

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta yang beralamatkan lengkap di Jl. Pajajaran Utara III No.7, Sumber, Kec. Banjarsari, Kota Surakarta, Jawa Tengah 57138.

Serta modal tanah wakaf seluas 579M dari Ibu Sukamtiah Karto Suwagnyo Solo, maka PDA bagian PKU Kota Surakarta berniat dan mulai pembangunan Gedung Pusat Kegiatan Penyantunan Usia Lanjut Aisyiyah dibangun dengan ketua pembangunan Dr.H,Istar Yuliadi Usman.

Tepatnya tanggal 5 April 1989 peletakan batu pertama dimulai oleh walikota Surakarta Bapak R. Hartomo dan pimpinan pusat Muhammadiyah Bapak Djarnawi Hadikoesumo. Selesai pembangunan tahap 1 Tahun 1990. Selesai pembangunan tahap 1 langsung digunakan unyuk operasional menyatuni para usia lanjut Non panti mulai tahun 1990 sampai dengan sekarang. Visi dari panti Usia Lanjut Aisyiyah “Menjadikan Usia Lanjut Yang Bermakna Dan Bermartabat Menuju Akhir Hidup Khusnul Khotimah” Dan Misi “Berlatih Mandiri,Mensyukuri Nikmat Allah Beraktivitas Dengan Ikhlas Dan Gembira Istiqomah Dalam Beribadah Dzikir Dan Doa Tiada Henti.

B. Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 7-13 Februari 2022 dilakukan di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta. Responden dalam penelitian ini adalah para lansia yang tinggal di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta sebanyak 30 orang. Berdasarkan hasil observasi maka dapat diketahui karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, usia, pendidikan, dan lama tinggal di panti. Hasil distribusi frekuensi karakteristik responden tersebut dijelaskan pada tabel 4.1 sebagai berikut:

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah (n = 30)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	30	100,0
Usia		
60-74 tahun	16	53,3
75-90 tahun	14	46,7
Pendidikan		
SD	15	50,0
SMP	8	26,7
SMA	7	23,3
Lama Tinggal diPanti		
1-5 tahun	16	53,3
6-10 tahun	9	30,0
11-15 tahun	1	3,3
>15 tahun	4	13,3

Sumber: Data primer diolah, 2022

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa semua responden dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 30 orang (100%). Berdasarkan usia diketahui mayoritas responden menurut pengkategorian WHO termasuk usia lanjut usia (*elderly*) yaitu berusia 60-74 tahun yaitu sebanyak 16 orang (53,3%), dan paling sedikit adalah

responden berusia lanjut usia tua (*old*) yaitu berusia 75-90 tahun sebanyak 14 orang (46,7%). Berdasarkan pendidikan diketahui bahwa mayoritas responden berpendidikan SD yaitu sebanyak 15 orang (50%) dan paling sedikit adalah responden berpendidikan SMA yaitu sebanyak 7 orang (23,3%). Berdasarkan lama tinggal di panti diketahui mayoritas responden telah tinggal di Panti selama 1-5 tahun yaitu sebanyak 16 orang (53,3%) dan paling sedikit adalah responden telah tinggal di Panti selama 11-15 tahun yaitu sebanyak 1 orang (3,3%).

2. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan masing-masing variabel penelitian dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase. Hasilnya akan dijelaskan satu per satu sebagai berikut:

a. Tingkat Depresi Lansia Sebelum dilakukan *Art Therapy* Kaligrafi

Tingkat depresi lansia di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta sebelum diberikan *art therapy* Kaligrafi, hasilnya diukur dengan GDS dan hasilnya disajikan pada tabel 4.2 sebagai berikut.

Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi dan Statistik Deskriptif Tingkat Depresi Lansia Sebelum dilakukan *Art Therapy* Kaligrafi

Tingkat Depresi	Jumlah	Persentase (%)	Mean	Std dev	Min	Maks
Depresi Berat	20	66,7%	12,20	2,107	7,00	15,00
Depresi Sedang	8	26,7%				
Depresi Ringan	2	6,7%				
Normal	0	0,0%				
Total	30	100,0%				

Sumber: Data primer diolah, 2022

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 30 responden diketahui mayoritas mengalami depresi berat sebelum diberikan *art therapy* kaligrafi yaitu sebanyak 20 orang (66,7%) dan paling sedikit mengalami depresi ringan sebanyak 2 orang (6,7%). Secara statistik deskriptif diperoleh rata-rata (*mean*) sebesar 12,20 dengan standar deviasi sebesar 2,107 dan skor minimal sebesar 7,0 dan skor maksimal sebesar 15,0.

b. Tingkat Depresi Lansia Sesudah dilakukan *Art Therapy* Kaligrafi

Tingkat depresi lansia di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta sesudah diberikan *art therapy* Kaligrafi, hasilnya diukur dengan GDS dan hasilnya disajikan pada tabel 4.3 sebagai berikut.

Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi dan Statistik Deskriptif Tingkat Depresi Lansia Sesudah dilakukan *Art Therapy* Kaligrafi

Tingkat Depresi	Jumlah	Persentase (%)	Mean	Std dev	Min	Maks
Depresi Berat	0	0,0%	6,767	1,995	3,0	11,0
Depresi Sedang	6	20,0%				
Depresi Ringan	19	63,3%				
Normal	5	16,7%				
Total	30	100,0%				

Sumber: Data primer diolah, 2022

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 30 responden diketahui mayoritas mengalami depresi ringan sesudah diberikan *art therapy* kaligrafi yaitu sebanyak 19 orang (63,3%) dan paling sedikit tidak mengalami depresi (normal) yaitu sebanyak 5 orang (16,7%). Secara statistik deskriptif diperoleh rata-rata (*mean*) mengalami penurunan menjadi sebesar 6,767 dengan standar deviasi sebesar 1,995 dan skor minimal sebesar 3,0 dan skor maksimal sebesar 11,0.

3. Analisis Bivariat

Analisis bivariat pada penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *art therapy* kaligrafi terhadap penurunan tingkat depresi lansia. Sebelum melakukan uji hipotesis yaitu uji beda sebelumnya dilakukan uji normalitas untuk menentukan uji hipotesis lanjutan. Hasil pengujian normalitas dalam penelitian ini menggunakan *shapiro wilk* dikarenakan jumlah sampel < 50 , hasilnya disajikan pada tabel 4.4 sebagai berikut.

Tabel 4.4. Hasil Uji Normalitas

Tingkat Depresi Lansia	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
Pre	0,938	30	0,080
Post	0,967	30	0,473

Sumber: Data primer diolah, 2022

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa dari hasil pengujian normalitas dengan menggunakan *shapiro wilk* diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,080 > 0,05$ untuk tingkat depresi lansia sebelum diberikan *art therapy* kaligrafi (*pretest*). Ini dapat diartikan bahwa sebaran data pre normal. Sedangkan nilai signifikansi tingkat depresi lansia sesudah diberikan *art therapy* kaligrafi (*Posttest*) sebesar $0,473 > 0,05$. Hal ini dapat diartikan bahwa sebaran data tingkat depresi lansia post normal. Dikarenakan kedua sebaran data terdistribusi normal maka untuk pengujian hipotesis menggunakan uji parametrik *Paired t-test*. Hasil pengujian *Paired t-test* disajikan pada Tabel 4.5 sebagai berikut.

Tabel 4.5. Hasil Uji Perbedaan Tingkat Depresi Lansia Sebelum dan Sesudah Diberikan *Art Therapy* Kaligrafi Pada Lansia di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta (n=30)

Variabel	Tingkat Depresi				Mean	Min-maks	p value	Keputusan
	Normal	Ringan	Sedang	Berat				
Pre	0 (0,0%)	2 (6,7%)	8 (26,7%)	20 (66,7%)	12,20	7,0-15,0	0,000	Ho ditolak
Post	5 (16,7%)	19 (63,3%)	6 (20%)	0 (0,0%)	6,767	3,0-11,0		

Sumber: Data primer diolah, 2022

Tabel 4.5 nampak bahwa hasil uji hipotesis menggunakan uji parametrik *Paired t-test* diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 > 0,05$. Hal ini berarti H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat diartikan ada pengaruh *art therapy* kaligrafi terhadap tingkat depresi lansia di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta.

Dari hasil pengukuran tingkat depresi lansia antara sebelum dan sesudah diberikan *art therapy* kaligrafi maka dapat disajikan pada tabel 4.6 sebagai berikut:

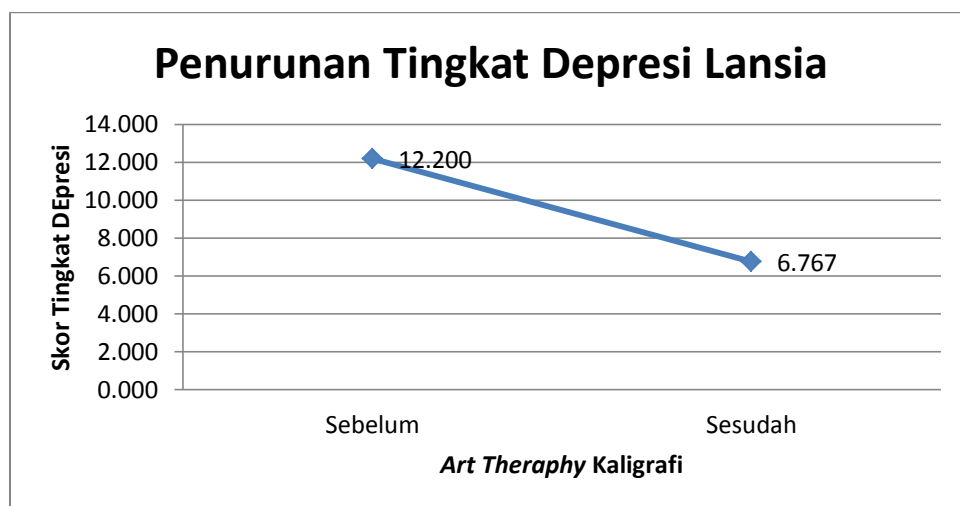
Tabel 4.6. Distribusi Tingkat Depresi Lansia Sebelum dan Sesudah Diberikan *Art Therapy* Kaligrafi Pada Lansia di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta (n = 30)

Variabel	Mean	Min-maks	Rata-rata Penurunan	Prosentase Penurunan
Pre	12,20	7,0-15,0	5,433	44,53%
Post	6,767	3,0-11,0		

Sumber: Data primer diolah, 2022

Berdasarkan tabel 4.6 di atas diketahui rata-rata sebelum dilakukan intervensi *art therapy* kaligrafi diperoleh rata-rata tingkat depresi lansia dengan skor sebesar 12,20 dan sesudah diperoleh skor sebesar 6,767 sehingga rata-rata mengalami skor penurunan sebesar 5,433 atau sebesar 44,53%. Untuk menggambarkan penurunan rata-rata tingkat depresi lansia

sesudah dilakukan intervensi *art therapy* kaligrafi maka dapat dilihat pada grafik penurunan tingkat depresi lansia seperti disajikan pada gambar 4.1 sebagai berikut.



Gambar 4.1. Grafik Penurunan Skor Tingkat Depresi Lansia

C. Pembahasan

Berdasarkan penelitian tentang pengaruh *art therapy* kaligrafi terhadap tingkat depresi pada lansia diperoleh hasil penelitian sebagai berikut:

1. Karakteristik Lansia di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta

Karakteristik lansia dalam penelitian ini meliputi usia dan jenis kelamin, berikut akan dijelaskan satu per satu:

a. Karakteristik Lansia menurut Jenis Kelamin

Karakteristik responden menurut jenis kelamin diketahui seluruh responden sebanyak 30 orang berjenis kelamin perempuan (100%). Menurut Hariyono (2021) kondisi kesehatan mental pada lanjut usia yang tinggal di komunitas menunjukkan adanya keterbatasan dalam

aktivitas kehidupan sehari-hari (ADL) dan aktivitas instrumental kehidupan sehari-hari (IADL) dan tingkat prevalensi terjadi pada lansia yang berada di panti werdha. Karena itu, lanjut usia memiliki permasalahan yang kompleks dimana mengalami masalah kesehatan mental yang dikombinasikan dengan beban penyakit kronis dan cacat atau gangguan fungsional. Secara umum perkembangan filosofis agama yang lebih matang sering dapat membantu lansia untuk menghadapi kenyataan, berperan aktif dalam kehidupan dan merasa berharga serta lebih dapat menerima kematian sebagai sesuatu yang tidak dapat ditolak atau dihindarkan.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian Ilannoor dkk (2021) dimana mayoritas lansia perempuan memiliki kecenderungan mengalami depresi lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hal ini dikarenakan oleh akibat pengaruh fisiologis dan sifat perempuan yang lebih sensitif dibanding dengan laki-laki. perbedaan gender dalam perkembangan gangguan emosional sangat dipengaruhi oleh persepsi mengenai ketidakmampuan untuk mengontrol. Sumber perbedaan ini bersifat kultural karena peran jenis kelamin yang berbeda antara laki-laki dan perempuan. Laki-laki sangat didorong untuk mandiri, masterfull, dan asertif (Herawati & Deharnita, 2019).

Oktavia dkk (2019) menambahkan bahwa perempuan lebih rentan terhadap depresi. Hal ini berhubungan dengan hormon *corticotropinreleasing factor* (CRF). Hormon CRF erat kaitannya

dengan protein depresi pada sel-sel otak yaitu hormon yang membantu untuk mengendalikan depresi. Pada perempuan hormon CRF lebih rendah jumlahnya dari pada hormon CRF pada laki-laki. Sehingga menyebabkan perempuan lebih sensitif terhadap dampak perubahan dari hormon tersebut yang dapat menyebabkan lansia perempuan memiliki kecenderungan mengalami depresi lebih berat dibandingkan lansia laki-laki. Hal ini kemungkinan disebabkan beberapa lansia tidak pernah dikunjungi oleh keluarga, sehingga kondisi depresi menjadi semakin muncul.

Begitu juga didukung oleh penelitian Muharrom & Damaiyanti (2020) dimana perempuan lebih domain mengalami depresi pada masa lansia. Hal ini dapat disebabkan oleh adanya perbedaan hormonal, efek melahirkan, perbedaan stressor psikososial dan model perilaku dari learned helplessness. Jadi banyak faktor dikaitkan dengan kerentanan wanita saat mengalami depresi, dan diantara faktor ialah faktor keturunan, kerentanan system saraf pusat yang peka terhadap perubahan hormonal. Wanita memiliki kerentanan lebih tinggi dari pada pria pada mengalami depresi. Faktor jenis kelamin yang mempengaruhi hormonseks, stress, cara menyelesaikan masalah, dan social dapat menjadi faktor pendukung terjadinya depresi.

Menurut peneliti bahwa semua penghuni di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta adalah lansia berjenis kelamin perempuan. Kondisi ini sesuai dengan ketentuan dan peraturan dari Panti Usia Lanjut

Aisyiyah Surakarta, dimana hanya menerima lansia yang berjenis kelamin perempuan saja dan harus beragama Islam. Hal ini dikarenakan Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta dibawah Yayasan Aisyiyah yang mengharuskan penghuninya beragama Islam. Kondisi inilah yang membuat lansia perempuan akan memiliki kecenderungan mengalami tingkat depresi yang lebih tinggi dibandingkan lansia laki-laki. Hal ini kemungkinan disebabkan adanya perasaan lebih khawatir dan sensitif yang semakin memicu depresi.

Selain itu menurut peneliti terlebih jika lansia menderita komplikasi penyakit yang membuat kondisi fisiknya tidak berdaya hanya *bedrest* di tempat tidur dan aktivitas sehari-hari sangat bergantung dengan orang lain atau perawat panti. Depresi pada lansia juga dipengaruhi oleh stress yang dialami. Hal tersebut dikarenakan perubahan emosional pada lansia perempuan yang cenderung *moody* dan sensitif.

b. Karakteristik Lansia menurut Usia

Karakteristik responden menurut usia diketahui mayoritas responden termasuk *elderly* yaitu berusia 60-74 tahun (53,3%). Hal ini sesuai pendapat Muharrom & Damaiyanti (2020) bahwa usia ialah salah satu faktor dari banyaknya resiko terjadinya depresi, semakin tua usia lansi maka resiko terjadinya depresi juga akan menjadi dua kali lipat lebih berat. Begitu juga sesuai dengan pendapat Rahim (2019) dimana hasil analisis tingkat depresi berdasarkan usia didapatkan

lansia yang banyak mengalami depresi adalah lansia yang berasal dari kategori usia lansia (60–74 tahun). Semakin tua umur maka semakin berisiko terkena penyakit. Setiap lansia pastinya mengalami perubahan secara biologis, psikososial, sosiokultural, dan konsekuensi fungsional. Kondisi inilah yang dapat memicu semakin tinggi depresi lansia.

Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian Ilannoor dkk (2021) dimana mayoritas lansia yang tinggal di UPTD Panti Sosial dan Rehabilitasi Ciparay Kabupaten Bandung juga berusia *elderly* yaitu usia 60-74 tahun (64,3%). Dari lansia *elderly* tersebut mayoritas mengalami depresi berat terlebih mereka tinggal di panti wredha yang jauh dari kedekatan dan dukungan anggota keluarganya. Kondisi ini semakin memicu meningkatnya tingkat depresi pada lansia, karena para lansia merasa kesepian dan tidak nyaman dengan kehadiran para lansia lainnya yang memiliki kecenderungan memiliki sifat lebih sensitif pada orang lain.

Hasil penelitian Shafa dkk (2016) juga mendukung hasil penelitian ini dimana mayoritas lansia yang tinggal di panti berusia *elderly* (60-74 tahun) mengalami kecenderungan depresi lebih berat dibandingkan usia lansia lainnya (59,2%). Meskipun demikian kondisi depresi dapat terjadi pada berbagai kalangan usia. Dewasa muda terjadi pada usia rata-rata pertengahan 20 tahun. Rata-rata usia onset untuk gangguan depresif berat adalah 40 tahun dan 50% dari pasien memiliki onset antara 20-50 tahun. Prevalensi kejadian depresi mayor

di komunitas lansia adalah berusia diatas 65 tahun dapat mencapai angka antara 1-5%. Sementara gejala depresi hampir muncul pada 20% lansia.

Menurut peneliti mayoritas lansia yang tinggal di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta berusia *elderly* yang berusia 60-74 tahun ini dapat diartikan semakin tua usia lansia maka semakin mengalami penurunan fungsi organ. Sehingga hal tersebut dapat memungkinkan lansia semakin mengalami depresi. Selain itu faktor pendukung lainnya munculnya depresi pada lansia adalah mereka tinggal di Panti yang jauh dengan keluarga terlebih lagi jika lansia menderita penyakit komplikasi yang kronis dan sangat bergantung kepada perawat panti. Lansia akan merasa kesepian sehingga meningkatkan tingkat depresi pada lansia.

c. Karakteristik Lansia menurut Pendidikan

Karakteristik responden menurut pendidikan diketahui mayoritas responden berpendidikan rendah yaitu hanya lulusan SD (50%). Hasil penelitian ini mendukung penelitian Novayanti dkk (2020) dimana mayoritas lansia yang tinggal di Panti berpendidikan SD (37%). Jadi proporsi depresi pada lansia yang berpendidikan rendah lebih besar dibandingkan proporsi depresi pada lansia berpendidikan sedang/menengah dan tinggi.

Begitu juga mendukung hasil penelitian Herawati & Deharnita (2019) dimana mayoritas lansia berpendidikan rendah (90%)

mengalami depresi lebih banyak dibandingkan lansia dengan pendidikan tinggi. Tingkat pendidikan rendah berkaitan dengan kejadian depresi, baik pada laki-laki dan perempuan. Kurangnya kesempatan untuk bersekolah dan tidak adanya fasilitas pendidikan di daerah pedesaan berkontribusi pada kejadian depresi. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilakunya akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap, berperan dalam pembangunan kesehatan sehingga mampu terhindar dari depresi.

Hasil penelitian Darmada & Tadjudin (2019) juga membeirkan hasil serupa dimana mayoritas lansia yang mengalami depresi adalah lansia yang berpendidikan SD (38,2%). Jadi lansia dengan pendidikan rendah lebih rentan terhadap depresi terlebih didukung jika lansia berstatus janda/ duda lebih banyak yang mengalami depresi dibandingkan lansia yang masih memiliki pasangan hidup (suami/istri).

Menurut peneliti kondisi pendidikan lansia yang rendah ini akan semakin mendukung terjadinya depresi pada lansia. Hal ini dikarenakan pendidikan dapat mempengaruhi perilaku seseorang. Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka akan semakin mudah menerima informasi sehingga semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. disamping itu, pendidikan juga merupakan modal awal dalam perkembangan kognitif, dimana kognitif tersebut dapat menjadi mediator antara suatu kejadian dan *mood*, sehingga kurangnya pendidikan dapat menjadi faktor risiko lansia menderita depresi.

d. Karakteristik Lansia menurut Lama Tinggal Lansia di Pant

Karakteristik responden menurut lama tinggal di Pant diketahui mayoritas responden telah tinggal di Pant selama 1-5 tahun (53,3%). Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian Ilannoor dkk (2021) dimana mayoritas lansia telah tinggal di Pant selama 1-5 tahun mengalami depresi (66,7%). Begitu juga mendukung hasil penelitian Herawati & Deharnita (2019) dimana mayoritas responden telah tinggal di Pant <4 tahun dan mengalami depresi lebih banyak (64,2%). Kondisi ini disebabkan karena lansia merasa kesepian dan jauh dari anggota keluarganya. Semakin besar dukungan sosial semakin kecil risiko depresi pada lansia. Urbanisasi telah mengikis kemauan keluarga untuk peduli terhadap lansia dan menurunkan *co-residence* anak terhadap lansia. Kondisi ini semakin memicu terjadinya depresi pada lansia.

Hasil serupa juga ditemukan oleh Darmada & Tadjudin (2019) dimana mayoritas lansia yang tinggal di pant telah tinggal selama 0-5 tahun dan cenderung mengalami depresi (47,3%). Lansia yang tinggal dengan keluarga maka akan memperoleh dukungan secara sosial lebih banyak jika dibandingkan lansia yang tinggal di pant. stres yang menimbulkan depresi sangat rentan terjadi pada lanjut usia karena faktor kehilangan, penurunan kesehatan fisik, dan kurangnya dukungan dari keluarga maupun orang-orang terdekat kepada lanjut usia, akan mempengaruhi coping pada lanjut usia tidak adekuat. Coping yang tidak adekuat dalam menghadapi masalah, akan menyebabkan krisis

yang bertumpuk dan berkepanjangan yang akhirnya dapat menimbulkan gejala depresi (Nenotek dkk, 2017).

Menurut peneliti diketahui bahwa mayoritas lansia belum lama tinggal di Panti. Kondisi inilah yang semakin memicu tingginya tingkat depresi pada lansia karena harus mulai beradaptasi dengan kondisi lingkungan sekitar dan teman-teman lansia lainnya yang juga tinggal di Panti. Jika lansia tidak memiliki manajemen emosional yang baik maka muncullah depresi pada lansia.

2. Tingkat Depresi Lansia Sebelum Dilakukan *Art therapy* Kaligrafi di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta

Berdasarkan hasil analisis univariat dengan menggunakan statistik deskriptif nampak bahwa dari 30 orang lansia yang tinggal di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta sebelum dilakukan *Art therapy* Kaligrafi rata-rata memiliki skor GDS sebesar 12,20 dengan nilai skor minimal sebesar 7 dan skor maksimal sebesar 15. Nilai rata-rata ini menunjukkan bahwa skor GDS sebelum diberikan perlakuan *Art therapy* Kaligrafi memiliki tingkat depresi termasuk berat. Secara distribusi frekuensi mayoritas lansia yang tinggal di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta sebelum dilakukan *Art therapy* Kaligrafi mengalami depresi berat (66,7%).

Menurut Novayanti dkk (2020) beragam faktor yang dapat menyebabkan kenaikan tingkat depresi lansia, diantaranya dukungan keluarga dan tempat tinggal. Salah satu faktor yang paling utama untuk mendasari terjadinya depresi, karena kehilangan merupakan suatu keadaan individu yang berpisah dengan suatu yang sebelumnya ada. Lansia yang

tidak memiliki keluarga untuk menemani lansia dapat mengurangi kontribusi lansia dalam melakukan aktivitas sehingga rasa jenuh dan sepi yang dirasakan oleh lansia meningkat. Lansia yang baru menetap di panti cenderung membutuhkan adaptasi di tahun awal kehidupan di panti sehingga kurang interaksi antar lansia. Hal tersebut diatas dibuktikan oleh penelitian bahwa lansia yang mengalami depresi sangat rentan terhadap masalah lain seperti meningkatkan tekanan darah.

Hasil penelitian ini didukung penelitian Utami dkk (2018) dimana lansia yang tinggal di dalam dan di luar panti werdha sama-sama mengalami depresi yang sama hanya saja di bedakan terhadap tingkatan depresi ringan sampai depresi tingkat berat. Lansia yang tinggal di Panti semua rutinitas yang dilakukan sesuai jadwal dan terbatas sehingga terkadang merasa bosan dan menginginkan kebebasan. Berbeda dengan lansia yang tinggal di luar panti dimana aktivitas lansia bisa terbilang aktivitas yang lebih berat dari pada lansia yang berada di panti yangb terkadang dapat menjadi hiburan bagi para lansia sehingga kecenderungan tingkat depresi menjadi semakin ringan.

Hasil penelitian Simanjuntak (2019) mendukung penelitian ini dimana lansia yang tinggal dipanti akan memiliki kecenderungan mengalami depresi dari ringan sampai berat, sedangkan lansia yang tinggal di rumah bersama keluarga semuanya tidak mengalami depresi atau dalam kondisi normal. lansia yang tinggal bersama keluarga akan meningkatkan kesehatan mental psikologis dan fisik lansia, sehingga lansia tidak merasa

keseharian dan menurunkan tingkat depresi. Namun berbeda jika lansia tinggal di panti dan jarang mendapatkan kunjungan dari keluarga, mereka akan cenderung merasa keseharian dan hal tersebut dapat menyebabkan depresi. Hal ini dikarenakan keluarga memiliki arti yang penting bagi para lansia karena dapat memberikan kegembiraan, perasaan diperhatikan dan meningkatkan kesehatan lansia baik fisik maupun psikis (Darmada & Tadjudin, 2019).

Menurut peneliti lansia yang tinggal di panti akan mengalami kecenderungan mengalami depresi yang lebih berat dibandingkan lansia yang tinggal bersama dengan keluarga. Terlebih lagi lansia tersebut menderita komplikasi penyakit kronis karena penurunan fungsi organ. Kondisi depresi berat pada mayoritas lansia yang tinggal di panti tersebut jika tidak dilakukan perawatan khusus untuk menurunkan tingkat depresi maka dapat berakibat fatal seperti diantaranya adalah adanya tindakan bunuh diri. Oleh karena itu diperlukan dukungan keluarga dan masyarakat sekitar untuk memberikan kasih sayang dan perhatiannya kepada lansia sehingga lansia tidak mengalami peningkatan depresi ke arah yang lebih buruk.

3. Tingkat Depresi Lansia Sesudah Dilakukan *Art therapy* Kaligrafi di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta

Berdasarkan hasil analisis univariat dengan menggunakan statistik deskriptif nampak bahwa dari 30 orang lansia yang tinggal di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta sesudah dilakukan *Art therapy* Kaligrafi rata-

rata memiliki skor GDS mengalami penurunan yaitu menjadi sebesar 6,767 dengan nilai skor minimal sebesar 3 dan skor maksimal sebesar 11. Nilai rata-rata ini menunjukkan bahwa skor GDS sesudah diberikan perlakuan *Art therapy* Kaligrafi memiliki tingkat depresi termasuk ringan. Secara distribusi frekuensi mayoritas lansia yang tinggal di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Sumber Surakarta sesudah dilakukan *Art therapy* Kaligrafi mengalami depresi ringan (63,3%).

Hasil penelitian ini mendukung penelitian Permatasari dkk (2017) dimana *art therapy* dapat membantu individu dalam meningkatkan kesadaran diri dan memunculkan *insight*. *Art therapy* menggunakan media seni dan proses kreatif untuk membantu mengekspresikan diri, meningkatkan keterampilan koping individu, mengelola stress, dan memperkuat rasa percaya diri. Melalui *art therapy* individu dapat mengungkapkan perasaan yang dialami dengan menggunakan seluruh area atau fungsi dalam diri mereka. Perasaan yang sudah terbuka pada subyek turut memengaruhi aspek kognitif pada diri mereka sehingga membantu menumbuhkan kesadaran dan pemikiran pada subyek. Tugas-tugas yang diberikan selama proses intervensi membantu mengaktifkan *memory recollection* dan *emotional reexperience* pada seluruh subyek.

Begitu juga mendukung hasil penelitian Sirojudin & Pratiwi (2020) dimana *Art therapy* yang dilakukan sangat efektif untuk menurunkan tingkat depresi lansia terlihat dari penurunan depresi lansia, dilakukan di panti yang berbeda-beda di Indonesia untuk di luar negeri dilakukan di

masyarakat dan di panti jompo, dengan lama waktu pemberian terapi yang berbeda namun semua memberikan pengaruh efektif untuk menurunkan tingkat depresi. Jadi terdapat penurunan tingkat depresi lansia setelah pemberian *art therapy*, semakin lama waktu pemberian terapi akan lebih efektif dalam menurunkan tingkat depresi lansia. Depresi pada lansia dipengaruhi berbagai macam faktor dan *social support* sangat mempengaruhi tingkat depresi yang dialami lansia.

Hal ini sesuai pendapat Aiyuda (2020) dimana beberapa manfaat dari pemberian *art therapy* ini adalah *art therapy* dianggap efektif dalam memberikan pengobatan yang efektif untuk orang-orang yang mengalami gangguan psikologis, perkembangan, kesehatan, pendidikan sampai pada gangguan sosial, terapi ini dapat digunakan untuk menyembuhkan penyandang autisme, demensia, depresi, dan gangguan lainnya. Terapi ini juga membantu orang menyelesaikan konflik meningkatkan keterampilan interpersonal, mengelola perilaku bermasalah, mengurangi stress. Terapi ini dapat digunakan untuk mencapai wawasan pribadi serta memberikan kesempatan untuk menikmati kesenangan hidup dari pembuatan seni.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Gunawan dan Yahya (2016) diperoleh hasil penerapan pelatihan kaligrafi mampu menurunkan tingkat stress para narapidana. Begitu juga penelitian Febriyanti (2018) dimana 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.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka dapat penulis simpulkan bahwa *art therapy* kaligrafi terbukti mampu menurunkan tingkat depresi lansia yang tinggal di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta. Melalui *art therapy* kaligrafi akan merangsang fungsi visual dan kinestetik pada otak. Fungsi visual dan kinestetik diperoleh dengan metode tulisan kaligrafi sehingga, nantinya hubungan antara fungsi kinestetik dengan kemampuan otak akan terjadi melalui kontraksi otot yang ditimbulkan dan akan memberikan pengaruh pada sistem limbik yaitu amygdala dan hippocampus melalui jaringan *muscle spindle*. Rangsangan yang terjadi akan diteruskan ke *central nervous system* yang akan diproses dan diintegrasikan pada semua tingkat sistem saraf sehingga fungsi kinestetik bekerja yang dapat menurunkan tingkat depresi lansia.

4. Pengaruh *Art therapy* Kaligrafi terhadap Tingkat Depresi pada Lansia di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta

Hasil analisis statistik deskriptif diketahui bahwa rata-rata sebelum dilakukan intervensi *art therapy* kaligrafi diperoleh rata-rata tingkat depresi lansia dengan skor sebesar 12,20 dan sesudah diperoleh skor sebesar 6,767 sehingga rata-rata mengalami skor penurunan sebesar 5,433 atau sebesar 44,53%. Hal ini didukung dengan hasil uji hipotesis menggunakan uji parametrik *Paired t-test* diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 > 0,05$. Hal ini berarti H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga

dapat diartikan ada pengaruh *art therapy* kaligrafi terhadap tingkat depresi lansia di Panti Usia Lanjut Aisyiyah Surakarta.

Menurut Saputro (2018) *Art therapy* Kaligrafi dapat digunakan pada semua klien untuk menangani kasus-kasus kecemasan, depresi, dan gangguan-gangguan lain seperti penyalahgunaan zat dan kecanduan internet. *Art therapy* Kaligrafi juga dapat diterapkan pada permasalahan keluarga, hubungan sosial, kekerasan dalam rumah tangga, trauma, masalah fisik, kognitif, dan neurologis, dan kesulitan psikososial yang berhubungan dengan penyakit medis. Dalam pembangunan seni, terdapat aspek-aspek yang meliputi akhlak, iman, masalah keagamaan, dan falsafah kehidupan manusia. Karena tak lain adalah dengan mencipta seni melalui media dapat membangkitkan kepercayaan diri bahwa mereka mampu menciptakan sesuatu yang berharga dan pada akhirnya menurunkan tingkat depresi.

Oktavia dkk (2019) menambahkan bahwa hormon kortisol yang tinggi secara biologis merupakan penyebab depresi. Melalui *art therapy* sekresi hormon kortisol ditekan dengan meningkatkan hormon endorfin sehingga dapat menurunkan tingkat depresi. Penerapan *art therapy* kaligrafi secara efektif dapat membantu menurunkan depresi. Pada tiap sesi intervensi, seluruh responden dapat mengekspresikan perasaan dan meningkatkan kepercayaan diri yang dimiliki dan menganggap diri mereka masih memiliki potensi untuk menghasilkan sesuatu. Kepercayaan diri subyek juga dikuatkan oleh *reward* secara verbal dari kepala dan petugas panti saat melihat hasil karya dari responden.

Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian 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) juga memberikan hasil penelitian serupa dimana tulisan tangan kaligrafi Cina mampu menurunkan gejala depresi. 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. Dimana adanya penurunan tingkat depresi pada lansia setelah dilakukan intervensi *art therapy* kaligrafi. Saat seseorang melakukan kegiatan dengan hati senang dan tenang, memicu tubuh mengeluarkan hormon endorphen yang berefek meningkatkan perasaan nyaman dan tenang sehingga otot-otot tubuh yang awalnya. Stimulasi pada otak akan membuat lansia menjadi senang dan tidak ada beban jika depresi berkurang.

Berdasarkan hasil penelitian dapat penulis simpulkan bahwa *art therapy* kaligrafi mampu efektif memfasilitasi individu untuk mengespresikan emosi-emosinya sehingga dapat membantu untuk merasakan emosi apa yang sedang dirasakan, dan emosi apa yang sedang muncul atau sedang mendominasi diri, sehingga secara otomatis mampu menurunkan tingkat depresi lansia. Pemilihan asmaul husna ini dilakukan sebagai bentuk rasa syukur dan ketengan jiwa para lansia yang semuanya

beragama islam agar dapat lebih dekat dan selalu mengingat Allah SWT sebagai Maha dari segalanya. Pemberian *art therapy* kaligrafi alternatif tindakan keperawatan sebagai domainnya di keperawatan gerontik untuk mengurangi tingkat depresi pada lansia.

D. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan diantaranya adalah:

1. Frekuensi pelaksanaan intervensi *arth therapy* kaligrafi hanya dapat dilakukan peneliti selama 7 hari dan setiap sesi dilakukan \pm 1 jam, sehingga kemungkinan hasil yang diperoleh belum dapat dilakukan secara maksimal. *Art therapy* akan jauh lebih efektif jika dapat dilakukan secara rutin, semakin lama intervensi *art therapy* kaligrafi dilakukan maka semakin efektif hasil yang diberikan yaitu menurunkan tingkat depresi lansia.
2. Saat melakukan penelitian peneliti tidak mengetahui dan mengontrol apakah responden minum obat antidepressant atau tidak, hal ini dapat mempengaruhi hasil penelitian.