

STUDI EFEKTIFITAS PROGRAM TENSI TERHADAP KREATIVITAS DAN PSIKOSOSIAL LANSIA DENGAN PENDEKATAN STATISTIKA

Rusydah Khaerati, Rosdiana, Andi Dewi Sumaya, Ernasari, & Sri Astuti Thamrin
Universitas Hasanuddin

Email: krusydah@gmail.com

Abstrak. Permasalahan yang sering dihadapi oleh seseorang yang telah memasuki masa lanjut usia (lansia) bukan hanya perubahan secara fisik dan kognitifnya saja, namun juga berpengaruh besar terhadap keadaan psikososial dari lansia itu sendiri. Psikososial lansia yang tidak ditangani secara tepat akan mempengaruhi kualitas hidup baik kesehatan fisik maupun kemampuan kognitif lansia. Oleh karena itu, melalui program "Tensi (Tenda Seni Lansia)" ini, diharapkan masyarakat lansia dapat melakukan suatu aktivitas yang bermanfaat dan menyenangkan sehingga kebutuhan psikososialnya dapat terpenuhi dengan baik. Untuk membuktikan keefektifan program, maka digunakan metode penelitian eksperimen dengan memberikan perlakuan pada lansia berupa aktivitas yang menghasilkan karya seni untuk melihat apakah terjadi peningkatan kreativitas dan interaksi antara masyarakat lansia dengan masyarakat di umur yang berbeda-beda. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 8 lansia, penentuan sampel menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria lansia yang mengikuti kegiatan Tenda Seni Lansia. Teknik pengumpulan data dengan melakukan pre dan post test, wawancara dan observasi. Pengujian data pre dan post test menggunakan uji normalisasi dan uji paired t-test. Hasil yang diperoleh dari pengujian uji normalisasi data menunjukkan bahwa rata-rata nilai sampel pra dan pasca perlakuan memiliki perbedaan atau tidak sama. Hal ini berarti program TENSI efektif dalam meningkatkan kreativitas dan interaksi sosial antara masyarakat lansia melalui beberapa kegiatan yang terlaksana.

Kata Kunci: Psikososial, purposive sampling, tenda seni lansia, uji normalisasi, uji paired t-test.

1. Pendahuluan

Masa lanjut usia (lansia) merupakan tahap terakhir dari masa dewasa, sehingga masa lansia sering juga disebut masa dewasa akhir sebelum memasuki tahap terakhir dari perkembangan manusia yaitu kematian. Masa lansia yang biasanya dimulai pada usia 65 tahun, ditandai dengan banyaknya perubahan dalam hidup individu lansia secara fisik, kognitif, dan psikososial (Feldman, 2012).

Secara umum perubahan fisik yang terjadi pada lansia yaitu penurunan kemampuan sistem indra dan penurunan fungsi tubuh. Secara kognitif lansia mengalami penurunan ingatan, serta kurangnya kemampuan dalam mengambil keputusan dan bertindak lamban. Psikososial masyarakat lansia juga menjadi salah satu perubahan yang memberi dampak terhadap kualitas hidup lansia itu sendiri. Permasalahan psikososial yang sering dialami oleh lansia diantaranya, individu tersebut merasa terbebani atau merasa cemas ketika mereka beranjak tua, takut ditinggalkan keluarga, takut merasa tersisihkan, dan takut akan rasa kesepian yang akan datang.

Masalah psikososial yang tidak diatasi dengan baik maka dapat menimbulkan gangguan keseimbangan (*homeostasis*) sehingga membawa lansia ke arah kerusakan atau kemerosotan (*deteriorisasi*) yang progresif, misalnya bingung, panik, depresif, apatis (Nugroho, 2000). Masalah psikososial tersebut mungkin dapat dicegah dengan mengalctifkan dukungan sosial. Menurut Kuntjoro (2002), setelah seseorang memasuki masa lansia, maka dukungan sosial dari orang lain menjadi sangat berharga dan akan menambah ketenteraman hidupnya. Namun demikian dengan adanya dukungan sosial tersebut tidak berarti bahwa setelah memasuki masa tua, seorang lansia hanya tinggal duduk, diam, tenang, dan berdiam diri saja, Untuk menjaga kesehatan baik fisik maupun kejiwaannya lansia fustru tetap harus melakukan aktivitas-aktivitas yang berguna bagi kehidupannya. Dukungan keluarga dapat meminimalkan kondisi perubahan fungsi fisik lansia dan dapat membantu respon lansia kerah yang lebih adaptif.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik menunjukkan jumlah Lansia secara keseluruhan pada tahun 2010 berjumlah 9,77% dari total penduduk. Diperkirakan pada tahun 2020 menjadi 11,34% dari total penduduk. Distribusi dan komposisi penduduk lansia di Indonesia sebesar 18,04 juta orang atau 7,59% dari jumlah keseluruhan penduduk Indonesia. (Data statistik kependudukan Indonesia. <http://www.bps.go.id/>)

Peningkatan jumlah penduduk lansia akan membawa dampak terhadap psikososial dan ekonomi baik dalam keluarga, masyarakat, maupun dalam pemerintah. Ketergantungan lansia disebabkan kondisi lansia banyak mengalami kemunduran fisik maupun psikososial, artinya lansia mengalami perkembangan dalam bentuk perubahan-perubahan yang mengarah pada perubahan yang negatif (Wirakusumah, 2000).

Pada lansia, kekuasaan dan presentasinya berkurang sehingga menyebabkan interaksi sosial mereka juga berkurang, yang tersisa hanyalah harga diri dan kemampuan mereka untuk mengikuti perintah. Atas dasar itulah orang lansia perlu untuk melakukan berbagai aktivitas agar mereka merasa tetap dihargai oleh orang-orang di sekitarnya (Quandagno, 1980).

Untuk memenuhi kebutuhan akan kesejahteraan lansia yang mampu berdampak positif terhadap psikososialnya, maka dibuatlah program "Tensi (Tensi Seni Lansia)" yang memberikan fasilitas dalam mengembangkan kreativitas lansia itu sendiri sehingga kebutuhan psikososialnya dapat terpenuhi dengan baik melalui serangkaian kegiatan yang dilakukan. Dalam hal ini, melalui program "Tensi (Tensi Seni Lansia)" masyarakat lansia yang mengalami gangguan psikososial dapat diatasi

dengan mengadakan terapi psikososial melalui karya seni yang dibuat oleh masing-masing individu lansia.

2. Metode Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunakan desain penelitian yang bersifat eksperimen dengan memberikan perlakuan pada lansia berupa aktivitas yang menghasilkan karya seni untuk melihat apakah terjadi peningkatan kreativitas dan interaksi antara masyarakat lansia dengan masyarakat di umur yang berbeda-beda. Penelitian ini dilakukan di Desa Bontoramba RW 01/RT 03, Kecamatan Tamalanrea Makassar. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 8 lansia, penentuan sampel menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria lansia yang mengikuti kegiatan Tenda Seni Lansia. Teknik pengumpulan data dengan melakukan pre dan post test, wawancara dan observasi. Pengujian data pre dan post test menggunakan uji normalisasi dan uji paired t-test. Uji hipotesis dilakukan apabila $t_{hitung} < t_{tabel}$ dengan taraf $\alpha = 5\%$ dan $df = n-1$ maka H_0 diterima. Sedangkan, apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ dengan taraf $\alpha=5\%$ dan $df=n-1$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dan jika nilai $sig > 0,05$ maka H_0 diterima sedangkan jika nilai $sig < 0,05$ maka H_0 ditolak.

3. Hasil Dan Pembahasan

Tabel 1. Alat Ukur Interaksi Sosial

No	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1	Saya menceritakan berbagai hal kepada keluarga dan teman saya					

No	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
2	Saya kurang beraktivitas dirumah dan diluar rumah					
3	Saya merasa kesepian jika berada dirumah					
4	Saya merasa kurang bergaul dengan tetangga					
5	Saya mendengarkan teman saya yang bercerita kepada saya					
6	Saya memilih diam ketika anggota keluarga atau tetangga saya terlihat marah					
7	Saya meminta maaf apabila melakukan kesalahan kepada anggota keluarga atau tetangga saya					
8	Saya senang berkumpul dengan tetanga					
10	Saya akan membantu anggota keluarga atau tetangga saya yang mengalami kesulitan					
11	Saya senantiasa mengucapkan terima kasih kepada anggota keluarga atau tetangga yang membantu saya					
12	Saat ini saya butuh teman yang bisa diajak bercerita					
13	Saya ingin melakukan kegiatan atau					

No	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
	aktivitas diluar rumah					

Berdasarkan Tabel 1 diatas menunjukkan alat ukur interaksi sosial yang digunakan sebagai pre dan dan post test lansia yang terlibat dalam program Tensi (Tensi Seni Lansia). Dari 21 masyarakat lansia yang mengikuti program yang kami jalankan, jumlah sampel dalam penelitian ini diambil sebanyak 8 lansia, penentuan sampel menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria lansia yang mengikuti kegiatan Tenda Seni Lansia.

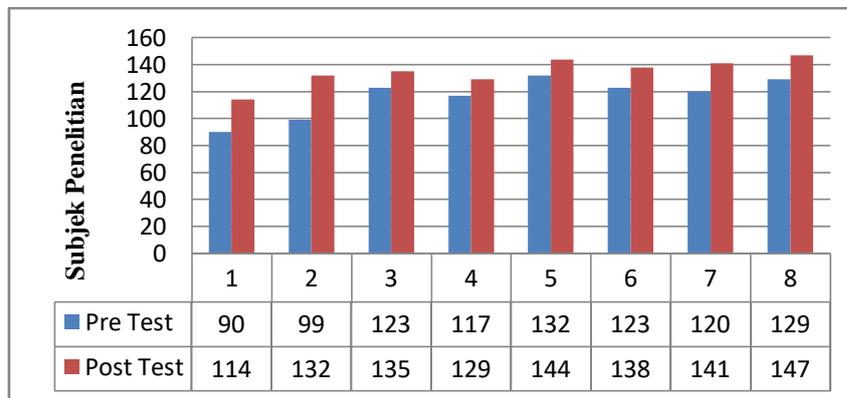
Tabel 2. Hasil Rekap Data Pre dan Post Test Lansia Di Desa Bontoramba, Kecamatan Tamalanrea, Makassar Tahun 2018

Nomor Responden	Pre Test	Post Test	Selisih
01	90	114	24
02	99	132	33
03	123	135	12
04	117	129	12
05	132	144	12
06	123	138	15
07	120	141	21
08	129	147	18

Sumber: Data diolah 2018

Berdasarkan tabel 2 diatas, dapat diketahui bahwa selisih nilai pre dan post test yang dilakukan cukup signifikan dengan selisih tertinggi yaitu 33 dan terendah adalah 12.

Perubahan antara sebelum dan setelah kegiatan disajikan dalam grafik berikut:



Gambar 1. Data Pre dan Post Test

Berdasarkan data yang diperoleh akan dilakukan pengolahan data untuk mengetahui keberhasilan program Tensi, terlebih dahulu dilakukan pengujian untuk mengetahui kenormalan data. Pengujian dilakukan menggunakan *SPSS for windows* versi 24 dengan menggunakan uji Shapiro-Wilk normality test sebagai berikut:

1. Hipotesis

H_0 = Data berdistribusi Normal

H_1 = Data tidak berdistribusi normal

2. Tingkat signifikansi

Tingkat signifikansi yang digunakan adalah 5% atau 0,05

3. Kriteria pengujian

Jika nilai sig > 0,05 maka H_0 diterima sedangkan jika nilai sig < 0,05 maka H_0 ditolak.

4. Hasil pengolahan data

Data yang diolah adalah data selisih antara pretest dan posttest sehingga diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 3. Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Selisih	0,195	8	0,200*	0,863	8	0,128

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

5. Interpretasi Hasil dan Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengujian diperoleh nilai p-value sebesar 0,128. Nilai p-value ini lebih besar dari 0,05 maka tidak cukup alasan untuk menolak H_0 sehingga H_0 diterima. Dapat disimpulkan bahwa data yang digunakan berdistribusi normal.

Berdasarkan hasil pengujian data diperoleh hasil bawah data berdistribusi normal dan data berasal dari sampel yang sama sehingga akan dilakukan pengujian lanjut untuk mengetahui efektifitas Tensi. Uji statistik yang sesuai dengan data ini adalah uji paired t-test sebagai berikut:

1. Hipotesis

H_0 : rata-rata nilai sampel pra dan pasca perlakuan tidak memiliki perbedaan atau sama.

H_1 : rata-rata nilai sampel pra dan pasca perlakuan memiliki perbedaan atau tidak sama.

2. Taraf Signifikansi

Tingkat signifikansi yang digunakan adalah 5% atau 0,05

3. Kriteria Pengujian

a. Berdasarkan t hitung

Apabila $t \text{ hitung} < t \text{ tabel}$ dengan taraf $\alpha = 5\%$ dan $df = n-1$ maka H_0 diterima. Sedangkan, apabila $t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$ dengan taraf $\alpha=5\%$ dan $df=n-1$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima.

b. Berdasarkan nilai signifikansi

Jika nilai $\text{sig} > 0,05$ maka H_0 diterima sedangkan jika nilai $\text{sig} < 0,05$ maka H_0 ditolak.

Tabel 3 Paired Samples Statistics Lansia Di Desa Bontoramba, Kecamatan Tamalanrea, Makassar

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Post Test	135,00	8	10,392	3,674
	Pre Test	116,63	8	14,648	5,179

Paired Samples Statistic menunjukkan rata-rata tingkat interaksi sosial sebelum dan sesudah program ini dilaksanakan. Sebelum program Tensi (Tensi Seni Lansia) dilaksanakan tingkat interaksi sosial yang terjadi pada masyarakat lansia dari 8 sampel adalah 10,392 sementara setelah program terlaksana interaksi sosial lansia menjadi yaitu 14,648. Hal ini menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan dengan selisih 4,256.

Tabel 4 Paired Samples Statistics Lansia Di Desa Bontoramba, Kecamatan Tamalanrea, Makassar

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Post Test & Pre Test	8	0,878	0,004

Paired Samples Correlation. Hasil ini menunjukkan bahwa korelasi antara dua variabel adalah sebesar 0,878 dengan sig sebesar 0,004. Hal ini menunjukkan bahwa korelasi antara dua rata-rata interaksi sosial sebelum dan sesudah program adalah kuat dan signifikan.

Tabel 5 Hasil Pengolahan Data Menggunakan Uji Paired t-test

	Paired Differences				T	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference Lower Upper			
Posttest-Pretest	18,375	7,425	2,625	12,168 24,582	7,000	7	0,000

Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh nilai t hitung sebesar 7,000. Apabila ditinjau pada t-tabel dengan taraf $\alpha = 5\%$ dan $df = 7$ diperoleh nilai sebesar 1,89458. Hasil ini menunjukkan bahwa nilai t hitung sebesar $7,000 > t$ tabel. Pada nilai signifikansi pada tabel 2 diperoleh sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa nilai sig sebesar $0,000 < 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak cukup alasan untuk menerima H_0 sehingga dapat diketahui bahwa rata-rata nilai sampel pra dan pasca perlakuan memiliki perbedaan atau tidak sama. Hal ini menunjukkan bahwa program Tensi (Tensi Seni Lansia) efektif dalam meningkatkan kreativitas dan interaksi sosial antara masyarakat lansia.

4. Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terjadi peningkatan interaksi sosial antarmasyarakat lansia baik interaksi antara teman sebaya maupun

masyarakat diumur yang berbeda-beda. Hal ini menunjukkan bahwa dengan dilaksanakannya program Tensi (Tensi Seni Lansia) dapat menjadi sarana terapi psikososial melalui karya seni yang dibuat oleh masing-masing individu lansia. Selain itu terjadi peningkatan kreativitas pada lansia sehingga memberi wadah untuk membuat karya seni yang lebih kreatif dan berguna.

5. Ucapan Terima Kasih

Terima kasih disampaikan kepada KEMENRISTEKDIKTI yang telah mendanai program ini dalam dana hibah PKM 2018, warga Desa Bontoramba RW 01/RT 03, Kecamatan Tamalanrea, Makassar dan Volunteer TENSI yang berpartisipasi dalam program "Tenda Seni Lansia".

Daftar Pustaka

- Data statistik kependudukan Indonesia . (On Line). <http://www.bps.go.id/>. Diakses pada tanggal 27 Juni 2018.
- Feldman, R. (2012). *Discovering the Life Span* (2nd ed.). New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Kuntjoro Z.S.(2002). *Gangguan Psikologis dan Perilaku pada Demensia*. <http://www.epsikologi.com/usia/170602b.html>. Diakses pada tanggal 06 Juni 2018.
- Nugroho, W (2000) *Keperawatan Gerontik*, Edisi ke 2 Jakarta EGC
- Quandagno, Jill.S, Aging, *The Individual and Society: Reading in Sosial Gerontology*. New York: ST Martin's Press,1980.
- Wirakusumah., (2000). *Tetap Bugar Di usia Lanjut*. Jakarta: Trubus Agriwidya.

