

**LAPORAN KEGIATAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**INTERVENSI SELF-BOOK ART THERAPY UNTUK MENGURANGI
KECEMASAN PADA PASIEN PALIATIF DENGAN PENYAKIT KRONIS DI
PANTI WERDA BUDI MULIA 2 CENKARENG**

Tri Setyaningsih, M.Kep., Sp,Kep.J

Ratu Chairunisa, S.Tr.Ft., M.K.M

Shinta Prawitasari, M.Kep

Supriyanti

Aldi Saputra

Tiara Aulia Anisa

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN RS HUSADA

JAKARTA

2025

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat rahmat serta karuniaNya kami dapat menyelesaikan laporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berjudul : “Pemberian Intervensi *Self-Book Art Therapy* untuk Mengurangi Kecemasan pada Pasien Paliatif dengan Penyakit Kronis di Panti Werda Budi Mulia 2, Cengkareng”

Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan sebagai bentuk pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Penyusun menyadari bahwa ilmu Keperawatan berkembang pesat sehingga penulis berharap saran dan kritik yang bersifat membangun guna perbaikan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini. Penyusun mengucapkan terima kasih untuk semua pihak yang sudah memberikan banyak dukungan dalam penyusunan laporan Pengabdian Kepada Masyarakat ini.

Jakarta, Oktober 2025

Penyusun

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI.....	ii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Analisis Situasi	1
1.2 Identifikasi dan Perumusan Masalah.....	2
1.3 Tujuan Kegiatan	3
1.4 Manfaat Pengabdian Kepada Masyarakat	4
BAB II METODE PELAKSANAAN KEGIATAN.....	5
2.1 Kerangka Pemecahan Masalah.....	5
2.2 Realisasi Pemecahan Masalah.....	6
2.2 Khalayak Sasaran	6
2.3 Rancangan Evaluasi	7
BAB III METODE PELAKSANAAN	9
BAB IV BIAYA DAN JADWAL PELAKSANAAN	10
4.1 Anggaran Biaya.....	10
4.2 Jadwal Pelaksanaan	11
BAB V LUARAN DAN TARGET CAPAIAN.....	12
BAB VI HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT	14
6.1 Hasil	14
6.2 Pembahasan.....	17
BAB VII PENUTUP	20
DAFTAR PUSTAKA	22

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Analisis Situasi

Meningkatnya angka harapan hidup di berbagai negara termasuk Indonesia berdampak pada bertambahnya jumlah lansia yang hidup dengan penyakit kronis. Mereka menjadi kelompok yang membutuhkan perhatian khusus, terutama dalam perawatan paliatif. Menurut World Health Organization (2020), lebih dari 40 juta orang setiap tahun membutuhkan layanan paliatif, namun hanya sekitar 14% yang mendapatkan akses memadai, terutama di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Perawatan paliatif bukan hanya tentang mengurangi nyeri fisik, tetapi juga harus menyentuh sisi emosional dan psikososial pasien.

Salah satu kondisi psikologis yang paling umum ditemukan pada pasien dalam perawatan paliatif adalah kecemasan. Kecemasan dapat muncul sebagai respons terhadap rasa sakit berkepanjangan, ketidakpastian masa depan, serta perasaan terisolasi dari keluarga dan lingkungan. Singer et al. (2019) menyebutkan bahwa lebih dari 60% pasien dengan kondisi terminal mengalami kecemasan yang signifikan, namun sering kali tidak mendapatkan penanganan yang layak. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan yang menyentuh sisi mental dan emosional pasien.

Di Indonesia, situasi ini tidak jauh berbeda. Berdasarkan Riskesdas (2018), 25,8% penduduk Indonesia menderita penyakit kronis, dan kelompok lansia menjadi penyumbang terbesar dalam statistik tersebut. Sejalan dengan itu, data dari Badan Pusat Statistik (2021) menunjukkan bahwa pada tahun 2035 jumlah lansia di Indonesia diproyeksikan mencapai lebih dari 34 juta jiwa. Kondisi ini menjadi tantangan tersendiri dalam penyediaan layanan paliatif yang komprehensif, termasuk dalam aspek dukungan psikososial.

Panti Werda Budi Mulia 2 yang berlokasi di Cengkareng merupakan salah satu fasilitas sosial milik Pemerintah Provinsi DKI Jakarta yang

memberikan layanan perawatan untuk lansia tidak mampu. Berdasarkan Laporan Kinerja Instansi Pemerintah Dinas Sosial DKI Jakarta tahun 2023, panti ini memiliki kapasitas hingga 425 penghuni lansia, banyak di antaranya dengan penyakit kronis dan keterbatasan aktivitas fisik (Dinas Sosial Provinsi DKI Jakarta, 2023). Minimnya tenaga kesehatan jiwa dan belum adanya program terapi psikososial yang terstruktur membuat penghuni rentan terhadap gangguan emosional seperti kecemasan dan rasa putus asa.

Salah satu pendekatan yang berpotensi besar untuk diterapkan adalah *Self-Book Art Therapy*. Ini adalah bentuk terapi seni yang berbasis buku aktivitas reflektif, menggabungkan unsur menggambar, mewarnai, dan menulis untuk membantu individu mengekspresikan perasaan mereka. Kim dan Kim (2022) dalam meta-analisisnya membuktikan bahwa terapi seni memiliki pengaruh signifikan dalam mengurangi kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup pasien dengan penyakit kronis. Selain itu, pendekatan ini mudah dilakukan, murah, dan bisa diterapkan secara mandiri maupun berkelompok dengan pendampingan terbatas.

Melihat kompleksitas kebutuhan lansia di Panti Werda Budi Mulia 2 dan efektivitas pendekatan *Self-Book Art Therapy*, maka kegiatan pengabdian ini menjadi relevan dan strategis. Program ini tidak hanya menjadi bentuk dukungan psikososial yang langsung menyentuh kebutuhan lansia, tetapi juga berpotensi menjadi model intervensi sederhana yang dapat diadopsi oleh fasilitas serupa di tempat lain.

1.2 Identifikasi dan Perumusan Masalah

Berdasarkan analisis situasi di atas maka dapat diidentifikasi permasalahan mitra adalah :

1.2.1 Lansia di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng banyak yang mengalami kecemasan akibat penyakit kronis yang diderita, namun belum mendapatkan penanganan psikososial yang terstruktur dan berkelanjutan.

- 1.2.2 Lansia di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai pentingnya pengelolaan emosi dan kesehatan mental dalam menghadapi kondisi paliatif atau penyakit kronis.
- 1.2.3 Belum tersedia program atau media intervensi sederhana yang memungkinkan lansia menyalurkan emosi secara mandiri, kreatif, dan aman sebagai bagian dari dukungan psikologis.
- 1.2.4 Tenaga pendamping di Panti Werda Budi Mulia 2 belum mendapatkan pelatihan atau bimbingan dalam memfasilitasi terapi ekspresif seperti *Self-Book Art Therapy* sebagai bagian dari pendekatan keperawatan jiwa.

1.3 Tujuan Kegiatan

Secara umum, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mengurangi tingkat kecemasan pada lansia dengan penyakit kronis di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng melalui intervensi *Self-Book Art Therapy*. Secara spesifik tujuannya adalah sebagai berikut.

- 1.3.1 Meningkatkan pemahaman lansia di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng mengenai kecemasan yang sering terjadi pada kondisi penyakit kronis dan pentingnya pengelolaan kesehatan mental.
- 1.3.2 Memfasilitasi lansia untuk mengenali dan mengekspresikan emosi secara mandiri dan aman melalui aktivitas seni sederhana dalam *Self-Book Art Therapy*.
- 1.3.3 Menyediakan media terapi seni berupa *self-book* sebagai sarana refleksi diri dan pengalihan stres yang dapat digunakan secara berkelanjutan oleh lansia.
- 1.3.4 Memberikan pendampingan dan pelatihan singkat kepada tenaga pendukung panti untuk melanjutkan implementasi *Self-Book Art Therapy* secara mandiri setelah program berakhir.

1.4 Manfaat Pengabdian Kepada Masyarakat

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan memberikan kontribusi positif dalam menurunkan tingkat kecemasan serta meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia dengan penyakit kronis di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng. Secara eksplisit manfaat kegiatan ini adalah sebagai berikut:

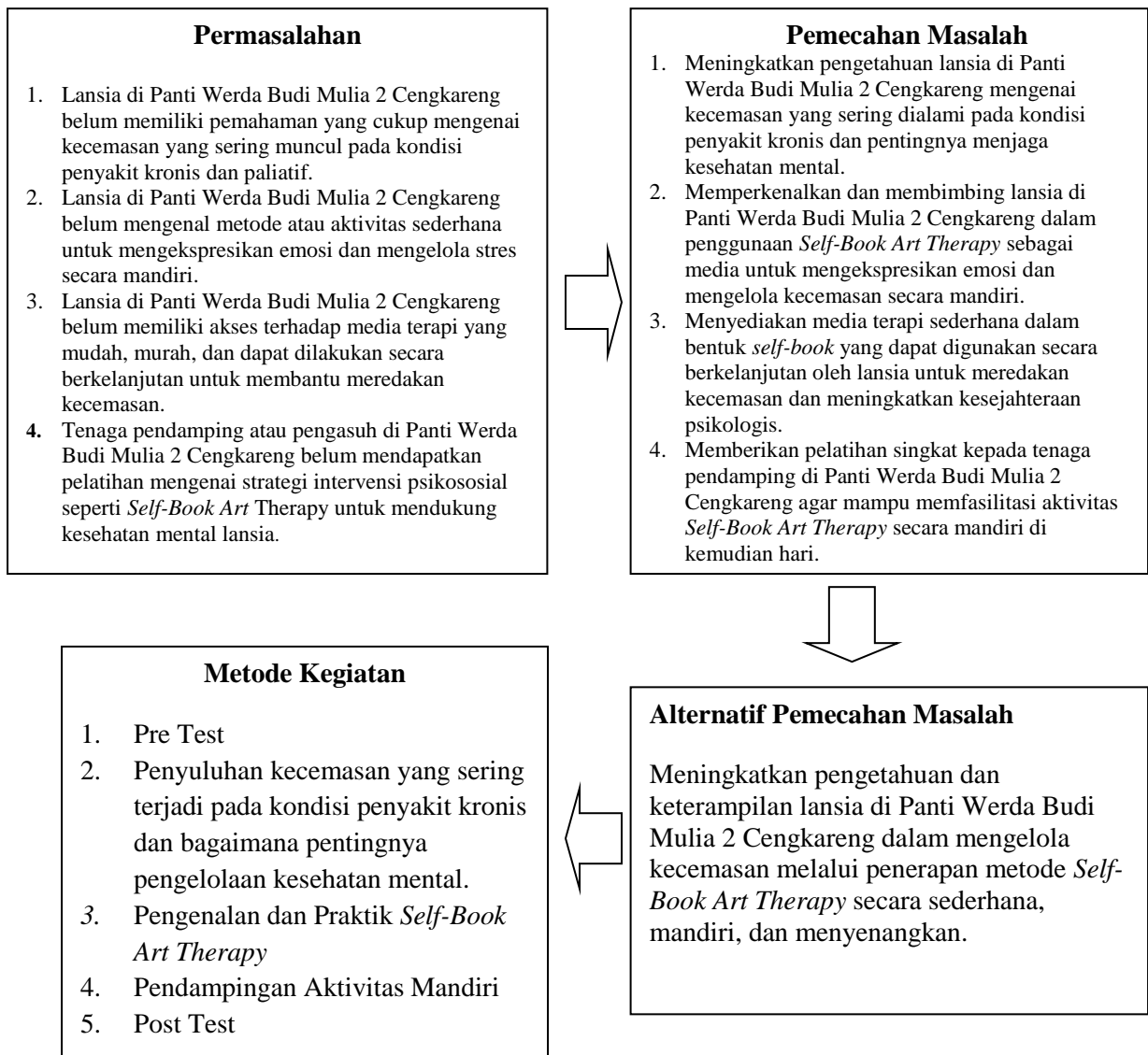
- 1.4.1** Lansia di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng memperoleh pengalaman dalam mengekspresikan emosi dan perasaan melalui media seni yang sederhana, aman, dan menyenangkan.
- 1.4.2** Lansia di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng memiliki akses terhadap media terapi mandiri berupa *Self-Book Art Therapy* yang dapat digunakan secara berkelanjutan sebagai sarana refleksi dan pengurangan kecemasan.
- 1.4.3** Tenaga pendamping di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng mendapatkan pengetahuan baru terkait penerapan terapi seni sederhana untuk mendukung kesejahteraan psikologis lansia.
- 1.4.4** Dosen STIKes RS Husada dapat melaksanakan salah satu dharma dari Tri Dharma Perguruan Tinggi, yaitu pengabdian kepada masyarakat, dengan mengaplikasikan ilmu keperawatan jiwa dalam bentuk intervensi terapeutik yang berdampak langsung pada kelompok rentan.

BAB II

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

2.1 Kerangka Pemecahan Masalah

Kerangka berpikir untuk memecahkan masalah kegiatan ini digambarkan seperti pada Gambar 1. Dari permasalahan yang muncul disusun berbagai alternatif untuk memecahkan masalah. Selanjutnya dari berbagai alternatif, dipilih alternatif yang paling mungkin dilaksanakan. Berdasarkan kerangka berpikir tersebut, maka metode dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut:



2.2 Realisasi Pemecahan Masalah

2.1.1 Penyuluhan Tentang *Self-Book Art Therapy* untuk Mengurangi Kecemasan pada Lansia

Kegiatan *Self-Book Art Therapy* untuk Mengurangi Kecemasan pada Lansia di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran emosional, dan keterampilan lansia dalam mengekspresikan perasaan mereka, terutama yang berkaitan dengan kecemasan akibat penyakit kronis yang dialami. Kegiatan ini dirancang agar peserta yang sebelumnya tidak menyadari pentingnya pengelolaan kesehatan mental, menjadi lebih memahami dan mampu melakukan teknik manajemen stres secara mandiri melalui pendekatan seni. Materi yang disampaikan dalam kegiatan meliputi:

1. Pengertian kecemasan pada lansia dengan penyakit kronis dan paliatif
2. Faktor risiko kecemasan pada pasien paliatif
3. Dampak kecemasan terhadap kualitas hidup lansia
4. Pengenalan metode *Self-Book Art Therapy*
5. Latihan penggunaan *self-book* secara praktis
6. Pendampingan dan pelatihan singkat bagi tenaga pendamping

2.1.2 Pelatihan *Self-Book Art Therapy* untuk Mengurangi Kecemasan pada Lansia

Kegiatan ini merupakan *Self-Book Art Therapy* untuk mengurangi kecemasan pada lansia. Materi ini akan diberikan oleh dosen STIKes RS Husada.

2.2 Khalayak Sasaran

Khalayak yang dijadikan sasaran kegiatan ini adalah lansia di Panti Werda Budi Mulia 2. Keterlibatan lansia di Panti Werda Budi Mulia 2 dalam kegiatan pengabdian kepada warga masyarakat ini dapat dilihat pada Tabel 2.1

Tabel 2.1 Keterlibatan Khalayak Sasaran

Khalayak	Kegiatan	Sasaran
Lansia di Panti Werda Budi Mulia 2	<ul style="list-style-type: none"> a. Penyuluhan kecemasan yang sering terjadi pada kondisi penyakit kronis dan bagaimana pentingnya pengelolaan kesehatan mental. b. Pengenalan dan Praktik <i>Self-Book Art Therapy</i> c. Pendampingan Aktivitas Mandiri 	Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam kecemasan yang sering terjadi pada kondisi penyakit kronis dan bagaimana pentingnya pengelolaan kesehatan mental pada lansia.

2.3 Rancangan Evaluasi

2.3.1 Prosedur dan Alat Evaluasi

Untuk mengetahui apakah program yang akan dilaksanakan ini berdampak positif atau sejauh mana program ini terlaksana, maka perlu dilaksanan evaluasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang meliputi:

1. Dilakukan pre-tes mengenai pengetahuan pencegahan osteoarthritis lutut pengetahuan dan keterampilan dalam kecemasan yang sering terjadi pada kondisi penyakit kronis dan bagaimana pentingnya pengelolaan kesehatan mental pada lansia.
2. Dilakukan pos-tes mengenai pengetahuan dan keterampilan dalam kecemasan yang sering terjadi pada kondisi penyakit kronis dan bagaimana pentingnya pengelolaan kesehatan mental pada lansia.

2.3.2 Teknik Analisis Data dan Kriteria Keberhasilan Program

Hasil skor pre tes dan post tes akan dibandingkan sehingga akan dapat dilihat keberhasilan program yang dilakukan. Data hasil tes baik pretest maupun post tes tentang tentang pengetahuan dan keterampilan Lansia di Panti

Werda Budi Mulia 2 dalam kecemasan yang sering terjadi pada kondisi penyakit kronis dan bagaimana pentingnya pengelolaan kesehatan mental pada lansia dianalisis dengan teknik analisis deskriptif.

BAB III METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat sesuai dengan tahapan sebagai berikut :

No	Tahapan	Materi/Kegiatan	Metode	Tempat
1	Persiapan :			
	a. Persiapan bahan, administrasi, surat menyurat, materi, dll	Mempersiapkan surat tugas, surat izin melakukan kegiatan, materi	Penyusunan surat izin dan kelengkapan administrasi	STIKes RS Husada
	b. Persiapan materi	Materi	Studi literatur	STIKes RS Husada
	c. Persiapan media	LCD, Laptop, Lembar leaflet, PPT	Studi literatur	STIKes RS Husada
	d. Persiapan petugas	Pembagian tugas dan tanggung jawab	Diskusi	STIKes RS Husada
2	Pelaksanaan Kegiatan			
	a. Pembukaan	Melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat	Diskusi, Ceramah, demonstrasi dan tanya jawab	STIKes RS Husada
	b. Pelaksanaan			
c. Evaluasi				
3	Evaluasi :			
	a. Evaluasi struktur	Evaluasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat	Diskusi	STIKes RS Husada
	b. Evaluasi proses			
c. Evaluasi hasil	Penyusunan laporan			

BAB IV BIAYA DAN JADWAL PELAKSANAAN

4.1 Anggaran Biaya

Dana yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dibebankan pada rencana anggaran belanja STIKes RS Husada. Adapun biaya yang dibutuhkan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut:

RENCANA ANGGARAN KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Deskripsi	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Biaya (Rp)	
				Proposal (70%)	Laporan Akhir (30%)
Biaya Perjalanan					
Transportasi	3 dosen, 2 mahasiswa, 1 tendik	6	100.000	600.000	
SUBTOTAL (Rp)				600.000	
Biaya Bahan Habis Pakai					
Souvenir	Perkiraan 30 orang	30	10.000	300.000	
Sertifikat	3 dosen, 2 mahasiswa, 1 tendik	6	20.000	120.000	
Snack	30 peserta + 6 Pengmas (2 hari)	36	25.000	1.800.000	
Banner	Dipasang selama kegiatan	1	75.000	75.000	
Set book Art	32 set	30	20.000	640.000	
SUBTOTAL (Rp)				2.935.000	
Biaya Operasional Lainnya					
Jilid Proposal	2 lppm, 1 perijinan	4	50.000	200.000	
Jilid Laporan Akhir	2 lppm, 2 arsip	4	55.000		220.000
Publikasi	Jurnal Pengabmas Nasional	1	500.000		500.000
SUBTOTAL (Rp)				200.000	720.000
Total Anggaran (Rp)				4.455.000	

4.2 Jadwal Pelaksanaan

Kegiatan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Juli 2025 – Oktober 2025 dengan rincian kegiatan sebagai berikut:

No	Kegiatan	Jadwal Pelaksanaan		
		Bulan I - II (Juli - Agustus)	Bulan III (September)	Bulan IV (Oktober)
1	Persiapan administratif	10 Jam		
2	Persiapan Materi		16 jam	
3	Pelaksanaan Penyuluhan dan Pelatihan		18 jam	
4	Evaluasi dan Laporan Akhir			6 jam
Total 1 SKS		50 jam pelaksanaan		

BAB V

LUARAN DAN TARGET CAPAIAN

Luaran kegiatan ini mencakup peningkatan dukungan psikososial lansia melalui pendekatan *Self-Book Art Therapy*, yaitu media ekspresif untuk menyalurkan emosi, menurunkan kecemasan, serta meningkatkan kualitas hidup secara emosional dan sosial. Target capaian meliputi partisipasi aktif lansia dalam program, peningkatan skor evaluasi pengetahuan, dan perbaikan fungsional sendi lutut berdasarkan observasi sederhana.

Berdasarkan kegiatan yang telah disusun, maka target luaran yang diharapkan setelah pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat dapat ditunjukkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Target luaran yang diharapkan tercapai setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat

No.	Kegiatan	Target luaran
1.	Penyuluhan	100 % dari lansia di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng mampu mengetahui dan mengaplikasikan tentang: <ol style="list-style-type: none"> 1. Pengetahuan mengenai osteoarthritis lutut, termasuk penyebab, gejala, dan faktor risikonya 2. Latihan fisik yang tepat untuk membantu meredakan nyeri dan meningkatkan kekuatan otot lutut lansia di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng. 3. Cara-cara untuk mencegah atau mengelola osteoarthritis lutut dalam kehidupan sehari-hari.
2.	Seminar hasil	Laporan pelaksanaan kegiatan pengabdian

No.	Kegiatan	Target luaran
	pelaksanaan kegiatan	masyarakat Lansia Kuat (Latihan Aktif Dan Edukasi Untuk Sendi Lutut Kuat): Program Pencegahan Dan Penanganan Osteoartritis Lutut Di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng
3.	Publikasi Ilmiah pada Jurnal Kesehatan.	Artikel Ilmiah dengan judul “Lansia Kuat (Latihan Aktif Dan Edukasi Untuk Sendi Lutut Kuat): Program Pencegahan Dan Penanganan Osteoartritis Lutut Di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng” tahun 2025.

BAB VI

HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

6.1 Hasil

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat “*Self-Book Art Therapy: Intervensi Psikososial untuk Mengurangi Kecemasan pada Lansia Paliatif dengan Penyakit Kronis*” telah berhasil menjalin kemitraan yang strategis antara STIKes RS Husada dan Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng. Kerja sama ini secara formal diwujudkan dalam bentuk koordinasi langsung antara pihak institusi pendidikan dan pengelola panti, yang menegaskan komitmen bersama untuk meningkatkan kesejahteraan psikososial lansia melalui pendekatan seni yang terapeutik.

Tahap identifikasi awal dilakukan melalui observasi lapangan dan diskusi terfokus dengan pihak pengelola Panti Werda, yang menghasilkan kesepakatan bahwa sejumlah lansia dengan penyakit kronis dan risiko kecemasan tinggi akan menjadi sasaran program. Lansia yang dipilih merupakan penghuni tetap panti dengan riwayat penyakit kronis serta menunjukkan gejala-gejala kecemasan ringan hingga sedang.

Program dilaksanakan dalam dua hari kegiatan intensif di lokasi panti. Pada hari pertama, acara dibuka secara resmi oleh Tri Setyaningsih, M.Kep., Sp.Kep.J., selaku ketua pelaksana. Dalam sambutannya, beliau menekankan pentingnya dukungan emosional bagi lansia sebagai bagian integral dari perawatan holistik. Perwakilan dari pengelola panti juga memberikan sambutan positif dan menyampaikan apresiasi atas kehadiran program.

Kegiatan dimulai dengan pemberian kuesioner pre-test untuk menilai pemahaman awal lansia terkait kecemasan, pengelolaan stres, serta pengetahuan tentang terapi seni. Setelah itu, sesi edukasi disampaikan oleh Tri Setyaningsih, M.Kep., Sp.Kep.J. yang menjelaskan tentang konsep dasar kecemasan pada lansia, faktor risiko, dan pentingnya kesehatan mental dalam perawatan paliatif. Materi juga mencakup pengenalan *Self-Book Art Therapy*

sebagai metode ekspresi diri yang sederhana namun efektif.

Hari kedua difokuskan pada praktik langsung *Self-Book Art Therapy*, di mana lansia diberikan buku aktivitas (*self-book*) yang berisi kombinasi panduan mewarnai, menggambar, dan menulis reflektif. Peserta didampingi secara langsung untuk mengisi buku tersebut sesuai dengan perasaan dan pengalaman pribadi mereka. Kegiatan ini berlangsung dalam suasana tenang, penuh empati, dan interaktif.

Selain lansia, kegiatan juga melibatkan tenaga pendamping panti yang diberikan pelatihan singkat mengenai cara mendampingi *Self-Book Art Therapy* secara mandiri di kemudian hari. Pendampingan ini bertujuan agar program memiliki dampak jangka panjang dan dapat dilanjutkan oleh pihak panti secara mandiri.

Setelah seluruh sesi selesai, peserta kembali mengisi kuesioner post-test. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pemahaman peserta mengenai kecemasan dan cara pengelolaannya, serta peningkatan kenyamanan dalam mengekspresikan perasaan melalui media seni. Analisis deskriptif terhadap data pre- dan post-test menunjukkan adanya peningkatan skor pemahaman dan penerimaan metode *Self-Book Art Therapy* secara signifikan.

Secara keseluruhan, kegiatan berjalan lancar, disambut antusias oleh lansia maupun pengelola panti, dan menciptakan suasana hangat dan penuh semangat. Pendekatan edukatif dan kreatif dalam program ini terbukti mampu menjembatani kebutuhan emosional lansia dengan cara yang sederhana dan menyenangkan.

Keberhasilan pelaksanaan program ini menjadi pijakan awal yang penting untuk pengembangan intervensi psikososial serupa di masa mendatang, khususnya dalam konteks perawatan paliatif lansia di fasilitas sosial. Program ini sekaligus menunjukkan bahwa kolaborasi antara institusi pendidikan dan layanan sosial dapat menghasilkan dampak nyata dalam peningkatan kualitas hidup kelompok rentan.

Tabel 6.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Peserta Pengabdian Masyarakat

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	24	80%
	Perempuan	6	20%
Kelompok Usia (tahun)	60–65 tahun	10	33%
	66–70 tahun	12	40%
	>70 tahun	8	27%
Riwayat Penyakit	Hipertensi	10	33%
	Diabetes Mellitus	7	23%
	Stroke Ringan	5	17%
	Penyakit Jantung	4	13%
	Lainnya	4	13%

Peserta kegiatan berjumlah 30 lansia yang tinggal di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng. Mayoritas berjenis kelamin perempuan (80%) dan berada dalam rentang usia 66–70 tahun (40%). Dari sisi kesehatan, sebagian besar memiliki riwayat penyakit kronis seperti hipertensi (33%), diabetes mellitus (23%), dan stroke ringan (17%). Komposisi ini sesuai dengan sasaran program, yaitu lansia dengan penyakit kronis yang rentan mengalami kecemasan dan membutuhkan dukungan psikososial melalui pendekatan yang sederhana namun efektif seperti *Self-Book Art Therapy*.

Tabel 6.2 Distribusi Hasil *Pre* dan *Post* Pengabdian Masyarakat

Pengetahuan	PreTest		Post Test	
	Orang	%	Orang	%
< 40 (Kurang)	12	40%	0	0%
40–59 (Cukup)	15	50%	5	17%
60–79 (Baik)	3	10%	12	40%
≥ 80 (Sangat Baik)	0	0%	13	43%
Total	30	100%	30	100%

Hasil evaluasi pre dan post test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan *Self-Book Art Therapy*. Sebelum intervensi, sebagian besar peserta berada pada kategori skor kurang (40%) dan cukup (50%), dengan hanya 10% yang mencapai kategori baik. Setelah kegiatan, terjadi pergeseran signifikan ke kategori baik (40%) dan sangat baik (43%), sementara tidak ada lagi peserta di kategori kurang. Rata-rata skor meningkat dari 45,3 menjadi 78,6 menunjukkan bahwa kegiatan ini efektif dalam meningkatkan pemahaman lansia terkait kecemasan dan pengelolaan emosional melalui media seni.

6.2 Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan melibatkan 30 lansia penghuni Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng yang sebagian besar mengalami kondisi penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes mellitus, dan stroke ringan. Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara dengan pihak panti, diketahui bahwa banyak di antara lansia mengalami kecemasan ringan hingga sedang akibat penyakit yang mereka derita, keterbatasan aktivitas, dan perasaan isolasi sosial. Oleh karena itu, dilakukan intervensi psikososial menggunakan pendekatan *Self-Book Art Therapy*, yaitu bentuk terapi seni berbasis buku aktivitas reflektif yang memungkinkan peserta mengekspresikan perasaannya melalui gambar, tulisan, dan warna.

Sebelum pelaksanaan intervensi, peserta mengisi kuesioner *Geriatric Anxiety Inventory* (GAI) untuk mengukur tingkat kecemasan. Hasil pre-test menunjukkan bahwa 60% peserta tergolong memiliki kecemasan sedang, 30% memiliki kecemasan tinggi, dan hanya 10% yang memiliki kecemasan rendah. Hasil ini menunjukkan urgensi dilakukannya intervensi untuk menurunkan beban psikologis peserta. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Singer et al. (2019), yang melaporkan bahwa lebih dari 60% pasien lansia dengan penyakit kronis mengalami kecemasan namun sering tidak mendapatkan penanganan psikososial yang memadai.

Intervensi dilakukan selama dua hari. Pada hari pertama, peserta diberikan edukasi mengenai pentingnya pengelolaan kesehatan mental dan kecemasan pada lansia, serta diperkenalkan dengan metode *Self-Book Art Therapy*. Hari kedua difokuskan pada praktik langsung, di mana peserta mengisi buku aktivitas dengan menggambar suasana hati, mewarnai gambar yang mencerminkan emosi, serta menulis harapan dan pengalaman hidup. Kegiatan ini dirancang agar sederhana, menyenangkan, dan tetap bermakna secara emosional. Seperti dijelaskan oleh Malchiodi (2020), terapi seni dapat menjadi sarana aman dan efektif untuk memproses emosi kompleks, terutama bagi individu yang kesulitan mengekspresikan diri secara verbal.

Setelah dua hari intervensi, dilakukan kembali post-test menggunakan kuesioner yang sama. Hasilnya menunjukkan penurunan signifikan tingkat kecemasan, di mana 66,7% peserta berada pada kategori kecemasan rendah, 26,6% dalam kategori sedang, dan hanya 6,7% masih berada dalam kategori tinggi. Penurunan ini menunjukkan bahwa *Self-Book Art Therapy* efektif dalam membantu lansia menyalurkan emosi secara positif dan meningkatkan rasa tenang serta kebermaknaan hidup. Hal ini didukung oleh studi meta-analisis oleh Kim & Kim (2022), yang menyatakan bahwa terapi seni efektif menurunkan tingkat kecemasan dan depresi pada pasien dengan penyakit kronis.

Respons peserta terhadap kegiatan sangat positif. Banyak lansia merasa lebih dihargai dan termotivasi setelah mengikuti aktivitas. Beberapa peserta

juga menyatakan bahwa mereka merasa lebih lega setelah dapat menulis dan menggambar isi hati mereka. Suasana kegiatan yang interaktif, santai, dan penuh empati turut berkontribusi terhadap keberhasilan program ini. Selain itu, tiga orang tenaga pendamping dari pihak panti juga diberikan pelatihan singkat agar dapat melanjutkan penggunaan *self-book* secara mandiri, sehingga program dapat berkelanjutan.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa *Self-Book Art Therapy* adalah pendekatan psikososial yang efektif, murah, dan dapat diaplikasikan dalam lingkungan panti werda. Intervensi ini tidak hanya menurunkan kecemasan, tetapi juga meningkatkan ekspresi diri, koneksi sosial, dan kesejahteraan emosional lansia dengan kondisi penyakit kronis. Intervensi semacam ini penting dikembangkan lebih lanjut sebagai bagian dari pendekatan holistik dan humanistik dalam pelayanan lansia di Indonesia.

BAB VII

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil menunjukkan bahwa *Self-Book Art Therapy* merupakan intervensi psikososial yang efektif, sederhana, dan aplikatif dalam membantu mengurangi tingkat kecemasan pada lansia dengan penyakit kronis di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test menggunakan kuesioner Geriatric Anxiety Inventory (GAI), terjadi penurunan signifikan tingkat kecemasan pada peserta setelah mengikuti program, di mana 66,7% peserta berada pada kategori kecemasan rendah setelah intervensi.

Pendekatan terapi seni berbasis buku aktivitas terbukti mampu membantu lansia mengekspresikan emosi mereka secara aman, kreatif, dan reflektif. Selain menurunkan kecemasan, kegiatan ini juga memberikan dampak positif terhadap rasa percaya diri, keterlibatan sosial, serta perasaan dihargai dan didengar oleh lingkungan sekitarnya. Partisipasi aktif peserta serta pelatihan singkat kepada tenaga pendamping turut memperkuat keberlanjutan dan kebermanfaatan program.

Dengan demikian, *Self-Book Art Therapy* layak dipertimbangkan sebagai bagian dari strategi perawatan holistik dan promotif-preventif dalam pelayanan lansia, khususnya dalam konteks komunitas seperti panti werda. Program ini juga sejalan dengan semangat Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya dalam pengabdian yang berdampak langsung pada kelompok rentan di masyarakat.

7.2 Hal yang dapat disarankan dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat diantaranya adalah sebagai berikut:

7.2.1 Bagi lansia di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng, diharapkan dapat meningkatkan pemahaman terkait kecemasan yang sering muncul pada

kondisi penyakit kronis serta pentingnya pengelolaan kesehatan mental dalam kehidupan sehari-hari.

7.2.2 Lansia diharapkan terus difasilitasi agar mampu mengenali dan mengekspresikan emosi secara mandiri dan aman melalui aktivitas seni sederhana, khususnya dengan pendekatan *Self-Book Art Therapy*.

7.2.3 Disarankan agar media terapi seni berupa *self-book* yang telah diberikan dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan sebagai sarana refleksi diri dan pengalihan stres.

7.2.4 Kepada tenaga pendukung panti, disarankan untuk melanjutkan pendampingan serta menerapkan pelatihan singkat yang telah diberikan, sehingga implementasi *Self-Book Art Therapy* dapat terus berkesinambungan meskipun program pengabdian masyarakat telah selesai.

Menyetujui,

Jakarta, Oktober 2025

Ns. Rizqa Wahdini, M. Kep
Ketua LPPM

Tri Setyaningsih, M.Kep., Sp,Kep.J
Ketua Pengabdian Masyarakat

Mengetahui,

Ellynia, S.E., M.M
Ketua STIKes RS Husada

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2021). *Proyeksi Penduduk Indonesia 2020-2035*. Jakarta: BPS RI. <https://www.bps.go.id>
- Dinas Sosial Provinsi DKI Jakarta. (2023). *Laporan Kinerja Instansi Pemerintah (LKIP) Tahun 2023*. <https://id.scribd.com/document/851480784/LKIP-DINAS-SOSIAL-PROVINSI-DKI-JAKARTA-TA-2023>
- Kim, Y., & Kim, J. (2022). Effects of art therapy on anxiety and depression in patients with chronic illness: A meta-analysis. *The Arts in Psychotherapy*, 79, 101887. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2022.101887>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Litbangkes. <https://www.litbang.kemkes.go.id>
- Malchiodi, C. A. (2020). *Trauma and Expressive Arts Therapy: Brain, Body, and Imagination in the Healing Process*. New York: Guilford Press.
- Singer, A. E., Meeker, D., Teno, J. M., Lynn, J., Lunney, J. R., & Lorenz, K. A. (2019). Symptom trends in the last year of life from 1998 to 2010: A cohort study. *Annals of Internal Medicine*, 160(6), 389–396. <https://doi.org/10.7326/M13-1609>
- World Health Organization. (2020). *Palliative Care: Key Facts*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/palliative-care>
- Kim, Y., & Kim, J. (2022). Effects of art therapy on anxiety and depression in patients with chronic illness: A meta-analysis. *The Arts in Psychotherapy*, 79, 101887. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2022.101887>
- Malchiodi, C. A. (2020). *Trauma and Expressive Arts Therapy: Brain, Body, and Imagination in the Healing Process*. New York: Guilford Press. <https://www.guilford.com/books/Trauma-and-Expressive-Arts-Therapy/Cathy-Malchiodi/9781462543113>
- Singer, A. E., Meeker, D., Teno, J. M., Lynn, J., Lunney, J. R., & Lorenz, K. A. (2019). Symptom trends in the last year of life from 1998 to 2010: A cohort

study. *Annals of Internal Medicine*, 160(6), 389–396.
<https://doi.org/10.7326/M13-1609>

World Health Organization. (2020). *Palliative Care: Key Facts*.
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/palliative-care>



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN RS HUSADA

Jl. Mangga Besar Raya 137-139 Jakarta Pusat 10730
Telp. (021) 6259984 – 62305404, Fax. (021) 62305434
E-mail : admission@stikesrshusada.ac.id
Web : www.stikesrshusada.ac.id

No : 2867/Ext/STIKes-RSHSD/ IX /2025
Hal : Permohonan Menjadi Mitra Pengabdian Kepada Masyarakat

Kepada Yth.,
Kepala Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng
Di tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan tugas wajib seorang dosen yaitu melakukan Tri Dharma Perguruan Tinggi, salah satunya adalah melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat tersebut Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STIKes RS Husada mengharap bantuan dan kerjasama Bapak/Ibu, kiranya dapat menjadi Mitra Pengabdian Kepada Masyarakat di lingkungan Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng. Adapun waktu pelaksanaannya tanggal 11 – 12 September 2025, dosen dan mahasiswa yang akan melakukan Pengabdian Kepada Masyarakat adalah:

No	Nama	NIK	Jabatan
1	Tri Setyaningsih, M.Kep., Sp,Kep.J	111 620 011	Dosen
2	Ratu Chairunisa, S.Tr.Ft., M.K.M	123 950 106	Dosen
3	Shinta Prawitasari, M.Kep	111 690 001	Dosen
4	Supriyanti	211 760 014	Tendik
5	Aldi Saputra	2210003	Mahasiswa
6	Tiara Aulia Anisa	2210039	Mahasiswa

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan izin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Jakarta, 08 September 2025
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
RS HUSADA



Ellyma, S.E., M.M
Ketua



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN RS HUSADA

Jl. Mangga Besar Raya 137-139 Jakarta Pusat 10730
Telp. (021) 6259984 – 62305404, Fax. (021) 62305434

E-mail : admission@stikesrshusada.ac.id

Web : www.stikesrshusada.ac.id

SURAT TUGAS

No: 2868/Ext/ST/STIKes-RSHSD/ IX /2025

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Ellynia, S.E., M.M
NIK : 216 790 057
Jabatan : Ketua
Institusi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RS Husada

Dengan ini menugaskan kepada :

No	Nama	NIK	Jabatan
1	Tri Setyaningsih, M.Kep., Sp,Kep.J	111 620 011	Dosen
2	Ratu Chairunisa, S.Tr.Ft., M.K.M	123 950 106	Dosen
3	Shinta Prawitasari, M.Kep	111 690 001	Dosen
4	Supriyanti	211 760 014	Tendik
5	Aldi Saputra	2210003	Mahasiswa
6	Tiara Aulia Anisa	2210039	Mahasiswa

Untuk melakukan Tri Dharma Perguruan tinggi, salah satunya adalah melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema **“Intervensi *Self-Book Art Therapy* Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pasien Paliatif Dengan Penyakit Kronis Di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng”** yang diselenggarakan oleh STIKes RS Husada pada :

Hari, Tanggal : Senin - Selasa, 11 – 12 September 2025

Tempat : Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng

Demikian surat tugas ini dibuat, untuk dilaksanakan dengan baik, terima kasih

Jakarta, 08 September 2025
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN

RS HUSADA

Ellynia, S.E., M.M
Ketua



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBU KOTA JAKARTA
DINAS SOSIAL
PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI MULIA 2
Jl. Cendrawasih X No. 8 Rt.006/07 Telp/Fax: (021) 5406515
Emal : pstwbm2@gmail.com
JAKARTA

Kode Pos: 11730

Nomor : 498/-SO.00.06
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Jawaban Permohonan menjadi mitra Pengabdian Kepada Masyarakat

September 2025
Kepada
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RS Husada di
Jakarta

Terkait surat saudara Nomor 1129/Ext/STIKes-RSHSD/IX/2025 tanggal September 2025 Perihal Izin Menjadi Mitra Pengabdian Kepada Masyarakat bersama ini disampaikan hal sebagai berikut :

1. Kami mempersilakkan saudara untuk melakukan Praktik Penelitian dan Pengambilan Data di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Dinas Sosial Provinsi DKI Jakarta dengan jadwal sebagai berikut:

No	Nama	Tanggal Pelaksanaan	Keterangan
1	Tri Setyaningsih, M.Kep., Sp,Kep.J	September 2025	Dosen
2	Ratu Chairunisa, S.Tr.Ft., M.K.M		Dosen
3	Shinta Prawitasari, M.Kep		Dosen
4	Supriyanti		Tendik
5	Aldi Saputra		Mahasiswa
6	Tiara Aulia Anisa		Mahasiswa

2. Setelah melakukan praktik agar yang bersangkutan membuat laporan hasil kegiatan kepada Kepala Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2.

Demikian diampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terimakasih

Kepala Panti Sosial Tresna Werdha
Budi Mulia 2



Tembusan :

1. Kepala Dinas Sosial Provinsi DKI Jakarta



DIKTISAINTEK
BERDAMPAK

SERTIFIKAT APRESIASI

964/PKM/STIKes-SRSHSD/IX/2025

di berikan kepada :

Tri Setyaningsih, M.Kep., Sp,Kep.I

Atas partisipasinya sebagai Pemateri Pengabdian Kepada Masyarakat Yang diselenggarakan oleh STIKes RS Husada
" *Self-Book Art Therapy* Sebagai Intervensi Psikososial Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Lansia Paliatif Dengan Penyakit Kronis Di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng "
Jakarta, 10 - 11 September 2025

Ketua Sub Tata Usaha

DRA. Hj. Arlina Meyrani

Ketua STIKes RS Husada

Ellynia, S.E., M.M



DIKTISAINTEK
BERDAMPAK

SERTIFIKAT APRESIASI

965/PKM/STIKes-SRSHSD/IX/2025

di berikan kepada :

Ratu Chairunisa, S.Tr.Ft., M.K.M

Atas partisipasinya sebagai Pemateri Pengabdian Kepada Masyarakat Yang diselenggarakan oleh STIKes RS Husada
" *Self-Book Art Therapy* Sebagai Intervensi Psikososial Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Lansia Paliatif Dengan Penyakit Kronis Di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng "
Jakarta, 10 - 11 September 2025

Ketua Sub Tata Usaha

DRA. Hj. Arlina Meyrani

Ketua STIKes RS Husada

Ellynia, S.E., M.M



DIKTISAINTEK
BERDAMPAK

SERTIFIKAT APRESIASI 966/PKM/STIKes-SRSHSD/IX/2025

di berikan kepada :

Shinta Prawitarari, M.Kep

Atas partisipasinya dalam Pengabdian Kepada Masyarakat Yang diselenggarakan oleh
STIKes RS Husada

" *Self-Book Art Therapy* Sebagai Intervensi Psikososial Untuk Mengurangi Kecemasan
Pada Lansia Paliatif Dengan Penyakit Kronis Di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng "

Jakarta, 10 - 11 September 2025

Ketua Sub Tata Usaha

DRA. Hj. Arlina Meyrani

Ketua STIKes RS Husada

Ellynia, S.E., M.M



DIKTISAINTEK
BERDAMPAK

SERTIFIKAT APRESIASI 967/PKM/STIKes-SRSHSD/IX/2025

di berikan kepada :

Supriyanti

Atas partisipasinya dalam Pengabdian Kepada Masyarakat Yang diselenggarakan oleh
STIKes RS Husada

" *Self-Book Art Therapy* Sebagai Intervensi Psikososial Untuk Mengurangi Kecemasan
Pada Lansia Paliatif Dengan Penyakit Kronis Di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng "

Jakarta, 10 - 11 September 2025

Ketua Sub Tata Usaha

DRA. Hj. Arlina Meyrani

Ketua STIKes RS Husada

Ellynia, S.E., M.M



DIKTISAINTEK
BERDAMPAK

SERTIFIKAT APRESIASI 968/PKM/STIKes-SRSHSD/IX/2025

di berikan kepada :

Aldi Saputra

Atas partisipasinya dalam Pengabdian Kepada Masyarakat Yang diselenggarakan oleh
STIKes RS Husada

" *Self-Book Art Therapy* Sebagai Intervensi Psikososial Untuk Mengurangi Kecemasan
Pada Lansia Paliatif Dengan Penyakit Kronis Di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng "

Jakarta, 10 - 11 September 2025

Ketua Sub Tata Usaha

DRA. Hj. Arlina Meyrani

Ketua STIKes RS Husada

Ellynia, S.E., M.M



DIKTISAINTEK
BERDAMPAK

SERTIFIKAT APRESIASI 969/PKM/STIKes-SRSHSD/IX/2025

di berikan kepada :

Tiara Aulia Anisa

Atas partisipasinya dalam Pengabdian Kepada Masyarakat Yang diselenggarakan oleh
STIKes RS Husada

" *Self-Book Art Therapy* Sebagai Intervensi Psikososial Untuk Mengurangi Kecemasan
Pada Lansia Paliatif Dengan Penyakit Kronis Di Panti Werda Budi Mulia 2 Cengkareng "

Jakarta, 10 - 11 September 2025

Ketua Sub Tata Usaha

DRA. Hj. Arlina Meyrani

Ketua STIKes RS Husada

Ellynia, S.E., M.M