

**PENGARUH *PLANT THERAPY* TERHADAP TINGKAT KESEPIAN PADA LANSIA
DI POSYANDU MAWAR RT. 02 RW. 04 KELURAHAN MERJOSARI**

SKRIPSI



OLEH :

ALBERTINA SARIANCE INNA

2015610004

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADDEWI
MALANG
2020**

RINGKASAN

Kesepian bagaikan rasa terpisahkan, dipisahkan, menyendiri dari sekelompok orang. Kesepian yang di rasakan di usia menua berhubungan dengan berkurangnya hubungan dengan orang sekitar, absen dan kurangnya melakukan kegiatan di masyarakat sekitar dan rekan kerja sehingga membatasi kegiatan lansia untuk bertemu dengan orang lain. Tujuan melakukan eksperimen ini agar dapat diketahui bahwa ada pengaruh *plant therapy* terhadap tingkat kesepian pada lansia. Desain penelitian menggunakan desain *pretest posttest one group design* dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *Preexperimental*. Sampel adalah Sebagian lansia yang ada di Posyandu Mawar RT02/RW04 Kelurahan Merjosari yang berjumlah 41 orang, dengan proses pengumpulan informasi melalui penyebaran kuesioner yang diisi oleh responden. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner yang berbentuk *checklist*. Analisis data menggunakan uji *wilcoxon* didapatkan nilai *Pvalue* sekisar $0,000 < 0,05$ sehingga H_1 diterima dan H_0 ditolak yang artinya terdapat perbedaan antara tingkat kesepian lansia sebelum dan sesudah dilakukan *plant therapy*, maka dapat diartikan pula bahwa ada efek pemberian *plant therapy* terhadap tingkat kesepian lansia. Bagi peneliti berikutnya di inginkan untuk telusuri faktor lain dari pemenuhan pengaruh tingkat kesepian para lansia yang di mungkinkan dapat mempengaruhi hasil penelitian.

Kata Kunci: Plant Therapy; Lansia; Tingkat Kesepian.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Lantar Belakang

Menurut WHO lansia merupakan sekelompok penduduk yang berusia sekisaran 60 tahun maupun di atasnya, secara garis besar di tahun 2013 penduduk yang berumur di atas dari 60 tahun diperkirakan 11,7% dari jumlah populasi dunia yang ada akan terus mengalami tingkatan usia harapan hidup pada lansia. Perbandingan total penghuni yang usia 60 tahun atau lebih dalam populasi dunia diperkirakan semakin naik dari delapan ratus juta penduduk menjadi dua milyar yang wajar menjadi lonjakan dari 10% hingga 22% (WHO, 2015). Menurut data KKRI (2015), total lansia di Indonesia di tahun 2014 diperkirakan sejumlah 12.740.265 orang.

Total tersebut termasuk golongan yang cukup untuk membuktikan bahwa nominal harapan hidup lansia di Indonesia meningkat. Di Indonesia mencapai 28 juta oran/ 8 % dari total warga Indonesia. Di tahun 2014 total usia lanjut yang paling banyak terdapat di daerah Jawa Timur dengang jumlah 2.7 juta orang yang akan di prediksi 2025 lansia lebih banyak yang akan menjadi 40 juta dan di tahun 2050 akan meningkat hingga mencapai 71,6 juta orang (Badan Pusat Statistik, 2014). Sementara keadaan lansia akan mengalami perubahan atau kemunduran fisik, fungsi biologis maupun psikis. Penurunan fungsi biologis dan psikis akan berdampak di mobilitas dan hubungan dengan orang lain (Septiningsih danNa'imah, 2012), Keadaan ini sering membuat lansia ke masalah merasa sendiri, kesunyian atau menyendiri

Kesepian merupakan rasa menyendiri, kesunyian, hening dari orang lain. Kesepian yang dirasakan lansia lebih berhubungan dengan kurangnya hubungan dengan orang lain, absen atau berkurangnya melakukan kegiatan dengan banyak orang, entah dengan keluarga, orang lain atau teman kerja yang menjadi penyebab akibat terbatas hubungan kerja atau karena pension (Suadirman, 2016). Kesepian merupakan suatu keadaan yang memberikan reaksi dengan ciri khas adanya perasaan menyendiri dari seseorang (Padila, 2013). Masalah mental yang selalu ditemui pada usia lanjut adalah kesepian, kondisi lain yang sering terjadi yaitu, mengurung diri sosial, tidak memiliki apa-apa, perasaan ditolak, perjuangan menemukan makna hidup, ketergantungan perasaan, tidak berdaya dan putus asa, takut terhadap sesuatu yang belum terjadi, sedih karena kehilangan orang lain, kemunduran fisik dan perubahan, stress berat, dan rasa kecewa dengan hal yang terjadi di masa lalu (Desmita, 2006). Upaya yang bisa dilakukan untuk mengatasi masalah kesepian pada lansia dibutuhkan *plant therapy* dengan menggunakan pendekatan emosi dan psikologi (Putri,2013).

Plant therapy atau terapi berkebun menjadi pedoman yang unggul untuk menangani seseorang yang mengalami perasaan mengekang dan beberapa gangguan di lingkungan sekitar yang membuat seseorang menimbulkan gangguan kesehatan, kepikiran, harga diri rendah, suasana hening, susah berkonsentrasi hingga stress berat yang menjadi salah satu kategori dari gangguan jiwa. Taman yang dibuat dengan cara didominasi unsur tanaman, bersifat tidak netral, dan berupa alami. Terapi tersebut lebih rentan mengajarkan seseorang untuk memelihara tanaman atau makhluk hidup lain yang menjadikan individu dengan sendiri akrab dengan lingkungan yang dimulai dari menanam dan merawat sampai saat tanaman dipanen (Kusumawati & Yudi, 2011).

Plant therapy atau *terapi berkebun* merupakan salah satu bentuk terapi aktif yang menjadi bagian penting dari perawatan orang yang mengalami kesepian dapat mengalami kemajuan

kesehatan fisik, berpikir dan gairah hidup lebih nyaman. *Terapi berkebun* adalah terapi simple karena terapi ini membuat pasien berinteraksi dengan makhluk hidup yaitu tanaman yang membutuhkan perawatan tanpa diskriminatif (Yosep, 2011). Dalam mengatasi masalah kesepian pada lansia dapat menggunakan *plant therapy* karena terapi tersebut akan mempengaruhi emosional seseorang serta menimbulkan perasaan tenang dan situasi yang akrab dengan lingkungan sehingga lansia merasa senang dan gembira dengan sendiri kesepian yang dialami lansia akan menurun atau berkurang (Putri, 2013).

Studi pendahuluan yang dilakukan dengan cara wawancara 8 orang lansia yang ada di Posyandu Mawar RT. 02 RW. 04 Kel. Merjosari Kec.Lowokwaru Kota Malang, 2 orang responden mengatakan tidak di perhatikan, 3 orang lanjut usia mengatakan merasa jenuh sendiri di rumah karena siang hari anak-anak masuk kerja dari pagi sampai malam, dan 3 orang lansia hidup sendiri karena anak mereka sudah menikah dan tinggal bersama pasangannya namun juga ada yang tinggal dengan Lansia tersebut tetapi tidak diperhatikan karena lebih fokus dipekerjaan mereka, serta ditinggal oleh pasangan hidup yang telah lebih dulu meninggal dunia. Lansia tersebut tidak memiliki aktivitas untuk mengisi waktu kosong agar tidak merasa bosan ataupun jenuh di rumah. Berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh terapi lingkungan *plant therapy* terhadap tingkat kesepian pada lansia di Posyandu Mawar RT. 02 RW. 04 Kelurahan Merjosari Kec.Lowokwaru Kota Malang.

1.2 Rumusan masalah

Dari uraian latar belakang masalah di atas maka rumusan masalah peneliti adalah:
“Apakah ada pengaruh pemberian *plant therapy* terhadap tingkat kesepian pada lansia”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Umum :

Untuk ketahui apakah ada pengaruh *plant therapy* terhadap tingkat kesepian pada lansia

1.3.2 Khusus

- a. Mengidentifikasi Tingkat Kesepian Pada Lansia Di Posyandu Mawar RT 02 RW 04 sebelum pemberian *plant therapy*.
- b. Mengidentifikasi Tingkat Kesepian Pada Lansia Di Posyandu Mawar RT 02 RW 04 sesudah pemberian *plant therapy*.
- c. Menganalisis Perbedaan Tingkat Kesepian Pada Lansia Di Posyandu Mawar RT 02 RW 04 sebelum dan sesudah dilakukan *plant therapy* pada lansia.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Memperluas pola pikir dan perbanyak pengalaman kepada lansia tentang hal yang berkaitan dengan pengaruh pemberian *plant therapy* terhadap tingkat kesepian pada lansia.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. untuk peneliti selanjutnya

Dapat digunakan sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya.

- b. Bagi Lansia

Salah satu informasi untuk menambah pengetahuan tentang mengatasi Tingkat Kesepian pada lansia.

c. Bagi perawat

Diharapkan penelitian ini memberikan masukan kepada profesi dalam meningkatkan kualitas perawat baik dari segi teoritikal maupun kemampuan, sehingga dapat mengetahui bahwa pentingnya *plant therapy* sebagai salah satu tindakan perawat mengatasi kesepian.

DAFTAR PUSTAKA

- Sanjaya, A dan Iwan Rusdi. (2012). *Hubungan Interaksi Sosial dengan Kesenian pada usia lanjut*.
- Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Sebagai Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka
- Azizah, Lilik Ma'rifatul (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Bruno, F. J. 2002. *Conguer Loneliness, Menaklukan Kesenian*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama. Cipta. Desa Gumpang Kecamatan Kartasura. Naskah Publikasi. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Desmita. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT lansia Rosdakarya di Indonesia. Jakarta : Kemenkes faktor pencetus dan strategi coping. *Jurnal Psikologi*, 6-7.
- Fatimah. (2010). *Merawat manusia lanjut usia*. Jakarta: Trans Info Media.
- Fatmah, (2010). *Merawat manusia Lanjut Usia Suatu Pendekatan Proses Keperawatan Gerontik*. Jakarta : Tim
- Kemenkes RI. (2014). *Gambaran kesehatan lanjut usia di Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2015). *Situasi dan Analisis Lanjut Usia dan Gambaran Kesehatan Lanjut Usia*.
- Kemenkes RI. (2015). *Situasi lanjut usia di Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Khoiriyah, N. (2011). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan motivasi lansia*

berkunjung ke posyandu lansia di RW 11 kelurahan Margorejo Kecamatan Cepiring Kabupaten Kendal. Diambil tanggal 6 November 2016 dari <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/116/jtptunimus-gdlnurulkhoir-5757-2-babii.pdf>

Kushariyadi. (2011). *Asuhan keperawatan pada klien lanjut usia*. Jakarta: Salemba Medika.

Kusumawati dan Yudi Hartono. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta:

SalembaMedika.Lansia. Jurnal Keperawatan Holistik,1 (3), hlm. 26-31

Maryam, dkk. (2008). *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika. *Naskah Publikasi Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara*

Nursalam. (2011). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta :

Oktarina, I. (2015). *Kualitas Hidup Pada Lanjut Usia Yang Mengalami Sakit Osteoarthritis*

Padilla. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika

perspektif sosiologis. Informasi, 18(2), 203-205

Rahmi. (2015). *Gambaran Tingkat Kesepian pad Lansia di Panti Werdha Pandaan*.

Seminar psikologi. Malang: UMM

Sanjaya A. dan Rusdi I. (2012). *Hubungan Interaksi Sosial dengan Kesepian Pada Lansia*. *Seminar psikologi dan kemanusiaan,3(1), 258*

Septiningsih, D.S., & Tri N. (2012). *Kesepian pada Lanjut Usia : Studi tentang Bentuk,Faktor Pencetus dan Strategi Koping*. *Jurnal Psikologi, 11 (2), 19*.

Stuart, Gail Wiscarz. 2007. *Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 5*. Jakarta. EGC

Suadirman, S.P.(2016). *Psikologi Lanjut Usia*. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.

Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Yosep, I. (2011). *Keperawatan Jiwa (Edisi Revisi)*. Bandung : Refika Medika.

Bruno, F. J. (2006). *Conguer loneliness, menaklukan kesepian*. Jakarta

Kusumawati , Satiadarma MP, Risnawaty W.2011.*Penerapan Hortikultural Terapi Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Pada Lansia.Fakultasi Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta.Jurnal.*

Mulyati.(2012). *Dukungan Sosial Dan Ekonomi Keluarga Terhadap Kualitas Hidup DanKesejahteraan Lansia Di Kota Bogor.Bogor : Sekolah Pasca Sarjana Institut Pertanian Bogor.*

WHO.World Health Statistic Report 2015.*Geneva:World Health Organization; 2015.*

Putri. (2013). *Perancangan Taman Terapi Hortikultura Bagi Penderita Gangguan Jiwa Pada Rumah Sakit Jiwa Provinsi Bali. Jurnal Kesehatan Udayana. Bal.i*

Fitria, T., Saputra, O. 2016. *Khasiat daun seledri (Apium graveolens) terhadap tekanan darah tinggi pada pasien hiperkolesterolemia. Majority, 5(2):120-125.*

Fitri, A. (2011).*Kejadian dan Tingkat Depresi Pada Lanjut Usia : Studi Perbandingan Di Panti Werdha dan Komunitas.Skripsi.Universitas Diponegoro.*

Oktaria. *Kesepian Pada Pria Usia Lanjut Yang Melajang.Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.*

Siti Maryam R, et al. (2008).*Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya.* Jakarta: Salemba Medika.

Suardiman, S. (2011).*Psikologi Usia Lanjut.*Yogyakarta:Gajahmada University.

Neti J, Eka S, Damayanti A. (2008).*Gambaran Jenis dan Tingkat Kesepian Pada Lansia.Skripsi.Bandung:Fakutas Ilmu Keperawatan Universitas Padjajaran.*

Fitria, T. 2016. *Khasiat Daun Seledri (Apium graveolens) terhadap Tekanan Darah Tinggi. Majority, 5: 120-125*

Maryam, R. S, Ekasari, M. F, Rosidawati. J. A, & Batubara, I. (2011). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya.* Jakarta: Salemba Medika.

Russell, D., Peplau, L., & Ferguson, M. (1978). *Developing a measure of*

loneliness. Journal of Personality Assessment. Vol. 42. P. 290-294.

Riyanti. (2016). *Hubungan Partisipasi Sosial dengan Kesepian pada Lansia. Skripsi: UMM*

Ratna, Y. (2011). *Hubungan Antara Kesepian Dengan Kualitas Hidup Dan Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia Di Panti Sosia Tresna Werdha Yogyakarta Unit Abiyoso. skripsi: Universitas Gajah Mada.*

Sanjaya, A., dan Rusdi, I. (2012). *Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kesepian Pada Lansia. Universitas Sumatera Utara. ejournal. Diunduh pada 3 Mei 2016 pukul 13.23 WIB dari <https://scholar.google.co.id/scholar>*

Septiani, U.N. (2012). *Perbudaan Kesepian Lansia yang Tinggal di PSTW Yogyakarta Unit Budi Luhur dengan yang Tinggal Bersama Keluarga di Dusun Godean IV. Skripsi: Fakultas Kedokteran UGM.*

Amalia, A. D. 2015. *Kesepian Dan Isolasi Sosial Yang Dialami Lanjut Usia: Tinjauan Dari Perspektif Sosiologis Loneliness And Social Isolation Experienced By The Elderly: A Sociological Perspective Review Ayu Diah Amalia. Jurnal Informasi, 18(02), 203–210.*