

ABSTRAK

Dea Devya Rifai. 2015. *Pengaruh Terapi Modalitas Life Review (Telaah Pengalaman Hidup) terhadap Tingkat Stres pada Lansia di Panti Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo*. Skripsi, Jurusan S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I Rini Fahriani Zees, S.Kep, Ns, M.Kep dan Pembimbing II dr. Sri A. Ibrahim, M.Kes. Daftar Pustaka ; 48 (2003-2014).

Pada masa lanjut usia akan terjadi perubahan-perubahan baik fisik maupun psikis. Pada umumnya masalah psikologis yang paling banyak terjadi pada lansia adalah stres. Salah satu terapi untuk mengurangi stres pada lansia yaitu terapi *life review* (telaah pengalaman hidup). Terapi *Life Review* mudah dilakukan, tidak membutuhkan biaya dan belum pernah dilakukan di Panti Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi modalitas *life review* (telaah pengalaman hidup) terhadap tingkat stres pada lansia di Panti Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo.

Penelitian ini merupakan *pra eksperimen* dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Populasi, 35 orang dan jumlah sampel 26 responden, teknik *total sampling* dengan kriteria sampel. Pengumpulan data dilakukan melalui kuisioner DASS-42 (*Depression Anxiety and Stress Scale*).

Hasil penelitian menunjukkan Intensitas stres yang dirasakan oleh responden sebelum dilakukan terapi *life review* (telaah pengalaman hidup) berada pada tingkat stres ringan sebanyak 11 responden (42,3%), stres sedang sebanyak 9 responden (34,6%), stres berat sebanyak 3 responden (11,5%) dan normal sebanyak 3 responden (11,5%). Setelah perlakuan menjadi tingkat normal dengan jumlah 15 responden (57,7%), stres ringan 8 responden (30,8%), stres sedang 2 responden (7,7%) dan stres berat 1 responden (3,8%) dengan nilai mean 0,58. sehingga disimpulkan terdapat pengaruh terapi modalitas *life review* (telaah pengalaman hidup) terhadap tingkat stres pada lansia di Panti Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo ($p=$ value sebesar 0,000). Bagi profesi keperawatan diharapkan agar dapat menggunakan terapi *life review* (telaah pengalaman hidup) sebagai salah satu terapi dalam menurunkan tingkat stres pada lansia

Kata Kunci : Terapi *Life Review* (Telaah Pengalaman Hidup), Stres, Lansia