

BAB 6

PEMBAHASAN

Penelitian telah dilakukan untuk mengetahui “Pengaruh Terapi Seni Menggambar Berkelompok (*Art Therapy Groups*) Terhadap Penurunan Tingkat Depresi pada Lansia di Panti Wreda Pangesti Lawang”. Penelitian dilakukan dengan mengukur penurunan tingkat depresi klien sebelum dan sesudah dilakukan *art therapy*. Hasil pengukuran tingkat depresi klien sebelum dan setelah diberikan *art therapy* dilakukan uji *Paired T Test* dengan menggunakan bantuan komputer *SPSS 16 for windows* dengan tingkat signifikansi 5% ($\alpha=0,05$). Dari hasil pengujian di atas dapat digunakan untuk mengetahui sejauh mana Pengaruh Terapi Menggambar Berkelompok (*Art Therapy Groups*) Terhadap Penurunan Tingkat Depresi pada Lansia.

6.1 Tingkat Depresi Klien Sebelum dilakukan *Art Therapy Groups*

Jumlah penghuni Panti Wreda Pangesti Lawang yang diteliti sebanyak 20 responden, terdiri dari 3 responden laki-laki dan 17 responden perempuan. Hasil penelitian mengenai tingkat depresi dengan alat ukur *Beck Depression Inventory (BDI)* diperoleh data bahwa responden yang mengalami depresi minimal/normal sebanyak 4 responden (20%), depresi ringan 12 responden (60%), depresi sedang 4 responden (20%), dan tidak ada yang mengalami depresi berat.

Dalam hal ini, gejala-gejala tingkat depresi tersebut dapat dipengaruhi oleh jenis kelamin, status perkawinan, lamanya menghuni panti, pendidikan terakhir, dan kunjungan keluarga. Responden perempuan (17 orang), mengalami depresi. Responden laki-laki (3 orang). Menurut Kessler dkk (dalam Galambos dkk, 2004) terdapat perbedaan level tingkat gejala depresi pada masing-masing jenis kelamin dan perempuan cenderung menunjukkan depresi yang lebih besar daripada laki-laki dan perbedaan stresor psikososial yang berbeda antara perempuan dan laki-

laki. Hal serupa dikatakan oleh Sholikhin, 2006 dalam penelitiannya yang berjudul *Tingkat Depresi Korban Tanah Longsor di Banjarnegara*, bahwa penyebab pasti mengapa terjadi depresi pada perempuan lebih banyak daripada laki-laki karena diperkirakan faktor hormonal ikut berperan terhadap depresi yang dialami.

Berdasarkan status pernikahan, responden terbanyak berasal dari dengan status pernikahan *janda/duda* yaitu sebanyak 8 responden. Hal ini sesuai dengan teori Chandra (2006), bahwa pasangan hidup menjadi sumber hubungan sosial yang tidak tergantikan. Hubungan tersebut berupa afeksi, rasa pertemanan, serta rasa aman dan nyaman. Kehilangan pasangan hidup membawa perubahan besar dalam peran dan kehidupan sehari-hari lansia. Kehilangan pasangan hidup menjadi masalah psikososial yang kuat seperti lansia bagi lansia.

Berdasarkan lama menghuni panti, responden terbanyak berasal dari responden dengan lama 0-5 tahun terdapat 14 responden. Menurut Fairrida (2007), menyatakan bahwa lansia yang tinggal di panti wreda akan mengalami efek terhadap lingkungan dan teman baru yang mengharuskan lansia beradaptasi secara positif. Kegagalan respon adaptif yang ditandai dengan kegagalan dalam berinteraksi dapat menyebabkan kekhawatiran serta depresi pada lansia.

Berdasarkan pendidikan terakhir, responden terbanyak berasal dari dari responden yang tidak bekerja terdapat 7 responden. Stuart & Sundeen (2002) mengungkapkan bahwa pendidikan yang rendah akan menyebabkan lansia mudah mengalami depresi, semakin tinggi tingkat pendidikannya akan berpengaruh terhadap kemampuan berpikir.

Berdasarkan pada kunjungan keluarga yang tidak pernah dikunjungi oleh keluarga atau anak-anaknya, responden terbanyak berasal dari responden yang tidak tentu waktunya, bisa kapan saja dikunjungi oleh keluarga terdapat 9 responden. Stuart & Sundeen (2002) berpendapat bahwa dukungan sosial yang kurang menjadi salah satu pencetusnya lansia mengalami depresi, dimana kehadiran orang lain dapat membantu seseorang mengurangi depresi dan lingkungan mempengaruhi area berpikir seseorang.

Berdasarkan pekerjaannya, responden terbanyak berasal dari responden yang tidak bekerja terdapat 10 responden. Menurut teori Maryam mengatakan

bahwa perubahan berkaitan dengan pekerjaan diawali ketika masa pensiun. Dalam kenyataannya, pensiun sering diartikan oleh lansia sebagai kehilangan penghasilan sehingga sumber finansial berkurang, kedudukan, jabatan, peran, kegiatan, status, dan harga diri. Pada akhirnya hal ini dapat menjadi beban mental bagi lansia dan mencetuskan depresi, ketidaksesuaian tersebut mungkin dikarenakan oleh macam-macamnya pekerjaan lansia sebelum menghuni dan kurangnya jumlah responden.

6.2 Tingkat Depresi Klien Sesudah dilakukan *Art Therapy Groups*

Hasil *posttest* seperti terlihat pada tabel 5.2.1 dapat disimpulkan bahwa dari 20 responden yang diteliti didapatkan bahwa responden yang mengalami depresi minimal/normal sebanyak 6 responden (30%) kemudian sebanyak 10 responden (50%) menderita depresi ringan, dan 4 responden (20%) yang mengalami depresi sedang dan tidak ada responden yang mengalami depresi berat. 20 responden didapatkan peningkatan prosentase depresi minimal/normal sebesar 10% yang awalnya 4 responden (20%) menjadi 6 responden (30%), penurunan prosentase depresi ringan sebesar 10% yang awalnya 12 responden menjadi 10 responden (50%), penurunan prosentase depresi sedang tidak ada tetap 4 responden (20%) yang mengalami depresi sedang, dan tidak ada perubahan prosentase depresi berat.

Secara umum seluruh responden mengalami penurunan skor depresi walaupun tidak semua responden mengalami penurunan tingkatan respon depresi. Hasil ini membuktikan bahwa tingkat pengaruh *Art Therapy Groups* ini berbeda pada setiap individu. Hasil terapi dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain usia, jenis kelamin, lama menghuni panti, pendidikan terakhir, dukungan sosial, dan pekerjaan sebelum menghuni panti. Menurut Wiguna (2003), perempuan lebih mudah mengalami depresi daripada laki-laki dikarenakan koping dari setiap individu yang berbeda, selain berdasarkan jenis kelamin, semakin bertambah usia seseorang maka tingkat depresi akan semakin meninggi (Anggraeni, 2009).

Menurut Stuart & Sundeen (2002), faktor pendidikan, respon koping dan dukungan sosial juga mempengaruhi tingkat depresi. Pendidikan yang rendah akan menyebabkan lansia tersebut mudah mengalami depresi, karena tingkat pendidikan berpengaruh terhadap kemampuan berpikir. Respon koping merupakan suatu mekanisme yang digunakan seseorang saat mengalami depresi, apabila tidak mampu mengatasi depresi secara konstruktif dapat menyebabkan perilaku patologis. Faktor dukungan sosial, dimana kehadiran orang lain dapat membantu seseorang mengurangi depresi.

Setelah pemberian terapi menggambar berkelompok (*Art Therapy Groups*) tampak adanya penurunan tingkat depresi. Semua responden mengalami penurunan skor depresi walaupun tidak semua responden mengalami penurunan tingkatan respon depresi.

6.3 Pengaruh *Art Therapy Groups* Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Lansia

Pada perawatan gerontik adalah ilmu yang mempelajari tentang perawatan pada lansia yang berfokus pada pengkajian kesehatan dan status fungsional, perencanaan, implementasi serta evaluasi Lueckerotte (2000). Hal ini berkaitan dengan penelitian yang dilakukan di panti wreda pangesti Lawang. Fungsi perawat gerontologi salah satunya menghormati hak orang dewasa yang lebih tua dan memastikan yang lain melakukan hal yang sama, memberi dan mendengarkan dukungan, melakukan perawatan restoratif dan rehabilitas. Eliopoulous (2005), dengan adanya terapi seni menggambar secara tidak langsung sangat membantu lansia yang berada di panti wreda pangesti Lawang. Terapi seni menggambar berkelompok dapat membantu para lansia saling berkomunikasi, berinteraksi, dan mengomentari melalui gambar lansia yang telah digambar. Seni terapi menggambar menyediakan sarana komunikasi dalam sebuah kelompok dan membantu para lansia dapat saling berkomunikasi secara baik. Hal ini dapat mengurangi beban yang terdapat pada lansia, terutama masalah psikologis yaitu masalah depresi, Marian (2005).

Secara umum semua responden mengalami penurunan skor depresi Hasil uji *Paired T test* didapatkan bahwa responden yang diberikan terapi menggambar berkelompok didapatkan besar signifikansi $p(0,001) < \alpha (0,05)$, maka dapat

disimpulkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest*. Dengan demikian hipotesis diterima pada $\alpha=0,05$ dan selang kepercayaan 95% didapatkan pengaruh terapi seni menggambar berkelompok (*Art Therapy Groups*) terhadap penurunan tingkat depresi pada lansia di Panti Wreda Pangesti Lawang.

Proses pelaksanaan terapi yang berlangsung secara terus menerus selama tiga kali pertemuan, dapat membentuk kesadaran pada responden dalam berperilaku, sehingga responden secara bertahap dapat mengalami dan meniru dan akhirnya mencoba untuk mengikuti terapi. Menurut Gabriel Tarde dalam Ahmadi (2007) ada beberapa faktor yang terbentuk selama proses terapi, antara lain faktor imitasi, identifikasi, sugesti dan simpati.

Menurut Setyoadi dan Kushariyadi, (2011). Terapi seni dapat menghilangkan depresi dan memungkinkan klien untuk mengembangkan ketrampilan koping. Terapi seni menjadi hal yang menyenangkan secara bersama dan individu untuk mengembangkan rasa kreativitas mereka sendiri, dan juga sebagai ajang bermain dalam mengenang masa lalu. Melalui kegiatan ini lansia didorong untuk terlibat aktif dalam menghidupkan kembali berbagi menceritakan atau mengekspresikan semua masalah yang ada di tuangkan dalam gambar, dan menceritakan tentang gambar tersebut. Selain itu kegiatan ini juga dapat meningkatkan interaksi sosial lansia dengan seseorang yang menjadi lawan bicaranya.

6.4 Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwa pelaksanaan penelitian ini masih banyak kekurangan, hal ini disebabkan karena :

- 1) Tidak seimbangnya jumlah responden antara laki-laki (3 responden) dan perempuan (17 responden), sehingga memungkinkan kurangnya akurasi saat observasi dalam membandingkan penilaian penurunan tingkat depresi klien dalam kategori jenis kelamin.
- 2) Terbatasnya masa pemberian perlakuan dan frekuensi perlakuan pemberian terapi yang hanya dilakukan 3 sesi pertemuan, sehingga kurang representatif, hal ini terkait dengan keterbatasan waktu penelitian.

- 3) Tidak adanya kelompok kontrol sehingga pengaruh terapi menggambar berkelompok (*Art Therapy Groups*) yang diberikan hanya diukur berdasarkan *pre* dan *post test*.

