

Arumsari, Niken Ayu. (2014). Pengaruh *Reminiscence Therapy* terhadap Tingkat Stress pada Lansia di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta

Pembimbing:

Sutantri, S. Kep., Ns., M.Sc

INTISARI

Latar Belakang: Data dari Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat (2010) menunjukkan bahwa prevalensi jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia yang berusia 60 tahun keatas berjumlah sekitar 7,18%. Pada tahun 2020 diperkirakan jumlah lansia di Indonesia akan meningkat sebesar 28,8 juta (11,34%) dengan usia harapan hidup 71 tahun. Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) merupakan propinsi dengan lansia terbanyak yaitu sekitar 9,36% dari total penduduk di Indonesia. Orang-orang yang berusia lanjut merupakan populasi rentan yang mudah mengalami stress. *Reminiscence Therapy* adalah suatu metode yang berhubungan dengan memori, berguna untuk meningkatkan kesehatan mental dan kualitas hidup lansia.

Tujuan penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk menurunkan tingkat stress pada lansia di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimental, dengan menggunakan rancangan penelitian yang bersifat quasi eksperimen dengan rancang *pretest-posttest with control group design* dengan jumlah sampel berjumlah 38 orang lansia yang terbagi atas dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis yang akan dilakukan dengan uji statistik *Paired Sample T-Test* dan *Independent Sample T-Test*.

Hasil Penelitian: Tingkat stress lansia pada kelompok intervensi mengalami penurunan yang signifikan setelah mendapatkan intervensi berupa *Reminiscence Therapy* sebanyak 3,47 poin ($p=0,005$), dan pada kelompok kontrol terdapat peningkatan yang bermakna sebanyak 2,32 poin ($p=0,004$). Hasil uji statistik kedua kelompok setelah *posttest* didapatkan bahwa ada perbedaan yang bermakna dengan nilai p value 0,000.

Kesimpulan: *Reminiscence Therapy* berpengaruh secara signifikan dapat meningkatkan menurunkan tingkat stress pada lansia di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta

Kata kunci: *Reminiscence Therapy*, lansia, stress

Arumsari, Niken Ayu. (2014). *The Effect of Reminiscence Therapy to the Level of Stress in Elderly in PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta*

Advisor:

Sutantri, S.Kep., Ns., M.Sc

ABSTRACT

Background: *The data from Coordinating Ministry for People's Welfare in 2010 showed that the prevalence of the population of elderly in Indonesia who have an aged over 60 years amounted to approximately 7.18%. In 2020, estimated number of elderly in Indonesia would increased became 28.8 million (11.34%) with a life expectancy of 71 years. Special Region of Yogyakarta (DIY) was a province with has a highest elderly which is about 9.36% of the total population in Indonesia. The elderly was a vulnerable population that susceptible to stress. Reminiscence therapy is a method that is associated with memory, useful for improving mental health and quality of life of the elderly.*

Objective: *This study aimed to reduce the level of stress in the elderly in PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta*

Methods: *This study used an experimental research method, by using the research desiged was quasi-experimental design with pretest-posttest control group design with the number of samples were 38 elderly people, it divided into two groups: the intervention group and the control group. The sampling technique using purposive sampling. The analysis would carried out with the statistical test Paired Sample T-Test and Independent Sample T-Test.*

Results: *Elderly stress levels in the intervention group has a significant decreased after gave an intervention Reminiscence Therapy as much as 3.47 points ($p = 0.005$), and the control group has a significantly increased as much as 2.32 points ($p = 0.004$). The results of statistical tests both groups after posttest showed that there were significant differences with p value of 0.000.*

Conclusion: *Reminiscence Therapy has an effect can significantly decrease the level of stress in the elderly at PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta.*

Keywords: *Reminiscence Therapy, elderly, stress*