanti. (2008). *Hubungan Kondisi Fisik Rtt Lansia Terhadap Kondisi Sosial Lansia di RW 03 RT 05 Kelurahan Tegalsari, Kecamatan Candisari.* Jurnal Ilmiah.