

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN *BUTTERFLY HUG* UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA LANSIA DI WILAYAH KELURAHAN TANJUNG DUREN UTARA, JAKARTA BARAT

Dwi Octaviani

Abstrak

Lansia adalah sekelompok individu yang telah memasuki usia senja dan lebih rentan terkena masalah kesehatan karena fungsi tubuh yang telah mengalami penurunan. Hal ini menyebabkan berkurangnya fungsi fisik, kognitif, dan sosial pada lansia, sehingga rentan mengalami masalah psikologis seperti kecemasan yang menurunkan kualitas hidup dan kemampuan adaptasi. Pendekatan *non-farmakologis* diperlukan sebagai inovasi intervensi, salah satunya adalah terapi *butterfly hug*, yang melalui stimulasi bilateral bertujuan menghasilkan relaksasi dan menyeimbangkan aktivitas otak. Penelitian ini dilakukan dengan studi kasus pada dua lansia di wilayah Kelurahan Tanjung Duren Utara yang mengalami kecemasan sedang. Terapi ini dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan durasi $\pm 5-10$ menit. Evaluasi tingkat kecemasan lansia dilakukan menggunakan instrumen *Geriatric Anxiety Scale*. Hasil tindakan ini menunjukkan lansia mengalami penurunan tingkat kecemasan, dari kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan. Terdapat peningkatan rasa tenang, serta kemampuan klien dalam mengelola emosi dan stres secara mandiri. Terapi *butterfly hug* dapat diterapkan sebagai salah satu intervensi *non-farmakologis* efektif dan mudah diterapkan dalam mengatasi kecemasan pada lansia.

Kata Kunci: Kecemasan; Lansia; Terapi *Butterfly Hug*

***ANALYSIS OF NURSING CARE WITH THE IMPLEMENTATION
OF BUTTERFLY HUG TO REDUCE ANXIETY IN THE
ELDERLY IN THE TANJUNG DUREN UTARA
SUB-DISTRICT AREA, WEST JAKARTA***

Dwi Octaviani

Abstract

The elderly are a group of individuals who have entered their twilight years and are more susceptible to health problems due to declining bodily functions. This leads to reduced physical, cognitive, and social function in the elderly, making them susceptible to psychological problems such as anxiety, which reduces quality of life and adaptability. Non-pharmacological approaches are needed as innovative interventions, one of which is butterfly hug therapy, which, through bilateral stimulation, aims to induce relaxation and balance brain activity. This research was conducted using a case study of two elderly people in the North Tanjung Duren sub-district who experienced moderate anxiety. This therapy was carried out for three consecutive days, with sessions lasting approximately 5–10 minutes. The elderly's anxiety levels were evaluated using the Geriatric Anxiety Scale. The results showed a decrease in anxiety levels, from moderate to mild anxiety. There was an increase in calmness, as well as an increase in the clients' ability to manage emotions and stress independently. butterfly hug therapy can be implemented as an effective and easy-to-implement non-pharmacological intervention to address anxiety in the elderly.

Keywords: *Anxiety; Elderly; Butterfly Hug Therapy*