

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

WHO memperkirakan tahun 2025 jumlah lansia di seluruh dunia akan mencapai 1,2 miliar orang yang akan terus bertambah hingga 2 miliar orang di tahun 2050. Data WHO juga memperkirakan 75% populasi lansia di dunia pada tahun 2025 berada di negara berkembang.

Jumlah penduduk lansia di Indonesia berada di nomor empat terbesar di dunia setelah China, India, dan Amerika. 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).

Menurut WHO pada tahun 2012 jumlah Lansia di Indonesia sebesar 7,28% dan pada tahun 2014 menjadi sebesar 11,34%. Pada RPJMN Kemkes (Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional Kementerian Kesehatan) tahun 2014 terjadi peningkatan UHH (Usia Harapan Hidup) dari 70,6 tahun pada 2010 menjadi 72 tahun pada 2014.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik RI (2012), prevalensi jumlah penduduk lansia di Indonesia yang berusia 60 tahun keatas sekitar 7,56%. Gorontalo merupakan provinsi nomor 14 terbanyak dari 33 provinsi di Indonesia

yaitu 5,98% dari total penduduk di Indonesia. Sesuai data pada Dinas Sosial Provinsi Gorontalo, jumlah Lansia di Provinsi Gorontalo hingga saat ini sebanyak 8.162 orang.

Proses menua akan terjadi perubahan-perubahan baik anatomis, biologis, fisiologis maupun psikologis. Gejala-gejala kemunduran fisik antara lain kulit mulai mengendur, timbul keriput, mulai beruban, pendengaran dan penglihatan berkurang, mudah lelah, gerakan mulai lamban dan kurang lincah masalah tersebut akan berpotensi pada masalah kesehatan baik secara umum maupun kesehatan jiwa (Juniarti 2008). Adanya perubahan-perubahan yang dialami lansia, seperti perubahan pada fisik, psikologis, spiritual, dan psikososial menyebabkan lansia mudah mengalami stres (Azizah, 2011).

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 (Niken, 2014).

Menurut Yulianti (2004) dalam Isnaeni (2010), untuk menghindari dampak dari stres, maka diperlukan adanya suatu pengelolaan stres yang baik. Dalam mengelola stres dapat dilakukan dengan terapi farmakologi yang meliputi penggunaan obat cemas (*axiolytic*) dan anti depresi (*anti depressant*), serta terapi

nonfarmakologi yang meliputi pendekatan perilaku, pendekatan kognitif, serta relaksasi. Salah satu jenis terapi yang dapat mengurangi stres dan belum banyak diterapkan di Indonesia adalah terapi *life review* atau terapi telaah pengalaman hidup.

Frazer, Christensen dan Griffiths (2005) menyatakan bahwa *life review* serupa dengan *Reminiscence therapy*. *Reminiscence Therapy* merupakan terapi dengan melihat kebelakang (memori masa lalu) dan tidak masa kini sebagai lansia. Sedangkan terapi *Life Review* (Terapi telaah pengalaman hidup) dalam menyelesaikan masalah pada lansia meliputi setiap tahap tugas perkembangan lansia melalui proses pengingatan kembali masa kini dan masa lalu sehingga lansia mampu menyelesaikan konflik yang belum selesai pada tugas perkembangan sebelumnya sehingga memunculkan penerimaan diri, meningkatkan integritas diri, meningkatkan harga diri dan rasa damai pada diri lansia sehingga diharapkan mampu merubah suasana perasaan lansia.

Bohmeijer dkk (2007) melakukan penelitian yang membandingkan efektifitas terapi *reminiscence* dan telaah pengalaman hidup, disebutkan bahwa terapi telaah pengalaman hidup lebih signifikan untuk menurunkan tingkat stres pada lansia (Lehman, Capezuti & Gillespie, 2011). Penelitian Dhian (2012) tentang Pengaruh Terapi Telaah Pengalaman Hidup terhadap Tingkat Depresi pada lansia berasumsi bahwa tingkat depresi lansia sesudah diberikan Terapi Telaah Pengalaman Hidup pada kelompok perlakuan berada pada kondisi normal,

sedangkan untuk kelompok kontrol yang tidak mendapatkan terapi berada pada tingkat depresi ringan.

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan pada hari Senin tanggal 17 Februari 2015, di PSTW ilomata kota Gorontalo; jumlah lansia yang tinggal dipanti sebanyak 35 orang, 28 perempuan dan 7 laki-laki. Lansia yang berada di PSTW ini masuk dengan alasan yang bervariasi antara lain adanya keterlantaran sosial dan atau ekonomi, sengaja dititipkan oleh keluarga, dan ada juga yang atas keinginan sendiri.

Dalam wawancara dengan Kepala Pekerja Sosial PSTW ilomata kota Gorontalo, beliau mengatakan bahwa Lansia di PSTW ilomata kota Gorontalo ada dan pernah mengalami stres selama tinggal di PSTW ini. Penyebab stres antara lain kangen dengan keluarga karena jarang dijenguk, tidak cocok dengan teman sewisma, dan merasa tidak dipedulikan sanak saudara serta keluarga. Beliau juga mengatakan bahwa belum ada peneliti yang melakukan penelitian tentang terapi *Life Review* (Terapi telaah pengalaman hidup) dalam membantu lansia di Panti tresna wherda ilomata kota Gorontalo menangani stres yang dirasakan. Sesuai Latar belakang masalah tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian terhadap tindakan mandiri perawat (nonfarmakologis) yaitu pengaruh terapi modalitas *Life Review* (Terapi telaah pengalaman hidup) terhadap tingkat stress pada lansia di Panti Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Semakin meningkatnya jumlah lansia dari tahun ke tahun. Sesuai data pada Dinas Sosial Provinsi Gorontalo, jumlah Lansia di Provinsi Gorontalo hingga saat ini sebanyak 8.162 orang.
2. Stres menjadi salah satu kondisi utama pada lansia akibat perubahan psikososial pada diri lansia. Menjadi tua ditambah dengan perubahan fungsi fisiologis.
3. Jumlah lansia di Panti tresna werdha ilomata kota gorontalo sebanyak 35 orang, 28 perempuan dan 7 laki-laki, mengeluhkan sering terjadi perselisihan, perbedaan pendapat, mudah marah, ungkapan diri yang negative, pasif dan malas beraktivitas.
4. Penggunaan terapi *Life Review* (Terapi telaah pengalaman hidup) mudah dilakukan, terstruktur dan melibatkan evaluasi tentang kehidupan individu yang dapat meningkatkan perasaan tenang dan mengurangi stres serta belum pernah dilakukan di Panti Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah Terdapat Pengaruh Terapi Modalitas *Life Review* (Terapi telaah pengalaman hidup) terhadap Tingkat Stress Pada Lansia Di Panti Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo?”

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Diketuainya pengaruh terapi modalitas *life review* (terapi telaah pengalaman hidup) terhadap tingkat stres pada lansia di Panti Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Diketuainya tingkat stres pada lansia sebelum dilakukan terapi *Life Review* (Terapi telaah pengalaman hidup).
2. Diketuainya tingkat stres pada lansia sesudah dilakukan terapi *Life Review* (Terapi telaah pengalaman hidup).
3. Diketuainya Pengaruh Terapi Modalitas *Life Review* (Terapi telaah pengalaman hidup) terhadap Tingkat Stres pada Lansia

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Sebagai pedoman maupun referensi yang dapat digunakan untuk mengetahui tentang pengaruh Terapi Modalitas *Life Review* (Terapi telaah pengalaman hidup) Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia, serta dapat dijadikan acuan untuk melakukan penelitian selanjutnya.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Pengelola PSTW

Sebagai bahan pengetahuan untuk peningkatan kualitas pelayanan lansia dan program baru untuk mengatasi stres pada lansia.

2. Bagi Profesi Keperawatan

Sebagai masukan untuk pengembangan kemampuan perawat dalam menangani masalah stres pada lansia dengan menggunakan terapi *Life Review* (Terapi telaah pengalaman hidup).

3. Bagi Responden

Sebagai tambahan ilmu bagi lansia untuk dipraktikkan dengan sesama lansia dalam meningkatkan kemampuan lansia dalam mencegah maupun menurunkan stres, ketidakberdayaan, keputusasaan, isolasi sosial dan meningkatkan kualitas hidupnya.

4. Bagi Peneliti lain

Sebagai tambahan ilmu pengetahuan bagi peneliti selanjutnya mengenai terapi modalitas *Life Review* (Terapi telaah pengalaman hidup) dalam mengatasi tingkat stres pada lansia.