

**PENGARUH *REMINISCENCE THERAPY* TERHADAP TINGKAT STRES  
PADA LANSIA DI PSTW UNIT BUDI LUHUR, KASONGAN, BANTUL,  
YOGYAKARTA**

**Karya Tulis Ilmiah**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat Sarjana  
Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas  
Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh:

**NIKEN AYU ARUMSARI**

**20100320133**



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA  
2014**

## MOTTO KEHIDUPAN

*"Our parents are the greatest gift in a life"*

*"Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum kecuali kaum itu sendiri yang mengubah apa-apa yang pada diri mereka"*  
(Ar-ra'du:11)

*"Maka sesungguhnya bersama kesulitan pasti ada kemudahan"*  
(al-insyirah:5)

*"Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang sabar"*  
(An-Nisa 3:146)

*"Jangan pikirkan kegagalan kemarin, hari ini sudah lain, sukses pasti diraih selama semangat masih menyengat"*  
(Mario teguh)

*"Kegagalan hanya terjadi bila kita menyerah"*  
(Lessing)

*"Learn from yesterday, live for today, hope for tomorrow. The important thing is not to stop questioning"*  
(Albert Einstein)

*"To get a success, your courage must be greater than your fear"*

*"Sesuatu yang belum dikerjakan, seringkali tampak mustahil; kita baru yakin kalau kita telah berhasil melakukannya dengan baik"*  
(Evelyn Underhill)

*"Many failures in life because people don't realize how close they were to success when they gave up"*  
(Thomas Alva Edison)

*My Best Ever,*

*Satriya Cahaya Hutama. Terima kasih atas segala bantuan, dukungan, motivasi, semangat, serta doanya selama ini. Maaf udah ngrepotin, anter buat urus sana-sini ini-itu dari pagi hingga malam hari. Semoga kelak kita akan menjadi orang yang berhasil dan membuat bangga kedua orang tua kita. Amin..*

*My Friends,*

*Buat sahabat-sahabatku yang selalu kalian banget: Ninndut, Dhatu, Nophy, Anna, Ebb, Zulfa, Vira, Abun, Wulan, Lingga, Rahma, dan Asty. Terima kasih banyak atas motivasi, dukungan, semangat, dan candaannya selama 4 tahun ini (semoga bisa long lasting yaa). Seneng, sedih, galau, marah, nangis, dan ngambek-ngambekannya udah pernah kita rasain bareng. Satu kata buat kalian, YOU'RE ROCK! \m/*

*Buat teman satu bimbingan yang luar biasa: Selvy, Ayu, Intan, Diyanah, Eliana, Ramdhan, dan Dhani; mungkin tanpa kalian KTI ini tidak akan selesai jika tidak ada dukungan, motivasi, dan doadari kalian semua.*

*Buat keluarga PSIK UMY 2010 : terima kasih atas kebaikan, dukungan, motivasi dan doa kalian semua selama kita kuliah bersama di PSIK UMY ini. Tawa dan canda yang selalu berhasil sebagai moodbooster dikala down. Moment kuliah 4 tahun takkan pernah akan bisa dilupakan, serta akan selalu dirindukan.*

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Niken Ayu Arumsari

NIM : 20100320133

Program Studi : S1 Program Studi Ilmu Keperawatan

Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam DaftarPustaka di bagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 11 Agustus 2014

Yang membuat pernyataan,

Tanda tangan  
  
METERAI  
TEMPEL  
PALIL PEMERINTAH RI  
FD24AACF308756621  
ENAM RIBU RUPIAH  
6000  
DJP  
Niken Ayu Arumsari

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan karunia dan hidayah-Nya, dan Sholawat senantiasa tercurahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW. Atas kemudahan dan rahmat-Nya, maka penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik.

Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh derajat sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Adapun judul dari Karya Tulis Ilmiah ini adalah: **“PENGARUH *REMINISCENCE THERAPY* TERHADAP TINGKAT STRES PADA LANSIA DI PSTW UNIT BUDI LUHUR, KASONGAN, BANTUL, YOGYAKARTA”**

Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada berbagai pihak yang selama ini telah memberikan dukungan, bantuan, bimbingan dan doanya daam menyelesaikan laporan karya tulis ilmiah ini. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. dr. H. Ardi Pramono, Sp.An., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

2. Ibu Sri Sumaryani, S.Kep., Ns., M.Kep.,Sp.Mat.,HNC selaku Kaprodi Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
3. Ibu Sutantri, S.Kep., Ns., M.Sc selaku Dosen Pembimbing yang telah banyak memberikan pengarahan, bimbingan, dan motivasi kepada penulis selama menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
4. Bapak Suharsono, MN selaku dosen penguji yang telah memberikan banyak saran, masukan, bimbingan serta kritik agar lebih baik untuk karya tulis ilmiah ini
5. Para Dosen dan Asisten dosen yang telah mengajarkan ilmu yang bermanfaat kepada penulis.
6. Seluruh Karyawan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan.
7. Keluarga tercinta yang telah membantu penulis dengan doa dan dukungan dalam berbagai hal.
8. Rasa terima kasih juga saya sampaikan kepada semua karyawan dan lansia di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta yang telah bersedia membantu dalam penelitian ini.
9. Rekan-rekan seperjuangan yang telah memberikan bantuan, masukan, kritikan dan saran-saran.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam kelancaran penelitian ini dan penyelesaian karya tulis ilmiah yang tidak dapat penulis ucapkan satu persatu.

meningkatkan harga diri, kepuasan hidup, meningkatkan kesejahteraan psikologis, penguasaan pribadi, dan kesepian.

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan pada hari Jumat tanggal 6 Desember 2013, di PSTW unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta; jumlah lansia yang tinggal dipanti sebanyak 88 orang. Di PSTW Unit Budi Luhur ini mempunyai 4 program kegiatan, yaitu program rutin terdapat 75 orang lansia (Program rutin adalah program yang memberikan pelayanan kepada lansia yang mengalami permasalahan baik sosial maupun ekonomi yang berada didalam panti, semua biaya hidup ditanggung pemerintah melalui dana APBD Provinsi DIY), program pelayanan khusus sebanyak 13 orang (Program pelayanan khusus adalah model pelayanan dengan cara memanfaatkan panti (*institutional system*) pemerintah bagi pelayanan lansia mampu melalui kontribusi/iuran yang diperoleh dari lansia mampu, keluarga, dan atau pihak lain dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas pelayanan lansia yang mampu maupun lansia lainnya yang kurang mampu), program *Day Care Service* adalah kegiatan dilaksanakan di dalam panti dengan waktu maksimal 8 jam/hari dan tidak menetap di dalam panti yang meliputi pelayanan kesehatan. Kegiatan ini dilakukan setiap hari Selasa dan Sabtu berupa pelayanan posyandu lansia, dan yang terakhir adalah Program Trauma Center, yaitu penanganan pada lanjut usia yang mengalami kekerasan baik secara fisik, sosial, psikologis, spriritual dan korban bencana yang dananya didapat dari Dana APBN Provinsi Yogyakarta, saat ini tidak ada lansia yang mengikuti program

Kesempurnaan adalah harapan, penulis hanya dapat berusaha semaksimal mungkin untuk membuat laporan karya tulis ilmiah ini lebih bermutu. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati penulis memohon maaf atas segala kekurangan dalam pengerjaan laporan penelitian ini. Semoga hasil karya kecil ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin.

وَالشُّكْرُ لِلرُّحْمَةِ وَرَحْمَةُ اللّٰهِ وَبَرَكَاتُهُ

Yogyakarta, 11 Agustus 2014

Penulis

Niken Ayu Arumsari



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN KTI.....	ii
MOTTO KEHIDUPAN .....	iii
LEMBAR PERSEMBAHAN .....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
KETERANGAN GAMBAR.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
INTISARI.....	xvi
<i>ABSTRACT</i> .....	xvii
BAB I	
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
1. Tujuan Umum .....	6
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Penelitian Terkait.....	8
BAB II	
TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Landasan Teori.....	10
1. Lansia .....	10
a. Definisi.....	10

b.	Batasan Lanjut Usia .....	11
c.	Tugas Perkembangan Lansia.....	12
d.	Tipe-tipe Lansia.....	12
2.	Proses Menua .....	13
a.	Definisi .....	13
b.	Teori-teori tentang penuaan.....	14
c.	Aspek-aspek yang mempengaruhi penuaan .....	15
3.	Stres.....	16
a.	Definisi .....	16
b.	Etiologi.....	16
c.	Jenis-jenis stres.....	19
d.	Manifestasi klinis .....	19
e.	Tingkat stres .....	20
f.	Tahapan stres.....	20
g.	Stres pada lansia .....	22
h.	Penatalaksanaan Stress .....	23
4.	<i>Reminiscence Therapy</i> .....	25
a.	Definisi .....	25
b.	Manfaat.....	26
c.	Tipe-tipe kelompok .....	26
d.	Media.....	27
e.	Penatalaksanaan .....	27
B.	Kerangka Konsep .....	30
C.	Hipotesis.....	31

### BAB III

METODE PENELITIAN .....	32	
A.	Desain penelitian .....	33
B.	Populasi dan sampel penelitian .....	33
C.	Lokasi dan waktu penelitian.....	34
1.	Lokasi .....	34
2.	Waktu .....	34
D.	Variabel Penelitian .....	34
E.	Definisi Operasional .....	34
1.	Tingkat stres pada lansia .....	34
2.	<i>Reminiscence Therapy</i> .....	34
F.	Instrumen Penelitian .....	35
G.	Cara Pengumpulan Data dan Cara Kerja.....	36
H.	Uji Validitas dan Realibilitas .....	38

I. Analisis data.....	38
1. Analisis Univariat.....	38
2. Analisis Bivariat.....	38
J. Kesulitan penelitian .....	39
K. Etik penelitian .....	39
BAB IV	
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Hasil Penelitian.....	40
1. Gambaran umum lokasi penelitian.....	40
2. Karakteristik penelitian .....	41
3. Tingkat stress lansia .....	43
4. Perubahan tingkat stress lansia.....	44
B. Pembahasan	
1. Analisis Univariat.....	45
a. Karakteristik Responden .....	45
b. Tingkat Stress pada Lansia.....	50
2. Analisis Bivariat.....	51
a. Perubahan Tingkat Stress Lansia saat <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	51
b. Perbedaan Hasil <i>Posttest</i> pada Kedua Kelompok .....	53
C. Kekuatan dan Kelemahan Penelitian	
1. Kekuatan.....	55
2. Kelemahan.....	56
BAB V	
KESIMPULAN DAN SARAN .....	57
A. Kesimpulan.....	57
B. Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA .....	59
LAMPIRAN.....	64

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1.</b> Desain Penelitian .....	32
<b>Tabel 2.</b> Definisi Operasional.....	34
<b>Tabel 3.</b> Distribusi Karakteristik Lansia pada Kelompok Intervensi dan Kontrol di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta.....	42
<b>Tabel 4.</b> Distribusi Frekuensi Tingkat Stress pada Kelompok Intervensi Sebelum dan Sesudah .....	43
<b>Tabel 5.</b> Distribusi frekuensi tingkat stress pada Kelompok Kontrol saat <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	44
<b>Tabel 6.</b> Analisa Sebelum dan Sesudah dilakukan <i>Reminiscence Therapy</i> pada kelompok intervensi dan kontrol pada lansia di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta dengan uji <i>Paired Samples T-test</i> .....	44
<b>Tabel 7.</b> Perbedaan Hasil <i>Posttest</i> antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol terhadap Tingkat Stress lansia di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta dengan Uji <i>Independent Sample T-test</i> .....	45

## KETERANGAN GAMBAR

<b>Gambar 1</b> Kerangka Konsep Penelitian “Pengaruh <i>Reminiscence Therapy</i> terhadap penurunan tingkat stress pada lansia di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta .....	30
--	----

## DAFTAR SINGKATAN

APBD: Anggaran Pendapatan dan Belanja Daerah

APBN: Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara

Depkes RI: Departemen Kesehatan Republik Indonesia

Depsos: Departemen Sosial

DIY: Daerah Istimewa Yogyakarta

GDS: *Geriatric Depression Syndrome*

Lansia: Lanjut Usia

KMS: Kartu Menuju Sehat

MMSE: *Mini-Mental State Examination*

PSTW: Panti Sosial Tresna Wredha

UU: Undang-undang

WHO: *World Health Organization*