

**PENGARUH *ART THERAPY*: MENGGAMBAR DAN  
MUSIK UNTUK LANSIA YANG MENGALAMI STRES  
DI PANTI**

**SKRIPSI**



**OLEH:**  
**Angga Krisna Wijaya**  
**NRP: 9103020018**

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA  
SURABAYA  
2024**

**PENGARUH *ART THERAPY*: MENGGAMBAR DAN  
MUSIK UNTUK LANSIA YANG MENGALAMI STRES  
DI PANTI**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada  
Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh  
Gelar Sarjana Keperawatan



**OLEH:**  
**Angga Krisna Wijaya**  
**NRP: 9103020018**

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA  
SURABAYA  
2024**

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Angga Krisna Wijaya

NRP : 9103020018

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul:

### **PENGARUH *ART THERAPY*: MENGGAMBAR DAN MUSIK UNTUK LANSIA YANG MENGALAMI STRES DI PANTI**

benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila di kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, Juni 2024

Yang membuat pernyataan,

  
Angga Krisna Wijaya

**PERNYATAAN PERSETUJUAN  
PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Angga Krisna Wijaya  
NRP : 9103020018

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya:  
Judul: Pengaruh *Art Therapy*: Menggambar dan Musik untuk Lansia yang Mengalami Stres di Panti

Untuk dipublikasi atau ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan undang-undang hak cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini dibuat dengan sebenarnya.

Surabaya, 2 Juli 2024  
Yang menyatakan



Angga Krisna Wijaya

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**SKRIPSI**

**PENGARUH *ART THERAPY*: MENGGAMBAR DAN MUSIK UNTUK  
LANSIA YANG MENGALAMI STRES DI PANTI**

**OLEH:**

Angga Krisna Wijaya

NRP.9103020018

Pembimbing Utama : Ninda Ayu Prabasari., S.Kep., Ns., M.Kep.

  
(.....)

Pembimbing Pendamping : Nia Novita Sari., S.Kep., Ns., M.Kes.

  
(.....)

Surabaya, 26 Juni 2024

## HALAMAN PENGESAHAN

### SKRIPSI

#### PENGARUH *ART THERAPY*: MENGGAMBAR DAN MUSIK UNTUK LANSIA YANG MENGALAMI STRES DI PANTI

Skripsi yang ditulis oleh Angga Krisna Wijaya NRP. 9103020018 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 2.. Juli 2024 dan telah dinyatakan lulus oleh,

#### Tim Penguji

1. Ketua : Maria Manungkalit, S.Kep., Ns., M.Kep (.....)
2. Sekretaris : Agustina Criswinda B.M., S.Kep., Ns., M.Kep (.....)
3. Anggota : Ninda Ayu Prabasari P., S.Kep., Ns., M.Kep (.....)
4. Anggota : Nia Novita Sari, S.Kep., Ns., M.Kes (.....)

#### Mengesahkan

..... Fakultas Keperawatan,



..... Wahyu W., S.Kep., Ns., M.Kep

NIR. 911.06.0600

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Terimakasih kepada Tuhan Yesus Kristus yang telah memberikan perlindungan dan berkat jasmani maupun rohani, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Skripsi ini juga saya persembahkan untuk:

Kedua orangtua saya yakni Ibu Aulia Sri Puspeni Dewi dan Bapak Wijanarko yang telah mendukung secara penuh pada setiap aspek kehidupan saya, dosen pembimbing, dosen penguji yang telah memberikan pengalaman berharga di dalam hidup saya. Semoga Tuhan Yang Maha Esa selalu melindungi dan menyertai kita semua.

## HALAMAN MOTTO

“Segala Perkara dapat kutanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan  
kepadaku”

**Filipi 4:13**

Setiap orang mempunyai *struggle*, tapi percayalah *struggle* akan berubah menjadi  
*miracle*

Angga Krisna



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Art Therapy*: Menggambar dan Musik untuk Lansia yang Mengalami Stres di Panti” pada Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dengan tepat waktu.

Skripsi adalah karya tulis ilmiah yang berupa laporan hasil penelitian yang disusun menurut kaidah keilmuan, dibuat oleh mahasiswa program S-1 Keperawatan yang merupakan salah satu persyaratan menyelesaikan Program Studi Ilmu Keperawatan.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini dapat diselesaikan karena banyak dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Yesiana Dwi Wahyu W., S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Keperawatan yang telah memberi arahan selama studi.
2. Ninda Ayu Prabasari P., S.Kep., Ns., M.Kep sebagai pembimbing utama yang telah mengarahkan serta memberikan kesabaran sepenuhnya dalam proses pengerjaan skripsi.
3. Nia Novita Sari, S.Kep., Ns., M.Kes sebagai pembimbing pendamping yang telah mengarahkan dan memberikan saran dengan penuh kesabaran dalam proses pengerjaan skripsi.
4. Maria Manungkalit, S.Kep., Ns., M.Kep sebagai ketua penguji yang telah memberi masukan demi kesempurnaan skripsi.

5. Agustina Criswinda Bura Mare, S.Kep., Ns., M.Kep sebagai sekretaris penguji yang telah membantu memberi masukan demi kelancaran skripsi.
6. Made Indra Ayu, S.Kep., Ns. M.Kep sebagai dosen penasehat akademik yang telah membimbing proses perkuliahan serta memberikan motivasi.
7. UPT Pesanggrahan Mojopahit Mojokerto yang telah memberikan kesempatan pada peneliti untuk melakukan penelitian dan selalu membantu untuk penyeleksian responden dan proses birokrasi.
8. Rumah Peduli Tribuana Tungga Dewi yang telah memberikan kesempatan peneliti untuk melakukan penelitian dan membantu mendampingi selama seleksi responden dan proses birokrasi.
9. Seluruh responden lansia yang telah bersedia mengikuti intervensi dari tahap awal sampai tahap akhir.
10. Seluruh dosen dan staf Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah mendukung proses pembelajaran.
11. Seluruh teman-teman angkatan 2020 yang terus memberikan motivasi dan bantuan selama proses pengerjaan skripsi.
12. Ellza Nathania Christy yang telah selalu memberikan dukungan dalam setiap proses penelitian.
13. Daffa Putra, Yuris Dianto, Aren Imanuel yang telah memberikan kontribusi pada proses penelitian.

Peneliti menyadari bahwa skripsi yang saya buat ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, segala bentuk saran, masukan dan kritik yang membangun sangat saya harapkan dari berbagai pihak. Demikian, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan penulis.

Surabaya, 2 Juli 2024

Angga Krisna Wijaya

## DAFTAR ISI

	halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH .....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN .....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
HALAMAN MOTTO .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN .....	xviii
ABSTRAK .....	xix
<i>ABSTRACT</i> .....	xx
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	6
1.4.2 Manfaat Praktis.....	6

<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>8</b>
2.1 Konsep <i>Art Therapy</i> Menggambar .....	8
2.1.1 Definisi <i>Art Therapy</i> .....	8
2.1.2 Definisi menggambar .....	8
2.1.3 Manfaat.....	8
2.1.4 Indikasi .....	9
2.1.5 Kontraindikasi .....	9
2.1.6 Mekanisme atau Fisiologis .....	9
2.1.7 Prosedur.....	10
2.2 Konsep Musik.....	11
2.2.1 Definisi Mendengar Musik.....	11
2.2.2 Jenis atau Klasifikasi .....	12
2.2.3 Manfaat.....	12
2.2.4 Indikasi .....	13
2.2.5 Kontraindikasi .....	13
2.2.6 Mekanisme atau Fisiologis .....	13
2.2.7 Prosedur.....	14
2.3 Konsep Stres .....	15
2.3.1 Definisi Stres .....	14
2.3.2 Penyebab Stres pada Lansia .....	15
2.3.3 Macam-macam Stres .....	16
2.3.4 Gejala Stres.....	17
2.3.5 Alat Ukur Stres .....	17
2.5 Konsep Lansia .....	17
2.5.1 Definisi Lansia .....	17
2.5.2 Batasan atau Klasifikasi Lansia.....	18
2.5.3 Ciri-ciri Lansia .....	18
2.5.4 Permasalahan Pada Lansia .....	19
2.5.5 Proses Menua.....	19
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL dan HIPOTESIS.....</b>	<b>21</b>
3.1 Kerangka Konseptual .....	21
3.2 Pengaruh <i>Art Therapy</i> : Menggambar dan Musik Untuk Lansia Yang Mengalami Stres di Panti .....	22
3.3 Hipotesis.....	22
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN .....</b>	<b>24</b>
4.1 Desain Penelitian .....	24
4.2 Identifikasi Variabel Penelitian .....	25
4.2.1 Variabel Independen.....	25
4.2.2 Variabel Dependen .....	25
4.3 Definisi Operasional.....	25
4.4 Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel .....	26
4.4.1 Populasi .....	26
4.4.2 Sampel .....	27
4.4.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	28
4.5 Kerangka Kerja Penelitian.....	28
4.6 Metode Pengumpulan Data .....	30

4.6.1	Prosedur Pengumpulan Data .....	30
4.6.2	Instrumen.....	30
4.6.3	Waktu dan Lokasi Penelitian.....	33
4.7	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	34
4.7.1	Uji Validitas .....	34
4.7.2	Uji Reliabilitas.....	34
4.8	Teknik Analisis Data .....	35
4.8.1	Editing .....	35
4.8.2	Skoring .....	35
4.8.3	Tabulating.....	35
4.8.4	Uji Hipotesis.....	35
4.9	Etika Penelitian.....	36
<b>BAB 5</b>	<b>HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>38</b>
5.1	Karakteristik Lokasi Penelitian .....	38
5.2	Hasil Penelitian.....	40
5.2.1	Data umum .....	40
5.2.2	Data Khusus .....	43
<b>BAB 6</b>	<b>PEMBAHASAN.....</b>	<b>47</b>
6.1	Stres pada Lansia Sebelum Dilakukan Intervensi <i>Art Therapy</i> : Menggambar dan Musik .....	47
6.2	Stres pada Lansia Sesudah Dilakukan Intervensi <i>Art Therapy</i> : Menggambar dan Musik .....	51
6.3	Pengaruh <i>Art Therapy</i> : Menggambar dan Musik pada Lansia yang Mengalami Stres di Panti .....	53
6.4	Keterbatasan Penelitian.....	55
<b>BAB 7</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>56</b>
7.1	Kesimpulan .....	56
7.2	Saran.....	56
7.2.1	Bagi Lansia.....	56
7.2.2	Bagi Panti .....	56
7.2.3	Bagi Perawat Gerontik .....	56
7.2.4	Bagi Peneliti selanjutnya.....	56
	<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>57</b>
	<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>64</b>
	<b>ARTIKEL PENELITIAN .....</b>	<b>88</b>

## DAFTAR TABEL

	halaman
Tabel 4.1 Desain Penelitian Pengaruh <i>Art Therapy</i> : Menggambar dan Musik Untuk Lansia yang Mengalami Stres.....	24
Tabel 4.2 Definisi Operasional .....	25
Tabel 4.3 Instrumen <i>Depression Anxiety Stress Scales (DASS)</i> sebelum dilakukan uji validitas.....	33
Tabel 4.4 Instrumen <i>Depression Anxiety Stress Scales (DASS)</i> setelah dilakukan uji validitas.....	33
Tabel 5.1 Kegiatan Lansia UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit .....	39
Tabel 5.2 Kegiatan lansia Rumah Peduli Tribuana Tungga Dewi.....	40
Tabel 5.3 Tabel Rekapitulasi nilai stres <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> .....	44
Tabel 5.4 Hasil Uji Normalitas .....	45
Tabel 5.5 Hasil Uji Hipotesis <i>wilcoxon</i> .....	46

## DAFTAR GAMBAR

	halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Pengaruh <i>Art Therapy</i> : Menggambar dan Musik Untuk Lansia Yang Mengalami Stres di Panti .....	21
Gambar 4.1 Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh <i>Art Therapy</i> : Menggambar dan Musik Untuk Lansia yang Mengalami Stres .....	29
Gambar 5.1 Karakteristik responden berdasarkan usia di UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto dan Rumah Peduli Tribuana Tungga Dewi pada tanggal 2 Mei-27 Mei 2024 .....	41
Gambar 5.2 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin di UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto dan Rumah Peduli Tribuana Tungga Dewi pada tanggal 2 Mei-27 Mei 2024 .....	41
Gambar 5.3 Karakteristik responden berdasarkan pendidikan di UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto dan Rumah Peduli Tribuana Tungga Dewi pada tanggal 2 Mei-27 Mei 2024 .....	42
Gambar 5.4 Karakteristik responden berdasarkan penyakit di UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto dan Rumah Peduli Tribuana Tungga Dewi pada tanggal 2 Mei-27 Mei 2024 .....	42
Gambar 5.5 Karakteristik responden berdasarkan lama tinggal di panti pada UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto dan Rumah Peduli Tribuana Tungga Dewi pada tanggal 2 Mei-27 Mei 2024 .....	43



## DAFTAR LAMPIRAN

	halaman
Lampiran 1. Lembar Penjelasan Menjadi Responden.....	64
Lampiran 2. Lembar <i>Informed Consent</i> .....	65
Lampiran 3. Lembar Data Demografi.....	66
Lampiran 4. Standar Operasional Prosedur <i>Art Therapy</i> .....	67
Lampiran 5. Standar Operasional Prosedur Mendengar Musik .....	68
Lampiran 6. Kuesioner DASS .....	69
Lampiran 7. Tahap Kegiatan.....	70
Lampiran 8. Surat Pengantar dari Fakultas Keperawatan kepada Bupati Kabupaten Mojokerto.....	73
<u>Lampiran 9.</u> Surat pengantar dari Fakultas Keperawatan kepada Walikota Mojokerto.....	74
Lampiran 10. Surat Rekomendasi dari Bakesbangpol kepada Dinas Sosial Kabupaten Mojokerto.....	75
Lampiran 11. Surat Rekomendasi dari Bakesbangpol kepada Dinas Sosial Kota Mojokerto.....	76
Lampiran 12. Surat Keterangan telah melakukan penelitian di UPT Pesangrahan Mojopahit Mojokerto .....	77
Lampiran 13. Surat Keterangan telah melakukan penelitian di Rumah Peduli Tribuana Tungga Dewi .....	78
Lampiran 14. Uji Validitas Kuesioner DASS .....	79
Lampiran 15. Uji Reliabilitas.....	82
Lampiran 16. Kuesioner sesudah dilakukan uji validitas.....	84
Lampiran 17. Data Demografi .....	85
Lampiran 18. Dokumentasi.....	86

## DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN

	halaman
ARTIKEL PENELITIAN .....	87
HALAMAN PENGESAHAN.....	88
ABSTRAK .....	89
<i>ABSTRACT</i> .....	90
PENDAHULUAN .....	91
METODE PENELITIAN.....	92
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	92
SIMPULAN DAN SARAN .....	95
KEPUSTAKAAN .....	96
BIODATA PENULIS .....	98

## ABSTRAK

### PENGARUH *ART THERAPY*: MENGGAMBAR DAN MUSIK UNTUK LANSIA YANG MENGALAMI STRES DI PANTI

oleh: **Angga Krisna Wijaya**

Stres merupakan pengalaman emosional tidak menyenangkan dapat berakibat kesedihan. Lansia di panti rentan mengalami stres mayoritas disebabkan oleh ketidakbersamaan dengan anggota keluarga, kurangnya aktivitas, dan perhatian dari lingkungan serta mengalami proses suatu penyakit. Penatalaksanaan yang dilakukan untuk mengatasi stres adalah *art therapy*: menggambar dan musik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *art therapy*: menggambar dan musik pada lansia yang mengalami stres. Desain penelitian *quasi eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest dan posttest design*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia yang berada di UPT Pesanggrahan Mojopahit Mojokerto sejumlah 48 orang dan Rumah Peduli Tribuana Tungga Dewi kota Mojokerto sejumlah 17 orang. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling* dengan total responden sejumlah 34 orang yang dilakukan intervensi 4 kali selama 2 minggu dengan durasi 40 menit menggambar dan 20 menit mendengarkan musik. Instrumen untuk variabel dependen adalah SOP menggambar dan mendengarkan musik sedangkan untuk variabel independen stres adalah *kuesioner DASS* yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Teknik analisis data menggunakan uji statistik *wilcoxon signed rank test* ( $\alpha = 0,05$ ). Hasil penelitian didapatkan *mean pre-test*  $23.03 \pm 6.284$  dan *post-test*  $16.85 \pm 4.377$ . Hasil uji hipotesis didapatkan  $p= 0,000$  yaitu ada pengaruh *art therapy*: menggambar dan musik untuk lansia yang mengalami stres di panti. Kombinasi *art therapy*: menggambar dan musik dapat menurunkan stres lansia karena saat menggambar lansia mencurahkan emosi dengan ekspresif pada sebuah karya dan mendengarkan dapat meningkatkan *endorphine* sehingga meningkatkan *mood* dan *relax*.

**Kata kunci:** *Art Therapy*, Lansia, Menggambar, Musik, Stres

## **ABSTRACT**

### ***INFLUENCE OF ART THERAPY: DRAWING AND MUSIC FOR ELDERLY PEOPLE WHO EXPERIENCE STRESS IN NURSING HOMES***

**by: Angga Krisna Wijaya**

*Stress is an unpleasant emotional experience that can result in sadness. The elderly in orphanages are vulnerable to stress, mostly due to disconnection from family members, lack of activity, and attention from the environment and experiencing the process of a disease. The management carried out to overcome stress is art therapy: drawing and music. This study aims to determine the influence of art therapy: drawing and music on the elderly who experience stress. The research design was quasi-experimental with a one-group pretest and posttest design approach. The population in this study is all the elderly in UPT Pesangrahan Mojopahit Mojokerto as many as 48 people and Rumah Peduli Tribuana Tungga Dewi Mojokerto city as many as 17 people. The sampling technique used purposive sampling with a total of 34 respondents who were intervened 4 times for 2 weeks with a duration of 40 minutes of drawing and 20 minutes of listening to music. The instrument for the dependent variable is SOP for drawing and listening to music while for the independent variable of stress is the DASS questionnaire which has been tested for validity and reliability. The data analysis technique used the wilcoxon signed rank test ( $\alpha = 0.05$ ). The results of the study were obtained with a mean pre-test of  $23.03 \pm 6,284$  and post-test of  $16.85 \pm 4,377$ . The results of the hypothesis test obtained a  $p=$  of 0.000 ( $<0.05$ ), namely there is an influence of art therapy: drawing and music for the elderly who experience stress in the orphanage. The combination of art therapy: drawing and music can reduce the stress of the elderly because when drawing, the elderly pour their emotions expressively into a work and listening can increase endorphins so as to improve mood and relax.*

**Key words: Art Therapy, Elderly, Drawing, Music, Stress**