

BAB 5

PEMBAHASAN

5.1 Tingkat Motivasi pada Lansia Sebelum Diberikan Intervensi Terapi Aktivitas Kelompok

Berdasarkan hasil penelitian *pre-test* menunjukkan bahwa tingkat motivasi pada semua responden sebelum dilakukan intervensi Terapi Aktivitas Kelompok yang menggunakan lembar kuesioner sebagian besar lansia memiliki tingkat motivasi sedang sebanyak 32 orang (86,5%).

Tingkat motivasi ini dapat disebabkan oleh beberapa hal antara lain dipengaruhi oleh lingkungan, keinginan, tuntutan perkembangan, pemimpin, dorongan atau bimbingan dan harapan. Selaras dengan pendapat yang dikemukakan Maslow bahwa motivasi dapat dipengaruhi oleh dua faktor yakni ekstern (tuntutan perkembangan, dorongan atau bimbingan) dan intern, termasuk didalamnya yakni: lingkungan, tingkat pendidikan dan keinginan atau harapan (Mujahidullah (2012)).

Berdasarkan hasil penelitian terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi lansia antara lain Dukungan antar teman sebaya sangat dibutuhkan oleh lansia untuk saling memberikan informasi, motivasi serta dapat tercipta rasa kebersamaan sehingga mereka merasa dirinya tidak kesepian karena mempunyai keluarga baru yang dapat memberikan perhatian kepadanya, Selain itu terdapat faktor lain yang disebabkan karena mereka merasa dirinya kurang perhatian dan dukungan dari teman-teman sekitar, serta kondisi fisik mereka yang menurun sehingga menyebabkan mereka sering sakit-sakitan dan malas untuk melakukan kebersihan diri dan juga Faktor sebagai

berikut : 1) Yang menyebabkan motivasi lansia rendah di lingkungan panti adalah karena lansia kurang berkumpul dengan teman sebayanya sehingga mereka kurang berinteraksi dan mendapatkan dukungan motivasi dari teman sebayanya. 2) tingkat pendidikan juga memiliki peran penting terhadap motivasi lansia untuk melakukan personal hygiene, karena lansia yang memiliki tingkat pendidikan yang rendah sebagian besar tingkat pendidikan adalah SD 16 (43,2%) akan lebih condong untuk tidak memperhatikan kebersihan diri, karena kebersihan diri dianggap merupakan sebuah aktifitas yang tidak begitu penting untuk dilakukan setiap hari. Hal tersebut juga dapat dipengaruhi karena lansia tidak tahu bagaimana manfaat kebersihan diri yang baik terhadap kesehatan mereka begitu juga sebaliknya. 3) keinginan, motivasi dapat juga dipengaruhi oleh keinginan atau mood seseorang, ketika keinginan seseorang sangat tinggi untuk melakukan sesuatu atau aktivitas disitulah motivasi pada seseorang akan muncul. Berdasarkan hasil wawancara dengan lansia, mayoritas mengungkapkan bahwa mereka memiliki keinginan yang rendah untuk melakukan personal hygiene, sehingga hal tersebut secara tidak langsung motivasi pada lansia kurang.

Berdasarkan hasil observasi dan teori diatas diasumsikan bahwa faktor lingkungan, tingkat pendidikan dan keinginan dapat mempengaruhi tingkat motivasi pada seseorang.

5.2 Motivasi Pada Lansia Sesudah Diberikan Intervensi Terapi Aktivitas Kelompok

Hasil pengukuran tingkat motivasi setelah diberikan intervensi Terapi Aktivitas Kelompok yang menggunakan alat ukur lembar kuesioner sebagian besar lansia yang mengalami peningkatan sebanyak 23 lansia (62,2%)

Menurut Purwaningsih dan Karlina (2009), TAK mempunyai manfaat terapeutik, yaitu manfaat umum, khusus dan rehabilitasi. Manfaat umum, meliputi: Meningkatkan kemampuan uji realitas, Melakukan sosialisasi, dan membangkitkan motivasi untuk kemajuan fungsi kognitif dan afektif. TAK juga memiliki manfaat khusus yakni: Meningkatkan identitas diri, menyalurkan emosi secara konstruktif dan Meningkatkan keterampilan hubungan interpersonal atau sosial. Selain memiliki manfaat umum dan khusus TAK juga memiliki manfaat rehabilitasi yakni meliputi: Meningkatkan keterampilan ekspresi diri, meningkatkan keterampilan sosial dan meningkatkan kemampuan empati.

Hal ini disebabkan karena pelaksanaan Terapi Aktivitas Kelompok yang baik. Dimana dalam pelaksanaannya Terapi Aktivitas Kelompok ini dilakukan selama 7 kali dalam 1 minggu. Untuk mencapai keberhasilan dalam melakukan intervensi Terapi Aktivitas Kelompok dengan memperhatikan beberapa dukungan yaitu: 1) Dukungan emosional dengan mengembangkan rasa empati dan peduli pada seseorang, dukungan emosional dapat memberikan kenyamanan, rasa memiliki dan rasa dicintai. 2) dukungan informasional, dukungan berupa pilihan kemudahan, arahan, sugesti, dan umpan balik dari apa yang dilakukan. Dukungan ini bisa berupa dukungan informasi terkait hal yang dibutuhkan seseorang. 3) dukungan kebersamaan, Dukungan berupa jaringan dalam berbagai minat dan

aktivitas bersama. Dukungan ini melibatkan rasa kebersamaan satu sama lain. Dukungan ini meningkatkan rasa saling memiliki. Dengan demikian semua anggota dapat merasakan dukungan satu sama lain dan akan mencoba mengungkapkan setiap permasalahan yang ada untuk diselesaikan secara bersama-sama (*Training in Human Right and Citizent Ship Educcion Concoil Europe,2007*).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi motivasi diantaranya dukungan keluarga, teman sebaya serta mekanisme koping dari lansia, apabila dukungan teman sebaya baik maka lansia yang mempunyai masalah akan selalu menceritakan masalah yang dihadapinya kepada teman-temannya untuk saling memberikan dukungan serta solusi untuk memecahkan masalah yang dapat dihadapi oleh lansia tersebut. Sehingga lansia yang berada di panti tidak merasa hidup sendiri yang dapat menyebabkan mereka sering menyendiri dan merasa bosan (Effendy, 2008).

Berdasarkan hasil penelitian setelah diberikan terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi sebagian besar meningkat karena terapi aktifitas kelompok merupakan terapi yang sangat bagus untuk meningkatkan motivasi lansia karena didalam proses tersebut lansia dapat mengungkapkan masalah-masalah yang dialami dan mendapat dukungan positif dari teman sebayanya dalam kelompok tersebut yang membuat motivasi lansia meningkat sehingga lansia mengungkapkan keinginannya untuk melakukan kebersihan diri yang pada awalnya lansia malas untuk melakukannya

Dalam pelaksanaan Terapi Aktivitas Kelompok ini lansia merasa senang bisa berkumpul bersama teman-temannya sehingga mereka bisa saling

mengungkapkan masalah-masalah-masalah yang ada, tempat bagi lansia untuk saling memberi dan mendapatkan dukungan secara emosi dan praktis dengan cara bertukar informasi, dukungan baik dukungan motivasi dan kebersamaan. Pada saat penelitian lansia kooperatif dalam proses TAK dan kehadiran lansia saat proses 70% dari responden yang sudah ditentukan.

5.3 Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Terhadap Tingkat Motivasi Pada Lansia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah 7 kali diberikan intervensi sebagian besar lansia mengalami peningkatan motivasi. Hal ini diperkuat dengan hasil uji statistik *Wilcoxon Sign Rank Test* dengan nilai $p=0,002$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti ada pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok terhadap tingkat motivasi pada lansia.

Manfaat Terapi Aktivitas Kelompok adalah terapi psikologis yang dapat memberikan dampak positif bagi kesehatan, dukungan yang diberikan memberikan efek positif terhadap kesehatan yang dapat membuat individu merasa dicintai, dihargai, diperhatikan, mengurangi masalah psikologis individu dan mengurangi kecemasan dalam menghadapi masalah. (Randal, 2003).

Hal tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Abdillah (2014) yang berjudul “Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Terhadap Peningkatan Harga Diri dan Motivasi”, bahwa ada pengaruh pemberian terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi terhadap peningkatan harga diri dan motivasi.

Maslow juga mengatakan bahwa manusia adalah makhluk social “berkeinginan”, dan keinginan ini menimbulkan kebutuhan yang butuh dipenuhi,

kebutuhan yang telah dipenuhi (dipuaskan), mempunyai pengaruh untuk menimbulkan keinginan atau kebutuhan lain yang lebih meningkat.

Djalli dan Sppaile (2013) mengatakan bahwa Terapi Aktivitas Kelompok sangat efektif dalam menanggulangi penyimpangan perilaku melalui penguatan positif dan pengendalian diri, selain itu kegiatan ini juga dapat meningkatkan harga diri seseorang, perubahan harga diri seseorang dapat terjadi karena adanya kegiatan dinamika dalam kelompok yang membuat keterlibatan setiap anggota kelompok serta adanya dukungan dan kebersamaan antar sesama. Terapi Aktivitas Kelompok juga mampu meningkatkan motivasi, membentuk konsep diri pada diri setiap individu untuk terus memperbaiki diri. Terapi Aktivitas Kelompok merupakan salah satu cara yang terbukti mampu diterapkan pada populasi lansia, karena adanya dinamika dalam kelompok yang mampu mengatasi masalah isolasi yang telah menurun melalui interaksi antar anggota kelompok.

Berdasarkan hasil penelitian peningkatan motivasi lansia di panti sebelum diberikan terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi pada awalnya lansia memiliki tingkat motivasi dan keinginan yang rendah untuk melakukan personal hygiene secara teratur akan mengalami peningkatan motivasi ketika mendapat dukungan dari teman-teman sebaya saat TAK berlangsung, selain memperoleh dukungan dari teman sebaya lansia juga memperoleh pemahaman baru terhadap baiknya melakukan personal hygiene yang teratur dan baik sehingga lansia memahami pentingnya personal hygiene dan meningkatkan motivasi personal hygiene dengan baik dan teratur.

Dari hasil analisa setelah dilakukan perlakuan Terapi Aktivitas Kelompok , lansia merasa lebih tenang dan merasa senang karena dengan adanya dukungan

dan keakraban antar lansia sehingga mereka termotivasi dan tidak jenuh berada dipanti, serta mereka bisa menceritakan masalah yang dimiliki untuk bisa dipecahkan bersama-sama dengan teman sebayanya.