

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam kehidupan sosial masyarakat usia lanjut sering dihubungkan dengan menurunnya kemampuan produktifitas dan aktifitas fisik, sudah layak pensiun dari aktifitas pekerjaan, pantas untuk dimanjakan, cukup menunggu cucu, dan harus dihormati untuk dimintai nasehat, pandangan dan pemikiran yang lebih arif dan bijaksana, seseorang yang makin pikun, berlaku sewenang-wenang, sulit menyesuaikan diri dengan perubahan, makin meningkat kegiatan ibadah sesuai agamanya serta terjadi kemunduran fungsi organ tubuh (Ronald, 2005)

Berdasarkan UU No.13 Tahun 1998 tentang usia lanjut disebutkan bahwa yang masuk dalam kategori lansia adalah mereka yang berusia 60 tahun keatas. Namun yang terjadi di Indonesia banyak individu yang berusia 55 tahun sudah pensiun dari pekerjaannya (Maryam, 2010).

Banyak orang takut memasuki masa lanjut usia, karena asumsi mereka lansia itu adalah tidak berguna, lemah, tidak punya semangat hidup, penyakit, pelupa, pikun, tidak kreatif, menolak inovasi, kembali ke masa kanak-kanak, keras kepala dan cerewet, menjadi beban orang lain, dan sebagainya. Pada kenyataannya, lansia mengalami berbagai perubahan, secara fisik maupun mental. Akan tetapi, perubahan-perubahan tersebut dapat diantisipasi sehingga tidak datang lebih dini, tidak semua

lanjut usia bersikap dan mempunyai pemikiran yang demikian. Proses penuaan pada setiap orang berbeda-beda, tergantung pada sikap dan kemauan seseorang dalam mengendalikan atau menerima proses penuaan itu (Maryam, 2010).

Meningkatnya tuntutan dan kebutuhan hidup akan sesuatu yang lebih baik, menyebabkan individu berlomba untuk memenuhi kebutuhan yang diinginkannya. Akan tetapi pada kenyatannya sesuatu yang diinginkan tersebut, kadangkala tidak dapat tercapai sehingga dapat menyebabkan individu tersebut bingung, melamun dan akhirnya stres. Stres yang terjadi pada setiap individu berbeda-beda tergantung pada masalah yang dihadapi dan kemampuan menyelesaikan masalah tersebut atau biasa disebut dengan mekanisme koping. Jika masalah tersebut dapat diselesaikan dengan baik maka individu tersebut akan senang, tapi sebaliknya akan menjadi cepat marah, frustrasi bahkan akan depresi (Suryani, 2005).

Penyebab stres dikalangan lansia yang akan memasuki masa pensiun berbeda dengan remaja dan anak-anak. Masalah yang sering menyebabkan stres pada lansia yang akan memasuki masa pensiun adalah akan kehilangan jabatan, perasaan kecewa karena tidak lagi dihormati seperti yang dulu, menyebabkan perilakunya sering seperti anak kecil, dan ingin diperhatikan orang. Hubungan dalam keluarga, juga bisa menimbulkan stres karena lansia tidak diperhatikan lagi oleh anak atau menantunya, padahal dulu mereka selalu dekat dengan anaknya tanpa ditinggalkan. (Ronald, 2005)

Dalam era modern seperti sekarang ini, pekerjaan merupakan salah satu faktor terpenting yang bisa mendatangkan kepuasan (karena uang, jabatan, dan dapat memperkuat harga diri). Pensiun seringkali dianggap sebagai kenyataan yang tidak

menyenangkan sehingga menjelang masanya tiba sebagian orang sudah merasa stres karena tidak tahu kehidupan macam apa yang dihadapi. Stres adalah respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang memicu stres (*stressor*), yang mengancam dan mengganggu seseorang untuk menanganinya. sumber stres dibagi tiga, yaitu stres yang bersumber dari diri sendiri, keluarga dan masyarakat lingkungan, (Ronald,2005).

Untuk mengatasi stres, lansia membutuhkan mekanisme pertahanan diri yang disebut koping. Koping adalah upaya perilaku dan kognitif seseorang dalam menghadapi ancaman fisik dan psikososial. Kemampuan koping dengan adaptasi terhadap stres merupakan faktor penentu yang penting dalam kesejahteraan manusia. Mekanisme koping dapat dilakukan ada dua jenis yaitu reaksi yang berorientasi pada tugas (*task oriented reaction*) dimana individu mencoba menghadapi kenyataan tuntutan stres dengan menilai secara objektif ditujukan untuk mengatasi masalah, memulihkan konflik dan memenuhi kebutuhan. Sedangkan reaksi yang berorientasi pada ego (*ego oriented reaction*) sering kali digunakan untuk melindungi diri sendiri sehingga disebut mekanisme pertahanan ego. (Stuart & Laraia, 2005)

Penelitian terkait yang mendukung penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Nurrahmawati pada tahun 2008 yang berjudul “Faktor-faktor yang mempengaruhi koping lansia terhadap pensiun disasana Tresna Werdha Yayasan Karya Bakti Ria Pembangunan unit budi luhur Yogyakarta”. Sampel yang diambil sebanyak 24 orang dengan desain deskriptif sederhana dengan pendekatan *cross sectional* dengan uji statistic *Chi-square* dengan instrument pengumpulan data

kuisisioner. Kesimpulan dari hasil penelitian tersebut adalah ada perbandingan yang bermakna pengaruh antara jenis kelamin dan koping lansia terhadap pensiun.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti di Kecamatan Kotamobagu Utara Kota Kotamobagu peneliti menemukan jumlah lansia yang akan memasuki usia pensiun sebanyak 45 orang, antara lain 34 orang PNS, 6 Orang Polri dan 5 Orang TNI (Profil Kecamatan Kotamobagu Utara, 2012).

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “*Gambaran stresor dan mekanisme koping pada lansia sebelum masa pensiun dikecamatan Kotamobagu Utara Kota Kotamobagu*”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan data dari latar belakang yang diuraikan dapat diidentifikasi masalah “Bagaimanakah gambaran stressor dan mekanisme koping lansia sebelum masa pensiun?”

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran stres pada lansia sebelum masa pensiun yang bersumber dari diri sendiri, keluarga dan masyarakat/lingkungan?
2. Mekanisme koping apakah yang digunakan lansia sebelum masa pensiun yang berorientasi pada ego dan berorientasi pada tugas?

1.4 Tujuan Penelitian

Mengidentifikasi stresor dan mekanisme koping pada lansia sebelum masa pensiun di Kecamatan Kotamobagu Utara Kota Kotamobagu.

1.5 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan mempunyai dua manfaat utama, yaitu :

1.5.1 Secara Teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan untuk pemecahan masalah yang dihadapi oleh lansia sebelum masa pensiun. Serta dapat dipakai sebagai bahan rujukan untuk penelitian lebih lanjut.

1.5.2 Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi beberapa pihak, yaitu antara lain pihak pendidikan keperawatan dan lansia.

a. Bagi Pendidikan Keperawatan. Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan dalam pengembangan kurikulum keperawatan gerontik pada lansia dalam menghadapi masa pensiun.

b. Bagi Lansia. Sebagai bahan informasi bagi lansia agar dapat menghadapi masa pensiunnya dengan nyaman dan dapat mempersiapkan diri dari stres dan mengatasi dengan koping yang kuat, serta keluarga lansia agar dapat memberi dukungan terhadap koping lansia.