

ORIGINAL ARTICLE**PENGARUH TERAPI OKUPASI TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS HIDUP PADA LANSIA DENGAN GANGGUAN JIWA***The Effect of Occupation Therapy on Improving The Quality of Life in Elderly with Mental Disorders***Dewa Ayu Putri Jayanti, Desak Made Ari Dwi Jayanti*, Sang Ayu Ketut Candrawati, Silvia Ni Nyoman Sintari.**

Program Studi Sarjana Keperawatan, Stikes Wira Medika Bali, Denpasar, Bali, Indonesia

*Korespondensi: djdesak@gmail.com**INFO ARTIKEL**

Riwayat Artikel:

Diterima: 15 Mei 2024

Revisi: 25 Juni 2024

Disetujui: 30 Juni 2024

Kata Kunci:

Lansia;

Kualitas Hidup;

Gangguan Jiwa;

Terapi Okupasi.

ABSTRAK

Latar Belakang: Penurunan kualitas hidup pada lansia terjadi sebagai dampak dari bertambahnya usia. Berbagai upaya yang dilakukan untuk menangani masalah penurunan kualitas hidup pada lansia, salah satunya dengan menggunakan terapi okupasi. **Tujuan:** Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi okupasi terhadap peningkatan kualitas hidup pada lansia dengan gangguan jiwa. **Metode:** Jenis penelitian yang digunakan adalah pre-experiment dengan menggunakan pendekatan pretest-posttest design. Sampel yang digunakan adalah pasien lansia skizofrenia yang dirawat di Ruang Graha Nisadha RSJ Provinsi Bali yang berjumlah 22 orang, dengan menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner European Quality of Life 5 Dimensions (EQ5D) untuk mengukur kualitas hidup pada lansia. Data yang didapat kemudian dianalisis dengan wilcoxon signed rank test. **Hasil:** terdapat perubahan kualitas hidup lansia sebelum dan setelah pemberian terapi okupasi yaitu dengan kategori buruk 18,2 % menjadi 13,6%, normal 50% menjadi 31,8%, baik 31,8% menjadi 50%, dan yang sangat baik menjadi 4,6%. Analisis data dengan nilai $p = 0,002$. **Kesimpulan:** ada pengaruh terapi okupasi terhadap peningkatan kualitas hidup pada lansia dengan gangguan jiwa di Ruang Graha Nisadha RSJ Provinsi Bali.

ARTICLE INFO

Article history:

Received: 15 May 2024

Revised: 25 June 2024

Accepted: 30 June 2024

Keywords:

Elderly;

Quality of Life;

Mental Disorders;

Occupational Therapy.

ABSTRACT

Background: Decreased quality of life in the elderly occurs as a result of increasing age. Various efforts have been made to deal with the problem of decreasing quality of life in the elderly, one of which is by using occupational therapy. **Purpose:** The purpose of this study was to determine the effect of occupational therapy on improving the quality of life in the elderly with mental disorders. **Methods:** The type of research used is pre-experiment using a pretest-posttest design approach. The sample used was elderly schizophrenia patients who were treated in the Graha Nisadha Ward of the Bali Provincial Mental Hospital totaling 22 people, using purposive sampling technique. The instrument used was the European Quality of Life 5 Dimensions (EQ5D) questionnaire to measure quality of life in the elderly. The data obtained were then analyzed with the Wilcoxon signed rank test. **Results:** There were changes in the quality of life of the elderly before and after the provision of occupational therapy, namely in the poor category 18.2% to 13.6%, normal 50% to 31.8%, good 31.8% to 50%, and very good to 4, 6%. Data analysis with p-value = 0.002. **Conclusion:** There is an influence of occupational therapy on improving the quality of life in elderly people with mental disorders at the Bali Provincial Mental Hospital

LATAR BELAKANG

Lanjut usia (Lansia) merupakan seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas serta mengalami perubahan biologis, fisik, kejiwaan, dan sosial yang disebabkan karena penambahan usia (Kemenkes RI, 2017). Lansia bukan suatu penyakit, namun merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stress lingkungan (Ponto, Bidjuni, & Karundeng, 2015). Akibat penurunan struktur pembuluh darah dan organ-organ tubuh, lansia rentan terhadap berbagai penyakit. Dimulainya proses ini saat lansia mengalami kemunduran fisik, mental, dan sosial secara bertahap (Mujahidullah, 2012). Salah satu masalah lansia adalah adanya gangguan kejiwaan. Sekitar 14% lansia berusia 60 tahun ke atas hidup dengan gangguan jiwa. Gangguan mental di kalangan lansia mencapai 10,6% dari total tahun hidup penyandang disabilitas pada kelompok usia ini (World Health Organization, 2023).

Pertumbuhan lansia di seluruh dunia setiap tahunnya terus mengalami peningkatan, diperkirakan pada tahun 2050 meningkat menjadi 2.1 milyar jiwa (World Health Organization, 2022). Sementara itu, persentase lansia Indonesia meningkat sekitar dua kali lipat dalam waktu hampir lima dekade (1971-2020), yaitu menjadi 9,92% (26,82 juta jiwa). Diperkirakan tahun 2045 jumlah lansia di Indonesia akan menjadi seperlima dari jumlah penduduk Indonesia (Badan Pusat Statistik, 2020). Prevalensi lansia dengan gangguan jiwa (kelompok umur >55 tahun) di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 39,6%. Menurut hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional, Provinsi Bali termasuk dalam lima besar provinsi dengan persentase lansia terbesar di Indonesia yaitu sebesar 11,58% dengan jumlah lansia di Provinsi Bali mencapai 500.256 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2020). Permasalahan yang dihadapi lansia sebagai akibat dari proses penuaan seperti gangguan jiwa akan mengakibatkan seorang lansia akan mengalami kemunduran. Hal tersebut akan mengakibatkan menurunnya kualitas hidup pada lansia (Supriani, Kiftiyah, & Rosyidah, 2021).

Kualitas hidup lansia dengan gangguan jiwa merupakan tingkat kepuasan terhadap kebutuhan lanjut usia dengan masalah gangguan jiwa yang dipengaruhi oleh hubungan sosial, kesehatan fisik dan psikologis individu, dan kesehatan lingkungan tempat mereka tinggal, yang akan berdampak pada keseimbangan dalam beraktivitas (Ekasari, Riasmini, & Hartini, 2018). Kualitas hidup pada lansia dengan gangguan jiwa ini bisa didapatkan dari kesejahteraan hidup lansia dengan gangguan jiwa, emosi, fisik, pekerjaan, kognitif serta kehidupan sosial. Kualitas merupakan alat ukur untuk menilai keberhasilan tindakan suatu pelayanan kesehatan selain morbiditas, mortalitas, fertilitasi, serta kecacatan. Kualitas hidup pada lansia dengan gangguan jiwa digolongkan menjadi tiga kategori adalah kesejahteraan fisik, psikologis, dan interpersonal (Supriani et al., 2021).

Studi menemukan terdapat penurunan linier dari kualitas hidup dengan bertambahnya usia pada lansia dengan gangguan jiwa. Lansia dengan gangguan jiwa memiliki kualitas hidup yang lebih buruk (Grassi et al., 2020). Berbagai upaya dilakukan untuk mengoptimalkan kualitas hidup lansia dengan gangguan jiwa sehingga produktivitasnya meningkat. Upaya-upaya tersebut dapat berupa pemberian dukungan

sosial maupun pemberian dan penguatan keterampilan yang dimiliki lansia gangguan jiwa. melalui terapi okupasi. Terapi okupasi dijelaskan sebagai suatu bentuk psikoterapi suportif melalui aktivitas yang menstimulasi kemandirian dengan cara manual, kreatif dan edukasional sebagai bentuk penyesuaian diri terhadap lingkungan serta meningkatkan derajat kesehatan fisik dan mental pasien (Idris, Bidjuni, & Karundeng, 2015). Terapi okupasi memiliki titik fokus pada kemampuan lansia dengan gangguan jiwa dalam melakukan suatu kegiatan tertentu, sehingga pelaksanaan terapi lebih menyenangkan bagi lansia serta mampu mempengaruhi perubahan kualitas hidup yang baik pada lansia dengan gangguan jiwa (De Coninck et al., 2024). Penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa terjadi penurunan tingkat stres lansia setelah diberikan terapi okupasi pada lansia. Hal itu berarti bahwa pemberian terapi okupasi mampu meningkatkan kualitas hidup lansia (Salam et al., 2019).

Studi pendahuluan yang dilakukan di Ruang Graha Nisadha RSJ Provinsi Bali pada tanggal 26 Juli 2023 didapatkan data pasien lansia yang mengalami perubahan kualitas hidup dalam tiga bulan terakhir adalah 20 orang, dengan rata-rata per bulan sebanyak enam orang. Berdasarkan hasil pengukuran kualitas hidup lansia dengan menggunakan instrumen *European Quality of Life* di Ruang Graha Nisadha pada 20 orang pasien yang dirawat, sebanyak empat orang (20%) lansia dengan kualitas hidup buruk. Gejala yang ditunjukkan oleh lansia kualitas hidup rendah diantaranya mobilitas pasien dibantu dengan kursi roda, pasien tidak bisa melakukan perawatan diri secara mandiri, aktivitas yang diarahkan maupun dibimbing oleh petugas belum bisa diikuti, tampak gelisah. Jika kualitas hidup rendah tidak mendapatkan intervensi yang tepat, lansia dengan gangguan jiwa berisiko mengalami penurunan produktivitas. Berdasarkan hal tersebut maka perlu dilakukan penelitian tentang pengaruh terapi okupasi terhadap peningkatan kualitas hidup lansia

TUJUAN

Mengetahui pengaruh terapi okupasi terhadap peningkatan kualitas hidup pada lansia dengan gangguan jiwa.

METODE

Desain

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pre-experiment dengan pendekatan *one group pretest and posttest design*. Penelitian ini sudah mendapatkan Keterangan Kelaikan Etik dari Komisi Etik Rumah Sakit Jiwa Provinsi Bali No: B.38.800.2/ 12208/ ADUM/RSJ yang dinyatakan laik etik.

Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah lansia dengan gangguan jiwa sejumlah 26 orang di RSJ Provinsi Bali. Sampel berjumlah 22 orang yang mengalami gangguan jiwa, menggunakan teknik *purposive sampling*.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan Ruang Graha Nisadha RSJ Provinsi Bali selama 4 minggu pada tahun 2023.

Intervensi

Pemberian therapy dilakukan selama 7 kali pertemuan dengan durasi 60 menit. Pemberian intervensi dilakukan dengan membagi responden menjadi tiga kelompok dalam pelaksanaan terapi, dimana jumlah masing-masing anggota kelompok berkisar tujuh sampai delapan orang. Responden satu sampai responden delapan dimasukkan pada kelompok satu, responden sembilan sampai responden 15 dimasukkan pada kelompok dua, responden 16 sampai responden 22 dimasukkan pada kelompok tiga. Tujuan pembagian kelompok ini dimaksudkan untuk memaksimalkan pelaksanaan terapi sehingga efektif. Ketiga kelompok ini diberikan perlakuan berupa terapi okupasi yang sama.

Instrumen

Kuesioner yang digunakan *European Quality of Life 5 Dimensions (EQ5D)* untuk mengukur kualitas hidup pada lansia.

Analisa Data

Analisis data dengan *Wilcoxon Signed Rank Test*.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian (n=22)

Karakteristik	f	%
Usia		
60-74 Tahun	18	81,8
75-90 Tahun	4	18,2
Jenis Kelamin		
Laki-laki	12	54,5
Perempuan	10	45,5
Tingkat Pendidikan		
Tidak Sekolah	6	27,3
Sekolah Dasar (SD)	9	40,9
Sekolah Menengah Pertama (SMP)	2	9,1
Sekolah Menengah Atas (SMA)	4	18,2
Perguruan Tinggi	1	4,5
Status Perkawinan		
Kawin	16	72,7
Tidak kawin	5	22,7
Cerai	1	4,6

Tabel diatas menunjukkan bahwa responden terbanyak dengan usia 60-74 tahun (81,8%), jenis kelamin didominasi laki- laki (54,5%), mayoritas berpendidikan Sekolah dasar (40,9%), dan Sebagian besar memiliki status perkawinan yaitu kawin (72,7%).

Tabel 2. Pengaruh Terapi Okupasi Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa (n=22)

Kualitas Hidup	Pre-Test		Post-Test		Z-Hitung	Nilai P
	f	%	f	%		
Buruk	4	18,2	3	13,6	-3.108	0,002
Normal	11	50	7	31,8		
Baik	7	31,8	11	50		
Sangat Baik	0	0	1	4,6		

Data hasil penelitian menunjukkan perubahan tingkat kualitas hidup pada lansia terjadi dari kategori buruk menjadi normal sebanyak satu orang (4,6%), kategori normal menjadi baik sebanyak lima orang (22,73%), dan dari kategori baik menjadi sangat baik sebanyak satu orang (4,6%). Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai $p = 0,002$ ($\alpha = 0,05$) yang berarti ada pengaruh pemberian terapi okupasi terhadap penurunan kualitas hidup lansia dengan gangguan jiwa.

PEMBAHASAN

Munculnya masalah pada kualitas hidup lansia dapat dilihat dari perubahan psikososial yang terjadi. Perubahan psikososial selama proses penuaan akan melibatkan proses transisi kehidupan dan kehilangan (Agustiningsih & Wardaningsih, 2022). Semakin panjang usia seseorang, maka akan semakin banyak pula transisi dan kehilangan yang harus dihadapi (Sudrajat, Fedryansyah, & Darwis, 2023). Perubahan psikososial disebabkan oleh adanya perubahan fisik dan aktivitas keseharian lansia. Sebuah studi menemukan kualitas hidup lansia berdasarkan domain psikologis sebagian besar berada pada kategori kurang (51,2%) yang disebabkan adanya penurunan aktivitas fisik (Palit, Kandou, & Kaunang, 2021). Terapi okupasi merupakan salah satu bentuk aktivitas fisik yang diberikan sebagai stimulasi pada lansia dengan gangguan jiwa.

Terapi okupasi membantu individu dengan masalah melakukan perawatan diri, aktivitas produktivitas, dan dalam aktivitas untuk mengisi waktu luang yang berpengaruh pada penurunan kualitas hidup (Husna, 2024). Terapi okupasi mampu mengembalikan kemampuan pasien mendekati kondisi normal sehingga diharapkan dapat mandiri di dalam keluarga maupun masyarakat (Nasir & Muhith, 2011). Lebih lanjut, penelitian lain menyebutkan terapi okupasi memiliki manfaat untuk mengoptimalkan kualitas hidup lansia. Lansia yang mengalami berbagai masalah kesehatan terutama pada gangguan degeneratif sangat disarankan untuk menggunakan terapi okupasi, karena terbukti mampu meningkatkan kualitas hidup lansia (Bennett et al., 2019).

Temuan pada penelitian ini juga sesuai dengan studi sebelumnya menunjukkan setelah diberikan terapi gabungan seni dan okupasi selama enam minggu terjadi peningkatan nilai *mean* sebesar 1,19. Hal tersebut berarti bahwa terjadi peningkatan kualitas hidup yang signifikan dari para lansia di Panti Lansia Asiyiyah Surakarta dari kategori tidak baik menjadi baik (Suratih et al., 2022). Aktivitas yang dilakukan pada terapi okupasi akan membuat tubuh mengeluarkan senyawa beta-endorfin sehingga dapat mendatangkan rasa senang dan menghilangkan stress (Pillozzi, Carro, & Huang,

2021). Setelah diproduksi, hormon ini akan dialirkan ke seluruh tubuh melalui sistem saraf. Beta endorfin memiliki kualitas neurotransmitter yang meningkatkan suasana hati dan mempromosikan perasaan relaksasi (Sarwoko, Nurfarida, Ahsan, Indawati, & Kusumawati, 2018). Beta-endorfin juga dapat memberikan energi positif dalam diri seseorang. Meningkatnya energi positif dan rasa bahagia tersebut membuat kualitas hidup lansia ikut membaik. Penelitian lain juga menemukan lansia yang mengikuti terapi modalitas okupasi memiliki risiko yang lebih rendah dalam penurunan kualitas hidup dibandingkan dengan lansia yang tidak mengikuti terapi modalitas okupasi (Meiske & Dis, 2023).

KESIMPULAN

Terdapat pengaruh pemberian terapi okupasi terhadap peningkatan kualitas hidup pada lansia dengan gangguan jiwa di Ruang Graha Nisadha RSJ Provinsi Bali. Pemberian terapi okupasi secara rutin dan terjadwal pada pasien lansia dengan gangguan jiwa perlu dilakukan sehingga menjaga kualitas hidup pasien tetap dalam kondisi baik. Rekomendasi penelitian selanjutnya agar mempertimbangkan faktor-faktor yang dapat meningkatkan mood pasien dalam pemberian intervensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiningsih, & Wardaningsih, S. (2022). Upaya Dan Penatalaksanaan Perubahan Psikososial Di Masa Pensiun: Literature Review. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 5(1), 85-94. <https://doi.org/10.32584/jikj.v5i1>
- Badan Pusat Statistik. (2020). *Statistik Penduduk Lanjut Usia*. Jakarta.
- Bennett, S., Laver, K., Voigt-Radloff, S., Letts, L., Clemson, L., Graff, M., ... Gitlin, L. (2019). Occupational therapy for people with dementia and their family carers provided at home: A systematic review and meta-analysis. *BMJ Open*, 9(11), 1-11. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-026308>
- De Coninck, L., Declercq, A., Bouckaert, L., Döpp, C., Graff, M. J. L., & Aertgeerts, B. (2024). Promoting meaningful activities by occupational therapy in elderly care in Belgium: the ProMOTE intervention. *BMC Geriatrics*, 24(1), 1-15. <https://doi.org/10.1186/s12877-024-04797-6>
- Ekasari, M. F., Riasmini, N. M., & Hartini, T. (2018). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia : Konsep dan Berbagai Intervensi*. Malang: Wineka Media.
- Grassi, L., Caruso, R., Da Ronch, C., Härter, M., Schulz, H., Volkert, J., ... Nanni, M. G. (2020). Quality of life, level of functioning, and its relationship with mental and physical disorders in the elderly: Results from the MentDis_ICF65+ study. *Health and Quality of Life Outcomes*, 18(1), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12955-020-01310-6>
- Husna, A. (2024). *Pengaruh Terapi Okupasi Aktivitas Waktu Luang Terhadap Perubahan Halusinasi Pendengaran Pada Pasien Di Rumah Sakit Jiwa Aceh* (Universitas

- Bina Bangsa Getsempena). Universitas Bina Bangsa Getsempena. <https://doi.org/10.53835>
- Idris, H., Bidjuni, H., & Karundeng, M. (2015). Perbandingan Antara Penerapan Terapi Okupasi Dan Logoterapi Terhadap Tingkat Stress Lansia Di Panti Werdha Damai Perkamil Kecamatan Ranomuut Manado Dan Panti Werdha Senja Cerah Paniki Kecamatan Mapanget Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 3(2), 111931. <https://doi.org/10.35790/jkp.v3i2.8298>
- Kemendes RI. (2017). Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia Di Pusat Kesehatan Masyarakat sesuai Permenkes No. 67 Tahun 2015. In *Kementerian Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Meiske, F., & Dis, L. (2023). *Hubungan Terapi Modalitas Okupasi Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Kecamatan Mamasa*. STIKES Stella Maris.
- Mujahidullah, K. (2012). *Keperawatan Geriatrik Merawat Lansia Dengan Cinta dan Kasih Sayang*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nasir, A., & Muhith, A. (2011). *Dasar-dasar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika.
- Palit, I. D., Kandou, G. D., & Kaunang, W. J. P. (2021). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Desa Salurang Kecamatan Tabukan Selatan Tengah Kabupaten Kepulauan Sangihe. *Jurnal KESMAS*, 10(6), 93-100.
- Pilozzi, A., Carro, C., & Huang, X. (2021). Roles of β -endorphin in stress, behavior, neuroinflammation, and brain energy metabolism. *International Journal of Molecular Sciences*, 22(1), 1-25. <https://doi.org/10.3390/ijms22010338>
- 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. <https://doi.org/10.35790/jkp.v3i2.8139>
- Salam, A., Ike S, H., & Sunarto, L. (2018). Pengaruh Terapi Okupasi Terhadap Stres Pada Lansia (Studi di Desa Balongbesuk Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang). *Jurnal Borneo Cendekia*, 2(1), 136-143. <https://doi.org/10.54411/jbc.v2i1.180>
- Sarwoko, E., Nurfarida, I. N., Ahsan, M., Indawati, N., & Kusumawati, E. D. (2018). Perawatan Lansia dalam Persektif Budaya. In *Media Nusa Creative*. Malang: Media Nusa Creative. Retrieved from [http://repository.phb.ac.id/427/2/Layout Perawatan Lansia.pdf](http://repository.phb.ac.id/427/2/Layout%20Perawatan%20Lansia.pdf)
- Sudrajat, A., Fedryansyah, M., & Darwis, R. S. (2023). Faktor Resiliensi Pada Janda Lansia. *Share: Social Work Journal*, 13(1), 111-125. <https://doi.org/10.24198/share.v13i1.41651>
- Supriani, A., Kiftiyah, & Rosyidah, N. N. (2021). Analisis domain kualitas hidup lansia dalam kesehatan fisik dan psikologis. *Journal of Ners Community*, 12(1), 59-67. <https://doi.org/10.55129/jnerscommunity.v12i1.1308>

Dewa Ayu Putri Jayanti, dkk: Pengaruh Terapi Okupasi Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Pada Lansia Dengan Gangguan Jiwa

Suratih, K., Cahyanto, E. B., Mulyani, S., Musfiroh, M., Winarni, W., Wulandari, I. S., & Megasari, A. L. (2022). Terapi Gabungan Okupasi and Art (Okuart) Membantu Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Panti Aisyiyah Surakarta. *Jurnal KESPERA*, 2(1), 21. <https://doi.org/10.34310/jkspr.v2i1.675>

World Health Organization. (2023, October 20). Mental health of older adults. Retrieved June 6, 2024, from Newsroom/Fact sheets website: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>

World Health Organization. (2022, October 1). Penuaan dan kesehatan. Retrieved June 6, 2024, from Newsroom website: https://www-who-int.translate.goog/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc

