

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang Masalah**

Setiap manusia pasti mengalami proses penuaan, Penuaan merupakan proses yang normal yang terjadi pada setiap individu. Cepat atau lambat proses tersebut bergantung pada setiap individu ditandai dengan perubahan baik dari segi fisik maupun tingkah laku. Perubahan demi perubahan akan terjadi pada tubuh manusia sejalan dengan meningkatnya usia. Usia lanjut merupakan tahap terakhir dari kehidupan, di mana seorang telah melewati berbagai tahap kehidupan dari bayi, anak-anak, remaja, dewasa sampai lansia dan biasanya berkisar antara usia  $\geq 60$  tahun keatas (Fitrah, 2010).

Di seluruh dunia, jumlah lanjut usia diperkirakan lebih dari 629 juta jiwa (satu dari sepuluh orang berusia lebih dari 60 tahun), dan pada tahun 2025, lanjut usia akan mencapai 1,2 milyar. Bahkan pada tahun 2020-2025, Indonesia akan menduduki peringkat negara dengan struktur dan jumlah penduduk lanjut usia setelah RRC, India, dan Amerika Serikat, dengan umur harapan hidup di atas 70 tahun. Menurut data demografi penduduk internasional yang dikeluarkan *Bureau of the census* USA 1993, dilaporkan bahwa Indonesia pada tahun 1990-2025 akan mengalami kenaikan jumlah lansia sebesar 4,4 persen, merupakan suatu angka tertinggi di seluruh dunia (Sunaryo, 2016).

Berdasarkan Sensus Penduduk tahun 2010, saat ini Indonesia termasuk lima besar negara dengan jumlah penduduk lanjut usia terbanyak di dunia, yakni mencapai 18,1 juta jiwa atau 7,6% dari jumlah penduduk (Statistik, 2010). Jumlah penduduk lansia 60 tahun atau lebih di perkirakan akan terus meningkat sehingga pada tahun 2025 di perkirakan mencapai jumlah 36 juta (Komnas Lansia, 2011), di Indonesia terjadi percepatan peningkatan penduduk lansia secara

signifikan. Tercatat 7,18% (14,4 juta orang) ditahun 2000 dan diperkirakan akan menjadi 11,34% (28,8 juta orang) pada 2020.

Berdasarkan data pusat dan informasi di Provinsi Gorontalo jumlah populasi penduduk lansia pada tahun 2015 mencapai 7,1% dengan peringkat ke 14 dari seluruh provinsi di Indonesia (Kemenkes RI, 2016), dan pada tahun 2017 Provinsi Gorontalo menempati peringkat ke 13 dengan presentase penduduk lansia sebanyak 7,55% dari keseluruhan jumlah penduduk lansia di seluruh provinsi di Indonesia (Kemenkes, 2017).

Munculnya populasi lansia dalam jumlah besar secara mendadak akan memberikan implikasi besar pada dunia kesehatan dimana di tahap lansia banyak individu mengalami perubahan, baik perubahan biologis, psikologis maupun sosial khususnya kemunduran dalam berbagai fungsi dan kemampuan yang pernah dimilikinya (Azizah, 2011). Semakin lanjut usia, mereka akan mengalami kemunduran fisik yang dapat menyebabkan penurunan peran sosial bahkan dapat juga dikatakan mengalami pengaruh kondisi mental karena kesibukan sosialnya yang semakin berkurang. Sehingga dapat mengakibatkan berkurangnya integrasi dengan lingkungannya dan dapat berdampak pada kebahagiaan lansia itu sendiri (Nugroho, 2008).

Masalah psikososial pada usia lanjut merupakan permasalahan yang sangat membebani, yang pada akhirnya dapat berpengaruh terhadap berbagai gangguan fisik, mental dan psikososialnya. Stressor psikososial adalah setiap keadaan atau peristiwa yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang, sehingga orang itu terpaksa mengadakan adaptasi atau penyesuaian diri untuk menanggulangnya. Tidak semua orang mampu melakukan adaptasi dan mengatasi stressor, sehingga timbul keluhan-keluhan antara lain berupa stres, cemas, depresi (Azizah, 2011).

Tidak sedikit para lansia mengalami gangguan kecemasan yang terkadang sulit dicari penyebabnya secara riil. Kecemasan diartikan suatu kondisi emosi yang menimbulkan ketidaknyamanan ditandai dengan perasaan khawatir, kegelisahan dan ketakutan sehingga dapat mengganggu kehidupan. Orang usia lanjut memiliki kemungkinan yang lebih tinggi untuk mengalami gangguan-gangguan kecemasan daripada depresi (Sunaryo, 2016).

Prevalensi kecemasan pada dewasa dan lansia di dunia pada sektor komunitas berkisar antara 15 sampai dengan 52,3% (Bryant *et al* dalam Purwatiningsih, 2015). Di Indonesia gangguan emosional yang terjadi pada usia 55-64 tahun sebanyak 8%, usia 65-74 tahun sebanyak 10% dan pada usia lebih dari 75 tahun sebanyak 13% dari jumlah seluruh penduduk Indonesia (Kemenkes, 2016).

Kecemasan apabila tidak di atasi maka lama kelamaan akan membahayakan, karena saat rasa cemas itu datang cara berfikirpun sudah tidak positif, seperti merasa tidak diperhatikan atau dibutuhkan, merasa merepotkan keluarga sehingga ini akan berdampak serius pada psikologinya yang kemudian lama-kelamaan menjadi kecemasan kronis, dimana kecemasan kronis yaitu menimbulkan potensi depresi dan meningkatkan resiko bunuh diri (Fitrah, 2010). Tingkat kecemasan yang dirasakan oleh lansia dapat ditangani dengan berbagai cara, salah satunya menggunakan upaya-upaya yang dilakukan dalam mengatasi kecemasan pada lansia bisa dari faktor keluarga, karena keluarga berperan penting dalam meningkatkan rasa percaya diri lansia, dan faktor lingkungan juga sangat berpengaruh.

Usia lanjut yang mengalami kecemasan membutuhkan terapi tambahan yang bersifat komprehensif, holistik, dan multidisipliner dengan mengupayakan optimalisasi aspek lingkungan melalui penerapan konsep psikologi lingkungan, karena lingkungan secara umum akan berkaitan erat dengan tujuan keperawatan dan menyangkut status kesehatan

seseorang, maka salah satu terapi yang mulai dan akan diperkenalkan yaitu adalah terapi lingkungan yang merupakan suatu tindakan penyembuhan melalui manipulasi unsur yang ada di lingkungan (Maryam, 2011). Terapi lingkungan terdiri atas beberapa jenis terapi antara lain : terapi rekreasi, terapi kreasi seni (dance, music, melukis, membaca), pettherapy, dan plant therapy (Yosep dalam (Mardiyanti, 2012).

*Plant therapy* merupakan salah satu terapi penting untuk menangani masalah psikologis seperti kecemasan. *Plant therapy*, terapi ini bertujuan untuk memelihara segala sesuatu/makhluk hidup, dan membantu hubungan yang akrab antara satu pribadi kepada pribadi lainnya. Kegiatan ini mempergunakan tanaman/tumbuhan sebagai objek dalam mencapai tujuan terapi (Yosep dalam (Mardiyanti, 2012).

Dalam jurnal internasional dijelaskan bahwa alam pada umumnya dapat menghilangkan stres dan masalah kesehatan mental (Kaplan 1989; Ulrich 1983). Penelitian juga menunjukkan bahwa fisik dengan berkebun dapat bermanfaat dalam pengobatan masalah kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi (Sempik et al. 2003). Kelompok lansia saat bekerja dengan tanaman, seperti meningkatnya rasa harga diri, kesadaran dan tanggung jawab, khususnya ketika bekerja dalam kelompok (Kaiser 1976). Partisipasi juga meningkatkan perasaan nilai dan layak (kepercayaan diri) (Smith dan Aldous 1994). Dengan kecantikan, warna dan bau mereka, tanaman di kebun meningkatkan rasa ketenangan dan kesenangan (Kaplan 1973). Kenyamanan dalam lingkungan hijau menyediakan perasaan relaksasi, otonomi dan persaingan, dan membuat orang terbuka untuk refleksi (Gezondheidsraad 2004). Penelitian lain menunjukkan bahwa tanggung jawab dan kontrol muncul untuk memperlambat kerusakan kondisi fisik dan mental lanjut usia (Sempik et al. 2003). Dengan cara ini bekerja dengan tanaman dapat memberi orang tua semacam tanggung jawab dan kesempatan untuk membuat keputusan (Elings, 2006).

Berdasarkan penelitian Rochmani Eka Mardiyanti pada tahun 2012 tentang Implementasi Terapi Lingkungan Di Panti Werdha Untuk Depresi Pada Usia Lanjut, dimana terdapat pengaruh terapi lingkungan terhadap tingkat depresi lansia, berdasarkan hasil analisa data dimana terdapat 6 responden yang menderita depresi ringan dan 1 responden yang menderita depresi sedang, setelah diberikan terapi lingkungan responden depresi sedang berubah menjadi depresi ringan dan responden depresi ringan ketika diukur skala depresinya sudah menurun juga, penurunan depresi tersebut terjadi secara bertahap tergantung pada tingkatan depresinya. Hal ini menunjukkan bahwa terapi lingkungan efektif untuk masalah psikologis lansia.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 1 februari 2018, di Panti Sosial Tresna Werdha Beringin jumlah Lansia 12 orang, Lansia laki-laki 3 orang dan Lansia Perempuan 9 orang yang semuanya berasal dari Wilayah Gorontalo. Dan hasil wawancara dengan kepala panti bahwa jumlah lansia yg dalam naungan panti tersebut berjumlah 25 orang akan tetapi yang menetap di panti tersebut hanya 12 orang yang lainnya pulang pergi ke rumah keluarganya, lansia yang tinggal di panti tersebut karena tidak mempunyai sanak keluarga (terlantar) dan juga karena faktor ekonomi (berasal dari keluarga miskin).

Dari hasil wawancara dari 6 orang lansia yang tinggal di panti yaitu mereka mengatakan hal yang sama yaitu takut bila terjadi sesuatu, sering merasa kesepian, sering teringat keluarga yang dirumah, dan ada juga yang mengatakan bahwa ia tidak pernah dijenguk oleh keluarganya dan merasa sudah tidak dipedulikan sanak saudara serta keluarganya. Setelah dilakukan wawancara dan penilaian langsung dengan kuesioner *Zung Self Anxiety Self Rating Scale* pada 6 orang lansia ini diperoleh 2 orang lansia mengalami kecemasan ringan dan 4 orang lansia mengalami kecemasan sedang.

Menurut hasil wawancara dengan beberapa orang lansia terkait upaya lansia dalam mengurangi kecemasannya adalah melaksanakan sholat, dzikir, dan ada juga yang hanya duduk diam dan beristirahat dalam kamar. Dan dalam wawancara dengan Kepala PSTW Beringin kelurahan hutuo kecamatan limboto, beliau mengatakan bahwa di panti tersebut jarang dilakukan kegiatan-kegiatan seperti senam dll dan belum ada peneliti yang melakukan penelitian tentang *Plant Therapy* (Terapi Lingkungan) dalam membantu lansia di Panti Sosial Trensna Werdha Beringin Kelurahan Hutuo Kecamatan Limboto dalam menangani kecemasan yang dirasakan.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian terhadap tindakan mandiri perawat (nonfarmakologis) tentang “Pengaruh *Plant Therapy* Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia Di Panti Sosial Trensna Werdha Beringin Kelurahan Hutuo Kecamatan Limboto”.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

1. Berdasarkan data dilaporkan bahwa Indonesia pada tahun 1990-2025 akan mengalami kenaikan jumlah lansia sebesar 4,4 persen, merupakan suatu angka tertinggi di seluruh dunia dan pada tahun 2017 Provinsi Gorontalo menempati peringkat ke 13 dengan presentase penduduk lansia sebanyak 7,55% dari keseluruhan jumlah penduduk lansia di seluruh provinsi di Indonesia.
2. Di Indonesia gangguan emosional yang terjadi pada usia 55-64 tahun sebanyak 8%, usia 65-74 tahun sebanyak 10% dan pada usia lebih dari 75 tahun sebanyak 13% dari jumlah seluruh penduduk Indonesia.
3. Kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang sering dialami oleh lansia, kecemasan ini apabila tidak di atasi maka lama kelamaan akan

membahayakan yang kemudian lama kelamaan menjadi kecemasan kronis, dimana kecemasan kronis yaitu menimbulkan potensi depresi serta penyalahgunaan zat dan meningkatkan resiko bunuh diri.

4. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Beringin Kelurahan Hutuo Kecamatan Limboto, pada 6 orang lansia diperoleh sebanyak 4 orang mengalami kecemasan ringan dan 2 orang mengalami kecemasan sedang.
5. Berdasarkan hasil wawancara dengan Kepala Panti Sosial Tresna Werdha Beringin kelurahan hutuo kecamatan limboto, belum ada peneliti yang melakukan penelitian tentang *Plant Therapy*.

### **1.3. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah Terdapat Pengaruh *Plant Therapy* terhadap Tingkat Kecemasan pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Beringin Kelurahan Hutuo Kecamatan Limboto?”

### **1.4 Tujuan Penelitian**

#### **1.4.1 Tujuan Umum**

Untuk mengidentifikasi dan menganalisa Pengaruh *Plant Therapy* terhadap tingkat kecemasan pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Beringin Kelurahan Hutuo Kecamatan Limboto

#### **1.4.2 Tujuan Khusus**

1. Diketuinya tingkat kecemasan pada lansia sebelum dilakukan *Plant Therapy* di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Beringin Kelurahan Hutuo Kecamatan Limboto.
2. Diketuinya tingkat kecemasan pada lansia sesudah di lakukan *Plant Therapy* di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Beringin Kelurahan Hutuo Kecamatan Limboto.

3. Diketuainya Pengaruh *Plant Therapy* terhadap tingkat kecemasan pada Lansia di Pan  
ti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Beringin Kelurahan Hutuo Kecamatan Limboto.

## **1.5 . Manfaat Penelitian**

### 1.5.1 . Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan dan memperkaya khasanah ilmu pengetahuan khususnya di bidang keperawatan gerontik.

### 1.5.2 . Manfaat Praktisi

1. Bagi Pengelola PSTW

Sebagai bahan pengetahuan untuk peningkatan kualitas pelayanan lansia dan program baru untuk mengatasi masalah psikogeriatris pada lansia dan juga dapat meningkatkan mutu pelayanan yang di wujudkan dengan berkurangnya masalah gangguan pada lansia .

2. Bagi Perawat

Sebagai masukan ilmiah bagi tenaga keperawatan demi peningkatan ilmu pengetahuan khususnya yang terkait dengan peningkatan pengetahuan dalam bidang keperawatan gerontik.