

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Menua merupakan suatu kondisi yang terjadi dalam kehidupan manusia. Proses menua adalah proses yang terus terjadi secara alamiah yang bermula dari manusia lahir sampai menjadi tua (Ratnawati, 2021). Lansia adalah kondisi dimana terjadinya penambahan umur dari seseorang sejalan dengan terjadinya penurunan fungsi tubuh secara fisiologis, dimana lansia memiliki risiko yang lebih besar untuk menderita sebuah gangguan kesehatan. Lansia pada dasarnya adalah manusia yang berada pada umur 70 tahun keatas dengan beberapa kategori atau tahapan yaitu *young old* dengan rentang usia 70-75 tahun, *old* dengan rentang usia 75-80 tahun dan *very old* dengan rentang usia 80 tahun keatas (Wijaya *et al.*, 2021).

Pada tahun 2030 diperkirakan setidaknya 1 dari 6 penduduk dunia adalah lansia (WHO, 2022). Jumlah penduduk dunia yang berusia 60 tahun ke atas diperkirakan akan meningkat dari 1,4 miliar pada tahun 2020 menjadi 2,1 miliar pada tahun 2050. Sejak tahun 2021 Indonesia telah memasuki struktur penduduk tua (*aging population*), dimana sekitar 1 dari 10 penduduk adalah lansia. Mayoritas provinsi di Indonesia memiliki persentase lansia di atas 7% bahkan delapan provinsi di antaranya sudah menjadi 10%, sehingga dikategorikan sebagai provinsi dengan struktur penduduk tua. Provinsi DI Yogyakarta menempati posisi teratas dengan persentase lansia terbesar (16,69%), Jawa Timur, Bali dan Jawa Tengah menyusul sekitar 13 persen.

Lansia digambarkan sebagai kelompok penduduk yang rentan menurut Bloom, *et al* (2011) dalam TNP2K (2018) menyebutkan ada tiga faktor utama yang menjadikan lansia rentan, yaitu tidak lagi produktif secara ekonomi, masalah kesehatan dan membutuhkan pendamping sebagai pengasuh (*caregiver*). Sejalan dengan itu, Hurlock (2002) dalam BKKBN (2020) juga menyebutkan berbagai masalah yang dapat menyertai lansia yaitu : (1) ketidakberdayaan fisik yang menyebabkan ketergantungan pada orang lain; (2) ketidakpastian ekonomi sehingga memerlukan perubahan total dalam pola hidup; (3) membutuhkan teman baru untuk menggantikan mereka yang telah meninggal atau pindah; (4) membutuhkan aktivitas baru untuk mengisi waktu luang yang bertambah banyak; dan (5) belajar memperlakukan anak-anak yang telah tumbuh dewasa.

Penuaan merupakan proses yang alami, tidak terhindarkan dan kontinu. Penuaan sering dikaitkan dengan banyak gangguan neurologis karena menurunnya kapasitas otak untuk mengirimkan sinyal dan komunikasi (Ruano *et al.*, 2016). Kedudukan sosial yang berubah, kehilangan pekerjaan serta risiko terkena penyakit yang harus dihadapi oleh lansia. Semua faktor pemicu ini dapat menjadi tekanan psikologis bagi lansia dan memerlukan perawatan jangka panjang sehingga lansia lebih rentan untuk mengalami masalah mental (Prabhaswari *et al.*, 2016). Tingginya stressor dan peristiwa kehidupan yang tidak menyenangkan dapat menimbulkan kemungkinan lansia mengalami kecemasan, kesepian sampai pada tahapan depresi (Holvast dkk., 2017; Manungkalit & Sari, 2020).

WHO menegaskan bahwa lebih dari 20% lansia dengan usia diatas 60 tahun dengan gangguan mental dan neurologis. Berdasarkan data dari WHO (2022) menunjukkan bahwa kejadian depresi pada lansia berada pada urutan keempat penyakit dunia dan diperkirakan akan menjadi masalah gangguan mental yang krusial. Prevalensi global gangguan depresi pada lansia didapatkan hasil sebanyak 61,6% dari total penduduk dunia (WHO, 2017). Sedangkan di Indonesia, tingkat prevalensi depresi pada lansia mencapai 6,1% dari jumlah seluruh penduduk. Data dari Riset Kesehatan Dasar (2018) menunjukkan bahwa Sumatera Barat menempati urutan ketiga dengan kasus tertinggi pada lansia dari 34 Provinsi di Indonesia. Dari seluruh penduduk Sumatera Barat, terdata sebesar 8,2% penduduknya menderita depresi dan 8% dari penderitanya adalah lansia atau berada pada usia di atas 60 tahun (Riskesdas, 2018).

Lansia juga termasuk kategori utama individu yang terpapar masalah psikologis (Barjam, 2015). Masalah-masalah psikologis yang terjadi pada lansia diantaranya depresi, kesepian, gangguan tidur, demensia, kecemasan, panik dan hipokondriasis (*Australian Psychology Society*, 2018). Masalah depresi pada lansia ini memerlukan penanganan yang serius karena akan berdampak luas pada kesehatan dan kehidupan lansia (De Oliveira *et al*, 2019).

Depresi merupakan suatu keadaan dengan karakteristik gejala berupa perasaan sedih yang berkepanjangan, hilangnya minat untuk melakukan kegiatan yang disukai dan diikuti dengan penurunan kemampuan melakukan aktivitas yang biasa dilakukan (Kemenkes RI, 2017). Depresi merupakan suatu kondisi emosional yang biasanya ditandai dengan kesedihan yang amat sangat, perasaan bersalah dan tidak berarti, menarik diri dari lingkungan, sulit tidur, kehilangan nafsu makan, penurunan hasrat seksual dan minat dalam kegiatan yang biasanya dilakukan.

Lansia merupakan agregat yang paling rentan mengalami depresi karena pada dasarnya lansia akan kehilangan semangat hidup, terlebih disaat lansia memikirkan berbagai keinginan yang selama ini belum berhasil terpenuhi, rasa bersalah terhadap keluarga atau pasangan akan menjadi pemicu depresi yang lebih berat (Prihananto & Sari, 2021). Depresi pada lansia sering terjadi bersamaan dengan penyakit lainnya sehingga biasanya tidak terdiagnosis dan akhirnya tidak mendapatkan perawatan lanjutan (Nasional Institute on Aging, 2017). Kejadian depresi yang diderita oleh lansia jika tidak ditangani dapat mengakibatkan timbulnya gangguan fisik, kognitif, fungsional dan sosial serta penurunan kualitas hidup pada lansia (Barakat, 2019).

Depresi pada lansia adalah hal yang sering ditemukan, namun ini bukanlah hal yang diwajarkan. Menurut WHO sebanyak 7% dari populasi lansia di dunia mengalami depresi. Berdasarkan hasil survey di berbagai negara di dunia diperoleh prevalensi rata - rata sebanyak 13,5% lansia dengan

depresi dengan perbandingan pria : wanita yaitu 8,6 : 14,1 yang berarti wanita dua kali lebih banyak terkena depresi dibanding pria. Hal ini menunjukkan bahwa prevalensi lansia dengan depresi cukup tinggi di dunia dan sebagian besar adalah wanita (Kementrian Kesehatan RI, 2019).

Lansia dengan depresi cenderung menampilkan gejala afektif, gejala somatik, perubahan kognitif, kehilangan minat dibandingkan orang dewasa. Orang-orang dengan masalah depresi biasanya kesulitan dalam membangun makna positif dari memori negatif. Selain itu lansia memiliki pandangan yang negatif baik tentang dirinya, dunia dan masa depannya serta menilai dirinya sebagai seseorang yang mempunyai banyak kekurangan, kesepian, tidak berarti dan memiliki pandangan pesimis akan masa depannya. Individu percaya dan mempunyai keyakinan kuat bahwa permasalahan yang dihadapinya tidak akan membaik (Sommers et al., 2004).

Salah satu terapi yang dapat diberikan kepada lansia sebagai manajemen depresi non farmakologis yaitu terapi *life review*. Tujuan penting dari terapi ini adalah menstimulasi penalaran otobiografi mengenai memori negatif termasuk mengevaluasi dan menerima penyesalan yang dialaminya (Westerhof et al., 2019). *Life review therapy* adalah terapi yang dapat mengeksplorasi pengalaman hidup di masa lalu, kekuatan dan prestasi dari lansia, membawa cerita sampai sekarang dalam rangka untuk mengatasi fase akhir kehidupan seseorang dan membawa seseorang lebih akrab pada realita kehidupan (Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia, 2015).

*Life review therapy* bertujuan untuk mencegah atau mengurangi depresi, meningkatkan kepuasan, meningkatkan perawatan diri, meningkatkan harga diri, membantu lansia menghadapi krisis, kehilangan dan masa transisi, meningkatkan kualitas hidup dan mengatasi keputusasaan. Indikasi terapi ini yaitu pada klien depresi ringan sampai sedang, demensia, harga diri rendah, ketidakpercayaan, keputusasaan, isolasi sosial, koping individu tidak efektif dan ansietas (Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia, 2015).

*Life review therapy* dapat mengubah suasana perasaan dan menurunkan depresi yaitu adanya penerimaan diri, pemulihan diri dan pemulihan diri dari kesedihan. *Life review therapy* mengintegrasikan pengalaman-pengalaman pada masa kini dan masa yang akan datang. Hasil dari pemberian terapi ini adalah penerimaan diri, identitas diri yang kuat dan memberi arti dan makna hidup. Hal ini sesuai dengan teori yang terdapat dalam Aswanira *et al.*, (2015) bahwa *life review therapy* mempunyai pengaruh pada penurunan tingkat depresi pada lansia.

*Life review therapy* membantu seseorang untuk mengaktifkan ingatan jangka panjang dimana mekanisme recall tentang kejadian pada kehidupan masa lampau hingga sekarang akan diaktifkan. Dengan menceritakan kembali pengalaman hidupnya dapat meningkatkan gairah dan harga diri lansia. Dengan cara ini lansia akan lebih mengenal siapa dirinya, mempertimbangkan untuk dapat meningkatkan kualitas hidup menjadi lebih baik dibanding sebelumnya. Melalui terapi ini akan mengurangi depresi dan meningkatkan kesehatan psikologis (Sharif *et al.*, 2018; Westerhof & Slatman, 2019; Wren,

2016). *Life review therapy* merupakan terapi paling aman dan baik bagi lansia karena pada umumnya lansia suka bercerita dan menceritakan tentang pengalaman hidupnya sehingga terapi ini dinilai cocok dengan lansia (Wardhani *et al.*, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh beberapa peneliti (Febrijanto *et al.*, 2020; Maulina, 2019; Nikmah *et al.*, 2016; Dewi & Masruhim, 2016; Wardhani *et al.*, 2020) mengenai Efektivitas intervensi *life review therapy* terhadap depresi dimana penelitian ini mempunyai hasil yang positif untuk menurunkan depresi pada lansia yang tinggal dipanti jompo. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Avelina *et al.*, (2022) menunjukkan hasil bahwa ada pengaruh yang signifikan dari *life review therapy* terhadap penurunan depresi lansia di Seksi Kesejahteraan Sosial Penyantunan Usia Padu Wau Maumere. Dalam penelitian ini dijelaskan bahwa hasil dari pemberian terapi *life review* membuat para lansia mau bercerita, mencurahkan perasaannya, dan mau berinteraksi dengan orang sekitar. Selain itu lansia dapat menemukan hal-hal positif yang dimilikinya yang dapat dijadikan sebagai sumber coping dalam menghadapi masalah yang dialami dimasa lansia.

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Penerapan *Life Review Therapy* terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh.

## B. Rumusan Masalah

Bagaimana asuhan keperawatan pada lansia dengan penerapan *life review therapy* terhadap penurunan tingkat depresi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Pauh ?

## C. Tujuan Penulisan

Adapun tujuan dari penulisan karya ilmiah akhir ini terbagi menjadi 2, yaitu :

### 1. Tujuan Umum

Tujuan dari penulisan karya ilmiah akhir ini adalah untuk menganalisis penerapan asuhan keperawatan pada lansia dengan penerapan *life review therapy* terhadap penurunan tingkat depresi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Pauh

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pengkajian pada lansia dengan depresi di wilayah kerja Puskesmas Pauh
- b. Menegakkan diagnosa keperawatan pada lansia dengan depresi di wilayah kerja Puskesmas Pauh
- c. Merancang intervensi keperawatan pada lansia dengan penerapan *life review therapy* terhadap Penurunan Depresi Pada Lansia di wilayah kerja Puskesmas Pauh

- d. Melaksanakan implementasi keperawatan pada lansia dengan penerapan *life review therapy* terhadap Penurunan Depresi Pada Lansia di wilayah kerja Puskesmas Pauh
- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada lansia dengan penerapan *life review therapy* terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Lansia di wilayah kerja Puskesmas Pauh
- f. Menganalisis penerapan EBN mengenai asuhan keperawatan pada lansia dengan penerapan *life review therapy* terhadap penurunan tingkat depresi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Pauh

#### **D. Manfaat Penulisan**

##### **1. Bagi Mahasiswa**

Sebagai sarana pengembangan sumber referensi mahasiswa dalam hal perawatan komprehensif dan penambahan pengalaman mahasiswa dalam hal implementasi keperawatan khususnya penerapan *life review therapy* terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Lansia

##### **2. Bagi Pelayan Keperawatan**

Hasil dari karya ilmiah ini dapat menjadi salah satu masukan bagi pelayanan kesehatan dengan membuat suatu kebijakan standar asuhan keperawatan terhadap lansia dengan masalah depresi dengan penerapan *life review therapy* untuk penurunan depresi

### 3. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Sebagai masukan untuk perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya ilmu keperawatan mengenai perawatan yang komprehensif pada lansia dengan masalah depresi dengan penerapan *life review therapy* terhadap penurunan tingkat depresi pada lansia dan diharapkan hasil karya ilmiah akhir ini dapat menjadi referensi bagi mahasiswa yang ingin melakukan penelitian yang lebih lanjut terkait asuhan keperawatan pada lansia dengan penerapan *life review therapy* terhadap penurunan tingkat depresi pada lansia

