

## THE EFFECTIVENESS OF SOCIALIZATION GROUP ACTIVITY THERAPY (TAKS) ON DEPRESSION IN THE ELDERLY IN GAMPONG KEURAMAT, KUTA ALAM DISTRICT, KOTA BANDA ACEH, IN 2022

Efektivitas Terapi Aktivitas Kelompok Sosialisasi (TAKS) Terhadap Depresi pada Lansia di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh Tahun 2022

Miftahul Jannah\*, Nurnarita Laila, Ira Damayanti, Manovri Yenni dan Sri Alna Mutia<sup>1</sup>

Fisioterapi/Vokasi, Universitas Muhammadiyah Aceh, Aceh, Indonesia

\*miftahul.jannah22@unmuha.ac.id

### ABSTRACT

**Background:** Based on 2021 Ministry of Home Affairs data, there are 418.156 elderly people in Aceh Province. BPS data for Kota Banda Aceh in 2021 shows that there are 55.504 elderly people, and 1,041 elderly people are in Gampong Keuramat, Kuta Alam District, Kota Banda Aceh. **Objective:** This study aims to determine the effectiveness of Social Group Activity Therapy (TAKS) on depression in the elderly in Gampong Keuramat, Kuta Alam District, Kota Banda Aceh. **Method:** This research is a Pre-Experimental Design. The population in this study were all elderly people who lived in Gampong Keuramat, Kuta Alam District, Kota Banda Aceh, totaling 1,041 people. The research sample was taken using the Accidental Sampling Technique. Data analysis used the statistical test of the Paired One Sample t-Test and the Chi-square test. **Results:** The results of the study showed that there was a difference between before and after carrying out Social Group Activity Therapy (TAKS) on depression in the elderly with a value of sig. (2-tailed)=0.000. The results of statistical tests using Chi-square also show that there is a relationship between the history of chronic disease (p-value:0.010) and family income (p-value:0.048) with depression in the elderly in Gampong Keuramat, Kuta Alam District, Kota Banda Aceh. **Recommendation:** It is recommended that health workers can further increase the role of Posyandu for the elderly, and also cross-sectoral cooperation, especially cooperation in improving the health status of the elderly, and minimizing diseases that occur in the elderly, as well as being more active in inviting the elderly to utilize the health facilities to maintain the health of the elderly.

**Keywords:** Social Group Activity Therapy, Elderly Depression, Gampong Keuramat Banda Aceh City, Healthy Elderly

### ABSTRAK

**Latar belakang:** Data Kemendagri tahun 2021, mencatat jumlah Lansia yang ada di Provinsi Aceh sebanyak 418.156 orang. Data BPS Kota Banda Aceh 2021 menunjukkan ada 55.504 Lansia, dan 1.041 orang Lansia berada di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh. Tujuan penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektivitas Terapi Aktivitas Kelompok Sosial (TAKS) terhadap Depresi pada Lansia di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh. **Desain:** Penelitian ini bersifat *Pre-Experimental Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua Lansia yang berdomisili di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh yang berjumlah 1.041 orang. Sampel penelitian diambil dengan menggunakan Teknik *Accidental Sampling*. Analisa data menggunakan uji statistik *Paired One Sample T-Test* dan uji *Chi-square*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan antara sebelum dan sesudah melakukan Terapi Aktivitas Kelompok Sosial (TAKS) terhadap depresi pada Lansia dengan nilai sig. (2-tailed)=0.000. Hasil uji Statistik dengan *Chi-square* juga menunjukkan ada hubungan antara riwayat penyakit kronis (p value 0.010) dan pendapatan keluarga (p value 0.048) dengan depresi pada Lansia di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh. **Saran:** Disarankan kepada petugas kesehatan agar dapat lebih meningkatkan peran Posyandu Lansia, dan juga kerja sama lintas sektoral khususnya kerja sama dalam meningkatkan derajat kesehatan Lansia, dan meminimalisir penyakit yang terjadi pada Lansia, serta lebih aktif mengajak Lansia untuk memanfaatkan fasilitas kesehatan demi menjaga kesehatan Lansia.

**Kata Kunci:** Terapi Aktivitas Kelompok Sosial, Depresi Lansia, Gampong Keuramat Kota Banda Aceh, Lansia Sehat

**PENDAHULUAN**

Memasuki usia tua, seorang individu akan mengalami banyak kemunduran baik kemunduran fisik maupun psikologis. Semakin lanjut usia seseorang, kesibukan sosialnya akan semakin berkurang. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan memasuki proses yang disebut *aging process* atau proses penuaan. Menurut World Health Organization (WHO) lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas. Populasi lansia di dunia pada tahun 2025 berkisar 75% yang berada di negara berkembang (Pranata et al., 2020). Sedangkan berdasarkan hasil sensus penduduk tahun 2020, Persentase penduduk lansia Indonesia meningkat menjadi 9.78 persen di tahun 2020 dari 7.59 persen pada 2010. Kondisi ini menunjukkan bahwa pada 2020 Indonesia berada dalam masa transisi menuju Era *Aging Population* yaitu ketika persentase penduduk usia 60 tahun ke atas mencapai lebih dari 10 persen (BPS 2020; Cicih & Nugroho, 2021).

Berdasarkan perkiraan Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas) (2020), pada tahun 2050 jumlah lansia di Indonesia akan mencapai 80 juta dengan komposisi usia 60 sampai 69 tahun berjumlah 35.8 juta, usia 70 sampai 79 tahun berjumlah 21.4 juta dan 80 tahun keatas berjumlah 11.8 juta. Indonesia merupakan negara yang memasuki era penduduk berstruktur lanjut usia (*Aging Structured Population*) dengan jumlah penduduk yang berusia 60 tahun keatas sekitar 7.18%.

Data dari Kemendagri (2021), jumlah penduduk Aceh menurut kelompok umur, yang berumur 60-64 tahun berjumlah 162.338 lansia, umur 65-69 tahun berjumlah 101.859 lansia, umur 70-74 tahun berjumlah 65.612 lansia dan 75 tahun keatas 88.347 lansia. Data dari BPS (2021), lansia Kota Banda Aceh tahun 2021

berjumlah 55.504 orang, dan data dari Gampong Keuramat Kota Banda Aceh tercatat ada 1.041 orang lansia, dengan laki-laki 535 orang dan perempuan 506 orang (Data Desa Gp. Keuramat, 2021).

Depresi merupakan masalah utama pada lansia yang tidak bisa dihindari dimana rasa sedih atau rasa keputusasaan mengganggu pikiran lansia hingga mempengaruhi aktifitas dan kualitas hidup lansia. Disamping itu juga terjadi masalah gangguan fisik menahun seperti diabetes, penyakit jantung, tekanan darah tinggi, penyakit hati kronis yang akibatnya sulit disembuhkan, sama halnya diikuti dengan penyakit lainnya yaitu asma, stroke, rematik, osteoporosis, dan kanker (Maydinar dkk, 2022).

Perubahan emosi seseorang mampu mempengaruhi sosialisasi dalam pergaulan lansia. Terdapat banyak faktor yang diduga sebagai penyebab terjadinya depresi pada lansia, seperti aktivitas fisik, aktivitas mental atau psikologis, aktivitas sosial, dukungan sosial, dan fasilitas perawatan ketika sakit. Dalam kesehatan mental lansia, salah satu aspek yang paling penting adalah hubungan atau relasi, salah satu aspek yang paling penting adalah hubungan atau relasi dengan keluarga dan kualitas komunikasi di dalam lingkungan keluarga. Keluarga yang merawat lansia dapat menunjukkan kepedulian, kehangatan, perhatian, cinta, dukungan, dan penghormatan pada lansia (Ningrum dkk, 2017).

Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan, dan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya yang bersifat mendukung, selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan. Dalam hal ini penerima dukungan keluarga akan tahu bahwa ada orang lain yang memperhatikan, menghargai, dan mencintainya (Hidayati dkk, 2021).

Dukungan keluarga menjadi suatu aspek pemberdayaan lansia terhadap perkembangan aktivitas. Selain itu juga dapat meningkatkan keinginan untuk

mengetahui dan menggunakan sesuatu hal yang masih dianggap baru ataupun hal-hal yang jarang dilakukan oleh lansia tersebut (Maydinar dkk, 2022).

Salah satu cara untuk mengurangi tingkat depresi pada lansia yaitu dengan melakukan terapi yang bersifat intensif dalam memberikan pertolongan psikologis yaitu terapi aktifitas kelompok sosialisasi. Terapi Aktifitas Kelompok Sosialisasi (TAKS) merupakan suatu terapi modalitas yang dilakukan oleh terapis kepada sekelompok lansia yang mempunyai masalah depresi. Aktivitas yang digunakan yaitu terapi kelompok yang digunakan sebagai target asuhan. Di dalam kelompok terjadi dinamika interaksi yang saling bergantung satu sama lain, saling membutuhkan dan menjadi tempat klien berlatih perilaku baru yang adaptif untuk memperbaiki perilaku lama yang maladaptive (Kodir dkk, 2020).

Terapi Aktifitas Kelompok Sosialisasi (TAKS) merupakan suatu terapi modalitas yang dilakukan oleh terapis kepada sekelompok lansia yang mempunyai masalah depresi. Aktivitas yang digunakan yaitu terapi kelompok yang digunakan sebagai target asuhan. Di dalam kelompok terjadi dinamika interaksi yang saling bergantung satu sama lain, saling membutuhkan dan menjadi tempat klien berlatih perilaku baru yang adaptif untuk memperbaiki perilaku lama yang maladaptive (Alhawari dkk, 2021).

Berdasarkan permasalahan di atas, peneliti bermaksud untuk meneliti tentang efektivitas dukungan keluarga, riwayat penyakit, dan pendapatan keluarga terhadap depresi pada Lansia dengan menggunakan Terapi Aktifitas Kelompok Sosialisasi (TAKS) di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh Tahun 2022.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan Pre-*Experimental Design*, dengan jenis rancangan *One Grup Pre Test-Post Test* dengan variabel yang diobservasi terlebih

dahulu sebelum diberikan perlakuan (*pre-test*) kemudian dilakukan pengukuran (*post-test*). Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia yang berdomisili di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh yang berjumlah 1.041 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 responden, diambil dengan menggunakan teknik *Accidental Sampling* yaitu metode pengambilan sampel dari populasi yang hadir pada saat kegiatan TAKS dilakukan. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, kemudian di analisis dengan Uji *Paired One Sample T-Test* dan uji *Chi-square* menggunakan SPSS.

## HASIL

### Analisa Univariat

#### a. Depresi Lansia

Distribusi frekuensi responden berdasarkan depresi lansia di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam dapat dilihat pada Tabel 1.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Depresi Lansia**

Depresi Lansia	f	%
Depresi	23	57.5
Tidak Depresi	17	42.5
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer (2021)

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa responden dengan yang mengalami depresi 57.5% dan yang tidak mengalami depresi 42.5%.

#### b. Riwayat Penyakit Kronis

Distribusi frekuensi responden berdasarkan riwayat penyakit kronis di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam dapat dilihat pada Tabel 2.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Riwayat Penyakit Kronis**

Riwayat Penyakit Kronis	f	%
Ada	26	65.0
Tidak Ada	14	35.0
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer (2021)

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa responden yang memiliki riwayat penyakit kronis 65% dan yang tidak memiliki riwayat penyakit kronis 35%.

c. Dukungan Keluarga

Distribusi frekuensi responden berdasarkan dukungan keluarga di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam dapat dilihat pada Tabel 3.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga**

Dukungan Keluarga	f	%
Mendukung	26	65.0
Tidak Mendukung	14	35.0
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer (2021)

Tabel 3 di atas menunjukkan bahwa responden dengan dukungan keluarga 65% dan 35% lainnya tidak mendapat dukungan keluarga.

d. Pendapatan Ekonomi

Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendapatan ekonomi di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam dapat dilihat pada Tabel 4.

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pendapatan Ekonomi**

Pendapatan Ekonomi	f	%
Tinggi	14	35.0
Rendah	26	65.0
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer (2021)

Tabel 4 di atas menunjukkan responden yang dengan tingkat ekonomi tinggi 35% dan 65% dengan tingkat ekonomi rendah.

**Analisa Bivariat**

a. Hubungan antara Riwayat Penyakit Kronis dengan Depresi pada Lansia

Hubungan antara riwayat penyakit kronis dengan depresi pada lansia dapat dilihat pada Tabel 5.

**Tabel 5. Hubungan antara Riwayat Penyakit Kronis dengan Depresi pada Lansia**

Riwayat Penyakit Kronis	Depresi Lansia				Total		P Value
	Tidak Depresi		Depresi				
	f	%	f	%	f	%	
Tidak Ada	3	21.4	11	78.6	14	35.0	0.010
Ada	14	53.8	12	46.2	26	65.0	
<b>Jumlah</b>	<b>17</b>		<b>23</b>		<b>40</b>	<b>100</b>	

Sumber: Data Primer (2021)

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa responden dengan riwayat penyakit kronis dan tidak depresi sebesar 53.8%, hal ini hampir sama besarnya dengan responden yang mempunyai penyakit kronis dan menderita depresi yaitu 46.2%. Dari hasil uji statistik diperoleh nilai *p value* 0.010, ini mengindikasikan ada hubungan yang bermakna antara riwayat penyakit kronis dengan depresi pada lansia di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh.

b. Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Depresi pada Lansia

Hubungan antara dukungan keluarga dengan depresi pada lansia dapat dilihat pada Tabel 6.

**Tabel 6. Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Depresi pada Lansia**

Dukungan Keluarga	Depresi Lansia				Total		P Value
	Tidak Depresi		Depresi				
	f	%	f	%	f	%	
Mendukung	9	34.6	17	65.4	26	65.0	0.299
Tidak Mendukung	8	57.1	6	42.9	14	35.0	
<b>Jumlah</b>	<b>17</b>		<b>23</b>		<b>40</b>	<b>100</b>	

Sumber: Data Primer (2021)

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa responden yang mendapatkan dukungan keluarga lebih banyak yang depresi (65.4%) dibandingkan dengan yang tidak dapat dukungan keluarga (42.9%). Dari hasil uji statistik diperoleh nilai *p value* 0.299, ini mengindikasikan tidak ada

hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan depresi pada lansia di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh.

c. Hubungan antara Pendapatan Keluarga dengan Depresi pada Lansia

Hubungan antara pendapatan keluarga dengan depresi pada lansia dapat dilihat pada Tabel 7.

**Tabel 7. Hubungan antara Pendapatan Keluarga dengan Depresi pada Lansia**

Pendapatan keluarga	Depresi Lansia				Total		P Value
	Tidak Depresi		Depresi				
	f	%	f	%	f	%	
Tinggi	7	50	7	50	14	35.0	0.048
Rendah	10	38.5	16	61.5	26	65.0	
<b>Jumlah</b>	<b>17</b>		<b>23</b>		<b>40</b>	<b>100</b>	

Sumber: Data Primer (2021)

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa responden yang tingkat ekonomi rendah lebih banyak yang depresi (61.5%) dibandingkan dengan yang tingkat ekonomi tinggi (50%). Dari hasil uji statistik diperoleh nilai p value 0.048, ini mengindikasikan ada hubungan yang bermakna antara pendapatan keluarga dengan Depresi pada Lansia di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh.

d. Efektivitas Terapi Aktivitas Kelompok Sosial (TAKS) terhadap Depresi pada Lansia

Efektivitas Terapi Aktivitas Kelompok Sosial (TAKS) terhadap Depresi pada Lansia dapat dilihat pada Tabel 8.

**Tabel 8. Paired One Sample T-Test**

	Mean	Sign. (2-tailed)
Pre-Test		
Post-Test	0.325	0.000

Sumber: Data Primer (2021)

Dari hasil uji statistik diperoleh nilai sig. (2-tailed)=0.000, ini mengindikasikan ada perbedaan antara sebelum dan sesudah melakukan Terapi Aktivitas Kelompok Sosial (TAKS) terhadap Depresi pada

Lansia di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh.

**PEMBAHASAN**

**Hubungan Riwayat Penyakit Kronis terhadap Depresi pada Lansia**

Hasil penelitian pada responden di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh menunjukkan bahwa depresi pada lansia lebih banyak terjadi pada lansia yang mempunyai riwayat penyakit kronis dari pada yang tidak mempunyai riwayat penyakit kronis. Sedangkan yang tidak mempunyai riwayat penyakit kronis lebih sedikit menderita depresi dari pada yang mempunyai riwayat penyakit kronis. Dari hasil uji statistik diperoleh nilai p value 0.010, ini menunjukkan ada hubungan antara riwayat penyakit kronis dengan depresi pada Lansia. Penelitian ini menunjukkan semakin sedikit yang mempunyai riwayat penyakit kronis maka akan semakin sedikit lansia yang depresi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputri (2018), yang meneliti tentang pengaruh terapi kognitif dengan riwayat penyakit pada lansia. Hasil temuan menjelaskan bahwa penelitian ini memberikan hasil yang samar-samar tentang riwayat penyakit lansia, kurangnya hasil yang konsisten dikarenakan kekuatan studi tidak cukup untuk mendeteksi hal kecil sampai dengan sedang dan terdapat perbedaan antara kelompok. Pada saat yang sama, hasil ini juga dapat dihubungkan dengan fakta bahwa terapi perilaku kognitif dan penyakit pada lansia memiliki banyak komponen. Beberapa komponen ini mungkin tidak fokus pada penyakit lansia dan kurang dapat menjelaskan efek depresi secara spesifik dan hasil positif simultan.

Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Hidayati & Baequny (2021), yang meneliti tentang pengaruh terapi kelompok suportif terhadap kemampuan mengatasi penyakit kronis pada lansia di Rumah Sakit Jiwa Dr. Amino

Gondohutomo Kota Semarang. Dari 42 responden yang mempunyai riwayat penyakit yang sesuai dengan kriteria inklusi, hasil penelitiannya menyimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kemampuan responden dalam menurunkan jumlah kesakitan sebelum dan sesudah diberikan terapi kelompok suportif.

Selanjutnya beberapa jurnal tentang tingkat depresi pada lansia yang dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya juga menjelaskan tentang bagaimana bias dalam meneliti hubungan depresi pada lansia dari hasil penelitian sebelumnya. Hal ini mungkin dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti riwayat penyakit serta pengalaman masa lalu lansia tersebut, tingkat pendidikan, tidak bekerja, dan ditinggal pasangan.

Asumsi peneliti bahwa Terapi Aktivitas Kelompok memiliki peran penting untuk menurunkan depresi pada lansia karena responden yang mempunyai riwayat penyakit kronis lebih rentan terkena depresi dari pada yang tidak mempunyai riwayat penyakit kronis, sehingga mengharuskan lansia meningkatkan kewaspadaan dalam menjaga kesehatan.

### **Hubungan Pendapatan Keluarga terhadap Depresi pada Lansia**

Hasil penelitian pada responden di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh menunjukkan bahwa responden yang Tingkat Ekonomi Rendah lebih banyak yang depresi (61.5%) dibandingkan dengan yang Tingkat Ekonomi Tinggi (50%). Dari hasil uji statistik diperoleh nilai p value 0.048, ini mengindikasikan ada hubungan yang bermakna antara pendapatan keluarga dengan Depresi pada Lansia di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh. Penelitian ini menunjukkan semakin rendah tingkat pendapatan keluarga maka akan semakin sedikit lansia yang depresi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maydinar et al. (2022), yang meneliti tentang hubungan

status ekonomi dengan depresi pada lansia di Puskesmas Kota Baru, hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status ekonomi dengan depresi pada lansia dengan p-value=0.000 (kategori hubungan sangat erat).

Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Hasanah & Kusuma (2017), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status sosial dengan tingkat depresi pada lanjut usia. Menurut Maulida & Nurhasanah (2018), berbagai masalah ekonomi yang terjadi pada lansia diantaranya karena kemunduran fisik yang mempengaruhi lansia untuk memenuhi kebutuhan hidupnya selain itu karena kehilangan pasangan hidupnya yang sebelumnya merupakan penopang dalam memenuhi kebutuhan hidup dalam keluarganya.

Masalah ekonomi yang berhubungan dengan pendapatan keluarga pada lansia merupakan masalah yang kompleks dan melibatkan berbagai pihak untuk mengatasinya. Kerjasama lintas sektoral dan lintas program perlu dilakukan agar mengurangi biaya kesehatan, begitu juga dengan kesehatan lansia. Upaya lain yang dapat dilakukan untuk menurunkan tingkat depresi pada lansia adalah dengan cara melakukan penyuluhan tentang pentingnya menjaga kesehatan agar kondisi lansia tetap sehat sehingga dapat mengurangi biaya untuk kesehatan. Selain itu keterampilan sederhana yang sesuai dengan kemampuan lansia seperti menyulam dan menenun dapat diberikan kepada lansia untuk mengisi waktu luang, dan menjadi sumber penghasilan tambahan bagi lansia sehingga dapat mengurangi beban ekonomi keluarganya.

Asumsi peneliti bahwa Terapi Aktivitas Kelompok memiliki peran penting untuk menurunkan depresi pada lansia karena responden yang tingkat pendapatan keluarga rendah lebih rentan terkena depresi dari pada yang mempunyai tingkat pendapatan tinggi. Masalah ekonomi pada lansia terjadi ketika memasuki masa pensiun

atau berhentinya pekerjaan utama akibat adanya penurunan produktivitas kerja, sehingga terjadi penurunan pendapatan yang terkait dengan pemenuhan kebutuhan sehari-hari.

### **Efektivitas Terapi Aktivitas Kelompok Sosial (TAKS) terhadap Depresi pada Lansia**

Berdasarkan hasil analisa bivariat yang dilakukan dengan menggunakan uji statistik *Paired One Sample T-Test*, diketahui bahwa terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah melakukan Terapi Aktivitas Kelompok Sosial (TAKS) terhadap depresi pada lansia di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh. Hal ini dapat dilihat dari nilai sig. (2-tailed)=0.000 dan mean 0.325.

Dari jurnal penelitian Terapi Aktivitas Kelompok yang dilakukan Alhawari & Pratiwi (2021) didapatkan bahwa terapi aktivitas kelompok memiliki banyak manfaat sehingga terapi ini sangat efektif untuk dipakai dalam terapi pengobatan untuk penyembuhan suatu penyakit dan dapat di aplikasikan ke masyarakat sebagai terapi pengobatan.

Hasil penelitian Maulana et al. (2021) perbedaan rata-rata kemampuan sebelum dan sesudah perlakuan aktivitas kelompok stimulasi persepsi diberikan dengan perbedaan rata-rata -2.260. Hasil uji statistik diperoleh nilai p value=0.000 atau  $\alpha < 0.05$ . Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kemampuan mengontrol halusinasi sebelum dan sesudah stimulasi persepsi group activity therapy. Artinya terdapat pengaruh kemampuan pengendalian halusinasi sebelum dan sesudah stimulasi group activity therapy terhadap persepsi di RS Jiwa Prof HB Sa'anin Padang tahun 2019.

Panelitian lainnya yang berhubungan dengan depresi dilakukan oleh Alhawari & Pratiwi (2021) didapatkan nilai  $p=0.000$  dimana  $p < 0.05$  artinya terdapat pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) stimulasi sensori terhadap tingkat depresi pada lansia.

Asumsi peneliti dari beberapa jurnal yang telah direview didapatkan banyak faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat depresi pada lansia, seperti faktor lingkungan, hubungan social, usia, tingkat pendidikan, dan ditinggal pasangan. Oleh karena itu sangat penting dilakukan Terapi Aktivitas Kelompok terhadap lansia karena terapi ini sangat efektif untuk mengurangi tingkat depresi pada lansia.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Efektivitas Terapi Aktivitas Kelompok Sosial (TAKS) terhadap Depresi pada Lansia di Gampong Keuramat Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah melakukan Terapi Aktivitas Kelompok Sosial (TAKS) terhadap depresi pada lansia dengan nilai sig. (2-tailed)=0.000. Adapun faktor yang berhubungan dengan depresi pada lansia ada pada riwayat penyakit kronis (p value 0.010) dan pendapatan keluarga (p value 0.048). Asumsi peneliti bahwa Terapi Aktivitas Kelompok Sosial (TAKS) memiliki peran penting untuk menurunkan tingkat depresi pada lansia.

### **Saran**

Diharapkan kepada petugas kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Kuta Alam agar dapat meningkatkan penyuluhan tentang Terapi Aktivitas Kelompok Sosial (TAKS) pada lansia, dan memberikan pengetahuan pada lansia tentang cara menurunkan depresi, serta meningkatkan kerjasama lintas sektoral khususnya kerjasama dalam meningkatkan derajat kesehatan lansia dan menimalisir penyakit yang terjadi pada lansia. Bagi peneliti selanjutnya jika tertarik dengan topik yang sama, agar dapat menggunakan variabel yang berbeda, supaya diperoleh hasil yang jelas tentang

efektivitas Terapi Aktivitas Kelompok Sosial (TAKS) terhadap depresi pada lansia.

**DAFTAR PUSTAKA**

1. Alhawari V. & Pratiwi A.J.J.K., (2021)., **Study Literature Review: Pengaruh Efektivitas Terapi Aktivitas Kelompok Terhadap Tingkat Depresi pada Lansia**, ;10(1):82-90.
2. Aryantiningsih D.S.J.A.-N.J.K.M., (2014) **Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemanfaatan Posyandu Lansia di Kota Pekanbaru**, ;1(2):42-47.
3. Ayu utami w., (2019) **Hubungan Interaksi Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia di UPTD Panti Sosial Rehabilitasi Lanjut Usia Ciparay**
4. BPS Statistics Indonesia, 2020.
5. Cicih L.H.M. & Nugroho D.N.A., (2021)., **Kondisi Lanjut Usia di Indonesia Era Bonus Demografi**, Sosio Informa ;7(2).
6. Haruna D.H., (2014) **Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok terhadap Kemampuan Interaksi Sosial Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Wredha Gau Mabaji Gowa: Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar; 2014.**
7. Hasanah R. & Kusuma F.H.D.J.N.N.J.I.K., (2017)., **Hubungan Antara Status Sosial dengan Tingkat Depresi pada Lanjut Usia di Posyandu Lansia Permadi Kelurahan Tlogomas Kota Malang** ;2(1).
8. Hidayati S. & Baequny A.J.B.J.I.d.T.K., (2021)., **Pengaruh Karakteristik Lansia dan Dukungan Keluarga terhadap Tingkat Depresi pada Lansia**, ;12(1):17-25.
9. Kodir K., Margiyati M., Ningrum T.F. & Amalia D.J.J.K.S., (2020)., **Pengaruh Kombinasi Terapi Relaksasi Progresif & Musik Keroncong terhadap Insomnia pada Lansia di Posyandu Setya Manunggal III Kabupaten Semarang**;5(2):46-51.
10. Maulana I., Hernawaty T. & Shalahuddin I.J.J.K.J.P.P.N.I., (2021)., **Terapi Aktivitas Kelompok Menurunkan Tingkat Halusinasi pada Pasien Skizofrenia: Literature Review**,9(1):153-160.
11. Maulida A. & Nurhasanah N.J.I.N.J., (2018)., **Gambaran Pengabaian Diri (Self-Neglect) pada Lanjut Usia**, 9(3):1-5.
12. Maydinar D. D., Andina R. G. & Effendi S. J. P. J. K. M., (2022)., **Hubungan Dukungan Keluarga dan Status Ekonomi dengan Depresi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Baru Kabupaten Lebong**;6(2):1063-1071.
13. Meilirianta M., Maspupah M.J.I.N.J.O.E. & CLINIC., (2018) **Geriatric Gymnastic to Quality of Sleep in PTSD Senjarawi Bandung**, 2(2):223-227.
14. Ningrum T.P., Okatiranti O. & Wati D.K.K.J.J.K.B., (2017)., **Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia (Studi Kasus: di Kelurahan Sukamiskin Kota Bandung)**,5(2).
15. Pranata L., Indaryati S. & Fari A.I.J.M., (2020)., **Pendampingan Lansia Dalam Meningkatkan Fungsi Kognitif Dengan Metode Senam Otak**,1(4):172-176.
16. Saputri W.A., (2018)., **Penerapan Balance Exercise pada Lansia Dengan Gangguan Keseimbangan Tubuh di BPSTW Abiyoso: poltekkes kemenkes yogyakarta**
17. Sudargo T., Aristasari T., Prameswari A.A., Ratri F.A. & Putri S.R., (2021)., **Asuhan Gizi pada Lanjut Usia: UGM PRESS.**