

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia berarti seseorang yang berusia lebih dari 60 tahun. Pada usia ini, lansia merupakan tahap akhir kehidupan. Usia ini seseorang mengalami penurunan fisik, mental dan sosial secara bertahap ketika tidak mampu melakukan tugas sehari-hari (Wulandari et al., 2021).

Proses menua atau *aging process* merupakan proses alami atau proses biologis yang dialami setiap orang dan tidak dapat dihindari. Seiring bertambahnya usia, tubuh kehilangan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya, mencegahnya bertahan dari infeksi dan memperbaiki kerusakan yang telah terjadi (Werdha et al., 2022).

Secara global, jumlah lansia di dunia akan terus meningkat. Pada tahun 2019, proporsi penduduk lansia di seluruh dunia mencapai 13,4%. Seperti negara-negara lain di dunia, warga Indonesia juga mengalami penuaan (Danilo Gomes de Arruda, 2021).

Kementerian Kesehatan memprediksi jumlah lansia akan meningkat menjadi 42 juta orang pada tahun 2030 dan kembali menjadi 48,2 juta pada tahun 2035 lansia di Indonesia. Pada tahun 2020, proporsi lansia naik menjadi 10%. Indonesia sedang mengalami fenomena feminisasi lansia, dimana jumlah lansia perempuan lebih banyak dibandingkan lansia laki-laki (Dinas Kesehatan DIY, 2019). Di Indonesia pada tahun 2019 yang berusia diatas 60 tahun (lansia) terus bertambah. Menurut Survei Sosial Ekonomi

Nasional (Susenas) memperkirakan pada tahun 2019 ada 25,6 juta individu lansia, diantaranya 52,4% adalah perempuan dan 47,6% laki-laki (Heri & Cich, 2022).

Peningkatan jumlah lansia dapat menyebabkan masalah dalam proses penurunan fungsi berbagai organ seperti jumlah sel, aktivitas, kemampuan mencium, berkurangnya sensitivitas dan nafsu makan sehingga mengalami perubahan struktural, fisiologis, fungsi otak, berfikir dan mudah lupa. Hal ini menimbulkan perubahan fisik dan mental yang kerap disebut demensia (Azhari et al., 2022). Demensia adalah sebuah sindrome gangguan kognitif berdampak pada perubahan kemampuan fungsional, perilaku, dan mental individu (Halid et al., 2023). Masalah kecemasan mengalami peningkatan prevalensi pada golongan lansia karena kemunduran fisik dan mental yang dialami. Kecemasan pada lansia berhubungan dengan penyakit degeneratif yang diderita terutama penyakit jantung dan demensia. Lansia memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk mengalami gangguan kecemasan daripada depresi. Masalah mental kecemasan pada lansia juga terjadi karena masalah sosial yang ada terkait tidak tercapainya tugas perkembangan pada usia lansia untuk beradaptasi dengan perubahan yang terjadi (Prafitasari et al., 2021). Penderita demensia akan mengalami isolasi sosial sehingga berpengaruh pada kualitas hidup. Demensia bersifat irreversible sehingga penderita kehilangan daya ingat dan penurunan intelektual (Halid et al., 2023).

Secara global, terdapat sekitar 50 juta pasien dengan penyakit demensia di seluruh dunia. Angka tersebut diperkirakan meningkat 2 kali

lipat setiap 5 tahun. Estimasi penderita demensia di Indonesia pada tahun 2019 sebesar 987.673 dan diperkirakan akan meningkat terus menjadi 3.399.285 pada tahun 2050. Hal ini diperkirakan berkaitan dengan peningkatan jumlah penduduk lansia setiap tahun. Oleh karena itu, diperkirakan angka penderita demensia pun meningkat setiap tahunnya (William, 2019).

Menurut Dinas Kesehatan Kota Kendari, Sulawesi Tenggara, menyebut sebanyak ada sebanyak 57,08% kelompok lansia (lanjut usia). Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat, penduduk lansia telah lebih dari 10% sejak tahun 2020. Dari hasil pengambilan data awal, didapatkan data lansia yang berada di Sentra Meohai Kendari pada tahun 2019 hingga tahun 2023 mengalami penurunan. Pada tahun 2019 diperkirakan terdapat 102 jiwa lansia dengan jumlah 54 lansia laki-laki dan 48 lansia perempuan, pada tahun 2020 berjumlah 32 lansia dengan jumlah 16 lansia laki-laki dan 16 lansia perempuan, tahun 2021 mengalami penurunan yaitu diperkirakan hanya terdapat sebanyak 10 lansia, dan terjadi peningkatan pada tahun 2023 sebanyak 23 lansia. Sebagian besar lansia yang berada di Sentra Meohai Kendari mengalami penyakit hipertensi dan penyakit degenerative. Sedangkan yang penderita Demensia terhitung ada 3 lansia, yang dirawat di Wisma Makmur, *Nursing Care* (perawatan khusus).

Berdasarkan hasil penelitian Putu Ayu dan Sri Pujia (2018) mengambil kesimpulan bahwa Kecemasan pasien pre-operasi sebelum dilakukan teknik relaksasi imajinasi terbimbing di RSUD Patut Patuh Patju Gerung Tahun 2018 sebagian besar berada pada kategori kecemasan

sedang. Kecemasan pre-operasi setelah dilakukan teknik relaksasi *imagery therapy* di RSUD Patut Patuh Patju Gerung Tahun 2018 sebagian besar berada pada kategori kecemasan ringan. Jadi, ada pengaruh teknik relaksasi *imagery therapy* terhadap kecemasan pada pasien pre-operasi di RSUD Patut Patuh Patju Gerung Tahun 2018. Dari hasil penelitian menunjukkan setelah dilakukan teknik relaksasi *imagery therapy* diperoleh 20 responden (66,67%) dengan kecemasan ringan dan 10 responden (33,33%) dengan kecemasan sedang. Nilai rata-rata kecemasan setelah dilakukan teknik relaksasi *imagery therapy* yaitu 18,93 (Warnis Wijayanti, 2018). Adapun tindakan yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan/ansietas pada pasien demensia yaitu terapi relaksasi, teknik imajinasi terbimbing (*imagery therapy*), terapi *biofeedback*, terapi musik, terapi seni, terapi validasi, Biblioterapi, dll (PPNI, 2018).

Teknik imajinasi terbimbing (*imagery therapy*) adalah membentuk imajinasi dengan menggunakan semua indra melalui pemrosesan kognitif dengan mengubah obyek, tempat, peristiwa, atau situasi untuk meningkatkan relaksasi, meningkatkan kenyamanan dan meredakan nyeri (PPNI, 2018). Penderita demensia harus ditangani dengan pengobatan farmakologis dan non-farmakologis untuk menurunkan tingkat kecemasan pada lansia. Kecemasan pada pasien demensia dapat dicegah dengan menggunakan pengobatan non-farmakologis yaitu teknik relaksasi. Beberapa jenis relaksasi di antaranya adalah teknik relaksasi imajinasi terbimbing dan relaksasi nafas dalam. *National Safety Council*, mengatakan, *imagery therapy* adalah salah satu teknik distraksi yang dapat digunakan untuk

mengurangi stres dan kecemasan, serta meningkatkan perasaan tenang dan damai serta merupakan obat penenang untuk situasi yang sulit dalam kehidupan. *Imagery therapy* atau imajinasi terbimbing merupakan teknik relaksasi imajinasi yang berbeda dengan teknik lainnya, teknik ini bertujuan untuk meningkatkan kendali dan percaya diri serta mengurangi stress dan kecemasan yang dirasakan (Warnis Wijayanti, 2018). Teknik ini menggunakan kekuatan pikiran klien untuk membayangkan sesuatu yang positif dan membimbing tubuh untuk menyembuhkan dirinya sendiri dan menjaga kesehatan melalui komunikasi dalam tubuh yang melibatkan seluruh panca indera, yang tujuannya adalah kontrol dan relaksasi. Dari respon relaksasi dapat memberikan efek yang lebih dominan pada sistem saraf parasimpatis, peran sistem saraf parasimpatis adalah mengatur detak jantung untuk relaksasi tubuh. Saat tubuh merespon relaksasi, maka dapat memperlambat detak jantung, meningkatkan denyut nadi, yang memompa darah ke seluruh tubuh, sehingga terjadi penurunan tekanan darah (Wulandari et al., 2021). *Imagery therapy* (terkadang disebut meditasi terbimbing, visualisasi, latihan mental terbimbing, dan *self-hypnosis*) adalah teknik yang lembut namun kuat yang memfokuskan imajinasi dengan cara yang proaktif dan positif yang dilakukan sehari 3x yaitu pagi, siang, dan sore (Saifudin & Zakiah, 2018).

Peran perawat dalam merawat lansia adalah tindakan yang dilakukan oleh perawat yang terencana sesuai dengan pendidikan formalnya dan diakui oleh pemerintah sesuai dengan kode etik profesi perawat. Salah satunya yaitu *Caregiver*, dalam peran ini perawat diharapkan mampu

memberikan pelayanan asuhan keperawatan kepada lansia baik secara individu, keluarga, masyarakat, maupun lansia yang berada di kelompok (panti) dan lansia yang sedang sakit di RS (Sitanggang et al., 2021).

Oleh karena itu berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran penerapan *imagery therapy* untuk mengetahui perubahan tingkat ansietas lansia pada Ny. S dengan Demensia di Ruang Wisma Makmur Sentra Meohai Kendari.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan oleh peneliti diatas, maka perumusan masalah penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran penerapan *imagery therapy* terhadap perubahan tingkat ansietas lansia pada Ny. S dengan demensia di Ruang Wisma Makmur Sentra Meohai Kendari.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran penerapan *imagery therapy* dalam membuktikan apakah *imagery therapy* dapat memberikan perubahan tingkat ansietas lansia pada Ny. S dengan demensia di Ruang Wisma Makmur Sentra Meohai Kendari.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mendapatkan gambaran tingkat ansietas pada klien lansia dengan demensia di Ruang Wisma Makmur Sentra Meohai Kendari.

- b. Untuk mendapat gambaran penerapan *imagery therapy* pada klien lansia dengan demensia di Ruang Wisma Makmur Sentra Meohai Kendari.

D. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi Peneliti dan peneliti selanjutnya

Memberikan pengalaman dilapangan bagi penulis yang merupakan penerapan dari teori-teori yang diperoleh selama mengikuti kegiatan perkuliahan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kendari, serta sebagai salah satu upaya dalam rangka meningkatkan kemampuan dan keterampilan peneliti untuk melakukan penelitian dan penulisan ilmiah, serta dapat memberikan masukan tentang hal apa saja yang telah diteliti untuk digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan untuk memajukan pengetahuan dan menjadi panduan bagi calon mahasiswa mengenai penerapan *Imagery Therapy* pada klien lansia dengan demensia untuk mengetahui perubahan tingkat ansietas.

3. Bagi Sentra Meohai

Sebagai bahan masukan sekaligus bahan evaluasi dalam melakukan *Imagery Therapy* terhadap perubahan tingkat ansietas lansia dengan Demensia.