



# Intervensi *Art Therapy* untuk Mengurangi Perasaan Kesepian pada Warga Lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Wredha Yogyakarta

Cristopher Caesar Antonio<sup>a,1</sup>, Anastasia Suci Sukmawati<sup>b,2,\*</sup>, Fathoni Rohman<sup>c,3</sup>, Sujono Riyadi<sup>b,4</sup>

<sup>a</sup> Program studi Ilmu Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>b</sup> Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>c</sup> Perawat BPSTW Yogyakarta Unit Abiyoso

Email: <sup>1</sup> [cristoper.chiblo@gmail.com](mailto:cristoper.chiblo@gmail.com), <sup>2</sup> [tasy.suci@gmail.com](mailto:tasy.suci@gmail.com) \*, <sup>3</sup> [muhfathonirohman@gmail.com](mailto:muhfathonirohman@gmail.com), <sup>4</sup> [sujono\\_kmpk2005@yahoo.com](mailto:sujono_kmpk2005@yahoo.com)

\* corresponding author

## ARTICLE INFO

## ABSTRACT

### Riwayat Artikel

Received: 30 July 2025

Revised: 25 August 2025

Accepted: 28 August 2025

### Kata Kunci

Art Therapy,  
Older People,  
Loneliness.

**Background:** Elderly individuals residing in nursing homes are at a higher risk of experiencing psychological problems, particularly loneliness. One nursing intervention that has been shown to address loneliness is art therapy. **Purpose:** This case report aims to describe the implementation of art therapy as a nursing intervention to reduce loneliness among elderly residents in a nursing home. **Method:** a case report design, encompassing assessment, data analysis, nursing diagnosis, planning, intervention, implementation, and evaluation. The intervention was conducted over three consecutive days, with each session lasting 10–15 minutes. The art therapy techniques utilized included drawing and traditional singing. The participants in this study were two elderly individuals residing in a nursing home who reported feelings of loneliness. Data collection methods included observation, questionnaires, interviews, literature review, and documentation of intervention outcomes. The instruments employed were the UCLA Loneliness Scale Version 3 and the Standard Operating Procedure (SOP) for art therapy. **Result:** Findings from the UCLA Loneliness Scale indicated a reduction in loneliness scores. The first participant's score decreased from 55 (moderate loneliness) to 33 (no loneliness), while the second participant's score decreased from 50 (moderate loneliness) to 30 (no loneliness). **Conclusion:** Art therapy demonstrated effectiveness in reducing loneliness among elderly individuals in a nursing home setting. This finding highlights the potential of art-based nursing interventions as a complementary approach to improving the psychological well-being of older adults.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



## 1. Pendahuluan

Proses penuaan merupakan suatu proses dimana lansia mengalami kemunduran baik secara fisik, psikologis, dan sosial[1]. Salah satu bentuk kemunduran dilihat dari faktor psikologis adalah rasa



kesepian[2]. Kesepian merupakan perasaan yang bersifat subjektif yang ditunjukkan dengan rasa kehilangan yang berarti terhadap sesuatu hal, baik pasangan, keluarga terdekat, dan teman. Faktor yang menyebabkan lansia merasa kesepian saat berada di balai adalah selalu terjadi konflik dengan sesama lansia lainnya, jauh dari keluarga, merasa bahwa keluarganya sudah tidak peduli dengannya, dan merasa perawat atau staff di balai tidak memperdulikannya [3] [4].

Menurut WHO, sekitar 20-34% penduduk lansia di berbagai negara merasa kesepian [5]. Di Indonesia, rata-rata lansia adalah lansia muda dengan umur 60-69 tahun sebanyak 63,59%, diikuti dengan lansia madya dengan umur 70-79 tahun sebanyak 27,76%, dan terakhir adalah lansia tua dengan umur >80 tahun sebanyak 8,65%, Yogyakarta mendapat kedudukan sebagai daerah dengan populasi lansia terbanyak yaitu sebanyak 16,69% [6]. Berdasarkan data penelitian pada tahun 2020 di Yogyakarta, menunjukkan hasil bahwa terdapat 39 responden lansia (78%) mengalami kesepian tingkat rendah, 10 responden lansia (20%) mengalami kesepian tingkat sedang, dan 1 responden lansia (2%) mengalami kesepian tingkat tinggi [7]. Berdasarkan survey awal yang telah dilakukan pada hari Kamis, 21 Maret 2024 di Balai Pelayanan Sosial tresna Wredha (BPSTW)/Panti Abiyoso dengan menggunakan kuesioner UCLA Loneline ss Scale Version 3 didapatkan sebanyak 2 lansia yang mengalami kesepian dengan skor 55 untuk Ny. N (kesepian sedang) dan skor 50 untuk Ny. I (kesepian sedang). Skor yang didapatkan, sejalan dengan hasil observasi yang dilakukan terhadap kedua lansia tersebut, dan hasil observasi menunjukkan bahwa kedua lansia tersebut jarang melakukan interaksi dengan sesama lansia lainnya, Ny. N terlihat lebih suka menyendiri dikamar, dan Ny. I meskipun duduk bersama dengan teman lansia lainnya namun terlihat hanya diam saja, tidak mengobrol sama sekali. Berdasarkan hasil wawancara, juga didapatkan hasil bahwa kedua lansia tersebut sama-sama mengeluh merasa sendirian, dan sama-sama merasa tidak memiliki teman dekat di wisma.

Kondisi lansia selama tinggal di BPSTW, menunjukkan tanda-tanda yang cukup jelas, seperti terisolasi atau menyendiri dalam jangka waktu yang lama sehingga membuat lansia sering merenung sendirian, mudah menangis sendiri, dan tentunya menjadi lebih sensitif terhadap semua hal, lansia juga terlihat tidak memiliki banyak teman atau mengalami gangguan interaksi sosial. Ungkapan yang dirasakan lansia yang merasa kesepian selama tinggal di BPSTW rata-rata akan mengatakan bahwa merasa hidupnya monoton atau jenuh, merasa kurang berdaya guna dengan baik, takut untuk melakukan sesuatu atau kurang percaya diri, merasa ditelantarkan oleh orang terdekat, dan merasa tidak ada yang mencintainya [8]. Dampak lainnya yang ditunjukkan seperti pada dampak fisiknya adalah seperti kualitas tidur terganggu dan menyebabkan kelelahan. Dampak kognitifnya seperti demensia dan alzheimer. Dari semua dampak yang muncul pada lansia dengan kesepian, dapat mengakhibatkan hal yang kurang baik pada lansia yaitu berisiko terjadinya depresi, dan dapat berisiko bunuh diri [9].

Untuk mencegah terjadinya kesepian yang berkelanjutan pada lansia, maka dapat diberikan intervensi berupa logo terapi, terapi tertawa, atau *art therapy*. *Art therapy* adalah suatu terapi untuk meningkatkan kualitas mental hidup seseorang melalui pengungkapan rasa emosional yang dituangkan baik dalam bentuk menggambar. Terapi ini menjadi salah satu terapi yang mudah untuk diterapkan di kalangan usia lanjut dikarenakan mudah untuk diimplementasikan di BPSTW serta aman untuk dilakukan oleh lansia [10]. Manfaat dilakukan *art therapy* sendiri adalah untuk mengurangi gangguan regulasi emosi, meningkatkan kualitas hidup, serta mampu membuat seseorang menjadi lebih tenang dan bahagia. Permasalahan yang muncul di BPSTW adalah pelaksanaan *art therapy* yang masih belum dilakukan secara berkelanjutan. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui penerapan *art therapy* dalam menurunkan kesepian lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Wredha Abiyoso.

## 2. Metode Penelitian

Metode yang digunakan yaitu studi kasus dan pengamatan yang digambarkan dalam bentuk *case report*. Kuesioner yang digunakan untuk mengukur tingkat kesepian adalah UCLA yang terdiri dari 20 pertanyaan [11]. Pengumpulan data pada studi kasus meliputi observasi, tanya jawab melalui instrumen kuesioner kepada 8 lansia di BPSTW Abiyoso satu hari sebelum pelaksanaan dan didapatkan 2 responden yang memiliki tingkat kesepian sedang dengan skor UCLA pada responden 1 adalah 55 (kesepian sedang) dan responden 2 dengan skor UCLA 50 (kesepian sedang),

pengumpulan sumber pustaka, dan melakukan rekapitulasi hasil tindakan intervensi (*pretest-posttest*). Instrumen yang digunakan juga menggunakan SOP *art therapy*.

Studi kasus asuhan keperawatan yang dilakukan meliputi pengkajian keperawatan, analisa data, merencanakan intervensi keperawatan, implemmentasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan. Studi kasus ini dilakukan selama tiga hari berturut-turut yaitu pada tanggal 27-29 Maret 2024, dengan durasi implementasi *art therapy* selama 10-15 menit setiap pertemuan kepada dua lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha (BPSTW) Abiyoso. Pemberian intervensi menggunakan demonstrasi langsung pada lansia yang mengalami kesepian, dengan rincian intervensi adalah hari pertama adalah melakukan intervensi *art therapy* berupa menggambar dan mewarnai gambar mandala, hari kedua yaitu menyanyi dan menari, dan hari terakhir adalah menggambar, mewarnai gambar mandala, menyanyi dan menggambar

### 3. Hasil Penelitian

#### Pengkajian Keperawatan

##### 1) Pengkajian Kasus 1

Ny. N berjenis kelamin perempuan, berumur 72 tahun, lansia mengatakan lansia mengatakan tidak memiliki teman, selalu diam menyendiri di kamar, teman-teman satu wisma tidak suka dengannya, sering diam sendiri di kamar, saat ada masalahpun lansia hanya memendamnya saja, lansia juga mengatakan hidupnya terasa kurang bermakna, merasa kurang tenang, merasa terasingkan dan diabaikan, dan dari hasil observasi didapatkan hasil bahwa lansia tidak mampu beribadah, menolak berinteraksi dengan orang terdekat, tidak mampu berkreativitas (menyanyi sendirian di kamar, mendengarkan musik, menulis), adanya benjolan sebesar jempol tangan di area dekat kelamin, terasa gatal, terkadang nyeri cunut-cunut di area tersebut, sudah mengalami nyeri 3 bulan ini, faktor pemberat nyeri adalah saat beraktivitas, dan faktor yang memperingan nyeri adalah saat istirahat, skala 3, hilang timbul dan skor UCLA: 55 (kesepian sedang).

##### 2) Pengkajian Kasus 2

Ny. I berjenis kelamin perempuan, berumur 70 tahun, lansia mengatakan sudah tinggal di balai hampir 3 tahun ini, mengeluh tidak memiliki teman, selalu sendirian, tidak menyukai beberapa lansia yang ada di wisma karena suka menjelek-jelekkkan orang dibelakang, lansia juga mengatakan hidupnya terasa kurang bermakna, merasa kurang tenang, merasa terasingkan dan diabaikan, tidak mampu berkreativitas (mau menyanyi saat diajaksaja, mendengarkan musik, menulis), dan skor UCLA: 50 (kesepian sedang).

#### Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan prioritas yang muncul terhadap lansia Ny. N adalah Distress Spiritual (D. 0082) berhubungan dengan kesepian dibuktikan dengan lansia mengatakan tidak memiliki teman, selalu diam menyendiri di kamar, lansia mengatakan bahwa teman-teman satu wisma tidak suka dengannya, dan lansia juga sering diam sendiri di kamar, saat ada masalahpun lansia hanya memendamnya saja, lansia juga mengatakan hidupnya terasa kurang bermakna, merasa kurang tenang, merasa terasingkan dan diabaikan, tidak mampu beribadah, menolak berinteraksi dengan orang terdekat, tidak mampu berkreativitas (menyanyi sendirian di kamar, mendengarkan musik, menulis), skor UCLA: 55 (kesepian sedang).

Sedangkan diagnosa keperawatan prioritas yang muncul terhadap lansia Ny. I adalah Distress Spiritual (D.0082) berhubungan dengan kesepian dibuktikan dengan lansia mengatakan sudah tinggal di balai hampir 3 tahun ini, mengeluh tidak memiliki teman, selalu sendirian, tidak menyukai beberapa lansia yang ada di wisma karena suka menjelek-jelekkkan orang dibelakang, lansia juga mengatakan hidupnya terasa kurang bermakna, merasa kurang tenang, merasa terasingkan dan diabaikan, tidak mampu berkreativitas (mau menyanyi saat diajak saja, mendengarkan musik, menulis), skor UCLA: 50 (kesepian sedang).

#### Luaran dan Intervensi Keperawatan

Luaran yang diharapkan pada kedua responden tersebut adalah setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 3x25 menit, maka Status Spiritual (L. 09091) membaik dengan kriteria hasil verbalisasi makna dan tujuan hidup dari sedang (3) menjadi meningkat (5), verbalisasi kepuasan

terhadap makna hidup dari sedang (3) menjadi meningkat (5), verbalisasi perasaan tenang dari sedang (3) menjadi meningkat (5), verbalisasi penerimaan dari sedang (3) menjadi meningkat (5), verbalisasi perasaan asing dari sedang (3) menjadi menurun (5), verbalisasi perasaan diabaikan dari sedang (3) menjadi menurun (5), interaksi dengan orang terdekat dari sedang (3) menjadi membaik (5), koping dari sedang (3) menjadi membaik (5).

Intervensi yang dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 10-15 menit per hari. Intervensi yang dilakukan yaitu menulis nama masing-masing, mewarnai pola mandala, memvisualisasikan perasaan melalui gambar atau warna bebas, menyanyi lagu masa kecil, dan menari bersama.

Tabel 1. Hasil Skor Kuesioner *UCLA Version 3 Pre dan Post* Intervensi *Art Therapy* pada 2 Responden

Responden	Skor <i>Pretest</i>	Kategori	Skor <i>Posttest</i>	Kategori	Selisih
Ny. N	55	Kesepian sedang	33	Tidak kesepian	-12
Ny. I	50	Kesepian sedang	30	Tidak kesepian	-20

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 1. didapatkan kedua responden mengalami kesepian sedang, dan setelah diberikan *art therapy* didapatkan kedua responden tidak mengalami kesepian, dengan penurunan terbanyak pada Ny. I. Hal ini menunjukkan *art therapy* mampu menurunkan kesepian lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha (BPSTW) Abiyoso.

Tabel 2. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Ny N dan Ny I di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha (BPSTW) Abiyoso

Hari	Implementasi	Evaluasi (Pukul 16.00 Wib)
<b>Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Ny N</b>		
Hari 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Mengkaji perasaan lansia</li> <li>5. Mengkaji kebutuhan lansia</li> <li>6. Menerangkan prosedur <i>art therapy</i> kepada lansia</li> <li>7. Menawarkan kepada lansia untuk memilih bentuk intervensi <i>art therapy</i>. Lansia memilih melakukan menggambar dan mewarnai</li> <li>8. Memberikan intervensi <i>art therapy</i> (menggambar, mewarnai gambar mandala)</li> <li>9. Mengevaluasi kegiatan</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>Subjektif:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lansia mengatakan setelah mengikuti kegiatan menggambar dan mewarnai tadi, lansia juga mengungkapkan bahwa gambar yang digambarnya tadi menunjukkan bahwa itu cucunya yang sedang senyum, lalu warna yang diwarnai adalah warna kesukannya sejak dulu</li> <li>2. Lansia mengatakan merasa lebih tenang karena sudah lama tidak menggambar dan mewarnai</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>Objektif:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lansia mengikuti kegiatan intervensi <i>art therapy</i> dengan baik selama 15 menit, menggambar dan mewarnai sambil mendengarkan lagu “Cublak-cublak Suweng”</li> <li>2. Media yang digunakan untuk intervensi <i>art therapy</i> gambar mandala, kertas hvs, papan menggambar, pensil, penghapus, pensil warna dari kayu, spidol warna, musik dari <i>youtube</i></li> <li>3. Lansia kooperatif dan terlihat berantusias untuk mengikuti kegiatan selanjutnya</li> <li>4. Lansia menganggukan kepala mengisyaratkan bersedia untuk ikut <i>art therapy</i> selanjutnya yaitu dengan topik menyanyi dan menari</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>Planning:</b></p> <p>Lanjutkan intervensi <i>art therapy</i> menyanyi dan menari</p>

Hari 2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengkaji perasaan lansia</li> <li>2. Mengkaji kebutuhan lansia</li> <li>3. Menerangkan prosedur art therapy kepada lansia</li> <li>4. Menawarkan kepada lansia untuk memilih bentuk intervensi art therapy</li> <li>5. Memberikan intervensi art therapy (menyanyi dan menari)</li> <li>6. Mengevaluasi kegiatan</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>Subjektif:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lansia kooperatif dan mengatakan bahwa tidak terlalu sedih, namun masih agak kesepian</li> <li>2. Lansia mengatakan bahwa terkadang masih merasa bahwa teman-teman satu wismanya tidak menyukainya</li> <li>3. Lansia mengatakan masih merasa digunjingkan oleh teman-temannya namun</li> <li>4. Lansia mengatakan sudah tidak terlalu memikirkannya terlalu dalam karena sudah memiliki teman baru Ny. G dan Ny. P untuk diajak mengobrol</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>Objektif:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lansia mengikuti kegiatan intervensi <i>art therapy</i> dengan memutar lagu “Cublak-cublak Swueng” dari <i>youtube</i></li> <li>2. Intervensi <i>art therapy</i> dilakukan selama 15 menit</li> <li>3. Selama melakukan intervensi <i>art therapy</i>, Ny. N ditemani oleh teman samping kasurnya yaitu Ny. G dan ikut bernyanyi dan berjoget bersama, tertawa bersama</li> <li>4. Ny. N bernyanyi dan berjoget bersama di kasur sambil duduk</li> <li>5. Lansia kooperatif dan terlihat berantusias untuk mengikuti kegiatan selanjutnya</li> <li>6. Lansia menganggukan kepala mengisyaratkan bersedia untuk ikut kegiatan <i>art therapy</i> selanjutnya yaitu dengan topik menggambar, mewarnai gambar mandala, menyanyi dan menari bersama</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>Planing:</b></p> <p>Lanjutkan intervensi art therapy menggambar, mewarnai gambar mandala, menyanyi dan menari</p>
Hari 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengkaji perasaan lansia</li> <li>2. Mengkaji kebutuhan lansia</li> <li>3. Menerangkan prosedur art therapy kepada lansia</li> <li>4. Menawarkan kepada lansia untuk memilih bentuk intervensi <i>art therapy</i></li> <li>5. Memberikan intervensi art therapy (menggambar, mewarnai gambar mandala, menyanyi dan menari)</li> <li>6. Mengevaluasi kegiatan</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>Subjektif:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lansia mengatakan warna yang dipilihnya tadi adalah warna kesukaannya dan arti dari gambar yang digambarnya adalah senyumnya sendiri waktu masih muda</li> <li>2. Lansia kooperatif dan mengatakan bahwa kegiatan yang sudah diberikan selama 3 hari, sangat menyenangkan, dan yang paling menyenangkan adalah saat menyanyi dan menari bersama perawat dan temannya Ny. G</li> <li>3. Lansia mengatakan akan menyanyi bersama Ny. G dan akan berusaha mengajak teman lainnya Ny. P dan Ny. I untuk bernyanyi bersama nanti</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>Objektif:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ny. N dan Ny. G bernyanyi dan berjoget lagu “Cublak- cublak Suweng” dan “Sewu Kota” selama 10 menit</li> <li>2. Ny. N menggambar dan mewarnai dengan baik selama 5 menit</li> <li>3. Media yang digunakan untuk intervensi art therapy gambar mandala, kertas hvs, papan</li> </ol>

		<p>menggambar, pensil, penghapus, pensil warna dari kayu, spidol warna, musik dari youtube</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Lansia kooperatif dan terlihat senang dengan intervensi yang sudah diberikan 3 hari tersebut</li> <li>Skor kesepian berdasarkan skor UCLA Version 3 menunjukkan hasil adalah skor 33 (tidak kesepian)</li> </ol> <p><b>Planning:</b> Hentikan intervensi keperawatan art therapy</p>
<b>Implementasi dan Evaluasi Ny I</b>		
<b>HARI</b>	<b>IMPLEMENTASI</b>	<b>EVALUASI (pukul 16.00 WIB)</b>
Hari 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>Mengkaji perasaan lansia</li> <li>Mengkaji kebutuhan lansia</li> <li>Menerangkan prosedur art therapy kepada lansia</li> <li>Menawarkan kepada lansia untuk memilih bentuk intervensi art therapy</li> <li>Memberikan intervensi <i>art therapy</i> (menggambar, mewarnai gambar mandala)</li> <li>Mengevaluasi kegiatan</li> </ol>	<p><b>Subjektif:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Lansia mengatakan setelah mengikuti kegiatan menggambar dan mewarnai tadi, merasa lebih tenang</li> <li>Lansia mengatakan bahwa bersedia mengikuti kegiatan lainnya yaitu menyanyi dan menari</li> <li>Lansia mengatakan gambarnya tadi seperti anaknya yang laki-laki dan gambar tersebut dinamai jeletot, lalu warna yang diwarnai adalah warna kesukannya sejak dulu</li> </ol> <p><b>Objektif:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Lansia menggambar dan mewarnai sambil mendengarkan lagu lagu "Dear John" dari youtube</li> <li>Menggambar dan mewarnai selama 15 menit</li> <li>Media yang digunakan untuk intervensi <i>art therapy</i> gambar mandala, kertas hvs, papan menggambar, pensil, penghapus, pensil warna dari kayu, spidol warna, musik dari youtube</li> <li>Lansia terlihat menganggukan kepala mengisyaratkan bersedia untuk ikut <i>art therapy</i> selanjutnya yaitu dengan topik menyanyi dan menari</li> </ol> <p><b>Planning:</b> Lanjutkan intervensi <i>art therapy</i> menyanyi dan menari</p>
Hari 2	<ol style="list-style-type: none"> <li>Mengkaji perasaan lansia</li> <li>Mengkaji kebutuhan lansia</li> <li>Menerangkan prosedur art therapy kepada lansia</li> <li>Menawarkan kepada lansia untuk memilih bentuk intervensi art therapy</li> <li>Memberikan intervensi <i>art therapy</i> (menyanyi dan menari)</li> <li>Mengevaluasi kegiatan</li> </ol>	<p><b>Subjektif:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Lansia kooperatif dan mengatakan bahwa setelah mengikuti kegiatan menyanyi dan menari tadi</li> <li>Lansia mengatakan merasa lebih tenang dan sangat senang</li> <li>Lansia mengatakan bahwa bersedia mengikuti kegiatan lainnya yaitu menggambar, mewarnai, menyanyi dan menari bersama</li> </ol> <p><b>Objektif:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Lansia menyanyi dan berjoget bersama dengan perawat dengan lagu "Can't Help Falling In Love" dan "All I Have To Do Is Dream"</li> <li>Intervensi <i>art therapy</i> dilakukan selama 15 menit</li> <li>Lansia kooperatif dan terlihat berantusias untuk mengikuti kegiatan selanjutnya</li> <li>Lansia terlihat menganggukan kepala mengisyaratkan bersedia untuk ikut kegiatan <i>art</i></li> </ol>

		<p><i>therapy</i> selanjutnya yaitu dengan topik menggambar, mewarnai gambar mandala, menyanyi dan menari bersama, besok pukul 13.30, di kamar saja</p> <p>5. Lansia terlihat melakukan kontak mata baik dengan perawat saat diajak berdiskusi</p> <p style="text-align: center;"><b>Planing:</b></p> <p>Lanjutkan intervensi <i>art therapy</i> menggambar, mewarnai gambar mandala, menyanyi dan menari</p>
Hari 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengkaji perasaan lansia</li> <li>2. Mengkaji kebutuhan lansia</li> <li>3. Menerangkan prosedur <i>art therapy</i> kepada lansia</li> <li>4. Menawarkan kepada lansia untuk memilih bentuk intervensi <i>art therapy</i></li> <li>5. Memberikan intervensi <i>art therapy</i> (menggambar, mewarnai gambar mandala, menyanyi dan menari)</li> <li>6. Mengevaluasi kegiatan</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>Subjektif:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lansia kooperatif dan mengatakan bahwa kegiatan yang sudah diberikan selama 3 hari, sangat menyenangkan, dan yang paling menyenangkan adalah saat menyanyi dan menari bersama perawat dan temannya Ny. G</li> <li>2. Lansia mengatakan akan menyanyi bersama Ny. G dan akan berusaha mengajak teman lainnya Ny. P dan Ny. I untuk bernyanyi bersama nanti</li> <li>3. Lansia mengatakan warna yang dipilihnya adalah warna kesukaannya dan arti dari gambar yang digambarnya adalah gunung yang berada di dekat BPSTW</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>Objektif:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lansia menggambar dan mewarnai selama 5 menit sambil diputarkan lagu menggambar, mewarnai diselingi lagu "Dear John"</li> <li>2. Media yang digunakan untuk intervensi <i>art therapy</i> gambar mandala, kertas hvs, papan menggambar, pensil, penghapus, pensil warna dari kayu, spidol warna, musik dari youtube</li> <li>3. Lansia menyanyi dan menari bersama dengan lagu "Can't Help Falling In Love" dan "All I Have To Do Is Dream" dari youtube selama 10 menit</li> <li>4. Lansia kooperatif dan terlihat senang dengan intervensi yang sudah diberikan 3 hari tersebut</li> <li>5. Skor kesepian berdasarkan skor <i>UCLA Version 3</i> menunjukkan hasil adalah skor 30 (tidak kesepian)</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>Planning:</b></p> <p>Hentikan intervensi keperawatan <i>art therapy</i></p>

Sumber: Data Primer

Pemberian intervensi pada Ny. N di hari pertama adalah melakukan intervensi *art therapy* berupa menggambar dan mewarnai gambar mandala yang dilaksanakan pada pukul 15.10-15.25 WIB dengan evaluasi subjektif yaitu lansia mengatakan setelah mengikuti kegiatan menggambar dan mewarnai tadi, lansia juga mengungkapkan bahwa gambar yang digambarnya tadi menunjukkan bahwa itu cucunya yang sedang senyum, lalu warna yang diwarnai adalah warna kesukannya sejak dulu, lansia mengatakan merasa lebih tenang karena sudah lama tidak menggambar dan mewarnai, lansia mengatakan bahwa bersedia mengikuti kegiatan, lainnya yaitu menyanyi dan menari besok pukul 15.00, di kamar Ny. N saja. Objektif yaitu lansia mengikuti kegiatan intervensi *art therapy* dengan baik selama 15 menit, menggambar dan mewarnai sambil mendengarkan lagu "Cublak-cublak Suweng", media yang digunakan untuk intervensi *art therapy* gambar mandala, kertas hvs, papan menggambar, pensil, penghapus, pensil warna dari kayu, spidol warna, musik dari youtube, lansia kooperatif dan terlihat berantusias untuk mengikuti kegiatan selanjutnya, lansia menganggukan kepala mengisyaratkan bersedia untuk ikut *art therapy* selanjutnya yaitu dengan topik menyanyi dan menari, pukul 15.00, di kamar Ny. N, lansia melakukan kontak mata baik dengan perawat saat diajak

berdiskusi. Asesment yaitu masalah keperawatan *distress spiritual* teratasi sebagian. Planning yaitu lanjutkan intervensi art therapy menyanyi dan menari, pukul 15.00, di kamar Ny. N.

Pada hari kedua juga dilaksanakan pada pukul 15.10-15.25 WIB yaitu art therapy menyanyi dan menari dengan evaluasi subjektif yaitu lansia mengatakan setelah mengikuti kegiatan menyanyi dan menari tadi, merasa lebih tenang dan sangat senang, lansia mengatakan bahwa bersedia mengikuti kegiatan lainnya yaitu menggambar, mewarnai, menyanyi dan menari bersama besok pukul 12.30, di kamar Ny. N saja. Objektif yaitu lansia mengikuti kegiatan intervensi art therapy dengan memutar lagu "*Cublak-cublak Swueng*" dari youtube, intervensi art therapy dilakukan selama 15 menit, selama melakukan intervensi art therapy, Ny. N ditemani oleh teman samping kasurnya yaitu Ny. G dan ikut bernyanyi dan berjoget bersama, tertawa bersama, Ny. N bernyanyi dan berjoget bersama di kasur sambil duduk, lansia kooperatif dan terlihat berantusias untuk mengikuti kegiatan selanjutnya, lansia mengangguk kepala mengisyaratkan bersedia untuk ikut kegiatan art therapy selanjutnya yaitu dengan topik menggambar, mewarnai gambar mandala, menyanyi dan menari bersama, besok pukul 12.30, di kamar Ny. N, lansia terlihat melakukan kontak mata baik dengan perawat saat diajak berdiskusi. Asesment yaitu masalah keperawatan *distress spiritual* teratasi sebagian. Planning yaitu lanjutkan intervensi art therapy menggambar, mewarnai gambar mandala, menyanyi dan menari, besok pukul 12.30, di kamar Ny. N.

Pada hari terakhir dilaksanakan pada pukul 12.40-12.55 WIB dengan intervensi art therapy lengkap yaitu menggambar, mewarnai gambar mandala, menyanyi dan menggambar dengan evaluasi subjektif yaitu lansia mengatakan warna yang dipilihnya tadi adalah warna kesukaannya dan arti dari gambar yang digambarnya adalah senyumnya sendiri waktu masih muda, lansia kooperatif dan mengatakan bahwa kegiatan yang sudah diberikan selama 3 hari, sangat menyenangkan, dan yang paling menyenangkan adalah saat menyanyi dan menari bersama perawat dan temannya Ny. G, lansia mengatakan akan menyanyi bersama Ny. G dan akan berusaha mengajak teman lainnya Ny. P dan Ny. I untuk bernyanyi bersama nanti. Objektif yaitu lansia mengikuti kegiatan intervensi art therapy dengan memutar lagu "*Cublak-cublak Swueng*" dan "*Sewu Kota*" selama 10 menit, Ny. N menggambar dan mewarnai dengan baik selama 5 menit, media yang digunakan untuk intervensi art therapy gambar mandala, kertas hvs, papan menggambar, pensil, penghapus, pensil warna dari kayu, spidol warna, musik dari youtube, lansia kooperatif dan terlihat senang dengan intervensi yang sudah diberikan 3 hari tersebut, skor kesepian berdasarkan skor UCLA Version 3 menunjukkan hasil adalah skor 33 (tidak kesepian). Asesment yaitu masalah keperawatan *distress spiritual* teratasi. Planning yaitu hentikan intervensi keperawatan art therapy.

Pemberian intervensi pada Ny. I pada hari pertama adalah melakukan intervensi art therapy berupa menggambar dan mewarnai gambar mandala yang dilaksanakan pada pukul 14.10-14.25 WIB, dengan evaluasi subjektif lansia mengatakan merasa lebih tenang setelah mengikuti kegiatan menggambar dan mewarnai. Lansia mengatakan gambarnya menunjukkan seperti anaknya yang laki-laki namun namanya memang disengaja dibuat jeletot karena pengen aja menamani jeletot, lalu warna yang diwarnai adalah warna kesukannya sejak dulu. Evaluasi objektif menunjukkan lansia menggambar dan mewarnai sambil mendengarkan lagu lagu "*Dear John*" dari youtube selama 15 menit, adanya kontak mata baik dengan perawat saat diajak berdiskusi. Asesment: Masalah keperawatan *distress spiritual* teratasi sebagian dengan planning melanjutkan intervensi art therapy menyanyi dan menari pada tanggal 27 Maret 2024 pukul 14.00, di ruang tamu atau di kamar Ny. I.

Pemberian intervensi pada Ny. I pada hari kedua dilaksanakan pada pukul 14.10-14.25 WIB yaitu art therapy menyanyi dan menari dengan evaluasi subjektif lansia mengatakan merasa lebih tenang dan sangat senang bahwa setelah mengikuti kegiatan menyanyi dan menari. Evaluasi objektif menunjukkan lansia menyanyi dan berjoget bersama dengan perawat dengan lagu "*Can't Help Falling In Love*" dan "*All I Have To Do Is Dream*" selama 15 menit, dan adanya kontak mata baik dengan perawat saat diajak berdiskusi. Asesment yaitu masalah keperawatan *distress spiritual* teratasi sebagian dengan planing melanjutkan intervensi art therapy menggambar, mewarnai gambar mandala, menyanyi dan menari pada tanggal 28 Maret 2024 pukul 13.30, di luar wisma.

Pemberian intervensi pada Ny. I pada hari ketiga dilaksanakan pada pukul 13.40-13.55 WIB dengan intervensi art therapy lengkap yaitu menggambar, mewarnai gambar mandala, menyanyi dan menggambar, dengan evaluasi subjektif lansia mengatakan bahwa kegiatan yang sudah diberikan

selama 3 hari, sangat menyenangkan, dan yang paling menyenangkan adalah saat menyanyi dan menari bersama perawat dan Lansia mengatakan warna yang dipilihnya adalah warna kesukaannya dan arti dari gambar yang digambarnya adalah gunung yang berada di dekat balai. Evaluasi objektif menunjukkan lansia menggambar dan mewarnai selama 5 menit sambil diputarkan lagu menggambar, mewarnai diselingi lagu "Dear John". Media yang digunakan untuk intervensi art therapy gambar mandala, kertas hvs, papan menggambar, pensil, penghapus, pensil warna dari kayu, spidol warna, musik dari youtube. Lansia menyanyi dan menari bersama dengan lagu "Can't Help Falling In Love" dan "All I Have To Do Is Dream" dari youtube selama 10 menit. Lansia kooperatif dan terlihat senang dengan intervensi yang sudah diberikan 3 hari tersebut. Skor kesepian berdasarkan skor UCLA Version 3 menunjukkan hasil adalah skor 30 (tidak kesepian). Asessment yaitu masalah keperawatan distress spiritual teratasi dengan *planning* yaitu intervensi keperawatan *art therapy* dihentikan.

#### 4. Pembahasan

Pengkajian pada kedua responden lansia didapatkan kedua lansia mengalami kesepian tingkat sedang, dankedua lansia tersebut sama-sama memiliki gangguan dalam proses berinteraksi dengan sesama lansia lainnya, khususnya kesulitan mengekspresikan perasaannya kepada oranglain, dan wajah kurang responsif saat berinteraksi dengan oranglain. Hal ini sejalan dengan penelitian [10] menjelaskan bahwa lansia yang mengalami kesepian, memiliki keluhan bahwa tidak pernah ikut kegiatan atau aktivitas bersama lansia lainnya, gaya hidup monoton, sering menyendiri atau berada di kamar terus, sehari-hari dihabiskan dengan tiduran saja, keluhan yang dialami adalah biasanya gaya hidup monoton, dapat juga disertai harga diri rendah, riwayat perubahan kepribadian, ansietas, letupan suasana hati, gelisah, cemas, pasrah, tidak berdaya, putus asa, khawatir, dan pengukuran skor kesepian menggunakan kuesioner UCLA Version 3 [10].

Hal lain didapatkan masalah kesehatan fisik pada Ny. N adanya benjolan sebesar jempol tangan di area dekat kelamin, terasa gatal, terkadang nyeri cunut-cunut di area tersebut, sudah mengalami nyeri 3 bulan ini, faktor pemberat nyeri adalah saat beraktivitas, dan faktor yang memperingan nyeri adalah saat istirahat, skala 3, hilang timbul, sedangkan Ny. I tidak memiliki masalah pada gangguan fisiknya. Hal ini sejalan dengan penelitian [10], menjelaskan bahwa lansia yang mengalami kesepian juga dapat disertai dengan penyakit penyerta yang akan mengikutinya, seperti adanya nyeri, dan berisiko jatuh karena adanya faktor kemunduran fisik yang terjadi [10] Hal ini juga dijelaskan oleh [1] menjelaskan bahwa menua merupakan suatu kondisi dimana lansia mengalami kemunduran baik secara fisik, psikologis, dan sosial [1]. Teori lainnya yang dijelaskan oleh Nasrullah (2016), menjelaskan bahwa kemunduran fisik yang terjadi pada lansia dapat berakibat pada gangguan pada sistem muskuloskeletal yang dapat berisiko jatuh pada lansia.

Penulis berpendapat lansia yang mengalami kesepian dapat diikuti oleh faktor gangguan fisik yang disebabkan karena proses menua pada lansia. Hal tersebut, bermakna bahwa jika lansia memiliki gangguan fisik penyerta yang semakin buruk, maka dapat mengakibatkan lansia akan merasa sendirian, dan merasa tidak ada yang memperdulikannya sehingga berisiko terjadi kesepian.

Hasil penurunan skor kesepian dan penurunan skor kuesioner UCLA Version 3 sebanyak 20 pada Ny. N didukung oleh beberapa faktor diantaranya adanya teman lansia lainnya yang mengajak mengobrol Ny. N dan Ny. I, motivasi dari para perawat untuk Ny. N dan Ny. I, terdapat juga lansia lainnya yang menemani Ny. N dalam menerapkan intervensi art therapy. Penelitian sebelumnya oleh [11], menjelaskan bahwa pengaruh teman sebaya selama tinggal di balai, dapat menurunkan tingkat kesepian yang dirasakan oleh lansia, karena lansia akan merasa bahwa dirinya tidak sendirian, dan adanya lingkungan yang positif dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis bagi para lansia, dan mampu menurunkan tingkat kesepian yang dialami oleh para lansia selama tinggal di balai [12] Hal tersebut juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa dengan pemberian TAK Art Therapy mampu mendorong lansia untuk aktif berpartisipasi didalam suatu kegiatan yang diadakan, sehingga saat lansia aktif terlibat didalam kegiatan TAK tersebut, mampu mengalihkan atau mendistraksi perasaan lansia yang sebelumnya merasa kesepian menjadi tidak kesepian karena adanya aktivitas yang diadakan tersebut yang membuat lansia juga merasa senang dan menjadi lebih semangat [13] Dijelaskan pula bahwa dengan pemberian art therapy juga mendorong lansia untuk melakukan aktivitas fisik yaitu seperti menggambar dan mendorong lansia juga untuk berinteraksi dengan lingkungan disekitarnya, sehingga mampu mengalihkan atau

mendistraksi perasaan lansia yang sebelumnya merasa kesepian menjadi tidak kesepian [13]. Penurunan tingkat kecemasan yang terjadi pada lansia kelolaan yaitu Ny. N dan Ny. I, dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu adanya lingkungan yang positif seperti keikutsertaan dari para lansia lainnya dan dukungan serta pendampingan dari perawat, keterlibatan aktif lansia dalam mengikuti kegiatan art therapy, perasaan senang dan semangat dalam mengikuti kegiatan art therapy, jenis art therapy yang digunakan mudah dilakukan oleh para lansia, dan tentunya art therapy yang dilaksanakan tidak memerlukan waktu yang lama

## 5. Kesimpulan

Berdasarkan rekapitulasi pretest-posttest pada skor kuesioner UCLA Version 3, didapatkan responden pertama dari skor 55 (kesepian sedang) menjadi 33 (tidak kesepian), dan responden kedua dari skor 50 (kesepian sedang) menjadi 30 (tidak kesepian). Hal ini menunjukkan bahwa pemberian intervensi *art therapy* selama 3 hari dengan durasi pelaksanaan selama 10-15 menit saja, mampu menurunkan kesepian lansia di balai pelayanan sosial tresna wredha.

## Keterbatasan Penelitian

Pada pelaksanaan penelitian ini peneliti tidak banyak mengalami kesulitan. Secara umum, tidak terdapat kesulitan berarti selama proses pengumpulan data, karena lansia bersikap kooperatif sehingga dapat membantu kelancaran penelitian dengan memperkenalkan peneliti kepada responden sehingga proses membina hubungan saling percaya dapat berlangsung dengan mudah antara pasien dengan peneliti.

## Daftar Pustaka

- [1] R. J. Siregar and S. F. Yusuf, *Kesehatan Reproduksi Lansia*. PT Inovasi Pratama Internasional, 2022.
- [2] R. Saraswati, H. Widiyana, and S. Hidayah, "Difference Level of Loneliness Elderly Which Living Alone With Elderly Living With Family in Karangduwur Village Petanahan District of Kebumen Perbedaan Tingkat Kesepian Lansia yang Hidup Sendiri Dengan Lansia yang Hidup Bersama Keluarga di Desa Karangduw," *Prosiding 16th Urecol: Seri MIPA dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan*, pp. 1396-1403, 2022.
- [3] S. Wafa and T. D. Sosialita, "Peran Logo terapi Untuk Mengurangi Kesepian Pada Kelompok Lansia Perempuan Di Panti Wreda," *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, vol. 6, no. 2, pp. 1–12, 2023.
- [4] T. N. Cahyati, R. W. Putri, A. T. Noveli, L. Aldellisa, and S. Hikmah, "Analisis Loneliness pada Lansia di Panti Wredha Harapan Ibu," *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*, vol. 25, no. 3, pp. 167–175, 2023.
- [5] WHO, "Advocacy Brief: Social Isolation and Loneliness among Older People," United Nations Decade of Healthy Ageing, 2021.
- [6] R. W. Ningsih and S. Setyowati, "Hubungan Tingkat Kesepian dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Posyandu Lansia Dusun Karet Yogyakarta," *Jurnal Keperawatan*, 2020.
- [7] K. D. Nuraini, F. H. D., and W. R. H., "Hubungan interaksi sosial dengan kesepian pada lansia di kelurahan Tlogomas Kota Malang," *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, vol. 3, no. 1, pp. 603–611, 2018.
- [8] X. Ma, X. Zhang, X. Guo, K. H. Lai, and D. Vogel, "Examining the role of ICT usage in Loneliness Perception and Mental Health of The Elderly in China," *Technology in Society*, 2021.
- [9] E. E. Partridge, "Art therapy and older adults," in *Foundations of Art Therapy*, 2022, pp. 379–412.
- [10] A. Cole, C. Bond, P. Qualter, and M. Maes, "A Systematic Review of the Development and Psychometric Properties of Loneliness Measures for Children and Adolescents," *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 18, no. 6, pp. 3285, 2021, doi: 10.3390/ijerph18063285.
- [11] M. A. Pratiwi, "Asuhan Keperawatan Lansia dengan Masalah Keperawatan Distress Spiritual Berhubungan dengan Kesepian dengan Pemberian Pemberian Art Therapy di Gunung Sari," *KIAN Universitas Muhammadiyah Gombong*, vol. 4, no. 1, pp. 88–100, 2023.

- 
- [12] C. J. L. Pospos, D. Dahlia, M. Khairani, and A. Afriani, "Dukungan Sosial Dan Kesepian Lansia Di Banda Aceh," *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, vol. 5, no. 1, pp. 40–57, 2022.
- [13] L. Nurlianawati, I. Abidin, and C. Rokayah, "Terapi Seni Menggambar Terhadap Kesepian Pada Lansia Dirumah Perawatan Lansia," *Jurnal Keperawatan BSI*, vol. 11, no. 2, 2023.