

Program “Lansia Sabar” Berbasis *Reminiscence* dan *Art Therapy* Untuk Meningkatkan Kepuasan Hidup Pada Lansia Penderita Hipertensi

Desak Ayu Wida Pratia Wijaya

ABSTRAK

Kepuasan hidup adalah kriteria utama dalam tercapainya *successful aging* pada lansia. Munculnya penyakit kronis seperti hipertensi yang biasanya dialami lansia dapat mempengaruhi kepuasan hidupnya. Berkaitan dengan hal tersebut, terapi *reminiscence* dan *art therapy* diyakini mampu memfasilitasi lansia untuk lebih memahami keadaan psikisnya dan memaknai kehidupannya dengan lebih positif sehingga dapat meningkatkan kepuasan hidupnya. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh integratif terapi *reminiscence* dan *art therapy* yang disebut dengan “Program Lansia Sabar” untuk meningkatkan kepuasan hidup pada lansia penderita penyakit hipertensi. Penelitian ini menggunakan *one group pretest-posttest design*. Pengukuran kepuasan hidup dengan menggunakan skala modifikasi *The Life Satisfaction Index-Z*. 9 orang lansia penderita hipertensi berusia 55 - 70 tahun mengikuti 6 sesi Program Lansia Sabar. Hipotesis penelitian diuji dengan *wilcoxon matched-pairs signed ranks T test* dan dilengkapi dengan analisis deskriptif dengan menggunakan hasil observasi dan wawancara selama intervensi berlangsung. Hasil analisis dengan *wilcoxon signed ranks test* menunjukkan $z = -2.670$ dan $p = 0.008$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa Program Lansia Sabar dapat meningkatkan kepuasan hidup pada lansia penderita hipertensi dengan signifikan.

Kata Kunci: *reminiscence*, *art therapy*, lansia, hipertensi, kepuasan hidup

ABSTRACT

Life satisfaction is the main criterion to achieve successful aging in older adults. Chronic diseases such as hypertension that is usually experienced by older adults will affect their life satisfaction. In this regard, reminiscence therapy and art therapy is believed to be able to facilitate older adults to better understand and interpret the psychological state of life more positively to increase their life satisfaction. This study aims to examine the effectiveness of an integrative therapy that is based on the modification of reminiscence therapy and art therapy, which is named "Lansia Sabar" program to increase life satisfaction in older adult patients with hypertension. This study uses a one-group pretest-posttest design. Life satisfaction is measured using a scale modified from The Life Satisfaction Index-Z. 9 older adult patients with hypertension aged 55 - 70 years attended 6 sessions of "Lansia Sabar" program. The study hypothesis tested using the wilcoxon signed ranks test, with and additional descriptive analysis of the data gathered from observations and interviews during the intervention. The wilcoxon signed ranks test showed $z = -2.670$ dan $p = 0.008$. It conclude that there was significant effect of "Lansia Sabar" program on life satisfaction of older adult patients with hypertension.

Keywords: *reminiscence*, *art therapy*, older adults, hypertension, life satisfaction