

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

1. Tingkat stres pada lansia sebelum dilakukan terapi *reminiscence* di Panti Sosial Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo didapatkan tingkat stres ringan sebanyak 6 responden (40,0%), sedang sebanyak 7 responden (46,7%) dan berat sebanyak 2 responden (13,3 %).
2. Tingkat stres pada lansia sesudah dilakukan terapi *reminiscence* di Panti Sosial Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo didapatkan responden yang sudah dalam keadaan normal sebanyak 3 responden (20,0%), tingkat stres ringan sebanyak 8 responden (53,3%) dan sedang sebanyak 4 responden (26,7%).
3. Terdapat pengaruh terapi *reminiscence* terhadap tingkat stres pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo dengan menggunakan uji T berpasangan atau uji *Paired Sample t-test* didapatkan nilai *P value* yaitu 0.000 α (<0.05).

5.2 Saran

1. Bagi Pengelola PSTW

Bagi pengelola PSTW Ilomata Kota Gorontalo diharapkan dapat menerapkan terapi *reminiscence* sebagai salah satu terapi untuk mengurangi tingkat stres pada lansia dan diharapkan bagi pengelola PSTW dapat memberikan motivasi untuk meningkatkan minat lansia dalam melakukan terapi *reminiscence*.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Bagi institusi diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah referensi atau bahan acuan pembelajaran asuhan keperawatan dalam bidang keperawatan jiwa khususnya pada perawatan kesehatan jiwa lansia.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Bagi profesi keperawatan agar dapat memanfaatkan jenis terapi nonfarmakologi yang ada untuk mengatasi masalah kesehatan lansia baik fisik maupun mental, salah satunya terapi *reminiscence* yang dapat mengatasi masalah kesehatan jiwa lansia.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan agar dapat mengembangkan penelitian tentang terapi *reminiscence* dengan menerapkan 5 sesi terapi secara lengkap atau dapat pula melakukan kombinasi dengan terapi spesialis lainnya dalam hal mengatasi masalah kesehatan jiwa lansia. Peneliti selanjutnya dapat pula memberikan terapi *reminiscence* dengan intensitas waktu yang lebih lama dan dengan jumlah sampel yang lebih besar.

DAFTAR PUSTAKA

- Affandi, I.M. 2017. Pengaruh Terapi Relaksasi Napas Dalam dan Hypnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta.
- Ariyani.2012. Lansia di Panti Werdha (Studi Deskriptif Mengenai Proses Adaptasi Lansia Di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya). *Thesis*. Universitas Airlangga. <http://repository.unair.ac.id/id/eprint/163232>.diakses pada 06 Juni 2018
- Arumsari, N. A. 2014. Pengaruh *Reminiscence Therapy* Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia di PSTW Unit Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta. *Skripsi*. Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. <http://thesis.umy.ac.id/datapublik/t34166.pdf&ved=2>. diakses pada 20 Januari 2018
- Aryana,K.O dan Novitasari, D.2013.Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tingkat Stres Lansia Di Unit Rehabilitasi Sosial Wening Wardoyo Ungaran. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. Vol 1.<http://download.portalgaruda.org/article>. diakses pada 06 Juni 2018
- Azizah, L. M. 2011. *Keperawatan Jiwa (Aplikasi Praktik Klinik)*. Graha Ilmu. Yogyakarta
- Badan Pusat Statistik (BPS).2014. *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2014*. Jakarta: Badan Pusat Statistik
- Damanik.2011. *The Measurement of Reliability, Validity, Items Analysis and Normative Data of Depression Anxiety Stress Scale (DASS)*. *Tesis*. Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- Depkes RI. 2009. *Profil Kesehatan Indonesia 2008*. Jakarta
- Dewi, S. R. 2014 . *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Deepublish.Yogyakarta
- Effendi, F. dan Makhfudli. 2009. *Keperawatan Kesehatan Komunitas*. Salemba Medika. Jakarta
- Haruyama, S.2013. *The Miracle Of Endorphin*. Salemba Medika. Jakarta
- Hasanah, N. 2014. Perbedaan Tingkat Depresi Lansia yang Memiliki Pasangan Hidup dan Tidak Memiliki Pasangan Hidup di Dusun Botokan Jatirejo Lendoh Kulon Progo. *Skripsi*. Stikes.Aisyiyah Yogyakarta
- Hertanto, K. Y. 2014. Pengaruh Terapi Relaksasi Progresif Terhadap Tingkat Stres Pada Lajut Usia Di PSTW Yogyakarta Unit Budi Luhur. *Skripsi*. Program Sarjana STIKES Aisyiyah Yogyakarta. <http://lib.unisayogya.ac.id/id/eprint/36>. diakses pada 30 Januari 2018

- Hidayat, A. 2014. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Hidayati, N L., Mustikasari., Y Putri. 2015. Terapi Individu *Reminiscence* Menurunkan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Panti Sosial. *Jurnal Ners Vol 2.*<https://e-journal.unair.ac.id>.diakses pada diakses pada 05 Oktober 2017
- Indriana, Y. 2008. *Gerontologi : Memahami Kehidupan Usia Lanjut*. Salemba Medika. Jakarta
- Indriana, Y., I. Kristiana, A. Sonda, dan A. Intanirian. 2010. Tingkat Stres Lansia Di Panti Werdha “Pucang Gading” Semarang. *Jurnal Psikologi Undip, Vol. 8.*, <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/view/2953/2639>. diakses pada 16 Januari 2018
- Kartika, I. R., dan Mardalinda. 2017. Pengaruh Reminiscence Therapy Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Lansia. *Jurnal Human Care*. <http://docplayer.info/48089815-pengaruh-reminiscence-therapy-terhadap-penurunan-tingkat-stres-pada-lansia.html>. diakses pada 19 Januari 2018
- Kementrian Kesehatan RI. 2016. INFO DATIN : PUSAT DATA DAN INFORMASI. *Situasi Lanjut Usia (LANSIA) di Indonesia*. Jakarta.
- Kementrian Kesehatan RI. 2017. Pusat Data dan Informasi. *Analisis Lansia di Indonesia*. Jakarta
- Lestari, F. M. dan E. Sumintardja. 2016. Kajian *Reminiscence Group Theraphy* Pada Depresi Lansia Wanita Yang Tinggal Di Panti Werdha. *Jurnal Ilmiah Psikologi MANASA Vol 5.*<https://ojs.atmajaya.ac.id/index.php/manasa/article/view/586/457&ved=2>. diakses pada 20 Januari 2018
- Maryam, R. S., F. Ekasari, Rosidawati, A. Jubaedi, dan I. Batubara . 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Salemba Medika.Jakarta
- Mirayanti N.K, N Suastana. D.P, Ardana.2017.Pengaruh Terapi Reminiscence (Sesi 1) Terhadap Depresi Lanjut Usia. *Jurnal Keperawatan Stikes Wira Medika Bali*.diakses pada 06 Juni 2018
- Muhith, A., dan S. Siyoto. 2016. *Pendidikan Keperawatan Gerontik* (Ed 1). CV ANDI OFFSET.Yogyakarta
- Nasir, A. dan A. Muhith. 2011. *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa*. Salemba Medika. Jakarta
- Nasution, H. 2011.Gambaran Coping Stress Pada Wanita Madya Dalam Menghadapi Pramenopause. *Skripsi*.<http://repository.usu.ac.id/bitstream/>. diakses pada 24 Juni 2018
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan* (Ed.Rev). Rineka Cipta. Jakarta

- Nugroho. 2008. *Keperawatan Gerontik*. Buku Kedokteran EGC. Jakarta
- Nugroho, S E. Enik S. Sodiq K.2014. Hubungan Senam Jantung Sehat dengan Tingkat Stres pada Lansia di Kelompok Senam Jantung Sehat Among Roso Kecamatan Ngluwar Kabupaten Magelang. *Jurnal*.<https://media.neliti.com>. diakses pada 25 Juni 2018
- Pamungkas, R., dan A. Usman. 2017. *Metodologi Riset Keperawatan*. CV Trans Info Media. Jakarta
- Parasari, G A. 2015. Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Tingkat Depresi pada Lansia di Kelurahan Sading. *Jurnal Psikologi Udayana* Vol 2. <http://ojs.unud.ac.id>. diakses pada 20 Juni 2018
- Pratiwi, D.E.2013. Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tingkat Stres pada Lansia. *Skripsi*. Poltekkes Surakarta. diakses pada tanggal 24 Juni 2018
- Pratiwi, M. S., dan A. Pribadi. 2013. Stres Pada Lansia. *Jurnal Psycho Idea*. <http://www.e-jurnal.com/2016/05/stres-pada-lansia.html?m=1>. diakses pada 30 Januari 2018
- Priyoto. 2014. *Konsep Manajemen Stres*. Nuha Medika. Yogyakarta
- PSTW Ilomata.2018. *Profil PSTW ILOMATA*. Gorontalo:PSTW Ilomata
- Psychology Foundation of Australia.2010. *Depression Anxiety Stress Scale*. <http://www.psy.unsw.edu.au/groups/dass>. diakses pada 20 Juni 2018
- Puspasari, S. 2009. Hubungan Kemunduran Fungsi Fisiologis Dengan Stres Pada Lanjut Usia Di Kelurahan Kaliwaru Semarang. *Skripsi*. Universitas Muhamadiyah Semarang.
- Putra, H. 2014. Pengaruh Terapi *Reminiscence* (Mengenang Masa Lalu Yang Menyenangkan) Terhadap Depresi pada Lansia di Unit Rehabilitasi Sosial Pucang Gading Semarang. *Jurnal* <http://happyslide.top/doc/113536/pengaruh-terapi-reminiscence>. diakses pada 20 Januari 2018
- Rahayuni, N, P. Utami, dan K. Swedarma. 2015. Pengaruh Terapi *Reminiscence* Terhadap Stres Lansia. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya , Volume 2 - Nomor 2*. <https://media.neliti.com/media/publications/181758-ID-pengaruh-terapi-reminiscence-terhadap-st.pdf>. diakses pada 05 Oktober 2017
- Riyanto, A. 2011. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan* (Cet. 1). Nuha Medika. Yogyakarta
- Rogers, Richard G., Everett, Bethany G., Zajacova, Ana., Hummer, Robert A., (2010). Educational Degrees and Adult Mortality Risk in The United States.. *NIH Public Access*.diakses pada 07 Juni 2018
- Sari, H. F., dan Murtini. 2015. Relaksasi Untuk Mengurangi Stres pada Penderita Hipertensi Esensial. *Jurnal Psikologi Indonesia, Vol.12*. <http://www.neliti.com>

com/id/publications/24681/relaksasi-untuk-mengurangi-stres-pada-penderita-hipertensi-esensial. diakses pada 30 Januari 2018

Sari, A.R., P.S Utami, dan K. Suarnata.2015.Pengaruh Senam Otak Terhadap Tingkat Stres Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Singaraja.*Jurnal Keperawatan Sriwijaya*.Vol 2.<https://media.neliti.com>. diakses pada 06 Juni 2018

Setyoadi.2012.Perbedaan Tingkat Kualitas Hidup Pada Wanita Lansia Di Komunitas Dan Panti.*Tesis*.Universitas Brawijaya Malang

Setyoadi dan Kushariyadi. 2011. *Terapi Modalitas Keperawatan pada Klien Psikogeriatrik*. Salemba Medika. Jakarta

Sigurdardottir, S. H., et al. 2012. Needs and care of older people living at home in Iceland. *Scandinavian Journal of Public Health*.diakses pada 06 Juni 2018

Siyoto, S., dan A. Sodik. 2015. *Dasar Metodologi Penelitian* (Cet. 1). Literasi Media Publishing. Yogyakarta

Sriwattanakomen et al., 2010. *A Comparison of The Frequencies of Risk Factors for Depression in Older Black and White Participants in a Study of Indicated Prevention*. Internal Psychogeriatrics (2010), 22:8, 1240-1247 C International Psychogeriatrics Associations. <http://search.proquest.com/psyarticles/docview> .diakses pada 06 Juni 2018

Stuart,W. G.2013.*Buku Saku Keperawatan Jiwa edisi 5*.EGC.Jakarta

Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta. Bandung

Swarjana, K. I. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. CV ANDI OFFSET. Yogyakarta

Syarniah.2010.Pengaruh *Reminiscence Therapy* terhadap Tingkat Stres pada Lansia di PSTW Unit Budi Luhur.*Tesis*. Program Magister Universitas Indonesia Jakarta.<http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/137197-T%20Syarniah.pdf> diakses pada 17 Januari 2018

Syarniah, B. Keliat ., dan N. Helena. 2010.*Modul Terapi Kelompok Reminiscence Untuk Klien Lansia*. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. Jakarta.http://www.academia.edu/18501250/Modul_terapi. diakses pada 19 Januari 2018

Syarniah, B. Keliat ., N. Helena., H. Susanti., & E. Banon. 2015. *Modul Terapi Keperawatan Jiwa*. Workshop Keperawatan Jiwa ke-IX. <http://www.academia.edu/19621254/Modulterapi>. diakses pada 20 Januari 2018

- WHO. 2013. *Mental Health And Older Adults*. Retrieved from World Health Organization Web site.<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs381/en>
diakses tanggal 25 Januari 2018
- Wibowo, A. 2014. *Metodologi Penelitian Praktis Bidang Kesehatan* (Ed.1 Cet.1). Rajawali Pers. Jakarta
- Wijoyo, P. M. 2011. *Cara Mudah Mencegah & Mengatasi Stres*. Bee Media Pustaka. Jawa Barat
- Zahra, F.2014. Tingkat Stres pada Lansia dengan Status Janda di Desa Kalijajar Wetan Paiton Probolinggo.*Skripsi*.Stikes Bina Sehat PPNI Mojokerto. <http://ejournal.stikes1ppni.ac.id/index.php/JKS/article/view/265/265>.diakes pada 20 Juni 2018