

ABSTRAK

Hanggara Surya Aji Pratama, Wiwiek Natalya

Penerapan Terapi Holtikultura Terhadap Kualitas Hidup Lansia di Panti Pelayanan Sosial Bisma Upakara Pemalang

Latar Belakang : Lansia mengalami perubahan fisik, sosial dan psikologis. Masalah mental yang sering dijumpai pada lansia salah satunya adalah penurunan Kualitas Hidup yang disebabkan Lansia tinggal di Panti Pelayanan Sosial. Salah satu upaya peningkatan kualitas hidup lansia yaitu dengan terapi Holtikultura. Holtikultura merupakan salah satu kegiatan bercocok tanam yang menggunakan media tanaman dengan tujuan mengurangi stress, meningkatkan interaksi sosial, meningkatkan perasaan tenang, relaksasi serta meningkatkan kepercayaan diri lansia. Terapi Holtikultura memberikan kepuasan emosional saat panen yang merupakan bentuk ekspresi diri yang menjadi penyaluran emosi sehingga menimbulkan perasaan senang dan nyaman yang dapat meningkatkan Kualitas Hidup Lansia.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan terapi Holtikultura terhadap Kualitas Hidup Lansia di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bisma Upakara Pemalang berdasarkan artikel penelitian.

Metode : Desain Deskriptif dengan metode Studi Kasus, pengumpulan data dilakukan berdasarkan Observasi.

Hasil : Dalam penerapan empat kali pertemuan kelima Lansia laki-laki di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bisma Upakara Pemalang yang mengikuti kegiatan terapi Holtikultura mengatakan senang karena dapat mengisi waktu luang dan dapat memberikan aktivitas rutin untuk bisa merawat tanaman sampai panen.

Simpulan : Setelah dilakukan intervensi berupa terapi Holtikultura terbukti sebagai cara efektif yang dapat dilakukan Lansia untuk memperbaiki emosional, kemampuan kognitif dan interaksi sosial sehingga Kualitas Hidup dapat meningkat.

Kata kunci : Kualitas Hidup, Lansia, Holtikultura