



**PENGARUH TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK
STIMULASI PERSEPSI HARGA DIRI RENDAH
TERHADAP TINGKAT DEPRESI LANSIA
DI KARANG WERDA SEMERU JAYA
KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI

Oleh

**Yunita Gita Siswantari
NIM 072310101055**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS JEMBER
2012**



**PENGARUH TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK
STIMULASI PERSEPSI HARGA DIRI RENDAH
TERHADAP TINGKAT DEPRESI LANSIA
DI KARANG WERDA SEMERU JAYA
KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI

diajukan guna melengkapi tugas akhir dan memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Studi Ilmu Keperawatan (S1) dan mencapai gelar sarjana Keperawatan

Oleh

**Yunita Gita Siswantari
NIM 072310101055**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS JEMBER
2012**

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK STIMULASI PERSEPSI HARGA DIRI RENDAH TERHADAP TINGKAT DEPRESI LANSIA DI KARANG WERDA SEMERU JAYA KABUPATEN JEMBER

Oleh

Yunita Gita Siswantari
NIM 072310101055

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama : Ns. Latifa Aini S., M. Kep., Sp. Kom.

Dosen Pembimbing Anggota : Ns. Ratna Sari Hardiani, M. Kep.

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Hasil penelitian ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk mengikuti sidang hasil skripsi di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.

Jember, Februari 2012

Pembimbing I

Ns. Latifa Aini S., M. Kep., Sp. Kom.
NIP. 197109262009122001

Pembimbing II

Ns. Ratna Sari Hardiani, M. Kep.
NIP. 198108112010122002

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Allah SWT. dan Rasulullah saw.;
2. papa dan mama tercinta: Slamet Siswanto dan almarhumah Sri Wahyuni, adikku Iswanda, keluarga besarku terutama nenek Sumiyati, Supiyati, dan Tinem yang telah mencurahkan segalanya demi cita-citaku;
3. dosenku tercinta, terutama Bu Latifa, Bu Ratna, dan Bu Dini yang selalu memberiku semangat untuk lebih maju dari hari ke hari; guruku dari taman kanak-kanak hingga bangku kuliah, terutama Bu Holifah, Uztadzah Hartatik, Pak Kun, dan Bu Kristin yang telah memberiku kunci untuk membuka pintu ilmu;
4. pak de Bagio dan eyang di Karang Werda Semeru Jaya yang memberikan doa kepadaku disetiap waktu. Orang-orang tersayang, Nurul Laili, Iski Weni, Wahyu Hadi, Malek Elgmati, Ananta, Nila, Melani, Fitrio, Debi dan Riska Amalia yang selalu sabar menjadi pendengarku; keluarga besar masjid Al Hikmah Universitas Jember dan keluarga besar Tona Community 2007;
5. almamater Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember

MOTTO

Katakanlah wahai Muhammad! Adakah sama orang yang berilmu dengan yang tidak berilmu? Sesungguhnya yang dapat menyadari itu hanyalah orang yang berakal.

(terjemahan Surat Az Zumar ayat 9)¹

Barangsiapa menginginkan soal-soal yang berhubungan dengan dunia, wajiblah ia memiliki ilmunya, dan barangsiapa yang ingin (selamat dan bahagia) diakhirat, wajiblah ia mengetahui ilmunya pula, dan barangsiapa yang menginginkan keduanya, wajiblah ia memiliki ilmu kedua-duanya pula.

(Hadist Riwayat Bukhari dan Muslim)²

Trials will come, but surely they will fade away. If you just believe, what is plan to see, just open your heart and let Allah's love flow through.
(Maher Zain and Irfan Makki)

-
- 1) Departemen Agama Republik Indonesia. 2002. Al Qur'an dan Terjemahan. Semarang: PT Kumudasmoro Grafindo.
 - 2) Rifa'i, Mohammad. 2002. Fiqih Islam. Semarang: CV Toha Putra

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

nama : Yunita Gita Siswantari

NIM : 072310101055

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah yang berjudul “Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Persepsi Harga Diri Rendah terhadap Tingkat Depresi Lansia di Karang Werda Semeru Jaya Kabupaten Jember” yang saya tulis benar-benar hasil karya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa karya ilmiah adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika dikemudian hari, ini tidak benar.

Jember, Februari 2012

Yang menyatakan,

Yunita Gita Siswantari

NIM. 072310101055

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Persepsi Harga Diri Rendah terhadap Tingkat Depresi Lansia di Karang Werda Semeru Jaya Kabupaten Jember” telah diuji dan disahkan oleh Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember pada,

tanggal : Februari 2012

tempat : Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember

Tim Penguji
Ketua,

Ns. Tantut Susanto, M. Kep., Sp. Kep. Kom.
NIP. 19800105 200604 1 004

Anggota I,

Anggota II,

Ns. Latifa Aini S., M. Kep., Sp. Kom.
NIP. 19710926 200912 2 001

Ns. Ratna Sari Hardiani, M. Kep.
NIP. 19810811 201012 2 002

Mengesahkan
Ketua Program Studi,

dr. Sujono Kardis, Sp. Kj
NIP. 19490610 198203 1 001

**PENGARUH TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK STIMULASI PERSEPSI
HARGA DIRI RENDAH TERHADAP TINGKAT DEPRESI LANSIA DI
KARANG WERDA SEMERU KABUPATEN JEMBER**

***THE EFFECT GROUP ACTIVITY THERAPY OF PERCEPTION
STIMULATION IN LOW SELF ESTEEM TO ELDERLY DEPRESSION
LEVEL IN KARANG WERDA SEMERU JAYA DISTRICT OF JEMBER***

Yunita Gita Siswantari

ABSTRACT

Elderly depression is an emotional and clinical disorder with distress condition and cognitive decrease. The depression is characterized by despaired, deep sadness, worthlessness, inability, loss of interest and various obstacles. The aim of this research was to determine the effect of Group Activity Therapy of Perception Stimulation in the Low Self Esteem to the elderly depression level. This research started in December 2011 to January 2012. It was pre experimental research with pretest and posttest design,. Sample of this study was twenty two samples of elderly people (55 to 70 years old), were used in this study with intermediate depression in Karang Werda Semeru Jaya (mild and moderate depression). Wilcoxon Sign Rank Test was used to data analysis. There were intermediate depression (mild and moderate depression) before intervention of Group Activity Therapy of Perception Stimulation in Low Self Esteem. There were 63,6% (14 person) became mild depression and 36,4% (8 person) became normal. The results of p value = 0,001 was less than α (0,05). The conclusion that there is a significant effect on Group Activity Therapy of Perception Stimulation in Low Self Esteem to elderly depression. Group Activity Therapy of Stimulation Perseption in Low Self Esteem is highly recommended for elderly in intermediate depression (mild and moderate depression).

Key Words: *Group Activity Therapy Perseption Stimulation of Low Self Esteem, Elderly, Elderly Depression*

RINGKASAN

Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Persepsi Harga Diri Rendah terhadap Tingkat Depresi Lansia di Karang Werda Semeru Jaya Kabupaten Jember; Yunita Gita Siswantari, 072310101055; 2012: 171 halaman; Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.

Kata kunci: Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Stimulasi Persepsi Harga Diri Rendah, Lansia, Depresi Lansia.

Karang Werda adalah wadah para lanjut usia yang merupakan paguyuban untuk menampung upaya pelayanan dan kegiatan lanjut usia. Lanjut usia (lansia) dikatakan sebagai tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia. Adapun pembagian lansia menurut Depkes yaitu lansia dengan usia pertengahan adalah kelompok usia dalam masa virilitas, yaitu masa persiapan usia lanjut yang menampakkan keperkasaan fisik dan kematangan jiwa (45-54 tahun). Lansia dini adalah lansia dengan usia 55-64 tahun. Kelompok lanjut usia adalah kelompok yang berumur 65 tahun keatas, serta kelompok lansia beresiko tinggi adalah lansia dengan usia lebih dari 70 atau kelompok lansia yang hidup sendiri, terpencil, tinggal di panti, menderita penyakit berat atau cacat.

Perubahan secara fisik dan mental berpotensi terjadi ketika seseorang memasuki usia tua. Perubahan kondisi psikis lansia dapat berupa suatu gangguan psikis. Gangguan psikis yang berpotensi terjadi pada lansia seperti gangguan (kurang) tidur, menurunnya selera makan, mudah tersinggung, kurang sabar, dan depresi. Depresi adalah suatu bentuk gangguan emosi dan gangguan klinis (penyakit biologis) dengan keadaan yang tertekan dan terjadi penurunan fungsi kognitif yang ditandai oleh putus asa, perasaan sedih yang mendalam, perasaan diri yang tidak berharga, ketidakmampuan pribadi, dan hilangnya minat pada suatu hal yang menarik hingga berpotensi menimbulkan berbagai kendala.

Faktor resiko yang dapat menyebabkan terjadinya depresi adalah kehilangan orang/objek yang dicintai, sikap pesimistik, kecenderungan berasumsi negatif terhadap suatu pengalaman yang mengecewakan, kehilangan integritas pribadi,

dan berpenyakit degeneratif kronik, tanpa dukungan sosial yang adekuat. Kegagalan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap berbagai perubahan atau kehilangan pada saat lansia, perubahan status ekonomi, struktur keluarga yang cepat berubah, kurangnya sistem pendukung keluarga dan lingkungan, berbagai kehilangan yang dialami selama proses menua dapat menjadi pencetus depresi. Lansia dengan depresi cenderung kurang memiliki rasa percaya diri. Bunuh diri merupakan resiko depresi yang serius dan berpotensi terjadi pada lansia.

Beberapa cara yang efektif dalam mengatasi depresi telah ditemukan diantaranya: medikasi, mengkonsumsi suplemen alami, perubahan gaya hidup, latihan gerak fisik, terapi aktivitas kelompok, dan terapi bicara. Terapi kelompok seringkali berhasil digunakan pada lansia depresi. Terapi aktivitas kelompok dapat membantu lansia yang depresi dengan meningkatkan interaksi dan hubungan sosial, meningkatkan harga diri dengan memberi kesempatan untuk menguasai suatu aktivitas, sehingga lansia merasakan suatu pencapaian dan meningkatkan rasa kebersamaan dengan berbagi pengalaman.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh terapi aktivitas kelompok (TAK) stimulasi persepsi harga diri rendah terhadap tingkat depresi lansia di Karang Werda Semeru Jaya Kabupaten Jember. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pre eksperimental dengan rancangan *pre and post test group design*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 42 lansia dengan menggunakan teknik sampel *purposive sampling*. Sampel akhir dalam penelitian ini adalah 22 lansia. Penelitian ini menggunakan uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* dalam analisis data terhadap tingkat depresi lansia.

Hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat depresi lansia sebelum dilakukan terapi aktivitas kelompok (TAK) stimulasi persepsi harga diri rendah sebanyak 50% (11 lansia) memiliki tingkat depresi ringan dan 50% (11 lansia) memiliki tingkat depresi sedang. Data menunjukkan sebanyak 63,6% (14 lansia) memiliki tingkat depresi ringan dan 36,4% (8 lansia) memiliki nilai normal. Berdasarkan pengolahan data melalui SPSS 15 didapatkan bahwa $p \text{ value } (0,001) < \alpha (0,05)$ yang berarti H_0 ditolak. Kesimpulannya adalah terdapat pengaruh yang sangat bermakna dari terapi aktivitas kelompok (TAK) stimulasi persepsi harga diri

rendah terhadap tingkat depresi lansia di Karang Werda Semeru Jaya. Saran penelitian adalah penerapan terapi aktivitas kelompok (TAK) stimulasi persepsi harga diri rendah dalam upaya rehabilitatif dalam keperawatan komunitas pada lansia.

PRAKATA

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan ridho-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Persepsi Harga Diri Rendah terhadap Tingkat Depresi Lansia di Karang Werda Semeru Jaya Kabupaten Jember”. Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu yang dalam penyelesaian skripsi ini, terutama kepada:

1. dr. Sujono Kardis, Sp. Kj. Selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember;
2. Ns. Latifa Aini S., M. Kep., Sp. Kom., Ns. Ratna Sari Hardiani, M. Kep. selaku Dosen Pembimbing dan Ns. Tantut Sutanto, M. Kep., Sp. Kep. Kom. selaku dosen penguji, yang telah memberikan bimbingan, arahan serta motivasi dalam mengerjakan skripsi ini;
3. bapak Imam Soebagio, MBA sebagai Pembina Karang Werda Semeru Jaya beserta pengurus dan seluruh anggota Karang Werda Semeru Jaya;
4. seluruh dosen, staf dan karyawan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember yang telah memberikan dukungan selama melaksanakan studi;
5. teman-teman Tona Community 2007 terutama Nurul Laili, Ananta, Yaqin, dek Rivanti, dan dek Yani yang telah membantu penelitian saya;
6. semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna. Penulis menerima saran dan kritik yang membangun untuk hasil yang lebih baik. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan keperawatan.

Jember, Februari 2012

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PEMBIMBING	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
LEMBAR PERNYATAAN	vii
LEMBAR PENGESAHAN	viii
ABSTRAK	ix
RINGKASAN	x
PRAKATA	xiii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR TABEL	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	14
1.3 Tujuan	14
1.3.1 Tujuan Umum	14
1.3.2 Tujuan Khusus	14
1.4 Manfaat	15
1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti	15
1.4.2 Manfaat Bagi Perawat di Instansi Pendidikan	15
1.4.3 Manfaat Bagi Perawat di Instansi Kesehatan	15
1.4.4 Manfaat Bagi Karang Werda dan Masyarakat	15

1.5 Keaslian Penelitian	16
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA	18
2.1 Karang Werda	18
2.2 Konsep Lanjut Usia	20
2.2.1 Definisi Lanjut Usia (Lansia)	20
2.2.2 Perubahan pada Lansia	22
2.2.3 Perubahan Fisiologis Lansia	23
2.2.4 Perubahan Psikososial Lansia	25
2.3 Depresi Lansia	27
2.3.1 Pengertian Depresi	27
2.3.2 Etiologi	29
2.3.3 Faktor Resiko Depresi	32
2.3.4 Tanda dan Gejala Depresi	33
2.3.5 Dampak Depresi	35
2.3.6 Derajat Depresi	36
2.3.7 Penanganan Depresi	36
2.4 Terapi Aktivitas Kelompok (TAK)	37
2.4.1 Definisi TAK	37
2.4.2 Manfaat TAK	38
2.4.3 Tujuan TAK	38
2.4.4 Kerangka Teoritis TAK	39
2.4.5 Tahapan TAK	41
2.4.6 Peran Perawat dalam TAK	42
2.4.7 Macam-macam TAK	43
2.4.8 TAK Stimulasi Persepsi Harga Diri Rendah	45
2.5 Instrumen Tingkat Depresi	45
BAB 3 KERANGKA KONSEP	48
3.1 Kerangka Konsep	48
3.2 Hipotesis	49
BAB 4. METODE PENELITIAN	50
4.1 Jenis Penelitian	50

4.2 Populasi dan Sampel Penelitian	51
4.2.1 Populasi Penelitian	51
4.2.2 Sampel Penelitian	51
4.2.3 Teknik Penentuan Sampel.....	51
4.2.4 Kriteria Sampel Penelitian	51
4.3 Tempat Penelitian	52
4.4 Waktu Penelitian	53
4.5 Definisi Operasional	53
4.6 Pengumpulan Data	55
4.6.1 Sumber Data	55
4.6.2 Teknik Pengumpulan Data.....	56
4.6.3 Instrumen Pengumpulan data.....	67
4.6.4 Uji Reliabilitas	67
4.7 Pengolahan Data	67
4.7.1 <i>E diting</i>	67
4.7.2 <i>Coding</i>	68
4.7.3 <i>Processing/Entry</i>	68
4.7.4 <i>Cleaning</i>	68
4.7.5 Univariat	68
4.7.6 Bivariat	69
4.8 Etika Penelitian	69
4.9.1 Lembar Persetujuan.....	70
4.9.2 Kerahasiaan	70
4.9.3 Keanoniman	71
4.9.4 Kesepakatan	71
4.9.5 Keadilan	71
BAB 5. HASIL DAN PEMBAHASAN	72
5.1 Hasil	73
5.1.1 Analisis Univariat	73
5.1.2 Analisis Bivariat	76
5.2 Pembahasan	81

5.3.1	Tingkat Depresi Lansia Sebelum TAK	81
5.3.2	Tingkat Depresi Lansia Setelah TAK	89
5.3.3	Pengaruh TAK terhadap Tingkat Depresi Lansia	92
5.3	Keterbatasan Penelitian	98
5.4.1	Responden	98
5.4.2	Prosedur	98
BAB 6.	KESIMPULAN DAN SARAN	100
6.1	Kesimpulan	100
6.2	Saran	101
6.2.1	Bagi Peneliti	101
6.2.2	Bagi Perawat di Instansi Pendidikan	102
6.2.3	Bagi Perawat di Instansi Pelayanan Kesehatan	102
6.2.4	Bagi Karang Werda dan Masyarakat	103
DAFTAR PUSTAKA	104
LAMPIRAN	107

DAFTAR GAMBAR

1.1 Rentang Konsep Diri	5
3.1 Kerangka Konsep Penelitian	48
4.1 Rancangan <i>one group pretest and posttest design</i>	50

DAFTAR TABEL

4.1 Definisi Operasional	54
5.1 Karakteristik Umum Responden	73
5.2 Tekanan darah dan berat badan responden	75
5.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi Lansia Sebelum TAK Stimulasi Persepsi Harga Diri Rendah	77
5.4 Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi Lansia Setelah TAK Stimulasi Persepsi Harga Diri Rendah	78
5.5 Perbedaan Tingkat Depresi Lansia Sebelum dan Sesudah TAK Stimulasi Persepsi Harga Diri Rendah	79
5.6 Pengaruh TAK Stimulasi Persepsi Harga Diri Rendah Terhadap Tingkat Depresi Lansia	80

DAFTAR LAMPIRAN

A. Lembar <i>Informed</i>	107
B. Lembar <i>Consent</i>	108
C. Data Responden	109
D. SOP	112
E. Lembar Kerja dan Evauasi	126
F. Skema Alur Kegiatan Penelitian	129
G. Alur Penelitian	130
H. Jadwal Kegiatan Penelitian	132
I. Daftar Hadir	133
J. Berita Acara Penelitian	135
K. <i>Time Table</i> Kegiatan Penelitian	145
L. Setting TAK Stimulasi Harga Diri Rendah	147
M. Tabel Matrix Data Umum dan Level Depresi	148
N. Matrix Hasil Penelitian	149
O. Matrix Hasil Pretest dan Posttest	150
P. Hasil Uji Statistika	152
Q. Dokumentasi Kegiatan	158
R. Surat Perijinan	160
S. Denah Lokasi Penelitian	167
T. Lembar Pembimbing Skripsi	168
U. Lembar Evaluasi	172