

PERBEDAAN MEMORI JANGKA PENDEK LANSIA SEBELUM DAN SESUDAH TERAPI HUMOR MELALUI MEDIA DAGELAN JAWA DI UNIT PELAYANAN TERPADU (UPT) PANTI WERDHA BUDHI DHARMA YOGYAKARTA

Enik Listyaningsih¹, Yohana Hardika Sambung²

(1,2) STIKES Bethesda Yakkum Jln. Johar Nurhadi No.6 Yogyakarta 524565

Email: enik@stikesbethesda.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Salah satu permasalahan pada proses penuaan adalah gangguan memori jangka pendek. Menurut Santrock memori jangka pendek adalah sistem memori berkapasitas terbatas, dimana informasi disimpan selama 30 detik, kecuali informasi diulang dapat disimpan lebih lama. Salah satu cara untuk meningkatkan memori jangka pendek adalah terapi humor. Humor merupakan suatu perangsang yang merefleks tawa yang digunakan untuk mengatasi stres. Tujuan: Untuk mengetahui perbedaan memori jangka pendek lansia sebelum dan sesudah terapi humor melalui media dagelan Jawa di Unit Pelayanan Terpadu (UPT) Panti Werdha Budhi Dharma, Yogyakarta Tahun 2014. Metode penelitian: Penelitian ini merupakan Pra-experimental dengan pendekatan *one-group pre-post test design*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 57. Teknik pengambilan sampel dengan cara purposive sampling dengan jumlah sampel yang didapat sesuai kriteria 18 orang. Uji statistik yang digunakan adalah *Wilcoxon Main Pairs Test*. Hasil penelitian: Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan memori jangka pendek lansia sebelum dan sesudah terapi humor melalui media dagelan Jawa di Unit Pelayanan Terpadu (UPT) Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta. Uji statistik menunjukkan p value < 0,05 (p value = 0,000). Kesimpulan: terdapat peningkatan memori jangka pendek lansia setelah melakukan terapi humor melalui media dagelan Jawa selama 4 hari berturut-turut di Unit Pelayanan Terpadu (UPT) Panti Werdha Budhi Dharma tahun 2014. Saran: Terapi humor dapat dijadikan sebagai terapi untuk meningkatkan memori jangka pendek lansia.

Kata Kunci: memori jangka pendek - terapi humor melalui media dagelan Jawa –lansia

ABSTRACT

Background: One of the problem in the process of aging was a disturbance in the short-term memory. Based on Santrock, short-term memory is a memory system which has limited capacity, where the information is stored for thirty seconds, except the information is repeated, it could be stored longer. One of the ways to increase the short-term memory is using humor therapy. Humor is one of the stimulation that reflects on laugh to overcome stress. Objective: To know the difference of short-term memory of the elderly before and after the humor therapy Through Javanese Dagelan Media at Integrated Service Unit (UPT) Werdha Budhi Dharma, Yogyakarta year 2014. Research Method: This research is a pre-experimental with the one-group pre- post test design phenomenological. The population in this research is 57. The sampling technique using the purposive sampling with thee total sample that suit with the criteria are 18 people. Statistic test that is used is Wilcoxon Main Pairs Test. Research Result: The result of this research shows that there is a difference of short-term memory in elderly before and after the humor therapy Through Javanese Dagelan Media at UPT Werdha Budhi Dharma, Yogyakarta. Statistic test shows that p value < 0,05 (p value = 0,000). Conclusion: There is an increase in short-term memory in elderly after doing the humor therapy through Through Javanese Dagelan Media for 4 continuous days at Integrated Service Unit (UPT) Werdha Budhi Dharma, Yogyakarta year 2014. Suggestion: humor therapy can to be therapy for short term memory.

Keywords: short-term memory - humor therapy through Javanese dagelan media – elerly.

PENDAHULUAN

Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2011 dirujuk dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2012 : 65-66) terdapat peningkatan Angka Harapan Hidup (AHH) di Indonesia, pada tahun 2009 AHH mencapai 69,21 tahun, tahun 2010 mencapai 69,43 tahun dan tahun 2011 mencapai 69,92 tahun. AHH tertinggi di propinsi DKI Jakarta sebesar 73,35 tahun, disusul Daerah Istimewa Yogyakarta sebesar 73,27 tahun dan Sulawesi Utara 72,33 tahun. Jumlah lansia yang meningkat di Indonesia, dapat menyebabkan meningkatnya permasalahan penyakit akibat proses penuaan.

Organ yang sangat rentan terhadap proses penuaan atau degeneratif adalah otak, yang merupakan organ kompleks sebagai pusat pengaturan sistem tubuh dan pusat kognitif (Turuna, 2013 dalam Buletin Kementerian Kesehatan RI, 2013: 19). Perubahan fungsi memori pada usia lanjut dipengaruhi oleh faktor neurologik, psikiatrik atau proses menua. Memori atau ingatan merupakan kemampuan individu untuk menerima, menyimpan, dan memproduksi informasi. Sebelum informasi yang akan disimpan dalam jangka waktu yang lama akan melalui tahapan memori jangka pendek (Baihaqi, Sunardi, Rinalti, Heryati, 2005: 79).

Menurut Mudahar (1996) dalam Prawitasari dkk (2002: 250). Humor merupakan suatu perangsangan (stimulasi) yang merefleks tawa. Menurut Hidayat (2009) humor dapat berbentuk moderen dan tradisional. Salah satu humor tradisional yaitu dagelan Jawa merupakan lelucon, lawakan atau banyol,

yaitu seni pertunjukan (drama atau sandiwara) yang menggunakan bahasa Jawa yang bersifat komedi yang dapat merangsang tawa.

Hasil studi awal pada tanggal 21 Maret 2014 di UPT Panti Werdha Budhi Dharma, Yogyakarta, terdapat 6 lansia yang mengalami gangguan memori jangka pendek dari 10 lansia yang di wawancarai. Tidak mengetahui hari, tanggal, bulan, tahun, tempat tinggal sekarang dan alamat tempat tinggal, susah mengingat kembali dalam hitungan 1 menit tentang benda yang dicontohkan penulis saat wawancara. Menurut salah satu petugas panti terdapat banyak lansia yang mengalami gangguan memori jangka pendek seperti sering lupa cara aturan minum obat yang baru saja di jelaskan beberapa menit yang lalu. Jumlah lansia di UPT panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta adalah 57 lansia, yang terdiri dari 19 lansia laki-laki dan 38 lansia perempuan.

Hasil wawancara dengan petugas belum pernah dilakukan terapi untuk mengatasi gangguan memori jangka pendek. Belum ada penelitian yang mengaitkan terapi humor dengan memori jangka pendek pada lansia di UPT Panti Werdha Budhi Dharma, Yogyakarta. Berangkat dari permasalahan tersebut diatas maka penulis meneliti mengenai "Perbedaan Memori Jangka Pendek Sebelum dan Sesudah Terapi Humor Melalui Media Dagelan Jawa Pada Lansia di UPT Panti Werdha Budhi Dharma, Yogyakarta Tahun 2014".

METODE PENELITIAN

1. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *Pra-experimental* dengan pendekatan *one-group pre-post test design*.

2. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang tinggal di UPT Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta dengan jumlah 57 orang. Jumlah lansia laki-laki di panti tersebut adalah 19 orang dan perempuan adalah 38 orang. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling.

3. Alat ukur penelitian

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah terapi humor melalui media dagelan

Jawa yang akan diukur menggunakan lembar observasi skala Guttman: 1 jika ya (ada ekspresi ketawa) dan 0 jika tidak (tidak ada ekspresi ketawa). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah memori jangka pendek yang akan diukur menggunakan Instrumen Mini-Mental *State Examination* (MMSE) atau Folstein test kuisoner singkat 30 point. Instrumen ini 5 bagian yaitu orientasi, *short-term* memori (retensi atau registrasi), perhatian, *short-term* memori (recall), bahasa.

4. Analisa Data

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik non parametrik. Data dianalisis menggunakan Wilcoxon Main Pairs Test dengan bantuan komputerisasi.

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden

a. Jenis Kelamin

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden di UPT Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta

Keterangan	Frekuensi Data	Persentase (%)
Laki-laki	6	33.3
Perempuan	12	66.7
Total	18	100

Sumber: Data primer, 2014

b. Usia

Tabel 2.

Distribusi Frekuensi Usia Responden di UPT Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
<i>Young old</i> (usia 60-70 tahun)	9	50
<i>Middle age old</i> (usia 70-79 tahun)	7	38.9
<i>Old-old</i> (usia 80-89 tahun)	2	11.1
Total	18	100

Sumber: Data primer, 2014

c. Pendidikan

Tabel 3.

Distribusi Frekuensi Pendidikan Responden di UPT Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta

Pendidikan	Frekuensi	presentase (%)
Tidak Sekolah	9	50
SD	5	27.8
SMP	2	11.1
SMA/Sederajat	2	11.1
Total	18	100

Sumber: Data primer, 2014

d. Lama Tinggal di Panti

Tabel 4.

Distribusi Frekuensi Lama Tinggal di Panti Responden di UPT Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta

Lama Tinggal di Panti	Frekuensi	Presentase (%)
< 1 tahun	2	11.1
1 - 5 tahun	12	66.7
6 - 10 tahun	3	16.7
> 10 tahun	1	5.6
Total	18	100

Sumber: Data primer, 2014

2. Deskripsi Variabel

a. Skore Memori Jangka Pendek Sebelum Terapi Humor Melalui Media Dagelan Jawa

Tabel 5.

Distribusi Frekuensi Skore Memori Responden Sebelum Terapi

	N	Mean	Std. Deviation
Pre Test Hari Pertama	18	21.556	4.805
Pre Test Hari Kedua	18	22.333	5.134
Pre Test Hari Ketiga	18	23.667	4.270
Pre Test Hari Keempat	18	25.278	3.938
Pre test Gabungan	72	23.208	4.684

Sumber: Data primer, 2014

b. Skore Memori Jangka Pendek Sesudah Terapi Humor Melalui Media Dagelan Jawa

Tabel 6.

Distribusi Frekuensi Skore Memori Responden Setelah Terapi Humor di UPT Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta

	N	Mean	Std. Deviation
Post Test Hari Pertama	18	22.556	5.148
Post Test Hari Kedua	18	24.278	4.443
Post Test Hari Ketiga	18	25.444	4.218
Post Test Hari Keempat	18	26.722	3.627
Post test Gabungan	72	24.750	4.568

Sumber: Data primer, 2014

c. Perbedaan Memori Jangka Pendek Sebelum dan Sesudah Terapi Humor Melalui Media Dagelan Jawa

Tabel 7. Uji Wilcoxon matched pair test

	Z	Probabili ty	Keterangan
Post Test Hari Pertama- Pre Test Hari Pertama	-3.169	0.002	Signifikan Berbeda
Post Test Hari Kedua- Pre Test Hari Kedua	-3.448	0.001	Signifikan Berbeda
Post Test Hari Ketiga- Pre Test Hari Ketiga	-3.572	0.000	Signifikan Berbeda
Post Test Hari Keempat- Pre Test Hari Keempat	-3.352	0.001	Signifikan Berbeda
Post Test Hari Gabungan- Pre Test Hari Gabungan	-6.678	0.000	Signifikan Berbeda

Sumber: Data hasil analisis

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

a. Jenis kelamin

Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 12 orang (66,7%). Menurut Susanto, 2009 dalam Wijaya, 2013 wanita diduga lebih banyak dan cenderung untuk menjadi pelupa, yang disebabkan karena pengaruh hormonal, stress yang menyebabkan ingatan berkurang dan akhirnya mudah lupa.

b. Usia

Sebagian besar responden yaitu sebanyak 9 orang (50,0%) yang berusia 60-70 tahun yang termasuk dalam *Young old*. Penuaan atau menua merupakan proses menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki

kerusakan yang terjadi (Nugroho, 2000 dalam *Mujahidullah* 2012:1). Otak yang berkurang 10-20 % dalam setiap harinya pada saat terjadi proses penuaan. Otak sangat berperan dalam proses memori dan fungsi kognitif seperti proses belajar, persepsi, pemahaman, pengertian, dan perhatian.

c. Pendidikan

Responden yang paling banyak tidak sekolah sebanyak 9 orang (50.0%). Pada umumnya setelah seseorang memasuki lansia maka akan mengalami penurunan fungsi kognitif. Fungsi kognitif meliputi proses proses belajar, persepsi, pemahaman, pengertian, perhatian sehingga menyebabkan reaksi dan perilaku lansia menjadi terhambat (Padila, 2013: 82).

d. Lama tinggal responden di panti

Sebagian besar responden dalam penelitian ini 12 orang (66,7%) telah tinggal 1-5 tahun di panti.

Responden sudah terbiasa dengan aktivitas di UPT panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta yang telah terkordinasi dengan rapi. Kegiatan yang biasa dilakukan oleh panti adalah kegiatan spiritual, latihan dan olah raga seperti senam, pendampingan kesenian (menyanyi, menonton, joget), bimbingan sosial. Menurut Turana dalam Buletin Kementria Kesehatan RI (2013:19) Kegiatan yang dapat stimulasi otak untuk meningkatkan memori adalah aktivitas fisik (olahraga / senam bersama, seperti latihan vitalitas otak), stimulasi mental, spiritual dan aktivitas sosial.

2. Deskripsi Variabel

a. Skore Memori Jangka Pendek Sebelum Terapi Humor Melalui Media Dagelan Jawa

Sebelum terapi humor melalui media dagelan Jawa skore memori *pre test* hari pertama, *pre test* hari kedua menunjukkan hasil yang ringan dan *pre test* hari ketiga dan ke empat menunjukkan hasil yang baik. Hari pertama dan kedua nilai paling rendah dari 5 item pada MMSE adalah item orientasi waktu dan tempat, *recall*. Ketiga hal ini dapat dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin dan pendidikan yang telah dijelaskan pada paragraf karakteristik responden. Hari ketiga dan keempat item MMSE nilai yang rendah pada item *recall* sedangkan nilai paling tinggi pada perhatian dan kalkulasi. Hal ini didukung oleh teori yang dikemukakan oleh Bandiyah

(2009: 28) menyatakan perubahan IQ (*intelligentia quantion*) yang terjadi saat lansia mengalami penunuaan tidak berubah dengan informasi matematika dan perkataan verbal. Penunuaan tidak berubah dengan informasi matematika dan perkataan verbal.

b. Skore Memori Jangka Pendek Setelah Terapi Humor Melalui Media Dagelan Jawa

Nilai rata-rata post test hari pertama menunjukkan hasil yang ringan dan nilai rata-rata *post test* hari kedua, ketiga dan keempat menunjukkan hasil yang baik. Item MMSE yang terendah pada hari pertama adalah *recall* dan 4 item yang lain mengalami peningkatan pada hari ke dua sampai hari keempat. *Item recall* sulit mengalami perubahan yang cepat, hal ini dipengaruhi oleh penurunan fungsi kognitif. Fungsi kognitif meliputi proses belajar, persepsi, pemahaman, pengertian, perhatian sehingga menyebabkan reaksi dan perilaku lansia menjadi terhambat (Padila, 2013 82). Peningkatan pada item orientasi waktu dan tempat, registrasi, perhatian dan kalkulasi, bahasa ini didukung oleh kegiatan-kegiatan yang menstimulasi otak yang telah dilakukan responden.

c. Perbedaan Memori Jangka Pendek Lansia Sebelum dan sesudah terapi Humor Melalui Media Dagelan Jawa.

Hipotesis nol (H_0) dalam penelitian ini adalah tidak ada perbedaan memori jangka pendek lansia sebelum dan

sesudah terapi humor melalui media dagelan Jawa. Tabel 4.7 diperoleh semua nilai probability nilainya $<$ alfa (5%) berarti H_0 di tolak. Hipotesis alfa (H_a) dalam penelitian ini adalah ada perbedaan memori jangka pendek lansia sebelum dan sesudah terapi humor melalui media dagelan Jawa. Nilai probabilit $<$ alfa 0,05 (5%) jadi H_a di terima. Penelitian ini menunjukkan H_a diterima dan terdapat perbedaan memori jangka pendek sebelum dan sesudah terapi humor melalui media dagelan Jawa yang di lihat dari hasil skore memori *pre test* dan *post test* responden signifikan memberikan perbedaan. Dengan nilai rata-rata *pre test* gabungan 23,208 dan *post test* diharapkan peneliti mampu mengontrol variabel pengganggu seperti lingkungan yang bising dan pencahayaan.

Sebelum terapi humor nilai paling rendah pada test MMSE adalah pada item orientasi waktu dan tempat, recall. Ketiga item ini dipengaruhi oleh proses penuaan. Setelah terapi humor melalui media dagelan Jawa 5 item pada instrumen MMSE yaitu orientasi waktu dan tempat, registrasi, perhatian dan kalkulasi, *recall*, bahasa mengalami peningkatan yang signifikan setelah terapi humor melalui media dagelan Jawa. Hal ini di dukung dengan teori yang menyatakan bahwa terapi humor merupakan suatu perangsangan (stimulasi) yang merefleks tawa.

KESIMPULAN

1. Skore memori jangka pendek gabungan lansia sebelum terapi humor melalui media dagelan Jawa di UPT Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta tahun 2014 adalah 23,208.
2. Skore memori jangka pendek gabungan lansia sesudah terapi humor melalui media dagelan Jawa di UPT Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta tahun 2014 adalah 24,750.
3. Ada perbedaan skore memori jangka pendek lansia sebelum dan sesudah terapi humor melalui media dagelan Jawa di UPT Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta tahun 2014, yaitu 1,542 perbedaan skore memori sebelum dan sesudah.
4. Ada pengaruh terapi humor melalui media dagelan Jawa terhadap memori jangka pendek lansia di UPT Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta tahun 2014.

SARAN

1. Bagi UPT Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta

Terapi humor yang dilakukan peneliti berdampak positif terhadap memori jangka pendek lansia, sebaiknya dilakukan rutin minimal 2 kali dalam seminggu dengan humor Jawa seperti dagelan, ketoprak yang disesuaikan dengan latar belakang lansia baik dari segi budaya dan daerah asal lansia yang ada di panti.

2. Bagi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
Melalui karya ilmiah ini diharapkan dapat menambah daftar literatur yang berhubungan dengan ilmu gerontik dan neurologi.
3. Bagi ilmu pengetahuan
Melalui karya ilmiah ini dapat dijadikan literatur untuk membuat penelitian berikutnya yang berkaitan dengan terapi humor dan memori jangka pendek lansia.
4. Bagi peneliti selanjutnya
Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian tentang terapi humor terhadap gangguan kejiwaan seperti depresi, ansietas.

DAFTAR PUSTAKA

- Asih, P., A, (2013). Pengaruh Terapi Humor Terhadap Memori Jangka Pendek Lansia di Unit Rehabilitasi Sosial Dewata Cilacap. Skripsi. Universitas Jenderal Sudirman Purwokerto.
- Baihaqi, MIF., Sunardi., Rinalti, N. Riskma., & Heryati, Euis. (2005). Psikiatri Konsep dasar dan Gangguan-Gangguan Cetakan 1. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Bandiyah, Siti. (2009). Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2012). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2012. Kementrian Republik Indonesia: Jakarta.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan semester 1. Jakarta: Bukti husada.
- Lumbantobing, S.M, (2013). Neurologi Klinik Pemeriksaan Fisik Dan Mental. Cetakan 8. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Mujahidullah, Khailid, (2012). Keperawatan Gerontik Merawat Lansia Dengan Cinta dan Kasih. Cetakan 1. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Padila, (2013). Keperawatan Gerontik. Cetakan 1. Yogyakarta: Penerbit Nuha Medika.
- Prawitasari, Johana. E., Hadjam, M. Norr Rochman., R., Nuryanti Atamimi., Retnowati, Sofia., Utami, Muhana Sofiati., Subandi, M.A., Ramdhani Neila & Hasanat Nidia UL, (2002). Psikoterapi Pendekatan Konvensional Dan Kontemporer. Cetakan 1. Yogyakarta. Fakultas Psikologi UGM.
- Wijaya, Prisca. A.D, (2013). Pengaruh aromaterapi Rosemary terhadap memori jangka pendek lanjut usia di Panti Wreda Catur Nugraha Banyumas. Skripsi. Universitas Jenderal Sudirman Purwokerto.