

BAB 4

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini peneliti akan menyajikan hasil penelitian dan pembahasan dari pengumpulan data tentang “*Kegiatan Berkebun Sebagai Upaya Menurunkan Tingkat Kesepian Pada Lansia yang Tinggal di Rumah Di Masa Pandemi Covid-19 di Kelurahan Petemon Surabaya*”. Penelitian ini dilakukan selama 2 minggu pada tanggal 24 Oktober sampai dengan 7 November 2021 dengan jumlah sampel 2 responden.

1.1 Hasil Penelitian

4.1.1. Identifikasi tingkat kesepian sebelum kegiatan berkebun pada lansia

Tabel 4.1 Tingkat Kesepian Lansia Sebelum Dilakukan Kegiatan Berkebun di Kelurahan Petemon Surabaya Pada Tanggal 23 Oktober 2021

Responden	Nilai	Tingkat Kesepian
Ny. M	68	Berat
Ny. S	71	Berat

Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 4.1 di atas dapat menunjukkan bahwa nilai yang didapat sebelum dilakukan kegiatan berkebun pada lansia di Kelurahan Petemon Surabaya berada pada tingkat kesepian berat.

4.1.2. Identifikasi respon saat kegiatan berkebun pada lansia

Pada hari pertama berkebun, kegiatan dimulai pukul 08.00 WIB tanggal 24 Oktober 2021. Peneliti menyiapkan tanah, pupuk, sekam, pot, alat siram air, air dalam ember. Peneliti membagikan masing-masing 1 tanaman kepada 2 responden, ditambah 1 lansia sebagai teman berkebun.

Peneliti memberi arahan-arahan kepada responden. Kegiatan dimulai dari memberi tanah sedikit ke dalam pot, lalu kedua responden memindahkan tanaman dari polybag ke dalam pot. Selanjutnya pot diisi lagi dengan tanah dan pupuk lalu dicampur, lalu diberi sekam. Setelah itu selesai selanjutnya tanaman yang sudah di pot disirami air. Pada saat menyirami, 2 responden kelebihan memberi air. Sehingga air keluar dari bawah pot dan lingkungan menjadi basah. Kegiatan berkebun berakhir pukul 09.00 WIB, yang dilanjutkan dengan sarapan kedua lansia.

Didapatkan hasil bahwa respon kedua responden, Ny. M dan Ny. S antusias selama kegiatan berkebun berlangsung. Kedua responden datang tepat waktu sesuai kontrak waktu yang dibicarakan sebelumnya Bersama peneliti. Ny. M kooperatif ketika menyiram tanaman yang peneliti berikan air dan alat untuk menyiram, beliau memilih tanaman yang baik saat dibagikan tanaman yang akan digunakan untuk berkebun. Ny. S aktif dan kooperatif, mampu mengikuti arahan dari peneliti. Ketika mendatangi rumah masing-masing responden sebagai kelanjutan kegiatan berkebun, kedua responden kooperatif dan dapat ditemui untuk dilaksanakan kegiatan menyiram air pada pagi dan petang selama 6hari. Ny. M dan Ny. S berkata perasaannya senang dengan kegiatan berkebun dan akan merawat tanaman itu di rumah.

Pada hari kedua berkebun, kegiatan dimulai pukul 09.00 WIB tanggal 31 Oktober 2021. Peneliti menyiapkan tanah, pupuk, sekam, pot, alat siram air, air dalam ember. Peneliti membagikan masing-masing 1 tanaman kepada 2 responden. Peneliti memberi arahan-arahan kepada

responden. Kegiatan dimulai dari memberi tanah sedikit ke dalam pot, lalu kedua responden memindahkan tanaman dari polybag ke dalam pot (tanaman suruh-suruhan ditanam ke dalam pot baru). Selanjutnya pot diisi lagi dengan tanah dan pupuk lalu dicampur, lalu diberi sekam. Setelah itu selesai selanjutnya tanaman yang sudah di pot disirami air. Pada saat menyirami, 2 responden memberi air dengan takaran pas tidak berlebihan. Sehingga air tidak keluar dari bawah pot dan lingkungan tidak basah.

Didapatkan hasil bahwa respon kedua responden, Ny. M dan Ny. S antusias selama kegiatan berkebun berlangsung. Ny. M kooperatif ketika menyiram tanaman. Ny. S aktif dan kooperatif, mampu mengikuti arahan dari peneliti. Ketika mendatangi rumah masing-masing responden sebagai kelanjutan kegiatan berkebun, kedua responden kooperatif dan dapat ditemui untuk dilaksanakan kegiatan menyiram air pada pagi dan petang selama 6hari kemudian. Ny. M dan Ny. S berkata perasaannya senang dengan kegiatan berkebun dan akan merawat tanaman itu di rumah.

Pada hari ketiga berkebun, kegiatan dimulai pukul 16.00 WIB tanggal 7 November 2021. Peneliti menyiapkan tanah dalam baskom, pupuk, pot, sekop kecil, air dalam botol. Peneliti membagikan masing-masing 1 tanaman suruh-suruhan kepada 2 responden, ditambah 1 orang untuk menemani peneliti. Peneliti dan *partner* memberi arahan-arahan kepada responden. Kedua responden sebelum menanam mencampurkan tanah dan pupuk ke dalam baskom terlebih dahulu. Responden melakukan kegiatan berkebun secara satu persatu karena lingkungan kurang luas dan tetap menerapkan *social distancing*. Lalu dimulai dari memberi tanah

sedikit ke dalam pot, lalu kedua responden memindahkan tanaman dari botol ke dalam pot. Selanjutnya pot diisi lagi dengan tanah dan pupuk lalu dicampur. Setelah itu selesai selanjutnya tanaman yang sudah di pot disirami air. Pada saat menyirami, 2 responden memberi air cukup, hanya sampai tanah lembab. Sehingga air tidak keluar dari bawah pot dan lingkungan menjadi basah. Kegiatan berkebun berakhir pukul 16.45 WIB.

Didapatkan hasil bahwa respon kedua responden, Ny. M dan Ny. S antusias selama kegiatan berkebun berlangsung. Ny. M aktif dan kooperatif ketika menanam tanaman. Ny. S kooperatif, mampu mengikuti arahan dari peneliti. Ny. M dan Ny. S berkata perasaannya senang dengan kegiatan berkebun dan akan merawat tanaman itu di rumah.

4.1.3. Identifikasi tingkat kesepian setelah kegiatan berkebun pada lansia

Tabel 4.2 Tingkat Kesepian Lansia Sesudah Dilakukan Kegiatan Berkebun di Kelurahan Petemon Surabaya Pada Tanggal 9 November 2021

Responden	Nilai	Tingkat Kesepian
Ny. M	61	Sedang
Ny. S	67	Berat

Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel di atas dapat menunjukkan bahwa ada perubahan nilai yang didapat sebelum dan setelah dilakukan kegiatan berkebun pada lansia di Kelurahan Petemon Surabaya. Perubahan tersebut kurang signifikan karena ada responden yang masih berada pada tingkat kesepian berat.

4.2. Pembahasan

4.2.1. Identifikasi tingkat kesepian sebelum kegiatan berkebun pada lansia

Berdasarkan tabel 4.1 diatas dapat dijelaskan bahwa tingkat kesepian lansia sebelum dilakukan kegiatan berkebun berada pada tingkat kesepian berat. Ny. M mendapatkan nilai 68 dan Ny. S mendapatkan nilai 71. Dimana nilai tersebut masuk pada tingkat kesepian berat. Artinya bahwa responden belum mendapatkan suatu kegiatan yang mana lansia tersebut tidak merasa kesepian.

Pada ceklist kuisisioner yang diberikan ke Ny. M didapatkan bahwa Ny. M menyatakan bahwa tidak pernah merasa tidak cocok dengan orang-orang sekitar, tidak pernah merasa tidak memiliki teman, tidak merasa tidak ada seseorang pun yang dapat dimintai tolong, tidak pernah merasa sendiri, selalu merasa menjadi bagian dari kelompok teman-teman, selalu merasa bahwa memiliki banyak persamaan dengan orang-orang di sekitar, tidak pernah merasa bahwa tidak dekat dengan orang lain, kadang-kadang merasa bahwa hobi dan ide tidak sama dengan orang-orang di sekitar, kadang-kadang merasa ramah dan bersahabat, jarang merasa dekat dengan orang lain, tidak pernah merasa ditinggalkan, tidak pernah merasa hubungan dengan orang lain tidak berarti, tidak pernah merasa tak satupun orang mengenal dengan baik, tidak pernah merasa terisolasi dari orang lain, selalu merasa dapat menemukan teman Ketika membutuhkan, kadang-kadang merasa bahwa ada seseorang yang benar-benar dapat mengerti, tidak pernah merasa malu, tidak pernah merasa bahwa orang-orang ada di sekitar tetapi tidak Bersama, selalu merasa bahwa ada orang yang dapat diajak bicara (ngobrol), dan selalu merasa bahwa ada oang yang dapat dimintai tolong.

Sedangkan responden Ny. S menyatakan bahwa tidak pernah merasa tidak cocok dengan orang-orang sekitar, tidak pernah merasa tidak memiliki teman, tidak merasa tidak ada seseorang pun yang dapat dimintai tolong, tidak pernah merasa sendiri, kadang-kadang merasa menjadi bagian dari kelompok teman-teman, selalu merasa bahwa memiliki banyak persamaan dengan orang-orang disekitar, tidak pernah merasa bahwa tidak dekat dengan orang lain, jarang merasa bahwa hobi dan ide tidak sama dengan orang-orang disekitar, selalu merasa ramah dan bersahabat, selalu merasa dekat dengan orang lain, tidak pernah merasa ditinggalkan, tidak pernah merasa hubungan dengan orang lain tidak berarti, tidak pernah merasa tak satupun orang mengenal dengan baik, tidak pernah merasa terisolasi dari orang lain, selalu merasa dapat menemukan teman Ketika membutuhkan, selalu merasa bahwa ada seseorang yang benar-benar dapat mengerti, tidak pernah merasa malu, jarang merasa bahwa orang-orang ada disekitar tetapi tidak Bersama, selalu merasa bahwa ada orang yang dapat diajak bicara (ngobrol), dan selalu merasa bahwa ada oang yang dapat dimintai tolong.

Menurut Artinawati (2014) kegiatan-kegiatan yang dilakukan lanjut usia diperlukan untuk meningkatkan kesehatan lanjut usia serta mencegah terjadinya masalah pada psikologis dan mental pada lanjut usia. Perubahan psikologis dan psikososial yang terjadi pada lansia meliputi mental dan emosional, dimana sering muncul perasaan pesimis, timbul perasaan tidakaman, cemas dan kesepian (Mubarak, Chayatin & Santoso, 2011, p.153). Dalam hal ini kesepian dapat berkurang karena kurang adanya kegiatan-kegiatan berarti.

Dari hasil penelitian didapatkan lansia cenderung berada pada tingkat kesepian berat karena belum ada aktivitas-aktivitas berarti yang dapat

menurunkan kesepian pada lansia. Lansia hanya sedikit melakukan aktivitas dan hanya berdiam diri di dalam rumah maupun di teras rumah. Apalagi dengan adanya pandemi covid 19 membuat semakin terbatasnya aktivitas-aktivitas. Dapat disimpulkan semakin sedikitnya kegiatan-kegiatan berarti maka peluang lansia mengalami kesepian semakin besar.

4.2.2. Identifikasi respon saat kegiatan berkebun pada lansia

Didapatkan hasil bahwa respon kedua responden, Ny. M dan Ny. S antusias selama kegiatan berkebun berlangsung. Ny. M kooperatif ketika menyiram tanaman yang peneliti berikan air dan alat untuk menyiram, beliau memilih tanaman yang baik saat dibagikan tanaman yang akan digunakan untuk berkebun. Ny. S aktif dan kooperatif, mampu mengikuti arahan dari peneliti. Ketika mendatangi rumah masing-masing responden sebagai kelanjutan kegiatan berkebun, kedua responden kooperatif dan dapat ditemui untuk dilaksanakan kegiatan menyiram air pada pagi dan petang selama 2 minggu. Ny. M dan Ny. S berkata perasaannya senang, bahagia, tenang dengan kegiatan berkebun dan akan merawat tanaman itu di rumah. Menurut mereka kegiatan berkebun merupakan kegiatan menyenangkan melibatkan keterampilan jari-jari tangan dan membuat hati ceria.

Manfaat berkebun pada tingkat kemampuan fisik dapat dilihat pada peningkatan kekuatan otot, peningkatan keterampilan motorik halus dan peningkatan keseimbangan, termasuk transplantasi, yang membutuhkan praktik menggenggam dan melepaskan serta fleksi ibu jari dan jari telunjuk (McGuire 1997, Browndkk. 2004). Kegiatan berkebun meningkatkan antusiasme dan rasa

tanggung jawab dan pencapaian, mulai dari pemilihan bahan tanaman hingga menanam tanaman penghasil bunga yang menciptakan harapan hingga waktu mekar. Mempelajari keterampilan berkebun baru merangsang rasa ingin tahu di antara orang tua (Wakefielddkk. 2007). Pada hasil penelitian ditemukan kedua responden memiliki antusiasme dan kemauan mengikuti kegiatan berkebun agar bertambah kegiatan mereka yang berarti untuk mengurangi rasa kesepian.

Dengan demikian bahwa antusiasme dan kemauan memiliki pengaruh agar para lansia dapat memiliki aktivitas berarti.

4.2.3. Identifikasi tingkat kesepian setelah kegiatan berkebun pada lansia

Berdasarkan tabel 4.2 di atas dapat menunjukkan bahwa ada perubahan nilai yang didapat sebelum dan setelah dilakukan kegiatan berkebun pada lansia di Kelurahan Petemon Surabaya. Perubahan tersebut kurang signifikan karena ada responden yang masih berada pada tingkat kesepian berat. Ny. M mendapatkan nilai 61, dimana masuk kategori tingkat kesepian sedang. Dan Ny. S mendapat nilai 67 yang mana masih masuk kategori tingkat kesepian berat.

Hasil ditemukan selama penelitian berlangsung bahwa terdapat satu responden yang tidak patuh menyiram tanaman ketika kunjungan peneliti ke rumah responden. Tanaman yang dibagikan lebih sering dirawat oleh anggota keluarga, dalam hal ini anaknya. Sedangkan responden tersebut hanya kadang-kadang dan atau ketika kunjungan saja.

Yakni responden kedua, Ny. S. Setelah kegiatan berkebun peneliti mengevaluasi dengan menggunakan ceklist kuisisioner. Beliau menyatakan bahwa

kadang-kadang merasa tidak cocok dengan orang-orang di sekitar, tidak pernah merasa tidak memiliki teman, tidak pernah merasa tidak ada seseorang pun yang dapat beliau mintai tolong, selalu merasa sendiri, tidak pernah merasa menjadi bagian dari kelompok teman-teman beliau, kadang-kadang merasa bahwa memiliki banyak persamaan dengan orang-orang di sekitar, kadang-kadang merasa bahwa tidak dekat dengan orang lain, tidak pernah merasa bahwa hobi dan ide tidak sama dengan orang-orang sekitar, selalu merasa ramah dan bersahabat, tidak pernah merasa dekat dengan orang lain, tidak pernah merasa ditinggalkan, tidak pernah merasa hubungan dengan orang lain tidak berarti, kadang-kadang merasa tak satupun orang mengenal dengan baik, tidak pernah merasa terisolasi dari orang lain, selalu dapat menemukan teman ketika membutuhkannya, selalu merasa bahwa ada seseorang yang benar-benar dapat mengerti, tidak pernah merasa malu, tidak pernah merasa bahwa orang-orang ada di sekitar tetapi tidak bersama beliau, selalu merasa bahwa ada orang yang dapat diajak bicara (ngobrol), dan selalu merasa bahwa ada orang yang dapat mintai tolong. Sehingga total nilai masuk berada tingkat kesepian berat.

Proses menua (aging) adalah proses alami yang dihadapi manusia. Dalam proses ini, tahap yang paling krusial adalah tahap lansia (lanjut usia). Dalam tahap ini, pada diri manusia secara alami terjadi penurunan atau perubahan kondisi fisik, psikologis maupun sosial yang saling berinteraksi satu sama lain. Keadaan itu cenderung berpotensi menimbulkan masalah kesehatan secara umum (fisik) maupun kesehatan jiwa secara khusus pada individu lanjut usia. Lanjut usia ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis tertentu. Efek-efek tersebut menentukan lansia dalam melakukan penyesuaian diri secara baik atau buruk,

akan tetapi ciri-ciri lanjut usia cenderung menuju dan membawa penyesuaian diri yang buruk dari pada yang baik dan kepada kesengsaraan dari pada kebahagiaan, itulah sebabnya mengapa usia lanjut lebih rentan dari pada usia madya (Hurlock, 1999) dalam Muttaqien 2017. Maka karena efek-efek disebabkan proses menua berlangsung, responden tersebut lebih menunjukkan penyesuaian diri yang buruk. Semakin tua umur lansia, proses menua dan efeknya memengaruhi penyusaian diri lansia yang cenderung ke arah buruk.

Responden kedua, Ny. S, selama penelitian berlangsung dari hasil observasi, wawancara dan evaluasi menggunakan cek list kuisisioner, termasuk tipe kesepian emosional. Dimana Ny. S merasakan sendirian karena ditinggal pasangannya meninggal. Sehingga kedekatan intim dengan pasangan tidak ada. Meskipun ada banyak keluarga yang menemani di rumah. Hal ini sesuai menurut Weiss (dalam Sears, dkk, 1985/1994, dalam Ramadhani 2019) dimana terdapat 2 tipe kesepian, yakni kesepian emosional dan kesepian social. Kesepian emosional terjadi karena tidak adanya figure kedekatan dalam hubungan intimnya, kurangnya hubungan dekat dengan orang lain, meskipun berinteraksi social dengan banyak orang, tetap merasa kesepian. Hal yang sama terjadi pada Ny. S.

Seperti pada penelitian, kedua responden berumur 64 dan 70 tahun. Sedangkan yang tidak patuh yang berumur 70 tahun. Hal ini sependapat dengan penelitian Rahayu (2010) bahwa usia 65 ke atas lansia tidak tertarik mengikuti kegiatan yang ada. Menurut Amalia (2013) umur dapat memengaruhi tingkat kesepian. Ini dibenarkan pada saat penelitian, semakin bertambahnya umur mengalami penurunan kognitif, fisik, dan mental.

Lalu responden lain sesudah kegiatan berkebun berada pada tingkat kesepian sedang. Lansia tersebut mau mengikuti arahan dari peneliti hingga tercapailah tujuan peneliti bahwa kegiatan berkebun dapat mengurangi kesepian terhadap lansia.

Yakni responden pertama, Ny. M. Setelah kegiatan berkebun, peneliti mengevaluasi dengan ceklist kuisioner. Ny. M. Menyatakan bahwa jarang merasa tidak cocok dengan orang-orang dari sekitar beliau, jarang merasa tidak memiliki teman, tidak pernah merasa tidak ada seseorang pun yang dapat mintai tolong, tidak pernah merasa sendiri, selalu merasa menjadi bagian dari kelompok teman-teman, kadang-kadang merasa bahwa memiliki banyak persamaan dengan orang-orang di sekitar, tidak pernah merasa bahwa tidak dekat dengan orang lain, kadang-kadang merasa bahwa hobi dan ide tidak sama dengan orang-orang di sekitar, selalu merasa ramah dan bersahabat, kadang-kadang merasa dekat dengan orang lain, tidak pernah merasa ditinggalkan, kadang-kadang merasa hubungan dengan orang lain tidak berarti, tidak pernah merasa tak satupun orang mengenal dengan baik, kadang-kadang merasa terisolasi dari orang lain, kadang-kadang dapat menemukan teman ketika membutuhkannya, selalu merasa bahwa ada seseorang yang benar-benar dapat mengerti, kadang-kadang merasa malu, kadang-kadang merasa bahwa orang-orang ada di sekitar tetapi tidak bersama beliau, selalu merasa bahwa ada orang yang dapat diajak bicara (ngobrol), dan selalu merasa bahwa ada orang yang dapat beliau mintai tolong. Sehingga nilai berada pada tingkat kesepian sedang.

Apabila penelitian kegiatan berkebun dilanjutkan hingga lebih dari 4 minggu, dapat terjadi perubahan yang ada pada akan cenderung signifikan dan

terdapat perubahan yang berarti. Hal ini sejalan dengan Model konseptual keperawatan Adaptasi Sister Calista Roy yang menjelaskan individu sebagai sistem adaptif yang berinteraksi dengan lingkungan sebagai stimulus dan dapat berpengaruh pada kesehatannya (Adinugraha, 2014; Hadidi, 2015; Herawati, 2015). Model adaptasi ini dapat menjadi tolak ukur pada individu yang memiliki masalah atau kesulitan dalam beradaptasi terutama pada lansia yang umumnya berpotensi menderita depresi. Dan sejalan dengan teori Maxwell 1960 dalam Rossa 2021 bahwa dibutuhkan sekitar 21 hari pasien dapat beradaptasi dengan kebiasaan baru. Sejalan dengan penelitian Tse 2010 bahwa kegiatan berkebun yang dilakukan dalam 8 minggu dapat mengubah persepsi tentang kesepian pada lansia yang tinggal di panti jompo di Jepang, yakni terjadi penurunan yang signifikan dalam persepsi kesepian dan peningkatan kepuasan hidup.

