

PEMBERDAYAAN CAREGIVER UNTUK MERUBAH PERILAKU NEGATIF LANSIA DENGAN TERAPI TOKEN EKONOMI

Felisitas A.Sri¹⁾, Yafet Pradikatama¹⁾, Devanus Lahardo¹⁾

¹⁾Program Studi D3 Keperawatan, STIKes Panti Waluya Malang, Indonesia

Corresponding author : Devanus
Email : devanuslahardo@gmail.com

Diterima 28 Juni 2022, Direvisi 12 Juli 2022, Disetujui 15 Juli 2022

ABSTRAK

Caregiver lansia mengatakan bahwa tidak semua lansia bersedia mengikuti terapi-terapi yang diadakan oleh Panti, selain itu beberapa lansia juga tidak bersedia bersosialisasi dengan lansia lain maupun hanya berbicara seperlunya dengan caregiver dan perawat. Terapi token ekonomi merupakan jenis terapi yang dapat digunakan untuk mengubah perilaku lansia. Tujuan pelatihan ini untuk meningkatkan perilaku yang diinginkan dan mengurangi perilaku yang tidak diinginkan dengan pemberian token yang dapat ditukar dengan sesuatu yang berguna dalam kurun waktu yang telah ditentukan. Kegiatan ini dilakukan 3 tahap yang meliputi tahapan persiapan yaitu melakukan perijinan dan menyusun pelaksanaan. Tahap kedua pemberian materi dan praktik token ekonomi yang meliputi pengertian dan jenis terapi CBT serta teori terapi token ekonomi. Tahap ke tiga evaluasi kegiatan yang meliputi evaluasi perasaan caregiver setelah melakukan terapi token ekonomi dan evaluasi pre tes serta post tes. Kegiatan ini telah terlaksana selama bulan Mei - Juni 2022, dan diikuti oleh 14 pengasuh lansia Hasil kegiatan pengabdian ini pada awal pre tes masih terdapat 9 peserta atau 64% yang mampu melakukan praktikum terapi token ekonomi. Setelah dilakukan pelatihan dan dilakukan evaluasi akhir atau *post test* terdapat 12 peserta atau 85% yang mampu melakukan praktikum terapi token dengan baik dan tepat. Secara keseluruhan kegiatan berjalan lancar serta antusias.

Kata Kunci : *caregiver*; lansia; terapi token ekonomi

ABSTRACT

The elderly caregiver said that not all the elderly were willing to participate in the therapies held by the orphanage, in addition some of the elderly were also not willing to socialize with other elderly people or only talk as necessary with caregivers and nurses. Economic token therapy is a type of therapy that can be used to change the behavior of the elderly. . The purpose of this training is to increase desired behavior and reduce unwanted behavior by giving tokens that can be exchanged for something useful within a predetermined time. This activity is carried out in 3 stages which include the preparation stage, namely licensing and arranging implementation. The second stage is providing material and token economy practice which includes the understanding and types of CBT therapy and the theory of token economy therapy. The third stage is activity evaluation which includes evaluating the caregiver's feelings after doing token economy therapy and evaluating pre-test and post-test. This activity has been carried out during May - June 2022, and was attended by 14 elderly caregivers. The results of this service activity at the beginning of the pre-test there were still 9 participants or 64% who were able to do economic token therapy practicum. After the training and the final evaluation or post test were carried out there were 12 participants or 85% who were able to carry out the token therapy practicum properly and precisely. Overall the activity went smoothly and enthusiastically.

Keywords: *caregiver*; elderly; economic token therapy

PENDAHULUAN

LKS LU Pangesti Lawang ada di bawah pengelolaan Yayasan Sosial Misericordia yang dikelola secara profesional. Pembiayaan ditetapkan bertingkat sesuai dengan kelas kamar. Udara di LKS LU Pangesti Lawang ini sejuk karena berada di kaki gunung Arjuna. Seluruh bangunan ini dihiasi oleh pepohonan dan taman, sehingga sangat baik digunakan

sebagai Panti Werdha. Panti Pangesti Lawang terbuka bagi lansia pria dan wanita, dengan tetap tidak mencampurkan mereka dalam kamar yang sama. Setiap kamar dilengkapi dengan CCTV, sehingga setiap lansia dapat terpantau dengan baik. Layanan Panti Pangesti Lawang selain memberikan layanan medis, juga memberikan layanan gizi,

ambulans dan fisioterapi (Pradikatama & Ali Sodikin, 2022).

Studi pendahuluan yang telah dilakukan di LKS LU Pangesti Lawang, terdapat 42 lansia yang tinggal. Terdapat 1 orang perawat dan 13 orang *caregiver* yang bertugas merawat lansia di LKS LU Pangesti Lawang. *Caregiver* lansia mengatakan bahwa tidak semua lansia bersedia mengikuti terapi-terapi yang diadakan oleh Panti, selain itu beberapa lansia juga tidak bersedia bersosialisasi dengan lansia lain maupun hanya berbicara seperlunya dengan *caregiver* dan perawat.

Caregiver sebagai petugas kesehatan yang 24 jam berada di dekat lansia mengetahui keseharian yang dialami oleh mereka. Penyebabnya adalah lansia tersebut jarang dikunjungi oleh keluarganya, masalah kesehatan juga menjadi penyebab tidak bersedia untuk bersosialisasi. Kondisi yang dirasakan oleh lansia ini menunjukkan adanya tanda-tanda orang dengan masalah kejiwaan (ODMK). Kecemasan merupakan gangguan mental emosional (Indonesia, 2018). Seseorang yang mengalami perubahan dalam emosional bila dibiarkan dan berkembang akan dapat menjadi patologis oleh sebab itu penting adanya antisipasi supaya kesehatan jiwa masyarakat terjaga (Mustika, 2016). Pikiran yang mengganggu dan mengakibatkan ansietas dapat mengakibatkan seseorang tidak produktif dan mengalami ketidaknyamanan secara psikologis. Pikiran negatif ini akhirnya dapat menghasilkan suatu perilaku yang *maladaptif*. Terapi token ekonomi merupakan terapi berupa pemberian hadiah benda yang dapat dimanfaatkan atau makanan yang dapat dikonsumsi oleh semua lansia, dan juga sebagai terapi *cognitive behavioral therapy* (CBT) lansia. Terapi ini merupakan jenis terapi yang dapat digunakan untuk mengubah perilaku lansia (Ramaita & Putri, 2019).

Berdasarkan observasi melalui komunikasi dengan pengasuh lansia dan analisa situasi di LKS LU Pangesti Lawang, penulis tergerak untuk melakukan kajian dalam bentuk kegiatan pengabdian masyarakat. Pengkajian telah dilakukan bersama, dan ditemukan masalah konkret pada mitra, antara lain :

- a. Banyak lansia yang enggan untuk bersosialisasi (menyendiri) dan tidak bersedia mengikuti terapi
- b. *Caregiver* mengaami kesulitan dalam mengajak lansia untuk bersosialisasi dan mengikuti terapi lain yang diadakan secara rutin.

Dari observasi tersebut maka ditawarkan solusi kepada mitra antara lain :

- a. Pelatihan terapi token ekonomi, merupakan suatu wujud modifikasi perilaku yang dirancang untuk meningkatkan perilaku yang diinginkan dan mengurangi perilaku yang tidak diinginkan dengan pemberian token yang dapat ditukar dengan sesuatu yang berguna, dalam kurun waktu yang telah ditetapkan.
- b. Demonstrasi dan praktik cara penerapan terapi token ekonomi) kepada *Caregiver* lansia LKS LU Pangesti Lawang.

Tujuan kegiatan ini untuk merubah perilaku yang diinginkan dan mengurangi perilaku yang tidak diinginkan dengan pemberian token yang dapat ditukar dengan sesuatu yang berguna dalam kurun waktu yang telah ditentukan

METODE

PKM ini telah dilaksanakan di Kec. Lawang Kabupaten Malang Jawa Timur. Mitra dalam kegiatan ini berasal dari Pengasuh lansia LKS LU Pangesti Lawang yang berjumlah 14 orang. Ada 3 tahapan yang dilakukan dalam kegiatan PKM ini yaitu :

Tahap persiapan, pelaksanaan program ini dilakukan dengan memperhatikan protokol Covid-19, yang meliputi kegiatan sebagai berikut :

- Pendekatan kepada pengelola Panti Pangesti Lawang.
- Melakukan perijinan tentang Program Kemitraan Masyarakat yang akan dilakukan dengan judul "Pemberdayaan *Caregiver* LKS LU Pangesti Lawang Untuk Merubah Perilaku Negatif Lansia Dengan Terapi Token Ekonomi"
- Secara bersama-sama dengan mitra membuat rencana pelaksanaan Program Kemitraan Masyarakat
- Menindaklanjuti kesepakatan yang diputuskan secara bersama-sama dengan melakukan persiapan serta sarana prasarana yang diperlukan

Tahap pelaksanaan kegiatan, setelah dilakukan diskusi dengan mitra, maka solusi permasalahan mitra yang menjadi prioritas dan harus ditangani secara bersama adalah Pemberian pelatihan kepada *caregiver* lansia supaya mampu membantu lansia di panti dalam menangani kecemasan sendiri dengan menerapkan hasil pelatihan, yaitu Terapi token ekonomi yang meliputi kegiatan:

Pada hari pertama :

- Soal *pre test*
- Pengertian terapi CBT
- Jenis terapi CBT
- Cara merubah perilaku lansia

- Teori terapi token ekonomi
- Pada hari kedua :
- Evaluasi materi hari ke-1
 - *Role play* dengan salah satu *caregiver*
 - Memberikan tugas praktek di rumah
 - Menganjurkan terapi token ekonomi
- Pada hari ketiga :
- Evaluasi perasaan hasil penerapan
 - Evaluasi penerapan token ekonomi
 - Membuat rencana tindak lanjut
 - Soal *post test*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap persiapan dari pelaksanaan kegiatan PKM ini adalah melakukan observasi dan pengurusan ijin pelaksanaan PKM kepada Pimpinan LKS LU Pangesti Lawang Kab. Malang. Untuk memahami keadaan para lansia dan para pengasuh yang berada di LKS LU Pangesti Lawang Kab. Malang dilakukan observasi terlebih dahulu. Observasi dilakukan selama dua kali dengan berkomunikasi melalui media komunikasi dan mendatangi Sr.Yulia Marcelina, Misc.(selaku Pimpinan LKS LU Pangesti Lawang Kab. Malang), dan perwakilan pengasuh lansia untuk menentukan waktu, teknis sosialisasi dan jumlah peserta. Tim PKM meminta izin kepada Pimpinan LKS LU Pangesti Lawang untuk melakukan kegiatan PKM (Gambar 1). Penyerahan surat perijinan ini bertempat di kantor LKS LU Pangesti Lawang.



Gambar 1. Penyerahan surat ijin

Tahap pelaksanaan dari kegiatan PKM ini adalah penyampaian materi pengertian CBT, jenis terapi CBT, cara merubah perilaku lansia, dan teori terapi token ekonomi (Gambar 2). Kegiatan pelaksanaan ini diikuti oleh 1 orang perawat dan 13 *caregiver*. *Cognitive behavioral therapy* atau CBT merupakan salah satu bentuk konseling yang bertujuan membantu pasien agar dapat menjadi lebih sehat, dengan cara memodifikasi pola pikir dan perilaku tertentu. Adapun jenis-jenis terapi CBT antara lain :

1. Terapi Buku Harian (*Diary*)
2. Terapi Pohon Keluarga
3. Terapi Teka Teki Silang
4. Terapi Membuat Kartu Ucapan (*Greeting Card*)

5. Terapi Mencocokkan Kartu (*Matching Card*)
6. Terapi Senam Otak (*Brain Gym*)



Gambar 2. Kegiatan penyampaian materi

Tahap ketiga dari kegiatan PKM ini adalah praktek terapi token ekonomi dari hasil pemahan teori yang telah diberikan sebelumnya (Gambar 3). Selanjutnya perawat dan *caregiver* melakukan praktek terapi token ekonomi secara langsung, *role play* dengan salah satu peserta dan para pengasuh serta menghimbau untuk mempraktekkan dengan sesama *caregiver* melihat dan mencermati dari tiap tahapan tersebut. Adapun tujuan *role play* adalah :

1. Belajar dengan berbuat, *caregiver* melakukan peranan tertentu sesuai dengan kenyataanyang sesungguhnya
2. Belajar melalui meniru, *caregiver* mengamati dan menyamakan diri dengan lansia dan tingkah lakunya.



Gambar 3. Kegiatan *role play* dengan *caregiver*

Tahap keempat dari kegiatan PKM ini adalah sosialisasi pelatihan dan evaluasi. Kegiatan sosialisasi pelatihan ini disampaikan pada seluruh peserta yaitu 13 *caregiver* dan 1 perawat. (Gambar 4). Setelah kegiatan sosialisasi pelatihan dan diskusi maka selanjutnya dilakukan evaluasi. Evaluasi ini dilakukan secara *pre test* dan *post test* dengan membagikan lembar *quisioner* untuk mengetahui pemahaman peserta terhadap materi sosialisasi pelatihan yang telah disampaikan.



Gambar 4. Evaluasi hasil pelatihan

Evaluasi ini dilakukan untuk melihat apakah ada peningkatan pengetahuan peserta pelatihan terhadap materi pelatihan yang telah dilakukan terkait dengan pemahaman materi CBT dan praktek terapi token ekonomi pada lansia di LKS LU Pangesti Lawang. Pada evaluasi *pre test* masih terdapat 9 peserta atau 64% yang memahami tentang CBT dan token ekonomi. Setelah dilakukan pelatihan dan dilakukan evaluasi akhir atau *post test* terdapat 12 peserta atau 85% yang mampu melakukan demonstrasi terapi token dengan baik dan tepat. Selama sosialisasi pelatihan dilakukan, banyak peserta pelatihan yang memberikan berbagai tanggapan meliputi belum pernah melakukan kegiatan yang dapat merubah perilaku lansia khususnya dengan menggunakan metode token ekonomi dengan memberikan apresiasi pada lansia yang mampu menjawab pertanyaan, menirukan perilaku positif, menyampaikan kembali kegiatan yang pernah dialami yang menyenangkan dll. Menanggapi berbagai tanggapan tersebut, maka pada tahap terakhir dari kegiatan PKM ini dilakukan pemberian bantuan perlengkapan meliputi kartu dengan model yang menarik, beberapa hadiah atau *gift* serta media pencatatan untuk melakukan kegiatan token ekonomi untuk merubah perilaku lansia di LKS LU Pangesti Lawang dengan rasa syukur dan suka cita (Gambar 5). Mereka sangat terbantu dengan bantuan perlengkapan pelaksanaan kegiatan token ekonomi



Gambar 5. Penyerahan bantuan perlengkapan token ekonomi

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pelatihan tentang pemberdayaan *caregiver* dalam merubah

perilaku negatif lansia melalui token ekonomi telah terlaksana dengan lancar dan berhasil meningkatkan kemampuan pengasuh lansia. Pada evaluasi *pre test* masih terdapat 9 peserta atau 64% yang memahami tentang CBT dan token ekonomi. Setelah dilakukan pelatihan dan dilakukan evaluasi akhir atau *post test* terdapat 12 peserta atau 85% yang mampu melakukan demonstrasi terapi token dengan baik dan tepat. Kegiatan ini merupakan modal awal yang sangat diperlukan terhadap keberhasilan program PKM yang telah dilakukan guna merubah perilaku negatif para lansia yang salah satunya enggan melaksanakan kegiatan yang dilaksanakan oleh LKS LU Pangesti Lawang dan para pengasuh lansia yang merupakan pendamping diharapkan secara terus menerus dan konsisten melakukan kegiatan token ekonomi dengan variatif dan menyenangkan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada LPPM STIKes Panti Waluya Malang, pengasuh lansia LKS LU Pangesti Lawang Kabupaten Malang, Para Tokoh Masyarakat Desa Lawang, Pimpinan LKS LU Pangesti Lawang beserta staff, masyarakat Desa Pagedangan, dan seluruh pihak yang mendukung kegiatan Pengabdian Masyarakat ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Amalo, I. G., & Widiastuti, A. A. (2020). Pengaruh Penggunaan Token Ekonomi dalam Menurunkan Perilaku Disruptif Anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 500. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.622>
- Fahrudin, A. (2012). Teknik Ekonomi Token Dalam Perubahan Perilaku Klien. *Sosio Informa*, 17(3), 139–143. <https://doi.org/10.33007/inf.v17i3.80>
- Handayani, D., & Hidayah, N. (2014). Pengaruh Token Ekonomi Untk Mengurangi Agresivitas Pada Siswa Tk. *Empathy: Jurnal Fakultas Psikologi*, 2(2), 44–52.
- Indonesia, K. kesehatan R. (2018). *RISKESDAS 2018*.
- Mufidah, U. (2012). Efektivitas Pemberian Reward Melalui Metode Token Ekonomi Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Anak Usia Dini. *Bellia*, 1(1), 1–5. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/bellia>
- Mustika, I. W. (2016). Membangun Kebijakan Kesehatan Lansia Berbasis Kearifan Lokal. *Jurnal Skala Husada: The Journal of Health*, 13(1), 1–12.

- <https://doi.org/10.33992/jsh:tjoh.v13i1.70>
Pradikatama, Y., & Ali Sodikin. (2022). Pemberdayaan Caregiver Panti Pangesti Lawang Untuk Mengurangi Kecemasan Lansia Dengan Terapi Warna. *Jurnal Humanis : Jurnal Pengabdian Masyarakat STIKes Icsada Bojonegoro*, 7(1), 6–8.
- Ramaita, R., & Putri, S. B. (2019). Pengaruh Terapi Token Ekonomi Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi. *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal)*, 6(2), 95–103. <https://doi.org/10.33653/jkp.v6i2.273>