

ABSTRAK
EFEKTIFITAS TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK MODEL
PSIKODRAMA TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA DI
UPT PSTW TULUNGAGUNG

Nova rellyta, Dedi Saifulah

Institut Ilmu Kesehatan STRADA Indonesia

novarellyta@gmail.com

Terapi Aktivitas Kelompok Model Psikodrama adalah pendekatan terapeutik yang melibatkan penggunaan peran-peran dramatis dalam suatu kelompok sehingga individu dapat merasa sedikit lega. Lansia seringkali merasa cemas karena mengalami perubahan akibat proses penuaan. Penelitian ini dilakukan untuk dapat mengetahui Efektifitas Terapi Aktivitas Kelompok Model Psikodrama Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di UPT PSTW Tulungagung.

Penelitian ini menggunakan desain *pre-experimental designs* dengan jenis *one group pretest-posttest*. Dengan tehnik *purposive sampling* didapatkan sampel sebanyak 30 responden. Menggunakan instrument kuesioner *Geriatric Anxiety Scale*. Analisa data menggunakan uji statistik Wilcoxon.

Hasil penelitian dari 30 responden setelah dilakukan Terapi aktivitas model psikodrama didapat responden dengan kecemasan berat sebanyak 2 (6,7%), responden dengan kecemasan sedang sebanyak 16 (53,3%), Kecemasan ringan sebanyak 10 (33,3%) responden, dan Lansia yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 2 (6,7%) responden.

Analisis uji statistik *wilcoxon* didapatkan hasil “output“ test statistics” diketahui *asympt.sig (2-tailed)* atau nilai *p* bernilai 0,000. Karena nilai 0,000 lebih kecil dari $<0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa “hipotesis diterima” yang artinya pemberian terapi aktivitas kelompok model psikodrama memberikan pengaruh dalam penurunan tingkat kecemasan pada lansia Di UPT PSTW Tulungagung.

Kecemasan tidak hanya bisa ditangani dengan terapi farmakologi saja namun bisa juga ditangani menggunakan terapi nonfarmakologi, Salah satu intervensi yang efektif dalam meringankan kecemasan adalah terapi aktivitas kelompok model psikodrama.

Kata Kunci : Kecemasan,Psikodrama,Lansia

ABSTRACT
EFFECTIVENESS OF PSYCHODRAMA MODEL GROUP ACTIVITY
THERAPY ON ANXIETY LEVELS IN THE ELDERLY AT UPT PSTW
TULUNGAGUNG

Nova rellyta, Dedi Saifulah

Institute ilmu kesehatan STRADA Indonesia

novarellyta@gmail.com

Psychodrama Model Group Activity Therapy is a therapeutic approach that involves the use of dramatic roles in a group so that individuals can feel some relief. Elderly people often feel anxious because they experience changes due to the aging process. This research was conducted to determine the effectiveness of psychodrama model group activity therapy on anxiety levels in the elderly at UPT PSTW Tulungagung.

This research uses a pre-experimental design with one group pretest-posttest type. With purposive sampling technique, a sample of 30 respondents was obtained. Using the Geriatric Anxiety Scale questionnaire instrument. Data analysis used the Wilcoxon statistical test.

The results of the research from 30 respondents after carrying out psychodrama model activity therapy showed that there were 2 (6.7%) respondents with severe anxiety, 16 (53.3%) respondents with moderate anxiety, 10 (33.3%) respondents with mild anxiety, and the elderly who did not experience anxiety were 2 (6.7%) respondents.

Analysis of the Wilcoxon statistical test shows that the "output test statistics" results are asymp.sig (2-tailed) or the p value is 0.000. Because the value of 0.000 is smaller than <0.05 , it can be concluded that the "hypothesis is accepted" which means that providing psychodrama model group activity therapy has had an influence in reducing anxiety levels in the elderly at UPT PSTW Tulungagung.

Anxiety can not only be treated with pharmacological therapy but can also be treated using non-pharmacological therapy. One effective intervention in alleviating anxiety is psychodrama model group activity therapy.

Keywords: Anxiety, Psychodrama, Elderly