

Dikirim : 25 Mei 2024
Direvisi : 10 Juni 2024
Disetujui : 1 Juli 2024

ICJ
(Initium Community Journal)
Online ISSN : 2798-9143
Jurnal homepage: <https://journal.medinerz.org>

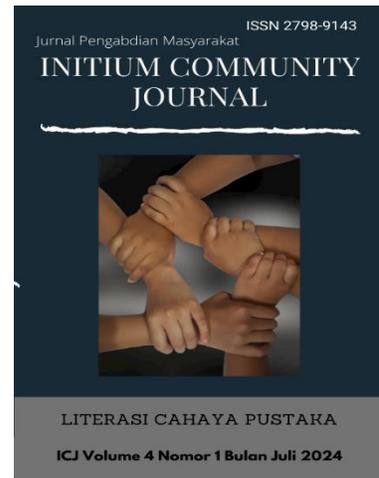
INITIUM COMMUNITY JOURNAL

<https://journal.medinerz.org/index.php/ICJ>

e-ISSN : 2798-9143

Kata kunci: Terapi Aktivitas Kelompok, Kognitif, Lansia
Keywords: Group Activity Therapy, Cognitive, Elderly

Korespondensi Penulis:
Yulianti Wulandari
woelan@gmail.com



TERAPI MODALITAS LIFE REVIEW THERAPY MENURUNKAN TINGKAT DEPRESI PADA LANSIA

Yulianti Wulandari¹, Ferdinan Tarigan², Irawati³,
Lisbet Siagian⁴, Marti Suprihatini⁵, Susilawati
Yuliana⁶, Rachmawaty M. Noer⁷, Multazam⁸

^{1,2,3,4,5,6,7} Universitas Awal Bros

email: woelan@gmail.com, rachmawatymnoer1977@gmail.com

ABSTRACT

The elderly group will experience a decline in health status both naturally and as a result of disease in terms of health aspects. Decline in cognitive function is one of the health problems that occurs due to increasing age. Further problems often occur, when the brain starts to age, psychosocial problems arise, the risk of falls increases and can result in injury and limited movement in the elderly. Forms of activity to maintain brain function include maximizing cognitive abilities which can be done with various stimulations of brain activity. Providing cognitive training to the elderly is expected to increase the elderly's adaptation to the physical changes they are experiencing so that they can be productive within their limitations. One way to optimize the cognitive function of the elderly is to use modality therapy, namely group activity therapy. The art of paper folding can send impulses that will activate the entire right and left hemispheres of the brain. Especially, areas related to memory, thinking ability, as well as visuospatial and motor skills. The brain will also release serotonin, a compound that plays a role in forming memory and providing a feeling of satisfaction and pleasure.

This group activity therapy aims to optimize the cognitive function of elderly clients, explore talents, interests and abilities in skills (handicrafts), train the elderly's concentration and attention, fill their free time doing handicrafts, express opinions and accept the opinions of others, maintain health through activities that stimulate fine motor skills, sensory creativity and patience, helping the elderly not to get bored and fed up indoors through handicrafts. This group activity therapy is carried out with paper folding therapy, participants are given an explanation, demonstrated how to fold paper and examples of its shape and practice together to fold paper according to the shape shown. The target participants for this activity are the elderly at Rumah Bahagia Bintan.

This series of group activity therapy activities with paper folding therapy showed satisfactory results where 100% of participants attended and the pre-test and post-test results showed significant results where 100% of participants experienced an increase in knowledge regarding the purpose, benefits and appropriate steps for paper folding activities. exemplary form. It can be concluded that paper folding therapy can be an activity for the elderly as it sharpens and strengthens brain function and is also useful for cognitive function in the elderly. It is recommended that paper folding therapy is not just filling time, but is a need for the elderly like food, care, love and so on.

Keyword: Group Activity Therapy, Cognitive, Elderly

ABSTRAK

Kelompok lansia akan mengalami penurunan derajat kesehatan baik secara alamiah maupun akibat penyakit ditinjau dari aspek kesehatan, penurunan fungsi kognitif adalah salah satunya masalah kesehatan yang terjadi akibat pertambahan usia. Permasalahan lanjutan sering terjadi, saat otak mulai menua, muncul masalah psikososial, risiko jatuh pun meningkat dan dapat mengakibatkan cedera dan keterbatasan gerak pada lansia. Bentuk aktivitas untuk mempertahankan fungsi otak diantaranya adalah memaksimalkan kemampuan kognitif yang dapat dilakukan dengan berbagai stimulasi aktivitas otak. Pemberian latihan kognitif pada lansia diharapkan dapat meningkatkan adaptasi lansia dengan perubahan fisik yang dialami sehingga ia dapat produktif dalam keterbatasan yang dimilikinya. Salah satu cara untuk mengoptimalkan fungsi kognitif lansia adalah dengan menggunakan terapi modalitas yaitu terapi aktivitas kelompok. Seni melipat kertas dapat mengirimkan impuls yang akan mengaktifkan seluruh belahan otak kanan dan kiri. Terutama, area-area yang berhubungan dengan daya ingat, kemampuan berfikir, serta keterampilan visuospasial dan motorik. Otak pun akan melepas serotonin, yakni senyawa yang berperan dalam pembentukan daya ingat serta memberikan rasa puas dan senang.

Terapi aktivitas kelompok ini bertujuan untuk mengoptimalkan fungsi kognitif klien lansia, mengeksplorasi bakat, minat dan kemampuan dalam keterampilan (kerajinan tangan), melatih konsentrasi dan pemusatan perhatian lansia, mengisi waktu luang dalam melakukan kerajinan tangan, mengemukakan pendapat dan menerima pendapat orang lain, memelihara kesehatan melalui kegiatan stimulasi motorik halus, sensori kreatifitas dan kesabaran, membantu lansia agar tidak bosan dan jenuh dalam ruangan melalui kerajinan tangan. Terapi aktivitas kelompok ini dilakukan dengan terapi melipat kertas, peserta diberikan penjelasan, diperagakan cara melipat kertas dan contoh bentuknya serta melakukan praktik bersama untuk melipat kertas sesuai bentuk yang dicontohkan. Sasaran peserta dari kegiatan ini yaitu lansia di Rumah Bahagia Bintan.

Serangkaian kegiatan terapi aktivitas kelompok dengan terapi melipat kertas ini menunjukkan hasil yang memuaskan dimana 100 % peserta hadir serta hasil pre-test dan post-test menunjukkan hasil signifikan dimana 100 % peserta mengalami peningkatan pengetahuan mengenai tujuan, manfaat dan langkah-langkah kegiatan melipat kertas sesuai bentuk yang dicontohkan. Dapat disimpulkan bahwa terapi melipat kertas dapat menjadi suatu aktivitas bagi lansia sebagai pengasah dan penguatan fungsi otak dan berguna juga untuk fungsi kognitif bagi lansia. Disarankan terapi melipat kertas tidak sekedar mengisi waktu, tetapi ini merupakan kebutuhan lansia seperti halnya makanan, perawatan, cinta kasih dan lain-lain.

Terapi Aktivitas Kelompok, Kognitif, Lansia

A. Pendahuluan

Terapi modalitas lifei reiview theirapy adalah suiatui teirapi yangdilakukan pada lansia yang meineikankan pada peingalaman masa lalu lansia. Lifei reiview theirapy meiliki dampak yang positif bagi lansia. Teirapi ini eifeiktif terhadap peinuiruan deipresi. Peingkajian yang telah dilakukan pada tanggal 27 mei 2024 di Lembaga Keiseijahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS.LUi) panti weirdha anuigras di Tanjungpinang didapatkan hasil bahwa jumlah lanjut usia (lansia) adalah 14 orang dengan 10 laki-laki dan 4 perempuan. Peingkajian masing-masing lansia dilakukan melalui wawancara, observasi maupun daftar reikam meidik yang ada di panti

Berdasarkan hasil dari peingkajian dan observasi didapatkan bahwa keadaan lansia di panti weirdha anuigras ada yang masih kurang dalam komunikasi yang efektif suasana hati yang kadang sedih, merasa kesepian, tidak berharga, tidak berdaya, perasaan hampa, hal ini menyebabkan lansia deipresi dan kurang bergairah dalam hidupnya. Dengan adanya data-data di atas maka perlu dilakukan terapi aktifitas kelompok. Terapi aktifitas kelompok yang dilakukan adalah lifei riview teirapi yang meineikankan pada peingalaman masa lalu lansia yang meimbangkan dan meimbahagikan. Diharapkan dengan teirapi ini meimberikan kesempatan pada lansia untuk saling berinteraksi, berkomunikasi, merasa di dengarkan sehingga menghilangkan kesepian dan deipresi

B. Metode Kegiatan

Sasaran pada kegiatan terapi aktivitas kelompok ini adalah 10 orang lansia yang merupakan penghuni panti weirdha Anugrah Tanjungpinang. Terapi aktivitas kelompok ini bertujuan untuk menghilangkan kesepian dan depresi. Terapi aktivitas kelompok ini dilakukan dengan diskusi kelompok, bermain dan bercerita.

C. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan terapi melipat kertas dimulai dengan siapkan bahan yang sudah disediakan fasilitator yaitu kertas origami berbagai warna dan media hasil melipat kertas yang sudah jadi. Bagikan bahan dan contoh, kemudian memperagakan cara melipat kertas secara perlahan dari lipatan awal hingga terbentuk sesuai dengan media contoh. Siapkan beberapa buah sample hasil melipat kertas yang ingin dipilih peserta. Dampingi lansia untuk mengajarkan cara melipat kertas sesuai bentuk yang dicontohkan. Jalin komunikasi, gunakanlah kesempatan ini untuk bertanya dan memancing imajinasi serta menjalin komunikasi yang sehat dan menyenangkan dengan mereka, di samping itu bermanfaat juga untuk melatih lansia berbicara dan mengungkapkan ide-nya. Dilakukan pengukuran dengan pre-test dan post-test menggunakan kuesioner yang berisi daftar pertanyaan untuk mengukur pengetahuan peserta mengenai tujuan, manfaat dan langkah-langkah terapi melipat kertas.

A. Struktur

- a. Pre planing dibuat sesuai dengan masalah keperawatan yang didapat di panti weirdha Anugrah Tanjungpinang
- b. Topik dan TAK sesuai dengan masalah keperawatan yang ada di panti weirdha Anuigrah
- c. Kontrak waktu dan tempat sehari sebelum pelaksanaan pada klien
- d. Media dan alat sesuai dengan yang di rencanakan
- e. Materi TAK di persiapkan hari sebelum sebelum TAK

B. Proses

- a. Peserta TAK berjumlah 10 orang hadir dan duduk pada kursi roda maupun kursi bisa sesuai dengan setting tempat.
- b. Pelaksanaan TAK berjalan sesuai tempat dan waktu yang telah ditentukan.
- c. Seluruh Peserta TAK mengikuti kegiatan dari awal hingga selesai.
- d. Peralatan lengkap tersedia.
- e. Leader, pembawa acara, fasilitator, observer menjalankan masing-masing tugasnya dengan baik.

C. Hasil

- a. TAK dilakukan 60 menit.
- b. Semua peserta mengikuti kegiatan dengan baik.
- c. Semua peserta dan kelompok mahasiswa berjabat tangan dan berfoto bersama setelah kegiatan.

Foto kegiatan



Ners muda kelompok 2 melakukan TAK life review terapi. Leader sedang menjelaskan permainan dan aturan permainan



Yang memegang bola tepat musik berhenti , harus bercerita tentang masa2 yang membahagiakan dalam hidupnya



Fasilitator memotivasi peserta untuk menceritakan kisah hidupnya



Foto bersama lansia

D. Kesimpulan Dan Saran

Kegiatan terapi aktivitas kelompok dengan melakukan terapi modalitas life review terapi bagi klien lansia dapat menjadisuatu aktivitas sebagai pengasah dan penguatan fungsi otak dan berguna juga untuk fungsi kognitif bagi lansia. Terapi aktivitas kelompok dapat mengembangkan, memelihara, memulihkan fungsi dan atau mengupayakan adaptasi untuk aktifitas sehari-hari, produktivitas dan waktu luang sehingga dapat meningkatkan kemampuan untuk melakukan aktivitas hidup sehari-hari. Disarankan terapi melipat kertas tidak sekedar mengisi waktu, tetapi ini merupakan kebutuhan lansia seperti halnya makanan, perawatan, cinta kasih dan lain-lain. Salah satu cara untuk mengoptimalkan fungsi kognitif lansia adalah dengan menggunakan terapi modalitas yaitu terapi aktivitas kelompok.

E. Daftar Pustaka

- Arfiani, Nur Husna & Liana Sofiana. (2019). *Peningkatan Keterampilan Lanjut Usia (lansia) Menuju Hidup Sehat dan Mandiri*. Prosiding UMY.
- Basuki, Haryanto, Kusumaningrum (2018). *The Effect of Elderly Cognitive Care on the Cognitive Function and Physical Activity of Elderly*. *Indonesian Journal of Health Research*. Vol. 1, No. 2, 37-48.
- Eka Sari, Riasmini, Hartini (2018). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia: Konsep Dan Berbagai Strategi Intervensi*. Wieneka Media: Malang
- Dwi, Megantoro. (2018). *Pengaruh Keterampilan, Pengalaman, Kemampuan Sumber Daya Manusia terhadap Kinerja Usaha Kecil Menengah*. Bantul Yogyakarta.
- Kushariyadi, Setyoadi. (2019). *Terapi Modalitas Keperawatan Pada Klien Psikogeriatrik*. Jakarta: Salemba Medika.