JURNAL KESEHATAN DAN TEKNOLOGI

# PENERAPAN *ART THERAPY* UNTUK MENGATASI DISTRESS SPIRITUAL PADA LANSIA DI DESA TINDAKI PROVINSI SULAWESI TENGAH: STUDI KASUS

**[1] Ni Luh Emilia, [2]Denny Susanto**
**[12]Prodi Keperawatan STIKes Bala Keselamatan Palu, Indonesia**

***Email: niluhemilia101112@gmail.com***

[1] Ni Luh Emilia, [2]Denny Susanto
[12]Prodi Keperawatan STIKes Bala Keselamatan Palu, Indonesia

## ABSTRACT

*Elderly people who experience feelings of loneliness need attention with special strategies and techniques in resolving spiritual distress problems. Implementing art therapy is one of the right choices. This intervention aims to express feelings, change negative thoughts, and get to know yourself better. This research aims to determine the effect of implementing art therapy in overcoming spiritual distress. Descriptive case study research design, 1 respondent, data collection by interview, observation and physical examination, the instrument used is a spiritual distress assessment format. The data analysis used is data reduction, presentation and conclusions. The results, after carrying out therapy for 4 meetings, resulted in the problem of spiritual distress improving, based on the client saying he felt happy because he had a friend to talk to and interacted with neighbors. The conclusion is that the problem of spiritual distress is improving. It is hoped that nursing care with the implementation of art therapy can be applied in nursing care activities, especially in communities for the elderly.*
***Keywords: Art Therapy, Spiritual Distress, elderly***

## ABSTRAK

Lansia yang mengalami rasa kesepian perlu mendapatkan perhatian dengan strategi dan teknik-teknik khusus dalam menyelesaikan masalah distres spiritual. Implementasi *art therapy* menjadi salah satu pilihan yang tepat. Intervensi ini bertujuan untuk mengungkapkan perasaan, mengubah pikiran negatif, dan untuk dapat lebih mengenali diri sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan implementasi *art therapy* dalam mengatasi distres spiritual. Desain penelitian studi kasus deskriptif, responden sebangak 1 orang, pengumpulan data dengan cara wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik, instrumen yang digunakan yaitu format pengkajian distres spiritual. Analisa data yang digunakan yaitu reduksi data, penyajian dan kesimpulan. Hasil, setelah dilakukan tindakan terapi selama 4 kali pertemuan didapatkan dengan hasil masalah distres spiritual membaik, berdasarkan dari klien mengatakan merasa senang karena sudah memiliki teman cerita dan melakukan interaksi dengan tetangga. Kesimpulannya yaitu masalah distres spiritual membaik. Diharapkan asuhan keperawatan dengan penerapan implementasi *art therapy* dapat diterapkan dalam kegiatan asuhan keperawatan khususnya komunitas pada lansia.
**Kata Kunci:** *Art Therapy, Distress Spitritual, lansia*

## PENDAHULUAN

Menua atau menjadi tua adalah suatu proses biologis yang tidak dapat dihindari. Proses penuaan terjadi secara alamiah. Hal ini dapat menimbulkan masalah fisik, mental, sosial, ekonomi dan psikologis. Lansia merupakan suatu proses penuaan atau perkembangan manusia di tahap akhir dengan bertambahnya usia individu yang ditandai dengan penurunan fungsi organ tubuh seperti otak, jantung, hati dan ginjal serta peningkatan kehilangan jaringan aktif tubuh berupa otot-otot tubuh. Penurunan fungsi organ tubuh pada lansia berakibat dari berkurangnya atau melemahnya jumlah dan kemampuan sel tubuh, sehingga kemampuan jaringan serta organ tubuh untuk mempertahankan fungsi secara normal menghilang, sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi, sakit penyakit dan memperbaiki kerusakan yang diderita (Abarca, 2021).

Tugas perkembangan seorang lansia yang harus dipenuhi adalah melakukan penyesuaian diri dengan penurunan dan perubahan yang terjadi secara fisik ataupun mental, melakukan sosialisasi dengan rekan sebaya, serta melakukan adaptasi bersama tetangga ataupun kerabat dan pengaturan kehidupan yang menyenangkan. Lansia adalah seseorang yang berumur 60 tahun atau lebih. Pada lansia umumnya mengalami beberapa kemundurun seperti kemunduran biologis, psikogis, sosial, dan spiritual. Penurunan yang terjadi Sebagian besar dapat menyebabkan lansia mengalami kondisi stress (Abarca, 2021).

Menurut Sheila maria bagis putri affiza, (2022) di kawasan Asia Tenggara populasi Lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan populasi Lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun ini. Pada tahun 2000 jumlah Lansia sekitar 5,300,000 (7,4%) dari total populasi, sedangkan pada tahun 2010 jumlah Lansia 24,000,000 (9,77%) dari total populasi, dan tahun 2020 diperkirakan jumlah Lansia mencapai 28,800,000 (11,34%) dari total populasi. Sedangkan di Indonesia sendiri pada tahun 2022 diperkirakan jumlah Lansia sekitar 80.000.000. Pada tahun 2050 akan diperkirakan ada 80 juta lansia di Indonesia dengan komposisi usia 60-69 tahun berjumlah 35,8 juta, usia 70-79 tahun berjumlah 21,4 juta dan 80 tahun ke atas ada 11,8 juta. Menurut data tersebut, sebagian besar lansia di Indonesia berjenis kelamin perempuan (Abarca, 2021).

Masalah-masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia berbeda dari orang dewasa. Masalah kesehatan pada lansia sering disebut sebagai sindroma geriatri yaitu kumpulan gejala-gejala mengenai kesehatan yang sering dikeluhkan oleh para lanjut usia atau keluarganya, yaitu : *Immobility* (kurang bergerak), *instability* (mudah jatuh), *incontinence* (beser BAB/BAK), *intellectual impairment* (gangguan intelektual/ demensia), *infection* (infeksi), *impairement of hearing, vision and smell* (gangguan pendengaran, penglihatan dan penciuman), *inanition* (malnutrisi), *impecunity* (kemiskinan), *iatrogenic* (menderita penyakit pengaruh obat-obatan), *insomnia* (sulit tidur), *immuno-defficiency* (penurunan sistem kekebalan tubuh), *impotence* (Gangguan seksual), *impaction* (sulit buang air besar), dan salah satunya yaitu *isolation* (Depression) atau distres spiritual (RI Kementrian Kesehatan, 2018).

Distres spiritual adalah Gangguan pada keyakinan atau sistem nilai berupa kesulitan merasakan makna dan tujuan hidup melalui hubungan dengan diri, orang lain, lingkungan atau Tuhan (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2018). Spiritualitas sebagai kondisi atau pengalaman yang dapat menyediakan individu-individu dengan arah dan makna, atau menyediakan perasaan memahami, mendukung, keseluruhan dalam diri

(*inner wholeness*) atau keterhubungan. Keterhubungan dapat dengan diri sendiri, orang lain, alam semesta, Tuhan, atau kekuatan supernatural yang lain (Syafrahmawati, 2017).

Penanganan kondisi distres dapat dilakukan dengan farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi psikofarmaka adalah pengobatan untuk distres dengan menggunakan bahan kimia yang berhasiat memulihkan fungsi gangguan neuro-transmitter atau sinyal penghantar saraf pada susunan saraf pusat otak. Penggunaan berbagai macam obat meningkatkan risiko terjadinnya ketidakpatuhan dan efek samping reaksi obat yang tidak diinginkan, interaksi obat, dan biaya pelayanan kesehatan (Musradinur, 2016). *Art therapy* merupakan salah satu terapi komplementer untuk menurunkan stres. *Art therapy* menganjurkan individu menvisualisasikan emosi dan pikiran yang tidak dapat diungkapkan sehingga diungkapkan melalui karya seni dan selanjutnya ditinjau untuk diinterpretasikkan oleh individu (Nurbaiti, 2019).

Marat, (2017) mengatakan *Art Therapy* membawa perspektif Psikoanalitik untuk menggunakan seni sebagai cara untuk membuat citra sadar dan symbol sadar. Sementara permatasari menyatakan *art therapy* adalah suatu bentuk terapi yang bersifat ekspresif dengan mengunakan materi seni seperti lukisan, kapur, spidol, dan lainnya. *Art therapy* menggunakan media seni dan proses kreatif untuk membantu mengekspresikan diri, meningkatkan keterampilan coping individu, mengelola stress, dan memperkuat rasa percaya diri. *Art therapy* juga dapat diartikan sebagai kegiatan membuat sebuah karya seni untuk memenuhi kebutuhan psikologis dan emosional pada individu, baik pada individu yang memiliki kemampuan dalam seni ataupun yang tidak memiliki kemampuan dalam seni. Melalui *art therapy* individu dapat mengungkapkan perasaan yang dialami dengan menggunakan seluruh area atau fungsi dalam diri mereka (Permatasari et al., 2017).

Berdasar pada konteks atau penjelasan *art therapy* yang memanfaatkan aktivitas tubuh secara langsung maka mengambil suatu kesimpulan bahwa *art therapy* memiliki manfaat antara lain adalah sebagai berikut, memberikan informasi yang lebih bernilai pada proses terapi karena menyediakan karya seni konseli yang dapat digunakan sebagai dasar penilaian perkembangan konseling, sebagai sarana dalam pelepasan emosi (katarsis), perasaan bersalah, keputusasaan atau pasrah akan hidup dimana hal ini sebagai pelepasan pengalaman yang meyakitkan dan menganggu, mengurangi tingkat distress yang di timbulkan dari seorang lansia dan menginduksi respon relaksasi fisiologis melalui pengubahan suasana hati (Murdiyanti, 2019).

Hal ini berarti *art therapy* mampu mengurangi distress spiritual terutama pada lansia untuk mencegah terjadinya distres berlebihan yang dapat menimbulkan masalah kesehatan pada lansia di Desa Tindaki Kecamatan Parigi Selatan Provinsi Sulawesi Tengah adanya beberapa kasus pada lansia yang mengalami distres spiritual dikarenakan faktor tidak adanya dukungan dari keluarga, kehilangan orang yang terkasih, serta ketidakpuasan terhadap diri sendiri maupun lingkungan dan belum pernah diberikan asuhan keperawatan maupun terapi yang dapat mengurangi masalah tersebut sehingga peneliti tertarik melakukan studi kasus dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh *art therapy* dalam mengatasi distress spiritual pada lansia.

## METODE

Desain penelitian studi kasus ini adalah deskriptif dengan 1 responden. Metode pengumpulan data dengan cara wawancara dan observasi secara subjektif maupun

objektif untuk mendapat data – data yang diperlukan dalam penelitian. Instrumen penelitian yaitu kuisioner pengkajian distrees spiritual (Siti Nur Kholifah, SKM, M.Kep, 2016), Apgar Keluarga, Geriatric Depression Scale ( Skala Depresi )**.** Analisa data yang digunakan yaitu reduksi data, penyajian dan kesimpulan. Diawali dari peneliti melakukan pengumpulan data terhadap klien mengenai identitas klien, riwayat kesehatan, keluhan utama, riwayat penyakit dahulu, riwayat pemakaian obat, riwayat kesehatan keluarga, tanda – tanda vital, dengan kriteria klien berusaia lebih dari >60 tahun dan tidak mengonsumsi obat penenang dalam jenis apapun, misalnya *Benzodiazepine.* Terapi ini diberika selama 4 hari.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi kasus ini diawali dengan pengkajian untuk mendapatkan data dari klien mengenai distrees spiritual yang dialami. Berdasarkan data yang diperoleh hasil pengkajian klien berusia 73 tahun dengan alamat Desa Tindaki, Kecamatan Parigi Selatan Kabupaten Parigi Moutong Provinsi Sulawesi Tengah dengan. Berdasarkan data di atas diperoleh hasil pengkajian klien dengan keluhan Klien mengatakan tidak berfikiran mengenai hobi yang diingikan klien saat ini hanyalah dapat bekerja untuk menghilangkan rasa rindu pada almarhum suaminya**,** jarang bersosialisasi dengan lingkungan**.** Klien juga mengatakan jarang berhubungan dengan orang lain di luar rumah, klien hanya lebih ingin tinggal di dalam rumah**,** cucu dan anak yang datang mengunjungi namun hanya sebentar saja dan jarang. Semua kegiatan dilakukan sendiri **dan** aktifitas sehari-harinya hanya duduk termenung karena tidak dikasih bekerja atau beraktifitas berat, klien selalu melakukan kegiatannya sendiri tanpa ada teman yang bisa diajak berbicara. Klien merasa dirinya sudah lemah dan tidak berdaya lagi**,** merasa dirinya sudah tidak berguna lagi, tidak berarti, tidak ada tujuan hidup, dan merasa kesepian sehingga kadang-kadang merasa stress. Klien tampak sedih saat bercerita, klien selalu mengulangi kata-kata merasa sunyi jika tidak ada suaminya, sedikit menolak untuk melakukan kontak mata dan berbicara dan nilai apgar 2 (disfungsi keluarga sangat tinggi) sedangkan Geriatric Depression Scale ( Skala Depresi ) skor 7 yang artinya klien mengalami depresi ringan.

Tanda dan gejala mengalami distres spiritual menyatakan hidupnya tidak/kurang bermakna, mengeluh tidak dapat menerima (kurang pasrah), merasa bersalah, merasa terasing, menyatakan telah diabaikan, enolak berinteraksi dengan orang terdekat/pemimpin spiritual, tidak mampu berkreativitas (mis. menyanyi, mendengarkan musik, menulis), koping tidak efektif, idak berminat pada alam/teratur spititual (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2018). Pengkajian aspek distres spiritual membutuhkan hubungan interpersonal yang baik antara perawat dengan pasien. Oleh karena itu, pengkajian sebaiknya dilakukan setelah perawat dapat membentuk hubungan yang baik dengan pasien atau dengan orang terdekat pasien (Purba, 2019).

Distres spiritual adalah gangguan pada keyakinan atau sistem nilai berupa kesulitan merasakan makna dan tujuan hidup melalui hubungan dengan diri, orang lain, lingkungan atau Tuhan (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2018). Faktor penyebab mengapa seseorang mengalami distres spiritual menjelang ajal, kondisi penyakit kronis, kematian orang terdekat, perubahan pola hidup, kesepian, pengasingan diri, pengasian sosial, gangguan sosio-kultural, peningkatan ketergantungan pada orang lain, kejadian hidup yang tidak diharapkan (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2018). Ada banyak intervensi keperawatan yang dapat dilakukan pada klien dengan masalah ini seperti identifikasi

perasaan khawatir, kesepian dan ketidakberdayaan, identifikasi harapan dan kekuatan pasien, identifikasi ketaatan dalam beragama, berikan kesempatan mengekspresikan perasaan tentang penyakit dan kematian, sediakan privasi dan waktu tenang untuk aktivitas spiritual, anjurkan berintraksi dengan keluarga, teman, dan/atau orang lain Tim Pokja SIKI DPP PPNI (2018) dan salah satu terapi yang dapat diberikan yaitu *art therapy* (terapi menggambar) yang merupakan salah satu terapi yang dapat memberikan rasa ketenangan pada klien serta dapat membuat klien nyaman karena rasa emosionalnya (Nurbaiti, 2019). Alat yang digunakan dalam melakukan terapi ini adalah buku gambar, pensil dan pensil warna (Murdiyanti, 2019). *Art therapy* juga merupakan bentuk psikoterapi yang dalam proses nya memanfaatkan media seni sebagai wada ekspresi dan komunikasi utama.

Dalam *art therapy* ini menggunakan diagnostik sebagai alat analisis masalah yang emosional kemudia diamati dan dihubungkan dengan teori psikoterapi dan berbagai bentuk penunjang lainnya (Fauziyyah et al., 2020). Sehingga intervensi yang diberikan pada lansia Ny. R dengan memberikan *art therapy* sangat tepat karena perasaan klien sudah tercurah pada gambar yang berisi rumah, pohon (tanaman), dan beberapa orang yang memiliki makna, yaitu klien selalu mengingat suaminya yang menanam tumbuhan di rumah maupun kebun. Setelah klien mengambar klien menceritakan isi gambarnya dan keingginannya dimasa yang akan datang seperti berkumpul dengan keluarga dan tidak kesepian lagi, perawat menjelaskan bahwa hal itu dapat dilakukan dimulai dari berinteraksi dengan tetangga sekitar dan klien mengerti akan hal tersebut.

*Art therapy* ini di implementasikan selama 1 minggu dengan pemberian sebanyak 4 kali dan durasi waktu selama 40-60 menit. Melalui terapi ini klien juga mengalami perubahan yaitu sudah dapat bersosialisasi dengan orang lain dan perubahan sikap klien terhadap diri sendiri meskipun dari hasil kaji ulang nilai apgar 3 (disfungsi keluarga sangat tinggi) sedangkan Geriatric Depression Scale ( Skala Depresi ) skor 5 yang artinya klien masih mengalami depresi ringan tetapi telah ada penurunan skor depresi dan paling penting klien menyadari akan masalah ini dan mau untuk berinteraksi dan besosialisasi dengan keluarga dan kerabat/tetangga. *Art terapy* dilakukan dengan klien diarahkan untuk memegang krayon dan membuat tanda, hal ini dianggap mengembangkan cara-cara baru untuk memberikan bentuk perasaan sebelumnya yang tidak bisa diekpresikan (Nurul Aiyuda, 2018). Menurut Nurul Aiyuda, (2018) *Art Therapy* dapat dipraktekkan dalam berbagai bidang seperti kesehatan mental, rehabilitasi, kesehatan, bidang pendidikan, forensik dan lainnya. Pada prinsipnya kegiatan terapi ini sangat membawa pengaruh yang baik kepada klien karena klien mengatakan merasa senang dengan adanya teman dalam bercerita maupun berkomunikasi sehingga art terapi benar-benar dapat membuat klien dengan distres spiritual dapat membaik. Dan dikatakan pula tujuan dari *art therapy* adalah untuk memanfaatkan proses kreatif untuk membantu seseorang mengeksplorasi diri, sehingga nantinya akan membantu orang tersebut dalam menghadapi permasalahan, dan manfaat dari *art therapy* adalah mengatasi hilang kontrol perasaan, meningkatkan ketenagan dan penguasaan diri nya, mehilangkan pemikiran bahwa kita hanya sendiri, terapi ini menghasilkan produk yang memiliki makna yang kreatif dan ekspresif (Fauziyyah et al., 2020).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Penerapan *art therapy* pada studi kasus ini dapat mengurangi distress spiritual klien, sehigga hal ini membuktikan bahwa *art therapy* ini bermanfaat bagi klien dalam mengatasi distress spiritual. Sehingga diiharapkan asuhan keperawatan dengan penerapan implementasi terapi *art therapy* dapat diterapkan dalam kegiatan asuhan keperawatan khususnya komunitas lansia dengan pertimbangan waktu pelaksanaan yang mungkin lebih lama dan intens sehingga terapi ini benar-benar berhasil dan efektif untuk masalah distress spiritual.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Pihak Institusi STIKes Bala Keselamatan Palu Kota dan semua pihak yang telah berkontribusi dalam penelitian ini baik yang secara langsung maupun tidak langsung.

## DAFTAR PUSTAKA

Abarca, R. M. (2021). Konsep Kemandirian Lansia. *Nuevos Sistemas de Comunicación e Información*, 2013–2015.

Fauziyyah, S. A., Ifdil, I., & Putri, Y. E. (2020). Art Therapy Sebagai Penyaluran Emosi Anak. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, *5*(3), 109. https://doi.org/10.23916/08972011

Murdiyanti, D. P. (2019). *Modul Art Therapy Pada Lansia Dengan Demensia*. 5–8.

Musradinur. (2016). Distres Dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, *2*(2), 183. https://doi.org/10.22373/je.v2i2.815

Nurbaiti, A. T. (2019). Pengaruh Teknik Art Therapy Terhadap Pengelolaan Emosi Marah Pada Siswa SMA Kelas XI Negeri 3 Bantul. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, *5*, 91–102.

Nurul aiyuda. (2018). *No Title ART THERAPY Nurul*. https://news.ge/anakliis-porti-aris-qveynis-momava.

Permatasari, A. E., Marat, S., & Suparman, M. Y. (2017). Penerapan Art Therapy untuk Menurunkan Depresi pada Lansia di Panti Werdha X. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, *1*(1), 116. https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i1.341

Purba, M. A. (2019). Peran Perawat Dalam Menerapkan Tahapan Pengkajian Proses Keperawatan Berbasis Spiritual. *PPKB Spiritual*, 1–9.

RI Kementrian Kesehatan. (2018). Masalah Kesehatan Pada Lansia. *Ditjen Yankes*, *12*(28), 1.

Sheila maria bagis putri affiza. (2022). Prevalensi lansia indonesia. *הארץ*, *8.5.2017*, 2003–2005.

Siti Nur Kholifah, SKM, M.Kep, S. K. P. (2016). *Keperawatan gerontik*.

Syafrahmawati. (2017). *Hubungan antara tingkat spiritual dengan fungsi kognitif lansia di panti werdha Pangesti Lawang*. 14–47.

Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2018). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnosa Keperawatan* (Edisi 1). Dewan Pengurus Pusat PPNI.

Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia:*

*Definisi dan Tindakan Keperawatan* (Edisi 1). Dewan Pengurus Pusat PPNI.