

**PENGARUH TERAPI BERMAIN ULAR TANGGA
TERHADAP TINGKAT KESEPIAN LANSIA
DI RPL TITIAN BENTENG GADING
KOTA BANDUNG**

Sufiyoni Ayu Prastivi
NIM. 211FK03032

Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Keperawatan
Universitas Bhakti Kencana

ABSTRAK

Kesepian merupakan masalah emosional umum pada lansia, terutama yang tinggal di panti sosial, akibat minimnya interaksi keluarga, keterbatasan fisik, dan menurunnya aktivitas sosial. Kondisi ini berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental. Terapi bermain ular tangga menjadi alternatif intervensi yang menyenangkan untuk menurunkan kesepian lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi bermain ular tangga terhadap tingkat kesepian pada lansia di Panti Sosial Lansia Titian Benteng Gading Kota Bandung. Desain penelitian yang digunakan adalah *pre-eksperimen* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Jumlah sampel sebanyak 15 orang lansia yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner kesepian UCLA *Loneliness Scale* versi 3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, Sebagian besar lansia berada pada kategori kesepian sedang (60%) dan berat (26,7%). Setelah diberikan terapi bermain ular tangga sebanyak 6 kali selama dua minggu, terjadi penurunan tingkat kesepian secara signifikan, dengan mayoritas lansia berada pada kategori kesepian rendah (66,7%) dan tidak kesepian (6,7%). Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan $z = -3,742$, yang menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dari terapi bermain ular tangga terhadap penurunan tingkat kesepian lansia. Terapi bermain ular tangga mampu menurunkan kesepian karena menciptakan kedekatan emosional dan menciptakan suasana menyenangkan sehingga lansia merasa tidak kesepian. Kesimpulannya, terapi bermain ular tangga efektif dalam menurunkan tingkat kesepian lansia. Disarankan agar terapi ini dijadikan intervensi rutin yang dimodifikasi secara visual dan verbal agar dapat menjangkau lansia dengan keterbatasan tertentu.

Kata kunci : Kesepian, Lansia, Terapi Bermain, Ular Tangga
Daftar Pustaka : 13 Buku (2010 – 2024)
39 Jurnal (2012 – 2024)
3 Karya Tulis Ilmiah (2016 – 2019)
6 Sumber Daring/Statistik (2021 – 2023)

**THE EFFECT OF SNAKES AND LADDERS GAME THERAPY
ON THE LEVEL OF LONELINESS AMONG ELDERLY
AT RPL TITIAN BENTENG GADING
BANDUNG CITY**

Sufiyoni Ayu Prastivi
NIM. 211FK03032

*Bachelor of Nursing Program, Faculty of Nursing
Bhakti Kencana University*

ABSTRACT

Loneliness is a common emotional problem among the elderly, especially those living in nursing homes, due to limited family interaction, physical limitations, and reduced social activities. This condition negatively affects both physical and mental health. Snake and ladder game therapy is considered a fun alternative intervention to reduce loneliness among the elderly. This study aimed to determine the effect of snake and ladder game therapy on the level of loneliness in elderly residents at the Titian Benteng Gading Elderly Social Institution in Bandung. The research design used was a pre-experimental approach with one group pretest-posttest. The sample consisted of 15 elderly individuals selected using purposive sampling. The instrument used was the UCLA Loneliness Scale Version 3. The results showed that before the intervention, most elderly participants were in the moderate (60%) and severe (26.7%) loneliness categories. After receiving snake and ladder game therapy six times over two weeks, there was a significant decrease in loneliness levels, with the majority falling into the low (66.7%) and not lonely (6.7%) categories. The Wilcoxon test results showed a p-value of 0.000 ($p < 0.05$) and $z = -3.742$, indicating a significant effect of the therapy in reducing elderly loneliness. Snake and ladder game therapy effectively reduces loneliness by creating emotional closeness and a pleasant atmosphere, making the elderly feel less isolated. In conclusion, snake and ladder game therapy is effective in lowering loneliness levels among the elderly. It is recommended that this therapy be used as a routine intervention, with visual and verbal modifications to accommodate elderly individuals with specific limitations.

Keywords : Loneliness, Elderly, Play Therapy, Snakes and Ladders

References : 13 books (2010–2024)
39 journals (2012–2024)
3 scientific papers/theses (2016–2019)
6 online sources/statistical data (2021–2023)