

# Pelatihan Terapi Kebermaknaan Hidup Bagi Kader Pengelola Lansia Di Panti Werda Pelkrim Kota Magelang

Enik Suhariyanti<sup>1\*</sup>, Kartika Wijayanti<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Magelang

<sup>2</sup> Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Magelang

\*esuhariyanti @ummagelang.ac.id

---

## Abstrak

### Keywords:

Kader kesehatan  
lansia; pelatihan  
kebermaknaan  
hidup; pemahaman

Kesiapan mental menjadi tua yang dimulai dari adanya menopause serta pengetahuan tentang kebermaknaan hidup terhadap dampak yang ditimbulkan akan mempengaruhi tingkat kejadian depresi pada lansia. Oleh karena itu, peran serta masyarakat lansia sebagai bagian komunitas secara umum dan para kader pengelola lansia sangat dibutuhkan dalam mencegah dan menanggulangi dampak yang terjadi dari ketidakbermaknaan hidup. Salah satu permasalahan adalah masih kurangnya kemampuan atau kurangnya kesadaran dalam memaknai hidup serta keterampilan lansia yang kurang dalam menanggulunginya disertai kemampuan mendampingi atau mengelola lansia yang kurang dari para kader kesehatan pengelola lansia. Target khusus kegiatan pengabdian ini adalah para pengelola/pengasuh usiawan di panti werda berjumlah 5 orang dan seluruh lansia di panti werdha Pelkrim di Kota Magelang sebanyak 15 orang. Tujuan: untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan sasaran dalam memahami serta menerapkan manajemen tatalaksana kebermaknaan hidup dan dapat mengaplikasikan secara nyata dalam kehidupan dipanti sebagai upaya penanganan menghadapi depresi. Metode kegiatan pengabdian ini adalah metode pemberdayaan masyarakat dengan model Participatory Rural Appraisal dalam bentuk ceramah dan diskusi, studi kasus, pendampingan selama roleplay, simulasi dan permainan. Metode lain menggunakan sharing dan latihan. Hasil dari kegiatan ini adalah meningkatnya pemahaman dan keterampilan kader pengelola lansia di Panti Werda Pelkrim Kota Magelang. Pelatihan tentang kader kesehatan lansia sangat efektif meningkatkan pemahaman peserta ditunjukkan dengan adanya perubahan rata-rata nilai pre test dan post test, diketahui bahwa rata-rata peningkatan aspek pengetahuan dasar setelah diberi treatment adalah 65% dengan nilai rata-rata pre-test 53% dan post-test 87%. Sedangkan peningkatan aspek prinsip dan tahapan yaitu 55% yang semula 60% menjadi 93% untuk rata-rata tiap tes. Aspek afektif dan skill penerapan menunjukkan nilai rata-rata awal 50% dan meningkat menjadi 85% atau terdapat peningkatan sebesar 63%.

## 1. PENDAHULUAN

Dalam perjalanan hidup manusia, proses menua atau lanjut usia merupakan hal yang wajar dan akan dialami oleh semua orang yang di karuniai umur panjang, hanya lambat atau cepatnya proses tersebut tergantung pada setiap individu yang bersangkutan. Menurut Undang-undang nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia pada bab 1 pasal 1 ayat 2 menyebutkan bahwa umur 60 (enam puluh) tahun keatas mereka disebut lansia (Azizah, 2011 dalam Kaharingan E., et al, 2015).

Lansia mempunyai hak yang sama dengan kehidupan bermasyarakat, berbangsa dan bernegara. Sebagai bentuk peningkatan kesejahteraan bagi lansia, banyak lembaga pemerintahan maupun swasta yang mendirikan panti sosial yang ditujukan untuk memberikan kemudahan pelayanan bagi lanjut usia tidak potensial agar dapat mewujudkan dan menikmati taraf hidup yang wajar, yang salah satunya dikenal sebagai Panti Sosial Tresna Wreda (PSTW) atau Panti Jompo.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ningsih (2013) dalam Ariyanthi, N, (2016) terhadap anak kandung yang menitipkan orang tua mereka ke Panti Wreda, ditemukan tiga alasan yang mengharuskannya untuk menitipkan orang tua mereka ke Panti Wreda. Beberapa di antaranya karena anak sibuk dengan pekerjaan, anak merasa keberatan mempedulikan keadaan orang tua dan disharmonisasi antara anak dan orang tua. Keluarga yang tidak memiliki cukup waktu atau tenaga untuk merawat lansia di rumah biasanya akan memilih alternatif untuk meminta bantuan perawat atau tenaga profesional secara khusus untuk merawat lansia di rumah mereka atau menitipkan lansia kepada Panti Wreda yang memiliki tenaga profesional di dalamnya, dengan harapan bahwa lansia dapat lebih mendapatkan perawatan dan dapat terpenuhi kebutuhannya.

Banyaknya lansia yang hidup di panti wreda dan sebagian lagi hidup seorang diri. Para lansia ini hidup dalam keterasingan, isolasi sosial, kesepian

karena ruang lingkup pergaulan yang sempit, postpower syndrome, rutinitas kehidupan yang statis dan tidak variatif, serta tidak tahu harus berbuat apa untuk mengisi masa tuanya (Darmojo dan Martono, 2006 dalam Ariyanthi, N, 2016). Adanya anggapan yang cenderung negatif dan keterasingan lansia tersebut secara tidak langsung membentuk lansia menjadi pribadi yang merasa tidak berharga, kesepian dan rendah diri. Kondisi psikologis yang demikian mengindikasikan adanya frustrasi eksistensial dimana seseorang tidak mempunyai tujuan hidup yang jelas dan merasa hampa (Bandiyah, 2009 dalam Ariyanthi, N, 2016). Salah satu dampak psikologis setelah menopause adalah depresi dimana terjadi perubahan pada suasana hati lansia, ditandai dengan kesedihan, kecemasan, mudah marah. Kemampuan dalam berfikir lansia terganggu, ditandai dengan mudah hilang konsentrasi, lambat dan kacau dalam berpikir, menyalahkan diri sendiri, ragu-ragu, harga diri rendah. Perubahan motivasi, ditandai dengan kurang minat bekerja dan menekuni hobi, menghindari kegiatan kerja dan sosial, ingin melarikan diri, ketergantungan tinggi pada orang lain. [https://midwifelf.wordpress.com/2013/03/16/perubahan-psikologi-pada-masa-menopause/22 des 2018](https://midwifelf.wordpress.com/2013/03/16/perubahan-psikologi-pada-masa-menopause/22%20des%202018).

Dalam berbagai masalah yang timbul dapat mempengaruhi kebermaknaan hidup lansia. Makna hidup mempunyai arti yang berbeda pada setiap individu tergantung dari sudut pandang tertentu individu melihatnya dan mengartikannya. Makna hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan. Jika hal itu berhasil dipenuhi maka akan menyebabkan seseorang merasakan kehidupan yang berarti yang pada akhirnya akan menimbulkan perasaan bahagia (Bastaman, 2007 dalam Bahkrudinsyah, R, 2016).

Dari hasil wawancara dengan para kader pengasuh atau pengelola di panti werdha Pelkrim Kota Magelang, dari sejumlah 15 orang pada tahun 2018

terdapat beberapa lansia yang menyendiri, kadang mengamuk, suka menangis tanpa sebab, sering marah-marah dan tidak mau berkumpul dengan usiawan yang lain. Dari hasil pengamatan dan diskusi yang mendalam dengan usiawan, mereka mengatakan hidup di panti jompo jauh dari keluarga, saudara dan kerabat dekat, merasa jenuh atau bosandengan kehidupan sehari-hari di panti dan kesepian. Lansia mengatakan tidak ada yang memberi perhatian secara khusus, keluarga dan anak-anak sibuk dengan urusannya sendiri sehingga tidak banyak waktu untuk mengurus orang tuanya dan dirinya ditiitipkan di panti jompo. Beberapa lansia, 2-3 orang diantaranya mengalami depresi ringan dan sedang, cenderung menyendiri, mudah tersinggung, cepet marah, tidak mau bergabung dengan lansia yang lain.

Berdasarkan hal tersebut, maka diadakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan sasaran kelompok khusus yakni para kader pengelola/pengasuh usiawan di panti 5 orang dan para lansia di Panti Werdha Pelkrim Kota Magelang sebanyak 15 orang lansia, berupa pelatihan kebermaknaan hidup yang akan digunakan untuk mengantisipasi dan menurunkan tingkat depresi agar lansia merasa kehidupannya berarti dan berharga

## 2. METODE

Dalam tahap persiapan kegiatan Program Kemitraan Universitas (PKU) tentang pelatihan kebermaknaan hidup bagi kader pengelola lansia di Panti Werdha Pelkrim Kota Magelang, kegiatan diawali dengan mengajukan perijinan ke pengurus Panti Werdha Pelkrim Kota Magelang. Setelah ijin diperoleh dilanjutkan dengan sosialisasi dan apersepsi permasalahan serta pelaksanaan program kepada pengurus panti. Segera pengurus mengkondisikan para jadwal dinas para kader pengasuh panti menyesuaikan dengan jadwal kegiatan program pengabdian.

Selanjutnya pada tahap pelaksanaan, pengabdian menggunakan metode

pemberdayaan masyarakat dengan model *Participatory Rural Appraisal* (PRA) yaitu suatu metode pendekatan dalam proses pemberdayaan dan peningkatan partisipasi masyarakat yang penekannya pada keterlibatan masyarakat didalam keseluruhan pelaksanaan program. Seluruh rangkaian program dilaksanakan selama 4 bulan dengan 4 tahap sebagai berikut:

a. Pengenalan dan diskusi rencana penyelesaian masalah.

Dalam tahap ini dilakukan identifikasi terhadap berbagai permasalahan yang terkait makna hidup sebagaimana dihadapi usiawan sekaligus respon dari para kader pengasuh melalui mekanisme *Focus Group Discussion* (FGD).

b. Sosialisasi kegiatan.

Tim pengabdian melakukan sosialisasi dengan metode sharing dan latihan mengungkapkan perasaan terkait permasalahan yang ditemukan pada usiawan dan para kader pengasuh, solusi pemecahan masalah yang ditawarkan dan pelaksanaan teknis program pemecahan masalah yang akan dilaksanakan. Sosialisasi diberikan kepada pihak pengasuh panti werdha.

c. Pelatihan Antar Pengasuh (AP).

Dimulai dengan pretest berlanjut pemberian materi pada para pengasuh dengan metode ceramah dan diskusi dilanjutkan simulasi melakukan pelatihan AP. Materi yang diberikan saat pelatihan meliputi: konsep lansia, Gangguan reproduksi dan pada lansia (Menopause); Konsep makna hidup dan kebermaknaan hidup; Teknik pelatihan terapi kebermaknaan hidup; dan Manajemen pengelolaan kegiatan kelompok antar pengasuh.

d. Pendampingan Pelaksanaan Program.

Mendampingi para kader pengasuh yang telah dilatih untuk mempraktekkan keterampilan terapi kebermaknaan hidup untuk kelompok sebaya dengan metode studi kasus dan roleplay. Dilanjutkan pendampingan langsung para kader pengasuh mempraktekkan ketrampilan pada para lansia atau usiawan menggunakan roleplay, simulasi dan permainan dengan dibagi 1 pengasuh

mendapatkan 2 orang hingga 3 orang usiawan dilanjutkan diskusi dengan tim pengabdian. Kegiatan diakhiri dengan post test.

Penyusunan pelaporan dilaksanakan segera setelah selesai kegiatan pengabdian. Luaran yang dihasilkan dari program ini adalah publikasi dalam seminar oral presentasi PKM, media massa, dan modul.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada bagian ini, dijelaskan hasil pengabdian kepada masyarakat di Panti Werdha Pelkrim Kota Magelang dilaksanakan selama 4 bulan dimulai Januari 2019. Program ini melibatkan 5 orang kader pengelola/pengasuh panti Kegiatan yang dilaksanakan meliputi:

#### **3.1. Pengenalan Masalah dan Sosialisasi Terapi Kebermaknaan Hidup Pada Lansia**

Peserta sosialisasi (para kader pengasuh/pengelola panti werdha) menyadari munculnya permasalahan menghadapi para usiawan atau lansia yakni para kader mengalami kewalahan menghadapi para lansia dengan berbagai perilaku, terdapat beberapa lansia yang menyendiri, kadang mengamuk, suka menangis tanpa sebab. Beberapa lansia, 2-3 orang diantaranya mengalami demensia, depresi ringan dan sedang, cenderung menyendiri, mudah tersinggung, cepet marah, tidak mau bergabung dengan lansia yang lain. Dan terbentuk komitmen untuk meningkatkan potensi diri para kader melalui kelompok kecil antar kader pengasuh untuk berupaya melakukan pencegahan dan menekan angka terjadinya depresi dan demensia lebih lanjut dengan memahami kebermaknaan hidup pada manusia dan menerapkan terapi tersebut pada para lansia/usiawan.

#### **3.2. Pelatihan Antar Pengasuh (AP)**

Kelompok antar kader pengasuh diberikan pelatihan dengan metode ceramah dan diskusi dilanjutkan simulasi melakukan pelatihan AP. Pelatihan ini

menghasilkan 5 orang kader pengasuh terlatih dalam keterampilan menjadi trainer terapi kebermaknaan hidup pada sesama pengasuh dan kemampuan manajemen pengelolaan kegiatan antar pengasuh.

#### **3.3. Pendampingan Pelaksanaan Program**

Kegiatan pendampingan pada kelompok kecil antar pengasuh yang telah dilatih ini bertujuan untuk meningkatkan skills dalam memberikan terapi kebermaknaan hidup pada para usiawan dengan jumlah 15 orang. Dengan metode FGD terkait dengan topik meningkatkan motivasi belajar dan skill kreatif peserta dilakukan di dalam ruangan. Tujuannya untuk melatih kemampuan para kader pengasuh untuk melakukan pendampingan dan sosialisasi pada teman-teman pengasuh yang lain. Dan memfasilitasi peserta untuk berani mengapresiasi perasaan, berani bertanya, berani menjawab pertanyaan, memberikan usulan. Dampak positif yang diperoleh adalah meningkatkan pemahaman pada peserta tentang pentingnya terapi kebermaknaan hidup bagi lansia. Serta terjalin komunikasi terbuka antar para pengasuh panti untuk mendiskusikan permasalahan perilaku pada lansia dan pencegahan demensia dan depresi pada lansia. Dilanjutkan pendampingan langsung para kader pengasuh mempraktekkan ketrampilan pada para lansia atau usiawan menggunakan roleplay, simulasi dan permainan dengan dibagi 1 pengasuh mendapatkan 2 orang hingga 3 orang usiawan dilanjutkan diskusi dengan tim pengabdian.

#### **3.4. Monitoring Dan Evaluasi**

terdapat perubahan rata-rata nilai pre test dan post test, diketahui bahwa rata-rata peningkatan aspek pengetahuan dasar setelah diberi treatment adalah 65% dengan nilai rata-rata pre-test 53% dan post-test 87%. Sedangkan peningkatan aspek prinsip dan tahapan

yaitu 55% yang semula 60% menjadi 93% untuk rata-rata tiap tes. Aspek afektif dan skill penerapan menunjukkan nilai rata-rata awal 50% dan meningkat menjadi 85% atau terdapat peningkatan sebesar 63%.

Terbentuk secara baik kelompok kader pengasuh dengan lansia pendampingannya untuk melanjutkan program berupa kegiatan diskusi permasalahan lansia yang akan dilakukan oleh para kader pengasuh dengan mengintegrasikan dalam kegiatan rutin dinas dalam berinteraksi intens dengan para lansia. Kegiatan berlanjut dengan tetap adanya pendampingan dari pengurus panti. Terbentuknya media komunikasi dan pendampingan berkelanjutan yang dilakukan oleh tim Komunitas Fikes UMMagelang.

#### 4. KESIMPULAN

Setelah dilakukannya Program Kemitraan Universitas dengan Panti Werdha Pelkrim Kota Magelang, pelatihan kebermaknaan hidup sangat efektif meningkatkan pemahaman peserta ditunjukkan dengan adanya perubahan rata-rata nilai pre test dan post test, diketahui bahwa terdapat peningkatan aspek pengetahuan dasar setelah diberi treatment dan peningkatan aspek prinsip serta tahapan untuk rata-rata tiap tes. Aspek afektif dan skill penerapan menunjukkan peningkatan nilai rata-rata awal dan akhir. Pelatihan dapat dikatakan berhasil karena mampu meningkatkan kemampuan dan pengetahuan dilihat dari pengetahuan, afektif dan skill peserta, sehingga harapannya akan berimbas untuk pencegahan dan menekan angka kejadian depresi pada lansia di Kota Magelang. Dari kegiatan pendampingan yang dilakukan selama kurun waktu 4 kali kegiatan, telah terbentuk kelompok kader pengasuh dan lansia pendampingannya, yang mempunyai kemampuan keterampilan dalam hal terapi kebermaknaan hidup bagi lansia, yang artinya kader pengelola

lansia akan mampu mempraktekkan dengan baik pada setiap kesempatan, terutama untuk menghindari dan mencegah depresi lebih lanjut dengan dibimbing dan diarahkan ibu pengurus panti.

Program tersebut hendaknya ditindaklanjuti oleh pihak Yayasan panti werda. Dan akan lebih efektif bila dilaksanakan dan diikuti seksama dengan kegiatan bersama oleh seluruh elemen panti dari yayasan, pengurus, kader pengelola dan keluarga para lansia.

#### REFERENSI

- [1] Ariyanthi, N. (2016). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Lansia Di Panti Wreda. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- [2] Bahkruddinsyah, R. (2016). Makna Hidup Dan Arti Kebahagiaan Pada Lansia di Panti Werdha Nirwana Puri Samarinda. eJurnal Psikologi. 2014. Volume 4 Nomer 4 : 431-445.
- [3] Kaharingan, E., Bidjuni, H., Karundeng, M., (2015). Pengaruh Penerapan Terapi Okupasi Terhadap Kebermaknaan Hidup Pada Lansia Di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado. ejournal Keperawatan. 2015. Volume 3 Nomer 2.
- [4] Trisnapati, I.K.E., Yuliadi, I., Priyatama, A.N., (2016). Keefektifan Pelatihan kebermaknaan Hidup Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Panti Werdha Darma Bhakti Surakarta. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta.