

**PENGARUH AKTIVITAS BERMAIN TERHADAP TINGKAT DEPRESI  
PADA LANSIA DI SHELTER CANGKRINGAN SLEMAN  
YOGYAKARTA**

**Karya Tulis Ilmiah  
Untuk memenuhi syarat memperoleh derajat  
Sarjana Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



**DWI KUSMIYATI  
20080320128**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA  
2012**

**PENGARUH AKTIVITAS BERMAIN TERHADAPTINGKAT DEPRESI  
PADA LANSIA DI SHELTERCANGKRINGAN SLEMAN  
YOGYAKARTA**

**Karya Tulis Ilmiah  
Untuk memenuhi syarat memperoleh derajat  
Sarjana Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



**DWI KUSMIYATI  
20080320128**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA  
2012**

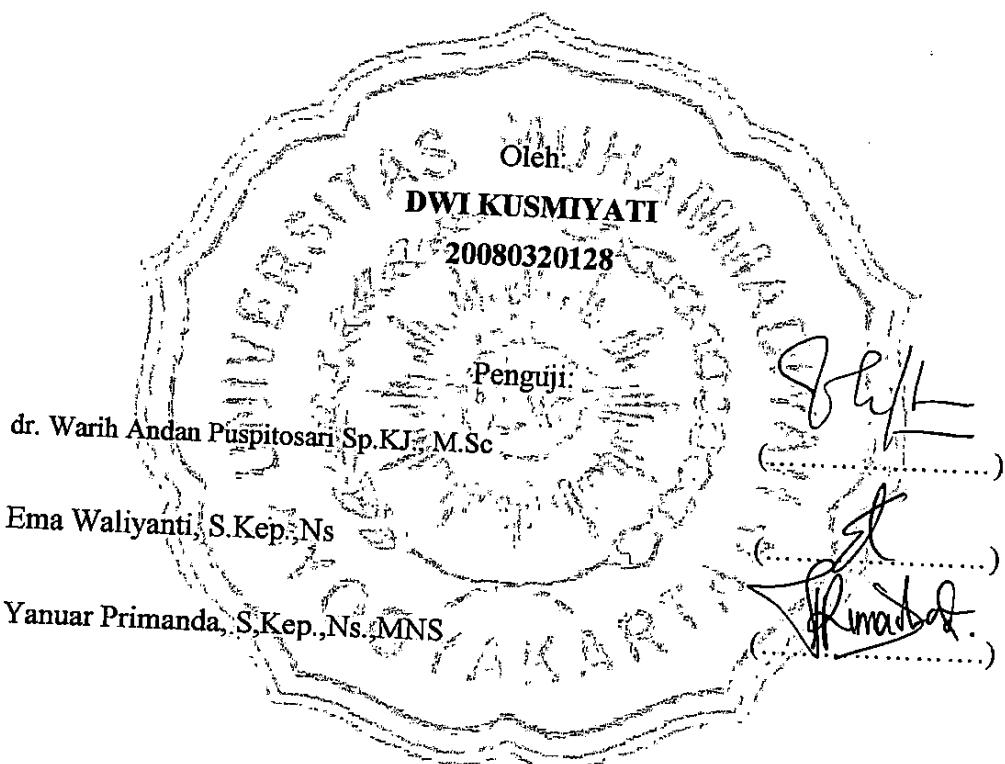
**LEMBAR PENGESAHAN**

**Karya Tulis Ilmiah**

**PENGARUH AKTIVITAS BERMAIN TERHADAP TINGKAT DEPRESI  
PADA LANSIA DI SHELTER CANGKRINGAN SLEMAN  
YOGYAKARTA**

**Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal:**

**14 Agustus 2012**



**Mengetahui**

**Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan**

**Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**

**(dr.H. Ardi Pramono, Sp.An. M.Kes)**

## KATA PENGANTAR



*Assalamu'alaikum Wr.wb*

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan limpahan rahmat dan karunia Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal karya tulis yang berjudul “pengaruh aktivitas bermain terhadap tingkat depresi pada lansia di shelter cangkringan sleman yogyakarta”.

Penyusunan proposal karya tulis ilmiah ini tidak lepas dari berbagai pihak yang telah memberikan dukungan baik pikiran, moril maupun spiritual. Sebagai bentuk penghargaan dan rasa hormat, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. dr. Ardi Pranomo, Sp.An, M.Kes selaku dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Sri Sumaryani,Ns.M.Kep.Sp.Mat selaku ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. dr. Warih Andan Puspitosari, Sp.KJ., M.Sc. sebagai pembimbing yang selalu memberikan masukan, nasihat, arahan, bimbingan, kesabaran, dan semangat kepada penulis.
4. Ema Walijanti, S.Kep.,Ns selaku pembimbing yang telah banyak memberikan masukan kepada penulis.
5. Kepala Dukuh shelter Ploso Kerep yang telah bersedia membantu dalam proses terlaksananya penelitian ini.
6. Bapak dan mamak (Purwo Wiyatno dan Parjilah) tercinta atas doa dan kasih saying serta dukungan yang selalu diberikan kepada saya.
7. Kakak-kakak mazek dan mba' Wij tersayang, serta keponakan saya Aya beserta seluruh keluarga yang senantiasa memberi dukungan dan doa.
8. Teman-teman baik yang sudah membantu kelancaran penelitian saya Mala, Dea, Iis, Fatma, Novi, Irâ, Finda, Mba' Dani, serta teman-teman kostku

Dewi, Wulan, Desti, terimakasih atas segala kesabaran kalian untuk mau membantu baik berupa semangat maupun do'a serta kerjasamanya.

9. Semua teman mahasiswa PSIK 2008, teman dari SMP sampai SMA terima kasih banyak atas dukungan, do'a dan kalian.

Penulis menyadari proposal karya tulis ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu masukan dan kritik dari pembaca sangat penulis harapkan demi kesempurnaan proposal karya tulis ini. Semoga karya tulis ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin yaa robbal alamin.

*Wassalamu'alaikum Wr.wb*

Yogyakarta, 2012

Dwi kusmiyati

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN .....	x
INTISARI.....	xi
ABSTRACT .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Penelitian Terkait .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Tinjauan Pustaka .....	9
1. Menua .....	9
a. Proses Menua.....	9
b. Teori Proses Menua.....	9
c. Batasan usia Lansia .....	11
d. Perubahan Lansia. ....	11
2. Depresi .....	14
a. Pengertian.....	14
b. Etiologi .....	15
c. Tanda gejala.....	16
d. Faktor resiko.....	18
e. Tingkatan depresi .....	19
f. Penatalaksanaan depresi .....	20
3. Aktivitas Bermain.....	22
a. Pengertian Aktifitas Bermain.....	22
b. Jenis Aktivitas Bermain .....	23
c. Manfaat Aktivitas Bermain .....	23

d. Macam-macam Permainan.....	24
B. Kerangka Konsep .....	25
C. Hipotesis.....	26

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Desain Penelitian.....	27
B. Populasi dan Sampel Penlitian.....	28
C. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	29
D. Variabel Penelitian .....	29
E. Definisi Operasional.....	29
F. Instrumen Penelitian.....	30
G. Prosedur Penelitian.....	32
H. Tehnik Pengumpulan Data .....	33
I. Pengolahan Data.....	34
J. Analisa Data .....	34
K. Etik Penelitian Data.....	35

### **BAB IV HASIL PENELIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Hasil Penelitian .....	36
1. Deskripsi Wilayah Penelitian.....	37
2. Karakteristik Responden .....	37
3. Distribusi Frekuensi .....	39
4. Pengaruh Aktivitas Bermain .....	40
B. Pembahasan.....	41
1. Pembahasan Karakteristik Responden .....	41
2. Perbedaan Pengaruh Aktivitas Bermain.....	43
C. Kekuatan Dan Kesulitan Penelitian .....	48
1. Kekuatan Penelitian.....	48

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	49
B. Saran.....	49

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN**

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1. Desain Penelitian

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik responden

Tabel 3. Hasil uji Beda *Pretest* dan *post test* Tingkat Depresi Antara Kelompok  
Kontrol dan Kelompok Intervensi

Tabel 4. Hasil uji Beda Penurunan Tingkat Depresi Antara Kelompok Kontrol dan  
Kelompok Intervensi

**Kusmiyati, Dwi (2008), Pengaruh Aktivitas Bermain Terhadap Tingkat Depresi pada Lansia di Shelter Cangkringan Sleman Yogyakarta.**

**Pembimbing :**

dr. Warih Andan Puspitosari Sp.KJ., M.Sc ; Ema Waliyanti S. Kep Ns

### INTISARI

Depresi adalah bentuk gangguan jiwa pada alam perasaan (*afektif, mood*) yang ditandai dengan kemurungan, kesedihan, tidak berguna dan putus asa dapat disebabkan karena reaksi dari suatu bencana dalam hidup yang merupakan trauma psikologis yang langsung muncul setelah trauma berlangsung oleh karena di tinggal orang yang di sayanginya. Aktivitas bermain adalah suatu Aktivitas yang tujuannya mengubah tingkah laku bermasalah, dengan melakukan aktifitas dan melakukan permainan sehingga dapat bebas mengekspresikan segala perasaan.

Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi bermain terhadap tingkat depresi pada lansia. Metode yang digunakan dalam penelitian ini dengan *experimental* dengan rancangan *pre-post test with control group*. Responden dalam penelitian ini adalah 30 orang lansia yang kelompok intervensi 15 responden dan kelompok kontrol 15 responden. Alat ukur penelitian ini menggunakan *Geriatric Depression Scale* (GDS) dan analisa data menggunakan uji *paired t Test* dan *Independent t test*.

Tingkat depresi kelompok kontrol *pre test* dan *post test* terjadi penurunan tingkat depresi dengan nilai mean  $\pm$  SD masing-masing  $7,3 \pm 3,0$  dan  $6,7 \pm 3,7$  ( $>0,05$ ) dan kelompok intervensi terjadi penurunan tingkat depresi dengan nilai mean  $\pm$  SD masing-masing  $6,6 \pm 3,3$  dan  $2,4 \pm 2,3$  ( $<0,05$ ). Terdapat perbedaan bermakna perubahan tingkat depresi antara kelompok intervensi dan kontrol dengan mean  $\pm$  SD masing-masing  $0,4 \pm 1,7$  dan  $4,2 \pm 3,6$  ( $p<0,05$ ). Kesimpulan dari penelitian ini adalah melakukan aktivitas bermain dapat menurunkan tingkat depresi pada lansia di shelter Cangkringan Sleman Yogyakarta.

**Kata kunci:** Depresi, Lansia, Aktivitas Bermain