

**PENGABDIAN MASYARAKAT: TERAPI OKUPASI PADA LANSIA DENGAN TEMA
“LANSIA MAMPU BERKARYA” DI PANTI WERHA SUKACITA
BATAM**

**Ns. Savitri Gemini, M.Kep, Ns. T. Eltrikanawati, M.Kep, Eis Kusmita, Meidiana, Muthia Febriani,
Riskianty Octaharyani, Sanno Romauli**

**Dosen Bersama Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners
Institut Kesehatan Mitra Bunda**

Abstact

When entering the aging stage, the elderly will experience several changes, both physical and psychological. Psychological changes felt by the elderly when entering old age, one of which is stress in the elderly. One way to restore mental function in the elderly can be done with occupational therapy which has the aim of increasing the ability to be able to relate to the surrounding environment and increase the ability of the elderly to carry out daily activities (ADL) and to restore physical function in the elderly. The implementation of this activity was carried out at the Sukacita Nursing Home on August 14, 2020, which was attended by all residents of the Sukacita Nursing Home who are able and willing to take part in handicraft activities, except for residents of the orphanage who are currently receiving treatment and are not recommended to participate in the activity. Therapeutic activities carried out are making handicrafts from straws. The community service activity stage consists of four stages, namely the identification, planning, implementation and evaluation stages. The results of the evaluation of this activity showed that the elderly seemed enthusiastic during the activity and the elderly seemed satisfied with the work that had been done.

Keywords : Occupational Therapy, Elderly

Abstrak

Saat memasuki tahapan menua lansia akan mengalami beberapa perubahan baik fisik maupun psikologis. Perubahan psikologis yang dirasakan lansia saat memasuki usia tua yaitu salah satunya adalah stress pada lansia. Salah satu cara dalam pengembalian fungsi mental pada lansia dapat dilakukan dengan terapi okupasi yang mana memiliki tujuan yaitu untuk meningkatkan kemampuan untuk dapat berhubungan dengan lingkungan sekitar dan meningkatkan kemampuan lansia dalam mengerjakan aktivitas sehari-hari (ADL) serta dapat mengembalikan fungsi fisik pada lansia. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan di Panti Werdha Sukacita pada tanggal 14 Agustus 2020 yang diikuti oleh seluruh penghuni panti werdha Sukacita yang mampu dan mau mengikuti kegiatan kerajinan tangan kecuali penghuni panti yang sedang dalam pengobatan dan tidak dianjurkan untuk mengikuti kegiatan. Kegiatan terapi yang dilakukan yaitu membuat kerajinan tangan dari bahan sedotan. Tahap kegiatan pegabdian masyarakat terdiri empat tahapan yaitu tahap identifikasi, perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Hasil evaluasi kegiatan ini menunjukkan Lansia tampak bersemangat selama mengikuti kegiatan dan lansia tampak puas dengan hasil karya yang telah dilakukan.

Kata Kunci : Terapi Okupasi, Lansia

A. PENDAHULUAN

Proses menua merupakan proses sepanjang hidup yang tidak hanya dimulai dari waktu tertentu, namun dimulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamiah yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupan dimulai dari masa anak, dewasa, dan tua (Fitriyani et al., 2017). Perkembangan penduduk lansia di dunia terdapat 703 juta orang berusia 65 tahun atau lebih pada tahun 2019 (UN, 2019). Di Indonesia jumlah penduduk lansia mengalami peningkatan dari 18 juta jiwa (7,56%) pada tahun 2010, menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%) pada tahun 2019 (Kemenkes, 2018).

Adanya peningkatan jumlah penduduk usia lanjut tersebut menyebabkan perlunya perhatian pada lansia agar lansia tidak hanya berumur panjang, tetapi juga dapat menikmati masa tuanya dengan bahagia serta meningkatkan kualitas hidup mereka. Saat memasuki tahapan menua lansia akan mengalami beberapa perubahan baik fisik maupun psikologis. Perubahan fisik meliputi kulit mulai mengendur, timbul keriput dan rambut beruban, gigi mulai ompong, pendengaran dan penglihatan mulai berkurang, mudah lelah, gerakan menjadi lamban dan kurang lincah, serta terjadi penimbunan terutama diperut dan pinggul (Ni Putu Widari, 2019). Perubahan psikologis yang dirasakan lansia saat memasuki usia tua yaitu perasaan tidak berguna, mudah sedih, insomnia, stress, depresi, ansietas dan demensia (Ni Putu Widari, 2019).

Stress sebagai keadaan atau kondisi yang tercipta bila seseorang yang mengalami stress dan hal yang dianggap mendatangkan stress membuat orang yang mengalaminya melihat ketidaksepadanan antara keadaan atau kondisi dan sistem sumber daya biologis, psikologis dan sosial yang ada padanya. Jika lansia tidak mampu untuk mengatasi diri atau menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi pada masa tua, maka lansia akan terus memikirkan dan memiliki persepsi buruk dan akan mengakibatkan lansia merasa pusing, mudah lelah, sulit tidur, dan lain sebagainya yang merupakan gejala dari stress (Ponto et al., 2015).

Salah satu cara dalam pengembalian fungsi mental pada lansia dapat dilakukan dengan terapi okupasi (Ni Putu Widari, 2019). Terapi okupasi merupakan suatu ilmu dan seni pengarahan partisipasi seseorang untuk melaksanakan tugas tertentu yang telah ditentukan dengan tujuan untuk memperbaiki, memperkuat, meningkatkan kemampuan, serta mempermudah belajar keahlian atau fungsi yang dibutuhkan dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungan (Ni Putu Widari, 2019).

Terapi Okupasi pada lansia merupakan salah satu alternative non farmakologi yang mudah dilakukan, mudah dibuat dan mudah digunakan tetapi memberikan manfaat yang besar dalam menurunkan stress (Ni Putu Widari, 2019). Adapun beberapa tujuan dari terapi okupasi adalah sebagai berikut: menciptakan kondisi tertentu sehingga klien dapat mengembangkan kemampuan untuk dapat berhubungan dengan orang lain dan masyarakat sekitarnya, membantu klien melepaskan dorongan emosionalnya secara wajar, membantu klien untuk menemukan kegiatan yang sesuai bakat dan kondisi klien, membantu dalam pengumpulan data, terapi khusus untuk mengembalikan fungsi fisik, meningkatkan gerak sendi, otot, dan koordinasi gerakan, mengajarkan aktivitas sehari-hari (ADL) seperti makan, berpakaian, berbelanja, menggunakan alat tertentu, dan lain – lain, membantu klien untuk menyesuaikan diri dengan pekerjaan rutin ditempat tinggalnya (rumah, panti, dll) (Ni Putu Widari, 2019).

Hal ini dilakukan sebagai bentuk peran perawat dalam meminimalkan angka kejadian kasus peningkatan stres dari setiap tahunnya yang terus meningkat. Dari fenomena tersebut menjadi dasar perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui sejauh mana pengaruh penerapan terapi okupasi terhadap penurunan stress pada lansia (Ni Putu Widari, 2019).

B. METODE DAN PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pelaksanaan kegiatan terapi okupasi pada lansia dengan melakukan kegiatan kerajinan tangan dari sedotan yang diikuti oleh semua penghuni Panti Werdha Sukacita yang mampu dan mau mengikuti kegiatan kerajinan tangan kecuali penghuni panti yang sedang dalam pengobatan yang tidak dianjurkan untuk mengikuti kegiatan ini. Kegiatan dilaksanakan pada hari Jumat, 14 Agustus 2020. Metode kegiatan ini meliputi 4 tahapan yaitu :

1. Tahap Identifikasi

Tahap ini merupakan tahap analisis situasi dan analisis kebutuhan Mitra. Mitra pada Panti Werdha Sukacita ini adalah seluruh penghuni Panti Werdha Sukacita dengan peserta yaitu lansia yang berada Panti Werdha Sukacita yang mampu dan mau mengikuti kegiatan kerajinan tangan dan tidak sedang menjalani pengobatan. Peserta kegiatan kerajinan tangan ini didampingi oleh petugas panti werdha bersama Dosen dan juga Mahasiswa Ners Institut Kesehatan Mitra Bunda Batam sebagai fasilitator.

2. Tahap Perencanaan

Pada tahap ini dilakukan penjelasan kegiatan kepada lansia dan dilakukannya simulasi kerajinan tangan dari sedotan. Pada tahap ini akan dijelaskan langkah langkah dalam pembuatan kerajinan tangan serta menyiapkan peralatan yang dibutuhkan seperti sedotan/pipet, lem, steples pita.

3. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan kegiatan terapi okupasi dilakukan dengan cara simulasi dan pendampingan yang dimulai dengan menyiapkan semua alat dan bahan yang akan dilakukan. Selanjutnya lansia diminta untuk mengambil sedotan yang panjang dilem kemudian susun sesuai bentuk seperti bingkai. Kemudian meminta lansia untuk memotong sedotan lainnya menjadi kecil-kecil untuk membentuk bunga. Menempelkan bunga dari sedotan kecil di sedotan panjang yang telah disusun seperti bingkai, kemudian berikan pita dibagian bawah untuk mempercantik kerajinan tangan. Selanjutnya meminta lansia untuk memberikan pita dibagian atas agar dapat di gantung di dinding. Setelah selesai hasil kerajinan tangan sedotan yang dibuat oleh lansia siap untuk dipajang/ditempel didinding.

4. Tahap Evaluasi

Tahap ini merupakan tahap monitoring dan evaluasi pelaksanaan kegiatan terapi okupasi pada lansia. Evaluasi kegiatan ini dilakukan dengan melakukan observasi selama kegiatan berlangsung. Lansia tampak bersemangat selama mengikuti kegiatan dan lansia tampak puas dengan hasil karya yang telah dilakukan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan TAK ini dilakukan pada Hari Jumat tanggal 14 Agustus 2020 pada pukul 09.00 s/d 10.30 Waktu pelaksanaan kegiatan dilaksanakan sesuai dengan kesepakatan dengan Lansia. Dimana Masing-masing anggota kelompok menjalankan tugas sesuai dengan struktur kelompok. Materi kegiatan membuat kerajinan tangan yang diarahkan sesuai dengan kerajinan yang akan dibuat. Lansia aktif mengikuti kegiatan kerajinan tangan yang diberikan mahasiswa ners bersama dengan dosen Prodi Sarjana Keperawatan Dan Pendidikan Profesi Ners. Lansia yang ikut dalam kegiatan berjumlah 3 orang, Lansia mampu mengerjakan kegiatan kerajinan tangan yang diarahkan mahasiswa ners. Waktu pelaksanaan kegiatan membuat kerajinan tangan diselesaikan tepat waktu. Hasil observasi lansia tampak semangat dan gembira melakukan kegiatan tersebut Karena kegiatan

tersebut baru pertama kali dilakukan dipanti werdha sehingga menambah pengalaman lansia dalam berkarya.

Salam et al (2018) dalam penelitian Pengaruh Terapi Okupasi Terhadap Stres Pada Lansia menyatakan bahwa terapi okupasi berpengaruh pada tingkat stres pada lansia, hal ini dibuktikan dengan adanya perubahan pada pasien yang sebelum diberi terapi okupasi dalam dengan stres sedang menjadi tingkat stres ringan sesudah diberi terapi okupasi, dengan adanya terapi okupasi dalam responden akan menjadi rileks sehingga membuat pikiran menjadi tenang dan bisa menurunkan tingkat stress.

Terapi okupasi juga dapat menjadi salah satu cara untuk mengoptimalkan fungsi kognitif lansia. Terapi okupasi merupakan suatu bentuk psikoterapi suportif berupa aktivitas yang membangkitkan kemandirian secara manual, kreatif dan edukasional untuk penyesuaian diri dengan lingkungan dan meningkatkan derajat kesehatan fisik dan mental lansia (Salam et al., 2018). Terapi okupasi meningkatkan kemampuan individu untuk terlibat dalam bidang kinerja berikut: aktivitas hidup sehari-hari dan kegiatan instrumental hidup sehari-hari (Salam et al., 2018).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat Terapi Okupasi Pada Lansia Dengan Tema “Lansia Mampu Berkarya” Di Panti Werha Sukacita dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat Terapi Okupasi pada lansia merupakan salah satu alternatif non farmakologi yang mudah dilakukan, mudah dibuat dan mudah digunakan tetapi memberikan manfaat yang besar dalam menurunkan stress. Pada kegiatan yang dilakukan lansia tampak gembira akan kegiatan yang dilakukan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada Kepala Panti Werdha Sukacita Ibu Vonnie beserta petugas panti dan lansia yang bersedia untuk mengikuti kegiatan Terapi Okupasi

DOKUMENTASI KEGIATAN

A. Kegiatan Sedang Berlangsung



B. Lansia Mengikuti Kegiatan Dibantu oleh Fasilitator



C. Lansia Fokus Dalam Menyelesaikan Rangkaian Dari Bahan Sedotan



D. Lansia Berhasil Menyelesaikan Karya Pajangan Dari Bahan Sedotan



E. Kegiatan Berfoto Bersama Dengan Pimpinan Panti Werdha Sukacita



DAFTAR PUSTAKA

- Fitriyani, N. L., Santoso, T. H., & Suryaningsih, Y. (2017). Pengaruh Penerapan Terapi Okupasi Terhadap Peningkatan Status Kognitif Pada Lansia Di UPT PSTW Jember. *Jurnal Keperawatan*, 1–12.
- Kemkes. (2018). *Hari Diabetes Sedunia*. Kementerian Kesehatan Indonesia.
- Ni Putu Widari, M. E. T. (2019). *Pengaruh Penerapan Terapi Okupasi Terhadap Tingkat Stress Pada Lansia*. 005.
- Ponto, D., Bidjuni, H., & Karundeng, M. (2015). Pengaruh Penerapan Terapi Okupasi Terhadap Penurunan Stres Pada Lansia Di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 3(2), 112781.
- Salam, A., Ike, H., & Purnamaningsih, S. endah. (2018). Pengaruh Terapi Okupasi Terhadap Stres Pada Lansia (Studi di Desa Balongbesuk Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang). *Jurnal Keperawatan*, 778–783.
- UN. (2019). World Population Ageing 2019. In *World Population Ageing 2019*.
<http://www.un.org/esa/population/publications/worldageing19502050/pdf/65executivesummary%20spanish.pdf>
http://link.springer.com/chapter/10.1007/978-94-007-5204-7_6