

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Proses menua adalah proses alami yang disertai adanya penurunan kondisi fisik, psikologis maupun sosial yang saling berinteraksi satu sama lain. Keadaan tersebut berpotensi menimbulkan masalah kesehatan fisik maupun kesehatan jiwa pada lanjut usia (lansia) (Yulissusanti, 2017). Undang-Undang No. 13 Tahun 1988 tentang kesejahteraan lanjut usia menyebutkan bahwa lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun. Lansia dikatakan sebagai tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia.

Menurut WHO, di kawasan Asia Tenggara populasi Lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan populasi Lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun ini. Pada tahun 2000 jumlah Lansia sekitar 5,300,000 (7,4%) dari total populasi, sedangkan pada tahun 2010 jumlah Lansia 24,000,000 (9,77%) dari total populasi, dan tahun 2020 diperkirakan jumlah Lansia mencapai 28,800,000 (11,34%) dari total populasi. Sedangkan di Indonesia sendiri pada tahun 2020 diperkirakan jumlah Lansia sekitar 80.000.000 atau mencapai angka 11,34% atau tercatat 28,8 juta orang. Namun demikian, sebelum tahun 2050, jumlah penduduk lanjut usia meningkat menjadi 1,6 miliar orang setara dengan hampir 17% penduduk dunia saat itu (*U.S. National Institute on Aging (NIA), 2016*).

Berdasarkan Pusat data dan informasi Kemenkes Republik Indonesia tahun 2020 jumlah angka lansia baik di dunia maupun di Indonesia semakin bertambah. Pada tahun 2025 jumlah populasi lanjut usia di dunia diperkirakan sebesar 1,2 miliar dan sebanyak 840 juta terdapat di negara berkembang. Nampak adanya kecenderungan peningkatan persentase kelompok lansia dibandingkan kelompok usia lainnya yang cukup pesat sejak tahun 2013 (8,9% di Indonesia dan 13,4% di dunia) hingga tahun 2050 (21,4% di Indonesia dan 25,3% di dunia) dan 2100 (mencapai 41% di Indonesia dan 35,1% di dunia) (Infodatin, 2020).

Data Badan Pusat Statistik (2019) menyebutkan bahwa persentase lansia di Indonesia mencapai 9,60% atau sekitar 25,64 juta orang. Proporsi lansia berdasarkan tipe daerah menunjukkan bahwa 52,8% berada di kota, 47,20% berada di pedesaan. Berdasarkan jenis kelamin 47,65% laki laki dan 52,35% perempuan. Data tersebut juga menungkapkan bahwa provinsi dengan persentase penduduk lansia terbanyak adalah Yogyakarta mencapai 14,5%, Jawa Tengah mencapai 13,36%, Jawa Timur mencapai 12,96% dan Bali mencapai 11,3%. Angka kesakitan lansia mencapai 26,2% atau dapat diartikan terdapat 26-27 lansia sakit dari 100 lansia (Badan Pusat Statistik, 2020).

Data dari pihak Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta diketahui lansia yang tinggal di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta sampai bulan Desember 2021 ini total sebanyak 30 orang lansia dan semuanya beragama Islam. Dari 30 orang lansia semuanya masih aktif dan dapat melakukan aktivitas secara mandiri.

Secara biologis lansia akan mengalami berbagai macam perubahan pada dirinya baik secara fisik dan mental, seiring bertambahnya usia lansia akan mengalami berbagai macam penurunan fungsi tubuh pada dirinya dan berbagai masalah mulai dari kehilangan mata pencarian yang biasa dilakukan, teman bercengkrama, bahkan mudah terserang berbagai macam penyakit, terisolasi dari lingkungan, bahkan kesepian di masa tuanya Hal tersebut dapat memicu berbagai macam gangguan mental salah satunya yang paling sering terjadi pada lansia ialah depresi(Sirojudin dan Pratiwi, 2020).

Depresi menurut *World Health Organization* (WHO, 2016) ialah sebuah gangguan mental yang di alami seseorang dan di tandai beberapa gejala seperti merasa sedih serta rendah diri, kehilangan minat dalam melakukan aktifitas, sulit tidur di malam hari, serta merasa lelah dan sulit untuk berkonsentrasi. Prevalensi depresi didunia sekitar 8-15% dan hasil survey dari berbagai negara di dunia diperoleh prevalensi rata- rata depresi pada lansia adalah 13,5 % dengan perbandingan wanita: pria ialah 14,1: 8,6 dimana wanita dua kali lebih banyak daripada pria. Lebih dari 20% penduduk usia 60 tahun ke atas menderita gangguan neuropsikiatri, yang paling umum terjadi ialah demensia dan depresi. Penduduk lansia dengan depresi memiliki kualitas hidup yang lebih buruk dibandingkan dengan penduduk lansia dengan kondisi medis kronis seperti hipertensi atau diabetes.

Depresi juga meningkatkan penggunaan dan biaya layanan kesehatan, depresi dapat dihubungkan dengan peningkatan angka kematian karena bunuh diri maupun penyakit medis lainnya, hal ini terjadi karena kesehatan jiwa

dapat berdampak pada kesehatan fisik dan hal ini juga berlaku sebaliknya. Pada tahun 2015 terjadi peningkatan jumlah penderita depresi menjadi 18% di dunia. Sebanyak 80% dari total penduduk dunia yang mengalami depresi berada di Negara berkembang, depresi bisa terjadi pada siapapun, kapan saja tanpa mengenal usia tua maupun muda (WHO, 2017). Hal ini menunjukkan bahwa prevalensi depresi pada lansia yang terjadi di masyarakat di dunia cukup tinggi dan sebagian besar adalah wanita.

Depresi pada usia lanjut sering kurang terdiagnosis dan tidak diobati, akibatnya menyebabkan kualitas hidup yang lebih buruk dan kesulitan dalam fungsi sosial dan fisik. Sekitar setengah atau lebih dari kasus depresi di usia lanjut adalah depresi yang muncul di akhir. Depresi pada usia lanjut biasanya dianggap sebagai indeks episode depresi yang terjadi pada seseorang setelah usia 60 tahun namun batas usia dapat bervariasi. Pasien geriatrik mungkin lebih fokus pada gejala somatik dan tidak menunjukkan gejala kesedihan. Depresi pada usia lanjut telah dikaitkan dengan sejumlah faktor risiko seperti jenis kelamin sebagian besar perempuan, perubahan menjadi janda atau perceraian, riwayat depresi sebelumnya, kejadian buruk dalam hidup, kesulitan tidur terus-menerus, dan kematian (Desai & Grossberg, 2012).

Depresi pada lanjut usia diakibatkan karena adanya perasaan kehilangan perhatian dan dukungan dari lingkungan sosial, terutama keluarga (Suardiman, 2016). Hal yang demikian membuat pihak keluarga memutuskan untuk membawa lansia ke sebuah panti, padahal hal tersebut dapat memperburuk keadaan lansia terutama yang sedang mengalami depresi

karena akan mempengaruhi fungsi kognitifnya (Wreksoatmodjo, 2016). Dampak depresi sebagai akibat dari ketidakmampuan lansia untuk menyesuaikan dirinya dengan kematian pasangan resiko depresi sangat mungkin muncul pada lansia, yang dapat ditandai dengan terjadinya gangguan perasaan, seperti kemurungan, kesedihan, kelesuan, kehilangan gairah hidup, perasaan bersalah atau berdosa, merasa tidak berdaya dan putus asa. Bahkan dalam beberapa kasus keadaan depresi dapat membuat lansia melakukan bunuh diri (Widianingrum, 2016).

Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tepat bagi lansia untuk menurunkan depresi yang dialami dengan memberikan kegiatan yang positif, menarik dan bersifat menyenangkan salah satunya dengan *art therapy*. *Art therapy* dapat dinilai sebagai suatu bentuk bahasa visual individu untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan yang tidak bisa mereka ungkapkan. Selain itu *art therapy* dapat mengkomunikasikan pengalaman yang sulit untuk diverbalisasi, seperti kekerasan fisik atau seksual, trauma, kesedihan, serta pengalaman emosional yang kompleks. Menurut *American Art Therapy Association*, *art therapy* dengan menggunakan media seni dan proses kreatif dapat membantu mengekspresikan diri, meningkatkan keterampilan coping individu, mengelola stress, dan memperkuat rasa percaya diri (Sirojudin dan Pratiwi, 2020).

Art therapy biasanya digunakan sebagai intervensi psikologi seperti untuk mengatasi kecemasan ataupun trauma pada kasus kekerasan. Istilah *art therapy* lebih identik dengan proses terapeutik yang menggunakan media

lukis atau gambar sebagai modalitas utama, sedangkan *art therapy* yang menggunakan aktivitas seni lainnya secara spesifik disebut berdasarkan modalitas yang digunakan seperti *dance therapy*, *music therapy*, atau *drama therapy* dan sebagainya. Dengan demikian, *Art therapy* yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah proses terapeutik yang menggunakan modalitas gambar atau melukis sebagai sarana utamanya. *Art therapy* dapat menjadi cara yang tepat untuk mengungkapkan emosi, seperti perasaan marah, takut ditolak, cemas, dan rendah diri (Malchiodi, 2018).

Kaligrafi merupakan salah satu *art therapy* yang dapat diterapkan pada lansia di saat senggang untuk mengurangi tingkat depresi. Kaligrafi merupakan salah satu jenis karya seni rupa yang menekankan keindahan yang terdapat pada bentuk-bentuk huruf yang telah dimodifikasi atau digayakan sehingga mempunyai nilai estetika. Sebagai seni tulis yang melahirkan karya artistik yang bermutu tinggi, kaligrafi memiliki aturan dan teknik khusus dalam pengerjaannya. Bukan hanya pada teknik penulisan, tetapi juga pada pemilihan warna, bahan tulisan, medium, hingga pena. Secara teknis kaligrafi juga sangat bergantung pada prinsip geometri dan aturan tentang keseimbangan. Perbedaannya kaligrafi dan tulisan bahasa arab sendiri adalah terletak pada keindahan, komposisi warna dan komponen yang mengelilinginya yang tidak terdapat pada tulisan bahasa arab biasanya (Akbar, 2017).

Terapi kaligrafi termasuk dalam *Art psychotherapy* mengintegrasikan bidang pengembangan manusia, seni visual (gambar, lukisan, patung, dan

bentuk-bentuk seni lainnya), dan proses kreatif dengan model konseling dan psikoterapi (Saputra dkk, 2018). Kaligrafi (khat) merupakan salah satu sarana informasi dan cabang budaya yang bernilai estetika (Afifi, 2016). Kaligrafi Arab sebagai salah satu wujud seni rupa Islami yang kehadirannya dapat membangkitkan imajinasi tentang seni yang berpedoman pada nilai-nilai ajaran Islam, yang bertujuan untuk mengingatkan kepada umat manusia tentang keagungan dan kebesaran Tuhan. Kaligrafi Arab sebagai ekspresi seni merupakan perwujudan unsur-unsur estetik dari bentuk huruf-huruf Arab. Huruf Arab memiliki postur elok yang mempesona, karena itu seniman-seniman masehi abad pertengahan memanfaatkannya untuk dekorasi (Rispu, 2012).

Hal ini seperti yang diungkapkan Gunawan dan Yahya (2016) dalam penelitiannya diperoleh hasil penerapan pelatihan kaligrafi mampu menurunkan tingkat stress para narapidana. Febriyanti (2018) dalam penelitiannya berpendapat bahwa penerapan terapi seni kaligrafi Islami mampu meningkatkan konsep diri seorang remaja, dimana mereka merasa lega karena terfasilitasi untuk mengungkapkan hal-hal yang seringkali dipendamnya. Selain itu, mereka dapat lebih mencintai dirinya sendiri dengan segala anugerah yang diberikan Allah pada dirinya, sehingga perasaan tidak berharga dan tidak mampu yang ada dalam benaknya bisa berkurang.

Hasil penelitian lainnya yaitu yang dilakukan Oktavia dkk (2019) menunjukkan hasil bahwa ada pengaruh *Art therapy* kaligrafi terhadap tingkat depresi pada lansia secara signifikan yang dapat diartikan bahwa penerapan

Art therapy kaligrafi terbukti mampu menurunkan tingkat depresi pada lansia. Peneliti lain yaitu Yang *et al* (2010) dan Wagner (2018) yang memberikan hasil penelitian bahwa tulisan tangan kaligrafi Cina mampu memperbaiki gejala depresi pada pasien kanker. Peneliti lain yaitu Kao *et al* (2014) terapi *art therapy* kaligrafi dan meditasi mampu menurunkan tingkat stress pada mahasiswa pascasarjana dan anggota staf akademik di Taiwan.

Hasil studi pendahuluan dengan menggunakan kuesioner *Geriatric Depression Scale* (GDS) di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta yang dilakukan pada 17-18 Januari 2022 diketahui dari 15 lansia terdapat 4 lansia yang mengalami depresi ringan ditandai dengan mudah marah, perasaan bersalah dan putus asa, membenci diri sendiri, kurangnya motivasi, tiba-tiba tidak tertarik bersosialisasi, sakit dan nyeri tanpa penyebab langsung, insomnia, perubahan nafsu makan, sebanyak 4 lansia mengalami depresi sedang yang ditandai dengan merasa tidak berharga, kekhawatiran berlebihan merasa tidak berguna, dan 7 lansia yang mengalami depresi berat yang ditandai dengan sering berhalusinasi sampai ada keinginan untuk bunuh diri.

Dari hasil pengamatan tersebut menunjukkan bahwa mayoritas para lansia banyak yang menyendiri dan tidak mau berinteraksi. Petugas Panti juga menjelaskan bahwa sebagian besar lanjut usia yang dititipkan di Panti, jarang bahkan tidak pernah dijenguk keluarganya. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Art Therapy* Kaligrafi terhadap tingkat depresi lansia di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut: adakan pengaruh *Art Therapy* Kaligrafi terhadap tingkat depresi lansia di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Art therapy* kaligrafi terhadap tingkat depresi lansia di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik lansia meliputi usia dan jenis kelamin di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta.
- b. Mengidentifikasi tingkat depresi lansia sebelum dilakukan *Art therapy* kaligrafi di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta.
- c. Mengidentifikasi tingkat depresi lansia sesudah dilakukan *Art therapy* kaligrafi di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta.
- d. Menganalisa pengaruh *Art therapy* kaligrafi terhadap tingkat depresi pada lansia di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan untuk menambah referensi atau bahan kajian khususnya terkait pengaruh *art therapy* kaligrafi terhadap tingkat depresi lansia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta

Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi Panti untuk lebih memperhatikan tentang tingkat depresi para lansia dan salah satu cara untuk mengatasi tingkat depresi dengan menerapkan *art therapy* kaligrafi dalam waktu sengang para lansia selama di Panti.

b. Bagi Responden

Dapat digunakan sebagai bahan pengetahuan tentang depresi dan *art therapy* kaligrafi, sehingga dapat mengetahui manfaat *art therapy* kaligrafi dalam menurunkan tingkat depresi responden.

c. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam penelitian lain untuk dapat meningkatkan ilmu keperawatan komplementer yang dapat diterapkan di lapangan (Panti Usia Lanjut) terkait ilmu keperawatan *gerontology*.

d. Bagi peneliti

Penelitian ini sebagai sarana pengaplikasian ilmu pengetahuan peneliti yang didapat dari institusi pendidikan melalui proses pendidikan khususnya tentang pengaruh *art therapy* kaligrafi terhadap tingkat depresi lansia.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1. Keaslian Penelitian

Peneliti (tahun)	Judul	Desain Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan dan Persamaan
Henry Sr Kao, Lin Zhu, An Chao, Hao Yi Chen, Ivy Cy Liu, Manlin Zhang (2014),	Calligraphy and Meditation For Stress Reduction: An Experimental Comparison	Tiga puluh mahasiswa pascasarjana dan anggota staf akademik di Taiwan yang menderita stres dipilih menjadi sampel. Kelompok CCH (tulisan kaligrafi cina), kelompok meditasi atau kelompok kontrol, selama 8 minggu berturut-turut dilakukan. Perubahan parameter fisiologis diukur sebelum, selama, dan setelah perawatan.	CCH dan meditasi memiliki efek yang baik dalam pengurangan stres. CCH secara khusus pendekatan baru yang menjanjikan untuk mengurangi stres.	Persamaan: sama-sama meneliti <i>art therapy</i> Perbedaan: subyek penelitian peneliti adalah lansia, tidak menggunakan kelompok kontrol dan untuk mengetahui pengaruhnya terhadap tingkat depresi
Indra Gunawan dan Yahya (2016)	Pelatihan Kaligrafi Terhadap Tingkat Stress Narapidana	Subjek penelitian adalah warga binaan lapas sejumlah 40 orang. Penelitian menggunakan metode penelitian eksperiment dengan desain <i>Pretest-Posttest Control Group Design</i> . Analisis data menggunakan Uji Independent Sample T-Test dan uji Paired Sample T-Test.	Pelatihan kaligrafi pada narapidana mampu menurunkan tingkat stress dibandingkan kelompok kontrol tanpa pelatihan apapun.	Persamaan: sama-sama meneliti <i>art therapy</i> kaligrafi Perbedaan: subyek penelitian peneliti adalah lansia, tidak menggunakan kelompok kontrol dan untuk mengetahui pengaruhnya terhadap tingkat depresi
Ayu Eka Permatasari, Samsunuwiyati Marat, dan Meiske Y. Suparman (2017)	Penerapan <i>Art Therapy</i> untuk Menurunkan Depresi pada Lansia di Panti Werdha X	Metode menggambar dan mewarnai dipilih karena dapat diterapkan pada individu dari segala usia. 3 lansia di panti jompo sebagai sampel penelitian. Intervensi dilakukan selama 12 sesi. Hasil diukur dengan membandingkan skor pretest-posttest dari <i>Geriatric Depression Scale (GDS)</i>	Selama intervensi, semua peserta menunjukkan proses peningkatan ekspresi pada karya seni mereka. Hasilnya diketahui terjadi perubahan perilaku seperti interaksi sosial meningkat, sehingga dapat disimpulkan bahwa <i>art therapy</i> mampu menurunkan depresi pada lansia	Persamaan: sama-sama meneliti <i>art therapy</i> pengaruhnya terhadap tingkat depresi lansia Perbedaan: metode <i>art therapy</i> yang dipilih peneliti adalah kaligrafi dengan menuliskan asmaul husna
Stephanie Wagner (2018)	Calligraphy Therapy Interventions for Managing Depression in Cancer Patients: A Scoping Study	Studi literatur berdasarkan jurnal yang dipublikasikan melalui website PubMed, Web of Sains, ERIC, PsycINFO dan Cochrane	Terapi kaligrafi mampu menurunkan tingkat depresi dan memperbaiki suasana hati menjadi lebih baik pada pasien kanker nasofaring	Persamaan: sama-sama meneliti <i>art therapy</i> kaligrafi pengaruhnya terhadap tingkat depresi Perbedaan: jenis penelitian peneliti menggunakan <i>quasy experiment</i> dengan desain <i>one group pretest-posttest without control design</i> , subyek peneliti adalah lansia

Peneliti (tahun)	Judul	Desain Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan dan Persamaan
Ehteram Sadat Ilali, Farzaneh Mokhtary, Nouraddin Mousavinasab, and Abdul Hakim Tirgari (2019)	Impact of Art-Based Life Review on Depression Symptoms Among Older Adults	Sampel dipilih sebanyak 54 lansia di Iran. Peserta secara acak baik kelompok seni eksperimental melalui <i>art therapy</i> 6 sesi mingguan atau kelompok kontrol dengan durasi yang sama	<i>Art therapy</i> terbukti efektif dalam menurunkan gejala depresi pada lansia di Iran dan mendukung kebutuhan akan peningkatan akses ke peluang untuk keterlibatan seni dan akses ke layanan <i>art therapy</i>	Persamaan: sama-sama meneliti <i>art therapy</i> pengaruhnya terhadap tingkat depresi Perbedaan: metode <i>art therapy</i> yang dipilih peneliti adalah kaligrafi dengan subyek peneliti adalah lansia dan tidak menggunakan kelompok kontrol
Sirojudin dan Ayu Pratiwi (2020)	Efektifitas Terapi Lingkungan (Art Therapy) Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia : A <i>Literatur Review</i>	Jenis penelitian <i>literatur review</i> dengan menggunakan website <i>Google Scholar, Science Direct, dan e-Resources</i> Perpustakaan Indonesia dengan rentan pencarian artikel antara tahun 2015-2020 dari berbagai kriteria dengan kata kunci <i>art therapy</i> dan depresi lansia.	<i>Art therapy</i> yang dilakukan sangat efektif menurunkan tingkat depresi lansia, dengan lama waktu pemberian terapi yang berbeda namun semua memberikan pengaruh efektif untuk menurunkan tingkat depresi.	Persamaan: sama-sama meneliti <i>art therapy</i> pengaruhnya terhadap tingkat depresi lansia Perbedaan: jenis penelitian peneliti menggunakan <i>quasy experiment</i> dengan desain <i>one group pretest-posttest without control design</i> dan metode <i>art therapy</i> yang dipilih adalah kaligrafi asmaul husna
Bibi Hajra dan Tamkeen Saleem (2021)	The Use of Islamic Patterned Art Therapy: Healing of Psychological Problems Among University Students	Sampel penelitian sebanyak 60 mahasiswa dibagi 2 kelompok yaitu kelompok agama tinggi dan kelompok agama rendah masing-masing menyelesaikan 14 sesi. Alat psikometrik DASS-21 digunakan sebagai skala kesejahteraan psikologis dan skala religiusitas. Teknik analisis data menggunakan paired t – test dan independen sampel t test serta pengukuran berulang ANOVA	Terapi seni Islam berpola (kaligrafi) terbukti efektif dalam mengurangi depresi, kecemasan, stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa.	Persamaan: sama-sama meneliti <i>art therapy</i> kaligrafi Perbedaan: jenis penelitian peneliti menggunakan <i>quasy experiment</i> dengan desain <i>one group pretest-posttest without control design</i> , metode <i>art therapy</i> yang dipilih adalah kaligrafi asmaul husna dan digunakan untuk mengetahui pengaruhnya terhadap tingkat depresi lansia