



# MODUL ART THERAPY PADA LANSIA DENGAN DEMENSI



INNER ART THERAPY

OLEH :

DEWI MURDIYANTI PP, M.KEP.,NS.,SP.KEP.M.B  
NIK : 1141 99 033

AKADEMI KEPERAWATAN "YKY" YOGYAKARTA  
2019

# **MODUL**

## **ART THERAPY PADA LANSIA DENGAN DEMENSIA**

Oleh :  
Dewi Murdiyanti Prihatin Putri

**UNIT PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT  
AKADEMI KEPERAWATAN “YKY” YOGYAKARTA  
YOGYAKARTA  
2019**

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Demensia Secara umum diartikan sebagai penurunan intelektual karena menurunnya fungsi bagian luar jaringan otak. Selain itu demensia merupakan suatu penurunan kualitas intelektual yang disertai gangguan pengamatan, hingga menurunnya daya ingat yang sangat mengganggu kemampuan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari, kemampuan berkomunikasi dan berbahasa, serta dalam pengendalian emosi. (Faisal Yatim, 2003)

Laporan Departemen Kesehatan RI tahun 1998 mengatakan bahwa peningkatan angka kejadian demensia berbanding lurus dengan meningkatnya umur harapan hidup suatu populasi. Kira-kira 5% usia lanjut 65 – 70 tahun menderita demensia meningkat dua kali lipat setiap 5 tahun mencapai lebih 45% pada usia diatas 85 tahun. Penyebab demensia 50 – 60% adalah penyakit Alzheimer. Alzheimer adalah kondisi dimana sel syaraf pada otak mati sehingga membuat signal dari otak tidak dapat ditransmisikan sebagaimana mestinya. Penderita Alzheimer mengalami gangguan memori, kemampuan membuat keputusan dan juga proses berpikir (Grayson, 2004).

Demensia secara umum banyak terjadi pada lansia. Penatalaksanaan demensia dapat dilakukan dengan beberapa intervensi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Chertkow, et all, (2008) diakatakan bahwa penatalaksanaan lansia dengan demensia dapat dilakukan dengan cara non farmakologi dan farmakologi. Penatalaksanaan non farmakologi dapat dilakukan intervensi kognitif, intervensi perilaku (*behavior management*), caregiver intervention programs, stimulasi kognitif seperti memberikan dukungan melalui lingkungan sekitarnya (*environment design*) dan stimulasi multisensori serta melakukan kegiatan yang dapat membuat mental sehat dan aktif.

*Peisah, Lawrence* dan *Reutens* (2011) membuktikan dalam penelitiannya bahwa *art therapy* merupakan suatu terapi yang berfungsi meningkatkan fungsi visuospatial dengan cara menghadirkan benda dengan berbagai variasi dan warna-warna. Disamping itu menstimulasi bagian frontal otak dan identitas diri dengan cara menggambar dan mewarnai gambar sehingga terapi ini dibutuhkan oleh pasien dengan demensia. *Bauer* (1993) mengatakan bahwa *art* atau seni adalah alat dalam iterapi pada pasien demensia.

Kim (2010) dalam disertasinya mengatakan bahwa menggambar merupakan kegiatan yang dapat membantu menyeimbangkan kemampuan fisik dan mental lansia karena aktivitas menggambar ini akan meningkatkan koordinasi dari gerakan tangan-mata dan bagian lain dari tubuh, modulasi gerakan tubuh dan menyeimbangkan aktivitas antara hemisfer kanan dan kiri dari otak.

## **BAB II**

### **PROSEDUR PELAKSANAAN ART THERAPY**

#### **A. Pengertian**

*Art therapy* adalah bentuk psikoterapi yang menggunakan media seni, material seni dengan pembuatan karya seni untuk berkomunikasi. Media seni dapat berupa pensil, kapur berwarna, cat warna, potongan kertas dan tanah liat (Adriani & Satiadarma, 2011). Sedangkan menurut Mukhtar & Hadjam (2006) *Art Therapy* adalah suatu proses terapeutik yang menggunakan media gambar atau lukisan sebagai alat asesmen dan intervensinya. Penggunaan aktivitas menggambar atau melukis sebagai suatu terapi didasarkan pada asumsi bahwa gambar merupakan bentuk komunikasi yang dengannya individu jarang melakukan resistensi, bahkan memberikan cara untuk mengekspresikan pikiran dan perasaannya.

#### **B. Manfaat**

Menurut Mukhtar & Hadjam (2006) aktivitas menggambar dapat menimbulkan perasaan tertarik dan menyenangkan pada individu serta merangsang partisipasi mereka karena dalam proses terapi ini individu melakukan sesuatu dan tidak hanya terlibat dalam pembicaraan.

Fungsi menggambar atau melukis dan mewarnai adalah sebagai berikut (<http://www.crayola.com/>):

1. Secara Fisik
  - a. Membantu koordinasi mata dan tangan, aktivitas tangan akan membantu pengembangan rasa (perasaan), ketangkasan/ketrampilan tangan, ketelitian dan genggaman tangan.
  - b. Membantu proses pengontrolan tangan dan jari, eksplorasi jari dan menggerakkannya, ketrampilan dan ketelitian, melatih otot-otot tangan.
2. Secara sensori
  - a. Membantu fokus stimulasi sensory, pemrosesan penglihatan visual dan perhatian, kelengkapan feedback sensory.
  - b. Membantu fokus perhatian visual dan pemrosesan, menstimulasi ujung-ujung jari, visual sensory feedback, responsi terhadap input sensory.
3. Secara komunikasi

- a. Membantu visualisasi perasaan dan ide-ide, proses ekspresi verbal, memberikan jalan untuk proses ekspresi diri melalui warna dan gambar visual, mempromosikan hubungan dan interaksi dengan teman-teman sebagai lainnya.
  - b. Membantu pengembangan non verbal ekspresi, emosi, ide dan pesan yang ingin disampaikan, diskusi verbal tentang hasil karyanya, kesempatan untuk menyampaikan ekspresi verbalnya secara spontan.
4. Secara kognitif
    - a. Membantu stimulasi mental dan fokus, kemampuan pemecahan masalah dan pengorganisasian ide-ide, perhatian terhadap detail dan kreativitas.
    - b. Membantu stimulasi mental, kemampuan penyelesaian masalah ( contoh dalam pemilihan warna ) dan kreativitas.
  5. Secara sosial dan emosional
    - a. Membantu melepaskan perasaan tegang dan mengurangi kecemasan, pemrosesan kepercayaan diri, menfasilitasi identifikasi emosi dan ekspresi serta kesadaran akan individualistik dan keunikan.
    - b. Membantu kepercayaan diri dan rasa dapat menyelesaikan sebuah tugas/pekerjaan, sosialisasi dan pembicaraan dengan teman lainnya, keluarga dan terapis, membantu kesabaran, menyesuaikan tindakan dan perasaan dalam sebuah ekspresi gambar.

### C. Tehnik Pelaksanaan

*Art Therapy* dapat dilakukan dengan beberapa cara diantaranya dengan memberikan suatu bahan yang berwarna dan meminta lansia untuk membuat suatu bentuk misalnya segitiga, bujursangkar ataupun lingkaran. Dapat pula dengan cara lansia diminta untuk mewarnai suatu sketsa gambar atau lansia menggambar kemudian diwarnai (Pesiah, Lawrence dan Reutens, 2011). Menurut Kim 2010 dalam disertasinya mengatakan bahwa aktivitas *art therapy* dapat diberikan selama maksimal 12 kali pertemuan atau sesi. Kegiatan art therapy ini dilakukan dalam bentuk grup atau kelompok dengan satu pendamping. Kemudian responden melakukan aktivitas menggambar secara individual sesuai dengan tema yang diberikan. Tiap kelompok responden disediakan bahan untuk *art therapy* seperti crayon, pensil warna, pensil gambar, spidol, cat air dan kertas gambar.

## **BAB III**

### **RENCANA PELAKSANAAN ART THERAPY**

Art therapy merupakan suatu bentuk psikoterapi yang menggunakan media seni, material seni dengan pembuatan karya seni untuk berkomunikasi. Penggunaan aktivitas menggambar atau melukis sebagai suatu terapi didasarkan pada asumsi bahwa gambar merupakan bentuk komunikasi yang dengannya individu jarang melalukan resistensi, bahkan memberikan cara untuk mengekspresikan pikiran dan perasaannya.

Rencana pelaksanaan latihan senam otak diuraikan sebagai berikut :

A. Sasaran

*Art Therapy* ini akan diberikan kepada lansia dengan demensia mulai dari sangat ringan sampai dengan sedang dan dapat mengikuti kegiatan dengan baik. Apabila selama lansia melakukan art therapy merasa kelelahan, maka *art therapy* ini wajib dihentikan

B. Waktu dan Tempat

Waktu dilaksanakan selama dua kali seminggu, yaitu hari Rabu dan Jumat pada pukul 10.00 – 15.00 WIB dilakukan selama ± 100 menit selama 4 minggu. *Art Therapy* ini dilakukan di wisma dimana sampel itu berada. Masing-masing kelompok terdiri dari 5- 6 orang.

C. Persiapan alat

Alat yang dibutuhkan selama *art therapy* adalah meja, kursi, kertas lipat warna, gunting, kertas gambar, pensil gambar, lem kertas, pensil warna, crayon, spidol dan cat air.

D. Tata Tertib pelaksanaan

1. Lansia yang telah dipilih dan bersedia menjadi responden dan telah dilakukan randomisasi untuk menjadi kelompok intervensi wajib mengikuti *art therapy* sesuai jadwal yang telah ditetapkan.
2. *Art Therapy* terdiri dari 4 sesi yaitu sesi pertama perkenalan dan penjelasan (10 menit), sesi kedua lansia diminta menggambar bentuk sesuai contoh dan mengguntingnya sesuai bentuk yang digambar (15 menit). Sesi ketiga lansia diminta menggambar bebas dengan berdasarkan bentuk yang telah dibuat tadi (60

menit), dan sesi yang keempat sesi diskusi dimana lansia diminta menceritakan tentang gambar yang telah dibuatnya tersebut (15 menit)

### 3. Pelaksanaan *Art Therapy*

Pelaksanaan *Art Therapy* dilaksanakan maksimal 8 kali pertemuan, dimana tiap pertemuan dibagi dalam empat sesi dengan uraian sebagai berikut :

#### a. Sesi I : Perkenalan dan penjelasan

Perkenalan dan penjelasan meliputi :

- 1) Peneliti dan pendamping memperkenalkan diri kepada responden
- 2) Peneliti menjelaskan tujuan dilakukannya *art therapy*
- 3) Peneliti menjelaskan prosedur pelaksanaan art therapy kepada responden
- 4) Peneliti dan pendamping membagikan bahan-bahan *art therapy* kepada responden

#### b. Sesi II : Membuat bentuk

Pada sesi ini lansia diminta untuk membuat bentuk dengan menggunakan kertas lipat warna. Dengan uraian sebagai berikut :

- 1) Peneliti membagikan kertas lipat warna dan gunting kepada responden
- 2) Peneliti menggambar contoh bentuk yang akan dibuat oleh responden
- 3) Responden menggambar sesuai contoh bentuk gambar yang telah dibuat peneliti
- 4) Responden diminta untuk menggunting sesuai bentuk gambar yang telah dibuat

#### c. Sesi III : Menggambar bebas dan mewarnai

Pada sesi ini responden diminta untuk menggambar bebas berdasarkan contoh bentuk yang sudah dibuat tadi dengan menggunakan pensil gambar, kemudian dilanjutkan dengan mewarnai gambar yang telah dibuat tersebut dengan bahan-bahan yang telah disediakan.

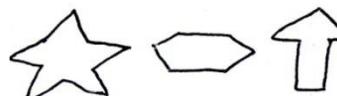
#### d. Sesi IV : Diskusi

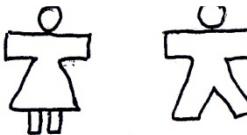
Pada sesi ini pendamping memimpin jalannya diskusi dan meminta responden untuk menceritakan atau membagikan hasil karyanya (gambar) kepada responden yang lain.

**Evaluasi (Observasi) :**

No	Aspek yang dinilai	Lansia	
		Ya	Tidak
1	Sesi Perkenalan dan penjelasan		
	a. Responden mendengarkan perkenalan peneliti		
	b. Responden mengerti tujuan <i>art therapy</i>		
	c. Responden mengerti prosedur pelaksanaan art therapy		
	d. Responden mendapatkan bahan-bahan art therapy		
2	Sesi Membuat bentuk		
	a. Responden mendapatkan kertas lipat dan gunting		
	b. Responden dapat menggambar contoh bentuk gambar dengan benar		
	c. Responden mampu membuat (menggunting) contoh gambar dengan benar		
3	Sesi Menggambar dan mewarnai		
	a. Responden mendapatkan kertas gambar dan pewarna (pensil warna, spidol, crayon, cat air)		
	b. Responden mampu menggambar berdasarkan pada contoh gambar yang telah dibuat dengan pensil gambar		
	c. Responden mampu mewarnai gambarnya dengan rapi (tidak melebihi batas garis)		
4	Sesi Diskusi		
	a. Responden mampu menceritakan sesuai dengan gambar yang telah dibuatnya		

## RENCANA KEGIATAN ART THERAPY

MG	WAKTU	SESI I	SESI II	SESI III	SESI IV
1	Rabu	Memberikan penjelasan tentang tugas lansia dalam kegiatan <i>art therapy</i> ini	 Lansia diminta menggambar seperti contoh dan mengguntingnya	Lansia diminta untuk menggambar bebas dengan dasar bentuk yang sudah dibuat atau digunting tadi dan mewarnai gambarnya	Meminta lansia untuk mendiskusikan dan menceritakan tentang gambar yang dibuat
	Jumat	Memberikan penjelasan tentang tugas lansia dalam kegiatan <i>art therapy</i> ini	Lansia langsung menggambar bebas (atau dengan contoh)	Lansia diminta untuk menggambar bebas sesuai perasaannya atau contoh dan mewarnai gambarnya	Meminta lansia untuk mendiskusikan dan menceritakan tentang gambar yang dibuat
2	Rabu	Memberikan penjelasan tentang tugas lansia dalam kegiatan <i>art therapy</i> ini	 Lansia diminta menggambar seperti contoh dan mengguntingnya	Lansia diminta untuk menggambar bebas dengan dasar bentuk yang sudah dibuat atau digunting tadi dan mewarnai gambarnya	Meminta lansia untuk mendiskusikan dan menceritakan tentang gambar yang dibuat
	Jumat	Memberikan penjelasan tentang tugas lansia dalam kegiatan <i>art therapy</i> ini	Lansia langsung menggambar bebas (atau dengan contoh)	Lansia diminta untuk menggambar bebas sesuai perasaannya atau contoh dan mewarnai gambarnya	Meminta lansia untuk mendiskusikan dan menceritakan tentang gambar yang dibuat

3	Rabu	Memberikan penjelasan tentang tugas lansia dalam kegiatan <i>art therapy</i> ini	 Lansia diminta menggambar seperti contoh dan mengguntingnya	Lansia diminta untuk menggambar bebas dengan dasar bentuk yang sudah dibuat atau digunting tadi dan mewarnai gambarnya	Meminta lansia untuk mendiskusikan dan menceritakan tentang gambar yang dibuat
	Jumat	Memberikan penjelasan tentang tugas lansia dalam kegiatan <i>art therapy</i> ini	Lansia langsung menggambar bebas (atau dengan contoh)	Lansia diminta untuk menggambar bebas sesuai perasaannya atau contoh dan mewarnai gambarnya	Meminta lansia untuk mendiskusikan dan menceritakan tentang gambar yang dibuat
4	Rabu	Memberikan penjelasan tentang tugas lansia dalam kegiatan <i>art therapy</i> ini	 Lansia diminta menggambar seperti contoh dan mengguntingnya	Lansia diminta untuk menggambar bebas dengan dasar bentuk yang sudah dibuat atau digunting tadi dan mewarnai gambarnya	Meminta lansia untuk mendiskusikan dan menceritakan tentang gambar yang dibuat
	Jumat	Memberikan penjelasan tentang tugas lansia dalam kegiatan <i>art therapy</i> ini	Lansia langsung menggambar bebas (atau dengan contoh)	Lansia diminta untuk menggambar bebas sesuai perasaannya dan mewarnai gambarnya	Meminta lansia untuk mendiskusikan dan menceritakan tentang gambar yang dibuat

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, S.,N & Satiadarma, M.,P. (2011). Efektivitas Art Therapy dalam Mengurangi Kecemasan pada Remaja Pasien Leukimia.
- Bauer, F. (1993). Art Therapy is an aid therapy for dementia. *Milwaukee Journal*, April 17, 1993. Retrieved from : <http://search.proquest.com>.
- Chertkow, et al. (2008). Diagnosis and Treatment of dementia:3. Mild Cognitive impairment and cognitive impairment without dementia. *Canadian Medical Association Journal*; May 6, 2008, 178 (10). Canadian Medical Association or its Licensors. Proquest data base.
- Grayson, C. (2004). *All about Alzheimer*. Retrieved on October 2006
- Kim, S., K. (2010). *Healthy Aging and Art Therapy*. Disertasi. Lesley University. Proquest Data Base.
- Mukhtar, D.,Y. & Hadjam, N.,R. (2006). *Efektivitas Art Therapy Untuk Menigkatkan Keterampilan Sosial pada anak yang mengalami gangguan perilaku*. Universitas Gajah Mada
- Peisah, C., Lawrence, G., & Reutens, S. (2011). *Case Report : Creative Solution for severe dementia with BPSD: a case of Art Therapy used in a patient and residential care setting*. School of Psychiatry, University of New South Wales, Sydney, Australia
- Yatim, F. (2003). *Pikun (Demensia), Penyakit Alzheimer, dan Sejenisnya; Bagaimana Cara menghindarinya*. Jakarta : Pustaka Populer Obor.