

SUPPORTIVE GROUP THERAPY: ALTERNATIF INTERVENSI PENATALAKSANAAN MASALAH PSIKOGERIATRI PADA LANSIA DENGAN PENYAKIT TIDAK MENULAR

**Rita Hadi Widyastuti ¹⁾, Megah Andriany ²⁾, Sarah Ulliya ³⁾,
Nurullya Rachma ⁴⁾, Elis Hartati ⁵⁾**

^{1,2,3,4,5)} Departemen Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran,
Universitas Diponegoro

¹⁾ Email: ritahadi@fk.undip.ac.id

²⁾ Email: megahandriany@fk.undip.ac.id

³⁾ Email: sulliya024@lecturer.undip.ac.id

⁴⁾ Email: nurullya.rachma@gmail.com

⁵⁾ Email: elis.hartati@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel :

Diterima : 18 Desember 2019

Disetujui : 23 Juli 2020

Kata Kunci : Lansia, Supportive group therapy, Stres

ABSTRAK

Prevalensi lansia dengan penyakit Tidak Menular semakin meningkat. Kondisi tersebut menimbulkan dampak fisik maupun psikologis. Alternatif solusi yang dapat digunakan untuk mencegah masalah psikologis khususnya stres pada lansia dengan Penyakit Tidak Menular adalah *Supportive Group Therapy*. Terkait hal itu, program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk melakukan *Supportive Group Therapy* guna menurunkan tingkat stres pada lansia dan meningkatkan ketrampilan kader dalam penatalaksanaan masalah psikogeriatric. Metode yang digunakan dalam program ini meliputi pelatihan dengan metode ceramah dan praktik mendeteksi dini stres dan implementasi *Supportive Group Therapy*. Hasilnya menunjukkan bahwa 35 lansia dengan penurunan tingkat stres mengalami penurunan nilai *Depression, Anxiety, Stress Scale (DASS-42)*. dan terjadi peningkatan ketrampilan kader dalam melakukan deteksi dini stres dan pelaksanaan *Supportive group therapy*. *Supportive group therapy* dapat menjadi alternatif intervensi dalam penatalaksanaan masalah psikogeriatric pada Lansia dengan Penyakit Tidak Menular.

ARTICLE INFO

Riwayat Artikel :

Received : December 18, 2019

Accepted : July 23, 2020

Key words:

Elderly, Supportive group therapy,
Stres,

ABSTRACT

Prevalence of elderly with non-communicable diseases increase effecting on their physical and psychological conditions. Supportive group therapies can be used as an alternative to prevent psychological problems particularly distress among them. This social action aims to conduct supportive group therapy for decreasing stress level of the older adults and increasing skills of social health workers in psycho geriatric problem treatments. The method employed in this program was a training with lecturing approach. The results showed that 35 elderly experiencing stress level reduce in score of Depression, Anxiety, Stress Scale (DASS-42). In addition, the skills of social health workers in the stress early detection and conducting supportive group therapy. The treatment can be an alternative in overcoming psycho geriatric problems in elderly with non-communicable diseases.

1. PENDAHULUAN

Lanjut Usia (Lansia) merupakan kelompok yang rentan masalah, baik masalah fisik, ekonomi, sosial, budaya, kesehatan maupun psikologis (Nugroho, 1999). Banyak kelainan atau penyakit yang prevalensinya meningkat dengan bertambahnya usia. Makin panjangnya umur harapan hidup merupakan tantangan yang sangat berat akibat dampak penuaan. Semua ini dapat menimbulkan gangguan yang selanjutnya cenderung menimbulkan masalah psikogeriatrici secara khususnya (Kuntjoro, 2002). Permasalahan psikogeriatrici pada lanjut usia cenderung menjadi beban kehidupan yang menjadi hambatan dalam aktifitas sehari-hari dan aktifitas sosial.

Kecamatan Banyumanik terdiri dari 11 Kelurahan, salah satunya adalah Kelurahan Pudak payung. RW VI Kelurahan Pudak Payung Kecamatan Banyumanik Kota Semarang memiliki 10 orang kader yang aktif mengelola Posyandu Lansia. Saat ini RW VI telah memiliki Posyandu lansia dengan 70 lansia kelolaan. Lansia di wilayah RW VI Kelurahan Pudak Payung aktif datang ke Posyandu lansia dengan rata-rata pengunjung 50 lansia setiap bulan. Data Lansia dengan Penyakit Tidak Menular di Posyandu lansia ada 23 orang yang menderita Diabetes Mellitus (DM) dan 30 Lansia menderita Hipertensi (Buku besar Posyandu RW 06 Kelurahan Pudak payung, 2019). Lansia yang menderita DM tersebut didapatkan 15 orang memiliki gula darah yang tidak terkontrol dengan kadar gula darah diatas 300 gr/DL dengan 5 orang lansia yang tidak pernah menggunakan sarana kesehatan, 1 orang mengalami komplikasi stroke serta 15 orang lansia dengan hipertensi.

Hasil deteksi dini pada lansia yang dengan Penyakit Tidak Menular yaitu DM dan Hipertensi didapatkan 20 lansia mengalami masalah stres, 2 lansia mengalami depresi dan 5 lansia dengan gangguan tidur. Kondisi ini menimbulkan masalah psikogeriatrici di RW VI. Masalah yang muncul pada lansia RW VI Kelurahan Pudak Payung dengan masalah psikogeriatrici adalah pada lansia dengan DM dan Hipertensi yang mengalami stres akan menyebabkan nilai Gula darah Sewaktu dan Tekanan darah menjadi tinggi dan tidak terkontrol. Ada juga lansia yang merasa bosan

untuk minum obat secara terus menerus.

Hasil wawancara dengan kader Posyandu lansia RW VI didapatkan bahwa saat ini belum pernah melakukan pengkajian dini dan penatalaksanaan pada lansia yang mengalami masalah psikogeriatrici di wilayah RW VI Kelurahan Pudak Payung karena belum memiliki pengetahuan dan ketrampilan dalam penatalaksanaan masalah psikogeriatrici. Pengkajian dini dan penanganan yang tepat terhadap permasalahan psikologis ini akan sangat berguna (Keltner dan Schwecke, 1995)

Perawat komunitas memberikan pelayanan kesehatan melalui upaya rehabilitatif serta melaksanakan asuhan keperawatan baik itu secara individu, keluarga, kelompok dan masyarakat. Dalam penetapan intervensi perawat komunitas mempunyai beberapa strategi diantaranya adalah proses kelompok/*group*. *Supportive group therapy* dapat membuat lansia yang memiliki masalah yang sama saling berbagi pengalaman dan dukungan serta menyediakan lingkungan yang nyaman untuk berbagi emosi dan kecemasan, sehingga mengurangi tingkat stres dan meningkatkan keterampilan serta coping lansia dalam mengatasi masalahnya (Oliver D.P, Patil S, Benson J.J, et al., 2016 & Tong W, Chan S.W.C., 2013). Pelaksanaan *Supportive group therapy* menekankan pada respon individu dalam menggunakan coping biopsikososial dan kemampuan mereka dalam menggunakan sumber coping yang tersedia (Stuart G.W, Laraia M.T., 2001).

2. METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi dua kegiatan yaitu pelatihan kader tentang penatalaksanaan psikogeriatrici pada Lansia dengan Penyakit Tidak Menular dan pelaksanaan *supportive group therapy* pada lansia dengan Penyakit Tidak Menular. Adapun uraian dari kegiatan tersebut adalah sebagai berikut:

- a) Sosialisasi dan pelatihan dilakukan kepada kader Posyandu Lansia sebanyak 19 orang. Pelatihan dilakukan selama 7 jam efektif dengan metode ceramah dan demonstrasi.
- b) Implementasi *Supportive group therapy* dilakukan pada lansia dengan Penyakit

Tidak Menular khususnya DM dan Hipertensi. Sebelumnya dilakukan pre test untuk mengetahui tingkat stres lansia dengan menggunakan dengan menggunakan Kuesioner *Depression, Anxiety, Stress Scale* (DASS-42). Kegiatan dilakukan pada 7 kelompok lansia dengan tiap kelompok terdiri dari 5 orang Lansia yang terdeteksi mengalami stres.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah :

3.1. Peningkatan pengetahuan dan ketrampilan kader dalam melakukan penatalaksanaan psikogeriatri

Pelatihan pengkajian dini dan penatalaksanaan psikogeriatri pada kader Posyandu Lansia berisi materi meliputi : Deteksi dini stres dan penatalaksanaan stres, Depresi pada lansia dan penatalaksanaannya, Kesepian pada lansia dan penatalaksanaannya, Komunikasi pada Lansia dan Deteksi dini Hipertensi dan Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu. Selain itu juga dilakukan praktik tentang deteksi stres, pemeriksaan tekanan darah dan Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu dan penatalaksanaan stres dengan nafas dalam, terapi musik dan terapi spiritual. Pelatihan dilaksanakan pada tanggal 9 Oktober 2019 diikuti oleh 19 Kader Posyandu Lansia RW VI Kelurahan Pudak Payung. Metode pelatihan dilakukan dengan penyampaian materi dengan metode ceramah, diskusi, demonstrasi dan redemonstrasi oleh Kader serta praktik pengkajian dini dan penatalaksanaan psikogeriatri.



Gambar 1. Kegiatan Pelatihan pengkajian dini dan penatalaksanaan psikogeriatri pada kader Posyandu Lansia RW VI Kelurahan Pudak Payung



Gambar 2. Praktik deteksi dini stres yang dilakukan antar kader

Metode evaluasi untuk mengukur peningkatan ketrampilan kader dilaksanakan dengan mengobservasi kemampuan ketrampilan kader saat melakukan redemonstrasi dengan menggunakan lembar observasi dan pada saat pelaksanaan Posyandu Lansia. Hasil kegiatan pelatihan adanya peningkatan ketrampilan kader tentang deteksi dini stres sebanyak 80 %. Hasil pengabdian masyarakat ini sejalan dengan penelitian Fatmah dan Nasution (2012) menunjukkan bahwa pelatihan mampu meningkatkan ketrampilan kader Posbundu dan dilanjutkan dengan monitoring lapangan untuk dapat mengevaluasi ketrampilan kader (Fatmah, F. & Nasution, Y., 2012). Kondisi ini juga sesuai dengan penelitian oleh Armiyati, Y., Soesanto, E., dan Hartiti, T. (2014) bahwa kegiatan

pelatihan kader dapat meningkatkan ketrampilan kader posbindu lansia dalam melakukan pemeriksaan laboratorium sederhana dan deteksi dini pemeriksaan fisik (Armiyati, Y., Soesanto, E., dan Hartiti, T., 2014).

3.2. Penurunan tingkat stres pada lansia setelah dilakukan *supportive group therapy*



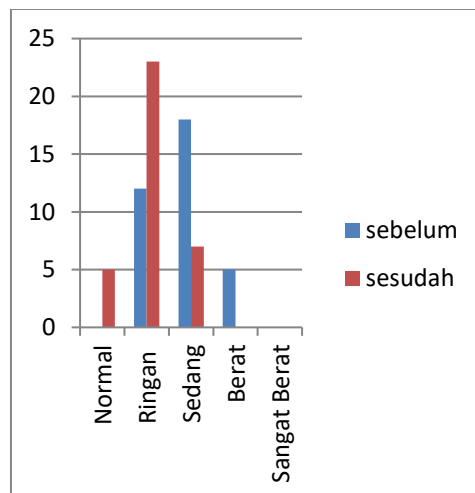
Gambar 3. Pembentukan kelompok lansia dengan penyakit tidak menular dengan masalah psikogeriatri



Gambar 4. Pelaksanaan Supportive group terapi pada lansia dengan penyakit tidak menular dengan masalah psikogeriatri

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini telah membentuk kelompok lansia di wilayah RW VI Kelurahan Pudak Payung. Terbentuk 7 Kelompok Lansia di RT 1 -7 di RW VI Kelurahan Pudak Payung. Selama 16-24 Juli 2019 setiap Kelompok lansia dengan Penyakit Tidak Menular yang mengalami masalah Stres dilakukan kegiatan *Supportive group* terapi sebagai upaya untuk menurunkan tingkat stres dengan melibatkan kader Posyandu Lansia. Sebelum dilakukan kegiatan *Supportive group*

terapi dilakukan deteksi tingkat stres dengan menggunakan Kuesioner *Depression, Anxiety, Stress Scale* (DASS-42). Lansia yang mengikuti kegiatan *Supportive group therapy* akan dilakukan pengukuran tingkat stres setelah dilakukan kegiatan *Supportive group therapy*. Hasil pengukuran tingkat stres pada lansia sebelum dan setelah dilakukan *Supportive group therapy* ditunjukkan di diagram 1.



Gambar 5. Distribusi frekuensi Tingkat stres lansia sebelum dan setelah dilakukan *Supportive group therapy* di RW VI Kelurahan Pudak Payung Semarang

Hasil pada diagram 1 menunjukkan *Supportive group therapy* pada lansia dengan masalah psikogeriatri khususnya stres dapat menurunkan tingkat stres berdasar nilai DASS. Kegiatan ini sesuai dengan penelitian oleh Lisnawati dkk (2018) menyatakan ada penurunan tingkat stress pada lansia Hipertensi setelah dilakukan intervensi *Supportive group therapy* (Lisnawati, Thohar A., & Widyastuti, RH., 2018). Pada *Supportive group therapy* antar anggota kelompok lansia dapat saling berkomunikasi dan saling bertukar pikiran sehingga dapat mengidentifikasi stressor yang dialami dan mengenal sumber koping dari masing-masing anggota kelompok. Selanjutnya anggota kelompok lain dapat membantu memberikan masukan serta informasi untuk mengatasi masalah sehingga dapat membentuk mekanisme koping terhadap masalah yang dihadapi oleh lansia (Tong W, Chan S.W.C., 2013). Hal ini juga didukung oleh teori keperawatan oleh Calista Roy,

Lazarus, dan Stuart yang menyatakan bahwa stres dapat diatasi dengan membentuk koping yang adaptif sehingga mampu beradaptasi dengan stressor yang dialami (Stuart G.W, Laraia M.T., 2001, Rice V.H., 2010, & Krohne HW.,2001). *Supportive group therapy* dapat membantu lansia dengan masalah yang sama untuk mengenal stressor, mengetahui sumber koping dan membentuk mekanisme koping untuk mengatasi masalah dengan berbagi informasi dan memberikan saran antar anggota kelompok .

3.3. Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kami sampaikan ke Unit Penelitian, Pengabdian dan Publikasi (UP3) Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro yang telah memberikan dana dan kesempatan untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebagai bagian dari implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi.

4. PENUTUP

4.1. Kesimpulan

- a. Hasil yang didapatkan adalah adanya buku panduan bagi kader tentang penatalaksanaan psikogeriatri pada Lansia dengan penyakit tidak menular.
- b. Pelaksanaan *Supportive group therapy* dapat dilakukan sebagai alternatif dalam penatalaksanaan lansia yang memiliki Penyakit Tidak Menular dengan masalah psikogeriatri khususnya stres. Kegiatan ini diaplikasikan pada lansia dengan masalah Stres dapat menurunkan tingkat stres berdasar nilai DASS .
- c. Pelatihan kader tentang pengkajian dini dan penatalaksanaan psikogeriatri dapat meningkatkan ketrampilan dari kader dengan peningkatan 80%

4.2. Saran

Pelaksanaan terapi kelompok dapat dilakukan secara rutin oleh lansia yang terintegrasi dalam pelaksanaan Posyandu Lansia dengan pemberdayaan kader sebagai alternatif dalam penatalaksanaan lansia untuk mencegah masalah psikogeriatri khususnya stres.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Armiyati, Y., Soesanto, E., & Hartiti, T. (2014). Pemberdayaan Kader Posbindu Lansia Sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Lansia di Desa Kangkung Demak.. Universitas Muhammadiyah Semarang. <https://jurnal.unimus.ac.id>
- Fatmah, F. & Nasution, Y. (2012). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posbindu dalam Pengukuran Tinggi Badan Prediksi Lansia, Penyuluhan Gizi Seimbang dan Hipertensi Studi di Kecamatan Grogol Petamburan, Jakarta Barat. *Media Medika Indonesia Volume 46 Issue 2, 2012.*
- Krohne HW.(2001). Stress and Coping Theories. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*:15163-15170. doi:10.1016/B0-08-043076-7/03817-1.
- Kuntjoro.(2002). *Pendekatan-pendekatan dalam pelayanan psikogeriatri*. Diakses tanggal 28 November, 2018 dari <http://www.dilibary.net/images/topics/Pendekatan.pdf> .
- Lisnawati, Thohar A., & Widyastuti, RH., 2018 (2018). *Pengaruh supportive group therapy terhadap stres lansia dengan hipertensi di Puskesmas Pudakpayung*. Universitas Diponegoro.
- Nugroho, W. (1999). *Keperawatan gerontik*, Edisi 2. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Oliver D.P, Patil S, Benson J.J, et al.(2017) *The Effect of Internet Group Support for Caregivers on Social Support, Self-efficacy, and Caregiver Burden: A Meta-analysis*. *Telemed J E Health*
- Rice V.H. (2010). *Theories of Stress and Its Relationship to Health*.
- Stuart G.W, Laraia M.T. (2001). *Principles And Practice Of Psychiatric Nursing*. Edisi ke 7. (Schreifer, Sally; Wood, Terri; Stringer T, ed.). St. Louis Missouri: Mosby Inc;
- Tong W, Chan S.W.C. (2013). *International Journal of Nursing Studies The effectiveness of mutual support group intervention for Chinese Families Of People With Schizophrenia: A Randomised Controlled. International*

Journal Nursing Studies.
;50(10):1326-1340.
doi:10.1016/j.ijnurstu.2013.01.004.