

Tingkat Kecemasan Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Pertiwi Kota Bandung

Nenden Lesmana Wati¹, Alma Sandiana², Rina Kartikasari³

¹Politeknik Kesehatan TNI AU Ciumbuleit, Nendenlesmana73@gmail.com

²Politeknik Kesehatan TNI AU Ciumbuleit, Almaasandiana7@gmail.com

³Politeknik Kesehatan TNI AU Ciumbuleit, rinakartikasari.rachlan@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi berbagai perubahan akibat proses menua seperti perubahan anatomi/fisiologi, berbagai penyakit atau keadaan patologik sebagai akibat penuaan, serta pengaruh psikososial pada fungsi organ yang dialami oleh lansia sehingga memunculkan masalah psikososial, salah satunya kecemasan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan pada lansia di Panti Sosial Tresna Wredha Budi Pertiwi Kota Bandung. Kecemasan merupakan pengalaman individu yang bersifat subjektif, yang sering bermanifestasi sebagai perilaku yang disfungsi yang diartikan sebagai perasaan “kesulitan” dan kesusahan terhadap kejadian yang tidak diketahui dengan pasti. Lansia adalah tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia dan ditandai oleh gagalnya seorang untuk mempertahankan keseimbangan kesehatan dan kondisi stress fisiologisnya. Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif kepada 25 responden dengan menggunakan teknik *non probability*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) yang sudah baku. Hasil penelitian didapatkan bahwa lansia mengalami kecemasan sedang sebanyak 16 responden (60%). Oleh karena itu di sarankan kepada Panti Sosial Tresna Wredha Budi Pertiwi Kota Bandung disarankan untuk meningkatkan asuhan keperawatan psikososial mengenai kecemasan seperti mengurangi kecemasan lansia yang sedang menjalani pengobatan dengan cara memberikan informasi yang jelas, meyakinkan pasien bahwa pasien masih mampu melakukan pekerjaan sehari-hari, dengan dukungan atau motivasi serta menambah kegiatan rohani.

Kata kunci : Kecemasan, Lansia

ABSTRACT

Various changes caused by aging process such as anatomy/physiology changes, disease or pathological condition, and psychosocial influence have led the researcher to carry out this research. The aim of this research is to figure out the anxiety level of older adults at Tresna Wredha Budi Pertiwi Social Care in Bandung. Anxiety is a subjective individual experience, often manifested as dysfunctional behaviour which is regarded as worrying about uncertainty. Old age is the final stage of the human life cycle development and is often characterized by one's failure to maintain health balance and their physiological stress condition. This research is a descriptive research involving 25 respondents using non-probability sampling technique. The data are assessed by standardized HARS questionnaire (Hamilton Anxiety Rating Scale). The result shows that sixteen older adults or 60% of the respondents have the average level of anxiety. Thus, it is suggested for Tresna Wredha Budi Pertiwi Social Care Bandung to improve their psychosocial service concerning on how to decrease the anxiety level of older adult patients. That can be done by giving them clear information or explicit instruction, encouraging them to do their daily activities as usual, and most importantly, supporting and motivating them. Moreover, involving them into more spiritual activities can also be a good effort.

Keywords : anxiety, older adults

PENDAHULUAN

Usia lanjut adalah tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia. Keberadaan usia lanjut ditandai dengan umur harapan hidup yang semakin meningkat dari tahun ke tahun, hal tersebut membutuhkan upaya pemeliharaan serta peningkatan kesehatan dalam rangka mencapai masa tua yang sehat, bahagia, berdaya guna, dan produktif (Pasal 19 UU No. 23 Tahun 1992 tentang kesehatan).

Menurut *World Health Organization* (WHO), di kawasan Asia Tenggara populasi Lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan populasi Lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun ini. Pada tahun 2000 jumlah Lansia sekitar 5,300,000 (7,4%) dari total populasi, sedangkan pada tahun 2010 jumlah Lansia 24,000,000 (9,77%) dari total populasi, dan tahun 2020 diperkirakan jumlah Lansia mencapai 28,800,000 (11,34%) dari total populasi. Indonesia merupakan salah satu dari lima negara di dunia yang memiliki jumlah usia lanjut tertinggi, berdasarkan sensus penduduk pada tahun 2012, jumlah lanjut usia di Indonesia yaitu 18,1 juta jiwa 7,6% dari total penduduk (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013).

Penduduk lanjut usia di Indonesia menjadi 18,781 juta jiwa dan diperkirakan pada tahun 2025, jumlahnya akan mencapai 36 juta jiwa (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015). Provinsi Jawa Barat termasuk 11 provinsi yang lansianya sudah lebih dari 7% yaitu sebesar 8,1% (BPS SUSENAS, 2009).

Masalah yang timbul dari bertambahnya harapan semakin meningkatnya jumlah lansia akan menimbulkan permasalahan yang cukup kompleks baik dari masalah fisik maupun psikososial. Masalah psikososial yang paling banyak terjadi pada lansia seperti : kesepian, perasaan sedih, depresi, dan kecemasan. Kecemasan termasuk salah satu masalah kesehatan jiwa yang paling sering muncul (Subandi dkk, 2013). Lansia sangat berkaitan dengan berbagai perubahan akibat proses menua seperti perubahan

anatomi/fisiologi, berbagai penyakit atau keadaan patologik sebagai akibat penuaan, serta pengaruh psikososial pada fungsi organ.

Usia tua dipandang sebagai masa kemunduran, masa dimana para lansia merasakan penurunan-penurunan yang terjadi pada dirinya baik secara fisik, psikologis, sosial dan spiritual. Sebagian lansia masih memandang usia tua dengan sikap yang menunjukkan keputusasaan, pasif, lemah dan tergantung dengan anak saudara. Lansia tersebut kurang berusaha untuk mengembangkan diri sehingga lansia semakin cepat mengalami kemunduran baik jasmani maupun mental. Disisi lain pandangan ini tidak berarti bahwa kelompok lansia adalah kelompok orang yang homogen. Para lansia menjalani dan memaknai usia lanjut dengan cara yang berbeda-beda. Ada orang berusia lanjut yang mampu melihat arti penting usia tua dalam konteks eksistensi manusia, yaitu sebagai masa hidup yang memberi lansia kesempatan-kesempatan untuk tumbuh berkembang dan memiliki keinginan untuk melakukan sesuatu atau berarti untuk orang lain (Sulandri,dkk,2013).

Dalam teori perkembangan yang diungkapkan Erickson(1963) bahwa lansia berada pada tahap Integritas ego versus putus asa. Lansia yang berhasil melewati fase ini akan mengalami Integritas diri yaitu menjadi lansia yang berarti untuk orang lain, merasa menjadi bagian dari tata aturan yang ada di masyarakat, cinta pada sesama manusia dan ikut menciptakan keteraturan dunia. Lansia yang mencapai Integritas ego bersifat bijaksana dalam hidupnya. Berdasarkan tahap ini lansia dalam mengalami perkembangan hidupnya dapat menjadi lebih matang dan bijaksana. Mereka lebih dapat menganalisa segala hal dengan mengaitkan gejala-gejala yang ada (Sulandari, dkk, 2013).

Tahap Integritas ego versus putus asa merupakan tahap yang sulit dilewati menurut pandangan sebagian orang dikarenakan mereka sudah merasa terasing dari lingkungan kehidupannya, karena orang pada usia senja dianggap tidak dapat berbuat apa-apa lagi atau tidak berguna. Kesulitan tersebut dapat diatasi jika di dalam diri orang yang

berada pada tahap paling tinggi dalam teori Erikson terdapat integritas yang memiliki arti tersendiri yakni menerima hidup dan oleh karena itu juga berarti menerima akhir dari hidup itu sendiri. Namun, sikap ini akan bertolak belakang jika didalam diri mereka tidak terdapat integritas yang mana sikap terhadap datangnya kecemasan akan terlihat. Kecenderungan terjadinya integritas lebih kuat dibandingkan dengan kecemasan dapat menyebabkan maladaptif.

Pada lanjut usia permasalahan psikologis muncul bila lansia tidak mampu menyelesaikan masalah yang timbul sebagai akibat dari proses menua, salah satunya adalah perasaan cemas. Jika perasaan cemas terus menerus dialami lansia, maka kondisi tersebut dapat mempengaruhi status kesehatan lansia baik fisik maupun mental, sehingga akan berdampak pada kegiatan beraktivitas sehari-hari lansia (Maryam, dkk 2012).

Kecemasan adalah suatu perasaan khawatir yang berlebihan dan tidak jelas, juga merupakan suatu respons terhadap stimuli eksternal maupun internal yang menimbulkan gejala emosional, kognitif, fisik, dan tingkah laku (Baradero, 2015). Ketika merasa cemas, individu merasa tidak nyaman atau takut atau mungkin memiliki firasat akan ditimpa malapetaka padahal ia tidak mengerti mengapa emosi yang mengancam tersebut terjadi. Kecemasan dapat dilihat dalam rentang ringan, sedang, berat sampai panik. Setiap tingkat menyebabkan perubahan fisiologis dan emosional pada individu. Herningsih melakukan penelitian di Panti Sosial Werdha Budi Pertiwi Bandung dengan jumlah sampel lansia 52 diketahui secara umum hasil penelitiannya bahwa kecemasan lansia mengalami kecemasan sedang.

Berdasarkan hasil Studi Pendahuluan pada saat dinas di Panti Sosial Tresna Werda Budi Pertiwi terlihat banyak sekali lansia yang merasa cemas, telah dilakukan wawancara kepada 15 lansia di Panti Sosial Tresna Wredha Budi Pertiwi, dengan mengajukan beberapa pertanyaan kecemasan pada lansia. Pada saat diberikan pertanyaan tentang pengalaman yang menimbulkan kecemasan 9 lansia mengatakan mempunyai pengalaman buruk di rumahnya, 14 dari 15 Lansia disana berpendidikan Sekolah Dasar, hal ini

berpegaruh terhadap tingkat pengetahuan dan respon terhadap stimulus untuk mengurangi rasa cemas, 15 Lansia ber umur kurang dari 85 tahun, Lansia di Panti Werdha Budi Pertiwi semuanya berjenis kelamin Perempuan yang identik dengan lebih sensitif terhadap lingkungan, 9 dari 15 responden bahwa dengan berkunjungnya keluarga dapat mengurangi kecemasan.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan desain Deskriptif dengan tujuan peneliti yaitu untuk mendapatkan gambaran tingkat kecemasan pada Lansia di Panti Sosial Tresna Wredha Budi Pertiwi.

Sampel yang diambil pada penelitian ini yaitu semua lansia yang ada di panti werdha Budi Pertiwi Sebanyak 25 orang. Dalam pengambilan sampel peneliti menggunakan teknik *non probability* yaitu sampel jenuh merupakan teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi.

PEMBAHASAN

Tabel .1 Distribusi Frekuensi Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Pertiwi Kota Bandung

Kategori	F	Persentase
Tidak ada kecemasan	1	4%
Kecemasan Ringan	1	4%
Kecemasan sedang	15	60%
Kecemasan Berat	7	28%
Kecemasan Berat Sekali	1	4%
Total	25	100%

Dari tabel .1 diketahui bahwa tingkat kecemasan pada lansia yang telah di teliti dari 25 responden, yang tertinggi adalah kategori kecemasan sedang sebanyak 15 responden (60%)

Berdasarkan hasil penelitian secara umum tentang Gambaran tingkat kecemasan

pada lansia yang telah diteliti dari 25 responden terbukti hasil penelitian didapatkan hasil bahwa yang tertinggi adalah kecemasan sedang pada lansia sebanyak 15 responden (60%), sisanya tidak ada kecemasan sebanyak (4%) kecemasan ringan dan kecemasan berat sekali (4%) serta Kecemasan berat (28%).

Kecemasan sedang sebanyak (60%) membuat responden berfokus pada suatu yang rinci dan spesifik dan tidak berpikir tentang hal lain. Kecemasan ini menyebabkan gejala yaitu merasa tegang, terkadang hanya mempedulikan diri sendiri, panik, rasa takut dan gugup (Stuart, 2011). Kecemasan berat terdiri dari kecemasan berat sebentar dan kecemasan berat lama. Kecemasan berat tapi munculnya sebentar dapat menimbulkan traumatis pada individu jika mengalami situasi yang sama dengan situasi penyebab munculnya kecemasan. Sedangkan kecemasan berat tapi munculnya lama akan merusak kepribadian individu. Hal ini akan berlangsung terus menerus selama bertahun-tahun dan dapat merusak proses merusak proses berfikir individu (Sundeen, 2011).

Berdasarkan hasil analisa yang peneliti lakukan menunjukkan bahwa mayoritas lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Pertiwi mengalami kecemasan sedang dikarenakan mereka mengalami perasaan cemas, ketakutan, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri dan mudah tersinggung.

Kecemasan yang ada di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Pertiwi dapat dipengaruhi oleh Faktor Usia, hasil penelitian responden termasuk kedalam golongan lanjut usia tua (75-90) tahun yang biasanya memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi dikarenakan pada usia tersebut merupakan usia tahapan akhir. Usia tua merupakan masa kemunduran yaitu masa dimana hilangnya percaya diri perubahan fisik maupun kognitif dan merasa tidak berguna maka sering timbulnya kecemasan (Sudden, 2011).

Faktor lain yang mempengaruhi kecemasan lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Pertiwi Berdasarkan Jenis Kelamin, Semua Responden berjenis kelamin wanita, wanita lebih sering merasakan kecemasan dibandingkan laki-laki karena wanita lebih sensitif dari pada laki-laki serta wanita cenderung menggunakan perasaannya di bandingkan kekuatannya untuk

memecahkan suatu masalah, menurut teori wanita lebih cemas akan ketidak mampuannya dibandingkan dengan laki-laki, laki-laki lebih eksplorasi dibandingkan wanita lebih sensitif (Sudden, 2011).

Faktor yang bisa mempengaruhi Kecemasan selanjutnya berdasar status marital, menurut hasil penelitian semua responden adalah janda atau sudah tidak memiliki pasangan hidup hal tersebut mempengaruhi kecemasan karena sudah tidak ada lagi yang memberi dukungan sehingga selalu menjadi permasalahan atau kepikiran. Menurut teori dukungan keluarga akan menyebabkan seseorang lebih siap menghadapi permasalahan (Sudden, 2011).

Faktor tambahan yang dapat menimbulkan kecemasan adalah pendidikan, menurut hasil penelitian dari 25 lansia yang berpendidikan SMA memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang menyebutkan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan maka akan semakin mudah seseorang menerima hal dan akan mudah menyesuaikan diri (Notoatmodjo, 2015). Hasil penelitian ini juga sependapat dengan hasil peneliti terdahulu dimana 57% dari 24 responden dengan pendidikan SMA memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi, dikarenakan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin cepat seseorang untuk menerima pengetahuan maupun lingkungan yang baru (Syama, 2013).

Faktor yang bisa mempengaruhi juga adalah faktor lingkungan, berdasarkan hasil penelitian lansia yang baru tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Pertiwi kurang dari 1 tahun memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi dikarenakan lansia belum dapat untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitar panti. Kondisi lingkungan sekitar dapat menyebabkan seseorang menjadi lebih kuat dalam menghadapi permasalahan, misalnya lingkungan pekerjaan atau lingkungan bergaul yang tidak memberikan cerita negatif tentang efek negatif suatu permasalahan menyebabkan seseorang lebih kuat dalam menghadapi permasalahan, tetapi lingkungan yang baru dan tidak mendukung bisa membuat seseorang cemas bahkan depresi pun bisa terjadi (Sudden, 2011).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan

oleh Heningsih (2014) hasil penelitian menunjukkan 25 responden sebagai sampel penelitiannya, sebagian besar 38% lansia memiliki tingkat kecemasan sedang, mengungkapkan bahwa masalah psikososial yang paling banyak terjadi pada lansia seperti, kesepian, perasaan sedih, depresi, dan kecemasan. Sesuai yang dikemukakan oleh Irdil, (2016) bahwa “masalah psikologis yang terjadi pada lansia usia ini merupakan kondisi penurunan yang turut dipengaruhi oleh kesehatan fisik dengan persoalan mental seperti pola dan sikap hidup, merasa kesepian, perasaan tidak berharga, emosi yang meningkat pada lansia, serta ketidakmampuan dalam menyeimbangkan tugas perkembangan lansia.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai “Gambaran Tingkat Kecemasan pada Lansia di Panti Sosial Tresna Wredha Budi Pertiwi Kota Bandung”, maka dapat diambil simpulan tingkat kecemasan pada Lansia di Panti Sosial Tresna Wredha Budi Pertiwi Kota Bandung tertinggi kategori kecemasan sedang sebesar 15 responden (60%).

Saran

penelitian yang telah dilakukan maka peneliti menyampaikan rekomendasi yang bisa menjadikan masukan kepada semua pihak diantaranya sebagai berikut:

1. Panti Sosial Tresna Werdha Budi Pertiwi Kota Bandung

Perawat diharapkan memberikan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan asuhan keperawatan psikososial mengenai kecemasan seperti mengurangi kecemasan lansia yang sedang menjalani pengobatan dengan cara memberikan informasi yang jelas, meyakinkan lansia masih mampu melakukan pekerjaan sehari-hari, dengan dukungan atau motivasi serta menambah kegiatan rohani seperti mengaji.

2. Poltekkes TNI AU Ciumbuleit Bandung

Mahasiswa dapat menggunakan

penelitian ini sebagai sumber bacaan atau referensi untuk penelitian khususnya mengenai kecemasan pada lansia.

3. Peneliti berikutnya

Hasil penelitian diharapkan agar peneliti selanjutnya meneliti yang berkaitan harga diri dengan mengembangkan variabel penelitian, seperti Hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan pada lansia, atau faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya kecemasan pada lansia. Sehingga dapat melengkapi penelitian ini.

REFERENSI

Arikunto, Suharsimi (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Artinawati, Sri. (2014). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Bogor: In Media

Azizah, Ma'rifatul Lilik. (2014). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu

Data Pusat Statistik. (2010). *Jumlah lansia di Indonesia*. Jakarta: Dinas Kesehatan

Dawari, Dadang (2011). *Manajemen, Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit PKUI *Analisis*. (http://www.pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/info_datin/infodatin-lansia.pdf) (diakses tanggal 25 Desember 2018 pukul 19.15 WIB) (2015).

Kementrian Kesehatan RI. (2013). *Data dan Informasi Kesehatan* <http://www.depkes.go.id/pdf.php?id=13110002>

Kementrian Kesehatan RI *Pusat data dan informasi: Situasi dan*

Kementrian Kesehatan RI *Pelayanan dan Peningkatan*

Kesehatan Usia Lanjut. (<http://www.depkes.go.id/article/view/15052700010/pelayanan-danpeningkatan->

[kesehatan-usia-lanjut.html](#)

- Mariani, Devia. (2010). Teori Perkembangan Kepribadian Erik Erikson. (<https://deviarimariani.files.wordpress.com/2008/11/erik-eriksoi.doc>)
- Notoatmojo, Soekidjo (2011). Metode penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmojo, Soekidjo (2015). Metode penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Nugroho, Wahjudi. (2015). *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. Jakarta: EGC
- Nursalam(2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam(2014). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Stuart & Sudeen (2011). Buku Saku Keperawatan Jiwa. Jakarta: EGC
- Subandi, Lestari R & Suprianto T 2013. *Pengaruh Terapi Psikoreligius Terhadap Penurunan Tingkat Ansietas Pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Sejahtera Pandaan Pasuruan*.hal 20-24.
- Sugiyono (2016). Metode penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D Bandung, Alfabeta
- Sulandari, dkk. (2013). *Bentuk-bentuk Produktivitas Orang Lanjut Usia (LANSIA)*
- World Health Organization, 2015. Global Health and Aging. Available http://www.who.int/ageing/publications/global_health.pdf (diakses pada tanggal 25Desember pukul 10.30WIB)
- Wreksoatmodjo, B. R. (2013). *Perbedaan karakteristik lanjut usia yang tinggal di keluarga dengan yang tinggal dipanti di Jakarta Barat*, Vol. 40. No. 10. Jakarta : bagian neurologi, fakultas kedokteran universitas atmajaya, Jakarta, Indonesia.
- Yuwanto, L & Pratidina K.P. (2013). *Panti werdha : apakah selalu menjadi tempat yang tepat bagi lansia*. Surabaya: Universitas Surabaya.