

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keberhasilan dalam bidang kesehatan, sosial-ekonomi, dan pengetahuan masyarakat berpengaruh terhadap meningkatnya kesejahteraan rakyat yang menyebabkan jumlah penduduk dari tahun ke tahun meningkat. Jumlah penduduk Indonesia tahun 2010 adalah 233.477.400 jiwa, 2011 sebesar 236.331.300 jiwa, kemudian pada tahun 2012 sebesar 239.174.300, dan data terakhir tahun 2013 menunjukkan adanya peningkatan jumlah penduduk Indonesia sebesar 242.013.800 jiwa (Statistik Indonesia, 2013). Akibatnya, jumlah penduduk lansia dan usia harapan hidup lansia semakin meningkat (Nugroho, 2008).

Menurut UU nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, yang dimaksud dengan lansia adalah penduduk yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas (Notoatmodjo, 2007). Berdasarkan data Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat (2010), prevalensi jumlah penduduk lansia di Indonesia yang berusia 60 tahun keatas sekitar 7,18%. Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan propinsi dengan lansia terbanyak yaitu sekitar 9,36% dari total *penduduk* di Indonesia (Wahyuningsih, 2011).

Jumlah penduduk lansia di Indonesia berada di nomor empat terbesar di dunia setelah China, India, dan Amerika. Meskipun jumlah lansia besar namun tetaplah menjadi kaum minoritas di lingkungannya karena akibat dari sikap sosial yang tidak menyenangkan. Selain itu faktor yang menyebabkan lansia sebagai kaum minoritas adalah usia lanjut yang merupakan periode kemunduran, terjadinya perubahan fisik, dan kurangnya adaptasi lansia yang buruk pada lingkungannya (Azizah, 2011).

Ketika seseorang memasuki masa lansia maka akan timbul keterbatasan-keterbatasan dimana dirinya akan lebih bergantung kepada orang lain, proses untuk mencari nafkah terhenti dan sulit untuk berinteraksi secara luas. Perubahan-perubahan yang menyertai proses perkembangan menuju tahap lansia dapat menjadikan sumber masalah dan keputusasaan ketika seorang lansia tidak memiliki kesiapan dalam menghadapi perubahan-perubahan tersebut (Indriana, 2008). Dengan adanya perubahan-perubahan yang dialami lansia, seperti perubahan pada fisik, psikologis, spiritual, dan psikososial menyebabkan lansia mudah mengalami stres (Azizah, 2011). Stres adalah salah satu dampak yang terjadi pada lansia saat memasuki periode masa tuanya. Stres adalah suatu respons adaptif terhadap situasi yang dirasakan menantang atau mengancam kesehatan seseorang (Sophiah, 2008). Insidensi stres di Indonesia pada tahun 2008 tercatat sebesar 10% dari total penduduk Indonesia. Tingginya tingkat stres umumnya diakibatkan oleh tekanan ekonomi atau kemiskinan (Depkes, 2009). Faktor yang mempengaruhi

stres pada lansia ada dua, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah sumber stres yang berasal dari diri seseorang sendiri, seperti penyakit dan konflik. Sedangkan faktor eksternal adalah sumber stres yang berasal dari luar diri seseorang seperti keluarga dan lingkungan. Stres juga dapat menimbulkan dampak negatif, misalnya: pusing, tekanan darah tinggi, mudah marah, sedih, sulit berkonsentrasi, nafsu makan berubah, tidak bisa tidur ataupun merokok terus menerus (Haryadi, 2012).

Untuk mengatasi stres, diperlukan terapi psikofarmaka dan psikoterapi yang tepat. Anti-cemas dan anti-depresi diberikan sebagai terapi medik dan psikoterapi untuk keperawatan jiwanya. Ada beberapa terapi yang dapat digunakan untuk mengurangi tingkat stres, seperti terapi kognitif, musik, spiritual, teknik relaksasi nafas dalam, dan *reminiscence*. *Reminiscence Therapy* merupakan salah satu terapi yang digunakan untuk menurunkan tingkat stres sebelum terjadinya depresi. Terapi ini merupakan salah satu perawatan psikologis yang digunakan sebagai terapi bagi lansia yang bertujuan untuk meningkatkan status kesehatan mental mereka dengan mengingat dan menilai mereka yang sudah ada memori (Chen *et al.*, 2012). Terapi ini merupakan intervensi yang berkaitan dengan tahap pencapaian tahap kehidupan psikososial Erickson yang bermanfaat untuk menyeimbangkan konflik kehidupan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidupnya (Sirey *et al.*, 2007). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Chen *et al.*, pada tahun 2012, *Reminiscence* dapat digunakan untuk

Berdasarkan uraian masalah diatas peneliti tertarik dan ingin meneliti tentang Pengaruh *Reminiscence Therapy* terhadap tingkat stres pada lansia di PSTW Unit Budi Luhur.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan maka dirumuskan masalah sebagai berikut, “Apakah ada pengaruh *Reminiscence Therapy* terhadap tingkat stres lansia pada kelompok kontrol dan eksperimen di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh *Reminiscence Therapy* terhadap tingkat stres lansia pada kelompok kontrol dan eksperimen di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat stres lansia di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta sebelum diberi *Reminiscence Therapy (pre-test)* pada kelompok eksperimen.
- b. Mengetahui tingkat stres lansia di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta pada observasi awal (*pre-test*) dalam kelompok kontrol.
- c. Mengetahui tingkat stres lansia di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta sesudah diberi *Reminiscence Therapy (post-test)* pada kelompok eksperimen.

- d. Mengetahui tingkat stres lansia di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta pada observasi akhir (*post-test*) dalam kelompok kontrol.
- e. Mengetahui perbedaan tingkat stres lansia di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta setelah diberi intervensi dan observasi akhir pada kelompok kontrol dan eksperimen.

D. Manfaat Penelitian

1. Institusi Pendidikan Keperawatan

Memberikan masukan tentang pentingnya membekali perawat dengan pendidikan dan keahlian khususnya untuk menangani masalah stres pada lansia dengan menggunakan *Reminiscence Therapy*.

2. Bagi Pengelola PSTW

Dari penelitian ini diharapkan menjadi bahan pengetahuan dan program baru untuk mengatasi stres pada lansia di PSTW Unit Budi Luhur.

3. Bagi Pendamping Lansia

Dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bekal untuk mengatasi tingkat stres lansia di PSTW Unit Budi Luhur.

4. Bagi Peneliti lain

Sebagai informasi bagi peneliti selanjutnya agar dapat meneliti pengaruh *Reminiscence Therapy* untuk mengatasi tingkat stres pada lansia.

E. Penelitian Terkait

1. Syarniah (2010), meneliti tentang Pengaruh Terapi Kelompok Reminiscence terhadap depresi pada lansia di PSTW Budi Sejahtera Kalimantan selatan dengan menggunakan metode penelitian *Quasy Experimental pretest dan post-test control group* dengan sampel 75 orang lansia (38 orang pada kelompok intervensi dan 37 orang pada kelompok kontrol). Dari hasil penelitian menyatakan bahwa dengan *Reminiscence Therapy* terdapat penurunan yang bermakna pada tingkat depresi, harga diri rendah, ketidakberdayaan, keputusasaan, dan isolasi sosial pada lansia dikelompok intervensi ($Pvalue \leq \alpha$) dan pada kelompok kontrol terdapat penurunan tetapi tidak bermakna ($Pvalue \geq \alpha$). Maka dapat disimpulkan bahwa *Reminiscence Therapy* dapat digunakan untuk meningkatkan tingkat depresi, harga diri rendah, ketidakberdayaan, keputusasaan, dan isolasi sosial pada lansia.
2. Banon (2011), meneliti tentang Pengaruh terapi *Reminiscence* dan Psikoedukasi keluarga terhadap Kondisi Depresi dan Kualitas Hidup lansia di Katulampa Bogor dengan menggunakan metode *Quasi Experimental* dengan pendekatan *pretest dan post-test with control group*, dengan populasi penelitian sebanyak 72 orang (36 orang pada kelompok intervensi dan 36 orang pada kelompok kontrol) pemilihan sampel menggunakan system *random sampling*. Alat yang digunakan sebagai pengumpul dan pengukuran data adalah kuesioner skala depresi dan kuesioner *Quality of Life* WHO yang telah dimodifikasi. Dari hasil penelitian yang dilakukan didapatkan adanya penurunan

yang bermakna pada kondisi depresi, ketidakberdayaan, keputusasaan, dan isolasi sosial pada lansia (p value <0,05) dan peningkatan yang bermakna pada peningkatan harga diri dan kualitas hidup pada lansia (p value <0,05) antara kelompok intervensi yang mendapat terapi Reminiscence dan psikoedukasi keluarga dibandingkan dengan kelompok yang hanya mendapat psikoedukasi keluarga.

3. Chen *et al.*, (2012), dalam jurnal yang berjudul “*The effects of Reminiscence Therapy on depressive symptoms of Chinese elderly: Study protocol of a randomized controlled trial*” meneliti dengan menggunakan desain penelitian *pre-post test* dibandingkan dan uji coba terkontrol secara acak, dengan sampel sebanyak 60 orang lansia dengan tingkat depresi ringan sampai sedang (30 orang pada kelompok kontrol dan 30 orang pada kelompok intervensi). Klien dalam kelompok intervensi akan menerima terapi *Reminiscence* di bawah protokol Watt dengan adaptasi terhadap budaya Cina yang terdiri dari enam sesi mingguan masing-masing 90 menit, sedangkan kelompok kontrol akan diperlakukan seperti sebelumnya. Metode penilaian pada kelompok intervensi dilakukan dengan cara penilaian sebelum pengobatan, setelah pengobatan segera, dan tiga bulan setelah pengobatan. Hasil dari penelitian ini didapatkan bahwa *Reminiscence Therapy* efektif untuk menurunkan tingkat depresi pada lansia di China.