

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pertambahan usia merupakan proses alami yang tidak dapat dihindari, dan mereka yang telah memasuki tahap ini sering kali disebut sebagai lanjut usia (lansia). *World Health Organization* (WHO) mengelompokkan penduduk lanjut usia ke dalam beberapa rentang, yakni usia 60–74 tahun sebagai lansia muda, 75–90 tahun sebagai lansia tua, dan di atas 90 tahun sebagai usia sangat tua. Sementara itu, berdasarkan Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, lansia di Indonesia adalah individu yang telah berusia 60 tahun atau lebih. Pemerintah Indonesia juga mengelompokkan lansia ke dalam tiga kategori: lansia muda (60–69 tahun), lansia madya (70–79 tahun), dan lansia tua (80 tahun ke atas) (Nugroho, 2020).

Perkembangan dinamika demografi global di Indonesia turut mengalami peningkatan signifikan dalam jumlah penduduk lanjut usia. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) dalam Statistik Penduduk Lanjut Usia (2025), persentase lansia di Indonesia pada tahun 2025 mencapai 11,8%, meningkat menjadi 33,7 juta jiwa. Diperkirakan jumlah ini akan terus bertambah, mencapai sekitar 65,82 juta jiwa atau 20,31% dari total populasi pada tahun 2045. Provinsi dengan populasi lansia tertinggi adalah Yogyakarta, Jawa Timur, dan Jawa Tengah. Menurut BPS Temanggung (2022) jumlah penduduk lansia di Temanggung mencapai 799,764 jiwa dan persentase lansia mencapai 15,33% dan bisa diperkirakan mengalami peningkatan jumlah lansia sampai

sekarang. Kondisi ini menandai bahwa Indonesia telah memasuki era *aging population*, di mana sekitar 3 dari 10 rumah tangga memiliki anggota keluarga yang tergolong lansia (BPS, 2025). Perubahan ini menuntut adanya perhatian khusus terhadap kesejahteraan fisik, psikologis, dan sosial lansia.

Tantangan terbesar yang dihadapi lansia adalah meningkatnya prevalensi demensia. Menurut *Alzheimer Disease International* (2017), melaporkan bahwa kasus demensia muncul pada satu individu setiap tiga detik, dan saat ini terdapat sekitar 50 juta penderita demensia secara global, dengan 10 juta kasus baru setiap tahun. Di Indonesia, jumlah penderita demensia diperkirakan mencapai 1,2 juta orang pada tahun 2016 dan diproyeksikan meningkat menjadi 2 juta pada tahun 2030 dan 4 juta pada tahun 2050 (*Alzheimer Indonesia*, 2019). Kondisi ini sering kali disertai dengan gangguan psikologis seperti ansietas. Ansietas atau kecemasan merupakan rasa takut dan kewaspadaan yang timbul dalam diri seseorang, seolah ada ancaman atau kejadian berbahaya yang mungkin terjadi. Data Riskesdas (2018) mencatat bahwa di Indonesia, kasus ansietas tercatat sebanyak 9,16 juta jiwa atau sekitar 3,7% populasi. Sementara prevalensi ansietas di wilayah Jawa Tengah mencapai 4,7% pada tahun 2022. (Prastyaningrum et al., 2024)

Pendekatan intervensi nonfarmakologis mulai diterapkan, salah satunya adalah *art therapy* atau terapi seni. Terapi ini merupakan bentuk psikoterapi yang memanfaatkan kegiatan seni, seperti menggambar, untuk membantu individu mengekspresikan emosi dan pikiran yang sulit diungkapkan secara verbal. *Art therapy* telah terbukti mampu menurunkan tingkat cemas,

meningkatkan kesejahteraan emosional, serta memperkuat kapasitas kognitif individu, termasuk pada lansia dengan demensia (Dewa Gede Agung Agus Setiana, Cristin Wiyani, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Suriya Permadani , Norma Risnasari , dan Dhian Ika Prihananto pada tahun 2024 tentang “Penerapan *Art Therapy* untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Lansia yang Mengalami Ansietas dengan Diagnosa Medis Demensia di Pondok Lansia YPA NU AnNur Kota Kediri”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perubahan tingkat kecemasan pada lansia dengan demensia sebelum dan sesudah diberikan intervensi *art therapy*. Desain penelitian ini menggunakan jenis deskriptif dengan metode pendekatan studi kasus yang melibatkan dua responden lansia yang mengalami gejala ansietas dengan diagnosa medis demensia. Tingkat kecemasan diukur menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale*” (HARS) selama 20-25 menit. Hasil pengukuran menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan *art therapy* menggambar. Skor kecemasan pada subjek I menurun dari 27 menjadi 13, sedangkan pada Subjek II menurun dari 27 menjadi 14. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi *art therapy*. Dengan demikian, *art therapy* efektif dalam menurunkan kecemasan pada lansia dengan demensia. Peneliti menyarankan agar terapi ini dilakukan secara rutin dan berkelanjutan untuk memperoleh hasil yang lebih optimal dalam menurunkan kecemasan lansia.(Permadani et al., 2024)

Penelitian kedua dilakukan oleh Alex Dwi Prasela (2020) dengan judul “Pengaruh *Art Drawing Therapy* terhadap Tingkat Kecemasan Lansia di Posyandu Fatimah Surakarta.” Penelitian ini menggunakan rancangan *quasi-eksperimental* dengan model *pre-post test nonequivalent control group* dan melibatkan 40 responden lansia. Intervensi berupa kegiatan menggambar dilaksanakan dalam tiga sesi bertema, yaitu menggambar pengalaman sebelum memasuki masa lanjut usia, menggambarkan kondisi diri saat ini, serta menuangkan harapan dimasa depan. Hasil analisis menunjukkan nilai $p < 0,05$, yang menandakan adanya perbedaan signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah terapi. (Prasela et al., 2022).

Penelitian ketiga dari Eska Riyanti et al. (2023) yang berfokus pada “Terapi Seni (Mewarnai dan Menggambar) Membantu Lansia Mengatasi Kecemasan” menggunakan rancangan *quasi-eksperimental one group pretest-posttest* dengan melibatkan 30 lansia sebagai partisipan. Selama enam minggu, responden mengikuti sesi terapi seni berupa aktivitas mewarnai dan menggambar. Tingkat kecemasan diukur menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*, dan analisis menunjukkan nilai $p = 0,003$ yang menandakan perubahan signifikan setelah intervensi. Dapat dihasilkan dari penurunan skor rata-rata sebesar 5,03 serta menurunnya jumlah lansia dalam kategori kecemasan sedang maupun berat. (Riyanti et al., 2023)

Penelitian keempat dari Nuria et al. (2025) menguji “Efektivitas Terapi Seni Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia yang Berpartisipasi di Sekolah Lansia Mutiara Senja, Pringsewu, Lampung”. Desain yang digunakan adalah

quasi-eksperimen dengan membandingkan dua kelompok, yaitu kelompok yang mendapatkan terapi seni berupa kegiatan menggambar dan mewarnai serta kelompok kontrol tanpa intervensi. Pengukuran kecemasan dilakukan menggunakan skala HARS sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok intervensi mengalami penurunan kecemasan yang lebih besar, ditunjukkan oleh nilai $p = 0,004$, walaupun perbandingan hasil akhir kedua kelompok tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan. (Muliani et al., 2025)

Penelitian yang kelima oleh Nunuk Nur Shokiyah dan Syamsiar (2021) mengkaji penggunaan terapi seni untuk menurunkan kecemasan pada lansia yang terdampak situasi pandemi *Covid-19*. Dengan menggunakan desain studi kasus, penelitian ini melibatkan empat lansia yang pada awalnya memiliki tingkat kecemasan tinggi berdasarkan hasil pengukuran TMAS. Terapi diberikan secara individual melalui aktivitas menggambar dan membuat kreasi dari buah selama tujuh sesi yang mengikuti tahapan *art therapy* menurut Barbara Ganim. Setelah intervensi, skor kecemasan seluruh partisipan menurun dari kategori berat menjadi sedang, dan perubahan tersebut didukung oleh hasil wawancara serta observasi yang menunjukkan peningkatan ketenangan, keberanian mengekspresikan emosi, serta rasa percaya diri. (Shokiyah & Syamsiar, 2021a)

Penelitian Apri Rahma Dewi (2023) dengan judul “Efektivitas *Art Drawing Therapy* dan *Sense of Humor Therapy* dalam Menurunkan Kecemasan pada Lansia”. Tingkat kecemasan diukur menggunakan *Geriatric*

Anxiety Scale (GAS) sebelum dan sesudah intervensi. Dengan desain *quasi-eksperimen* pada 30 responden, kedua terapi sama-sama terbukti menurunkan kecemasan secara signifikan. Namun, hasil analisis menunjukkan bahwa *art drawing therapy* memberikan penurunan kecemasan yang lebih besar dibandingkan *sense of humor therapy*, sehingga dinilai lebih efektif sebagai intervensi untuk mengurangi kecemasan pada lansia. (Dewi, 2023)

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa lansia, terutama yang mengalami demensia, merupakan kelompok rentan yang membutuhkan pendekatan holistik dalam perawatan, termasuk pengelolaan ansietas. *Art therapy*, khususnya melalui kegiatan menggambar, menjadi salah satu alternatif intervensi yang berpotensi memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologis lansia. Oleh karena itu, penting untuk meneliti lebih lanjut mengenai pengaruh *art therapy* menggambar terhadap tingkat ansietas pada lansia dengan demensia.

B. Rumusan Masalah

Apakah kegiatan *art therapy* menggambar dapat menurunkan tingkat ansietas pada lansia dengan demensia?

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh *art therapy* sebelum dan sesudah diberikannya intervensi berupa kegiatan menggambar terhadap tingkat ansietas pada lansia yang mengalami demensia.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat ansietas kepada lansia dengan demensia yang mengalami kecemasan
- b. Mengetahui perubahan sesudah diberikan *art therapy* menggambar pada lansia dengan demensia
- c. Mengidentifikasi perbandingan tingkat ansietas sebelum dan sesudah diberikan *art therapy* menggambar

D. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi Partisipan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai manfaat *art therapy* menggambar dalam menurunkan tingkat ansietas pada lansia dengan demensia.

2. Peneliti

Penelitian ini bermanfaat bagi penulis untuk menambah pengetahuan dan pengalaman mengenai penerapan *art therapy* menggambar dalam bidang keperawatan gerontik, khususnya dalam menangani masalah ansietas pada lansia dengan demensia

3. Lembaga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah untuk memperkaya literatur di bidang kesehatan, khususnya mengenai intervensi non-farmakologis dalam menurunkan tingkat ansietas pada lansia dengan demensia.