

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar belakang

Lansia merupakan tahap bagian perjalanan hidup manusia di tandai adanya berbagai perubahan fungsi tubuh dalam menyesuaikan dengan lingkungan (Nurkamila *et al.*, 2020). Penurunan fungsi tubuh pada Lansia dalam beradaptasi dengan lingkungan dan mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stress akan terus terasa seiring dengan adanya proses penuaan secara alamiah yang terjadi dalam kehidupan. Kebutuhan kenyamanan pada Lansia dalam mempertahankan fungsi tubuhnya merupakan hal penting dalam menghadapi kematian dengan tenang dan damai (Maulida *et al.*, 2019).

Penelitian Sari, (2016) mengatakan bahwa lanjut usia akan cenderung menurun dalam hal kualitas hidupnya seiring bertambahnya usia hal ini karena adanya kemunduran fisik, penurunan kesehatan, dan keterbatasan melakukan aktivitas yang terjadi erat kaitannya dengan kualitas hidup. Jumlah Lansia di kawasan Asia Tenggara sebesar 142 juta jiwa atau 8% (WHO, 2014). Jumlah Lansia di Indonesia berkisar 28,8 juta jiwa (11)% dari total populasi tahun 2020, dan mengalami peningkatan diperkirakan mencapai 30,1 juta dan sekaligus menjadikan Indonesia berada di urutan ke 4 dunia pada tahun 2021. Jumlah Lansia akan terus mengalami peningkatan yang di perkirakan akan mencapai angka  $\geq 50$  juta Lansia pada tahun 2050 (Depkes RI, 2013).

Masalah kesehatan paling sering terjadi pada Lansia akibat dari adanya proses penuaan salah satunya adalah penyakit kardiovaskuler yaitu hipertensi. Serangan penyakit ini dapat sampai menyebabkan kematian (Annisa & Ifdil, 2016). Data statistik *World Health Organization*, (2013) menyatakan bahwa penderita hipertensi di Asia Tenggara sebesar 24,7% dan 23,3% yaitu di Indonesia. Hal ini di perjelas dalam Riskesdas, (2018) didapatkan bahwa prevalensi penyakit terbanyak di Indonesia yang diderita Lansia yaitu hipertensi sebesar 63,22%. Hipertensi di Indonesia merupakan masalah kesehatan yang paling dominan di sandang oleh masyarakat, khususnya Lansia. Jawa Barat merupakan provinsi kedua tertinggi di Indonesia sebesar 39,60 % dengan penderita hipertensi sesudah Kalimantan Selatan (Riskesdas, 2018).

Tingginya prevalensi hipertensi di akibatkan oleh beberapa faktor resiko diantaranya : prilaku gaya hidup yang kurang baik misalnya ketidakseimbangan asupan makanan, aktivitas merokok dan obesitas (Riskesdas, 2018). Hipertensi juga dapat menimbulkan suatu masalah baru yang menjadi kekhawatiran sehingga menyebabkan perasaan cemas, ketakutan dan ketidaktahuan seseorang tentang apa yang akan terjadi selanjutnya (Nurkamila *et al.*, 2020).

Penelitian lain dilakukan Laka *et al.*, (2018) mengatakan bahwa faktor psikologis lansia sangat mempengaruhi terhadap keterbatasan fisik dalam menangani hipertensi sehingga dapat menimbulkan kekhawatiran terhadap penyakit yang di derita semakin memburuk sampai tidak kunjung sembuh.

Hal ini perjas dalam Riskesdas, (2018) mendata bahwa terjadi adanya sebuah peningkatan sebesar 9,8% dalam depresi dan kecemasan dibandingkan dengan tahun 2013 sebesar 6%. Beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan pada Lansia diantaranya kemunduran fisik, perubahan hidup dan penghasilan (Lismayanti & Falah, 2018).

Penelitian lainnya dilakukan Endang & Liswaryana, (2018) mengatakan bahwa kecemasan jika tidak segera diatasi maka akan berdampak buruk pada kesehatan lainnya seperti demensia. Maka dari itu ada berbagai macam penatalaksanaan dalam mengatasi kecemasan atau kegelisahan diantaranya yaitu cara farmakologi seperti : benzodiazepine, obat antidepresan dan obat neuroleptika dan non farmakologi seperti : terapi kelompok, *hipnoterapi*, teknis relaksasi, terapi musik, *aromaterapi* dan *reminiscence*. Upaya dalam mengatasi kecemasan pada Lansia menggunakan *reminiscence* (Maulida *et al.*, 2019).

*Reminiscence* merupakan terapi yang berfokus pada ingatan bertukar pengalaman masa lalu yang menyenangkan dengan cara bercerita dan mendiskusikan satu sama lain yang dapat membantu Lansia dalam mengalihkan perasaan negatif menjadi positif sehingga dapat beradaptasi dengan kecemasan. (Faidah *et al.*, 2018). Sejalan dalam penelitian Maulida *et al.*, (2019) menyatakan bahwa terapi *reminiscence* mengacu pada memori, kenangan masa lalu dan saling bertukar pengalaman positif di masa lalu mulai dari anak-anak, dewasa, hingga tua dalam menyampaikan informasi atau ulasan hidup dengan keterampilan yang dimiliki.

Hasil penelitian Nurkamila *et al.*, (2020) didapatkan bahwa sebelum diberikan terapi *reminiscence* kecemasan pada Lansia paling banyak pada tingkat sedang sebesar 70,8% sedangkan sesudah diberikan terapi *reminiscence* mengalami perubahan tingkat kecemasan yaitu paling banyak kecemasan sedang sebesar 70,8% artinya terapi *reminiscence* ada pengaruhnya dalam penurunan tingkat kecemasan pada Lansia dengan hipertensi. Dalam penelitian Maulida *et al.*, (2019) didapatkan *reminiscence* efektif dalam menurunkan kecemasan pada Lansia. Hal ini didukung dalam penelitian Vitaliati, (2018); Rokayah *et al.*, (2019) ; Juniarni *et al.*, (2020) didapatkan bahwa selain berpengaruh dalam mengatasi kecemasan *reminiscence* berperan penting dalam mengatasi depresi pada Lansia.

Hasil yang di harapkan dari rangkaian proses *reminiscence* yaitu adanya perubahan dalam tingkat kecemasan Lansia dan dapat bermanfaat dalam memfasilitasi perubahan diri dan mengurangi tanda-tanda kondisi mental yang kurang baik. Lansia merupakan fase tahapan akhir dari kehidupan manusia, pada masa ini individu mengalami penurunan fungsi tubuh baik fisik, mental dan sosial sedikit demi sedikit, pada fase ini manusia kembali ke posisi lemah. Kondisi kembali ke titik lemah seperti di awal kehidupan telah Allah gambarkan melalui firmanNya dalam Al-Qur'an surat Ar-Rum ayat 54.

اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا  
وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ. (سورة النور: 54)

*“Allah, Dialah yang menciptakan kamu dari Keadaan lemah, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah keadaan lemah itu menjadi kuat, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah kuat itu lemah (kembali) dan beruban. Dia menciptakan apa yang dikehendaki-Nya dan Dialah yang Maha mengetahui lagi Maha Kuasa” (QS. Ar-Rum: 54).*

Jika diperhatikan, ayat di atas memberikan informasi bahwa Allah SWT adalah dzat yang menjadikan manusia berada pada fase lemah, kemudian menguat dan kembali kepada fase yang lemah, fase yang sangat rentan terkena berbagai penyakit, salah satunya adalah hipertensi yang dapat menghadirkan rasa cemas yang berlebihan. Islam memerintahkan muslim agar hidup berbahagia dan saling membahagiakan antara yang satu yang lainnya. Rasulullah SAW memberikan teladan dengan memerintahkan para sahabat untuk saling membahagiakan, sebagaimana dalam hadis riwayat Ibnu Abbas Ra mengemukakan bahwa Baginda Nabi Muhammad SAW. Bersabda:

عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ تَعَالَى عَنْهُمَا قَالَ : إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ إِنَّ أَحَبَّ الْأَعْمَالِ إِلَى اللَّهِ بَعْدَ الْفَرَائِضِ إِدْخَالُ السُّرُورِ عَلَى الْمُسْلِمِ. (رواه مسلم)

Dari Ibnu ‘Abbas Ra. berkata bahwa Rasulullah SAW bersabda: *“Sesungguhnya amal yang paling disukai Allah SWT. Setelah melaksanakan berbagai hal yang wajib adalah menggembirakan Muslim yang lain” (HR. Muslim).*

Penelitian ini perlu dilaksanakan supaya Lansia bahagia dan sehat dalam menjalani kehidupannya, dengan dilaksanakan penelitian ini kita dapat mengetahui kondisi Lansia dengan hipertensi rentan mengalami kecemasan yang mempengaruhi kesehatannya. Hal ini dapat meminimalisir kecemasan dan tekanan darah dapat terkontrol dengan baik dengan melakukan terapi non farmakologi salah satunya dengan terapi *reminiscence*. Mengacu fenomena data yang telah dikemukakan peneliti

tertarik untuk mengetahui lebih dalam berkaitan dengan “Pengaruh terapi *reminiscence* terhadap tingkat kecemasan pada Lansia dengan hipertensi.

## B. Rumusan Masalah

Tekanan darah tinggi dapat menimbulkan suatu masalah psikologis yaitu kecemasan yang mana menjadi kekhawatiran sehingga menyebabkan perasaan ketakutan terhadap penyakit yang diderita seperti tekanan darah naik, stroke, gagal jantung semakin memburuk sampai tidak kunjung sembuh, dan ketidaktahuan seseorang tentang apa yang akan terjadi selanjutnya sampai menimbulkan kematian (Sari, 2016). Sehingga di perlukan penatalaksanaan untuk mengurangi dampak tersebut salah satunya dengan terapi *reminiscence*. Alasan penulis menggunakan *reminiscence* sebagai terapi karena *reminiscence* merupakan terapi yang menyenangkan dan dapat memberikan kesempatan kepada setiap Lansia untuk bertukar pengalaman serta tidak memiliki efek samping. pengalaman masa lalu yang indah dan menyenangkan (Manurung, 2017). Berdasarkan uraian latar belakang yang telah di kemukakan dengan berbagai permasalahan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pengaruh terapi *reminiscence* terhadap kecemasan pada Lansia dengan hipertensi?

## C. Tujuan

Untuk mengetahui pengaruh terapi *reminiscence* terhadap tingkat kecemasan pada Lansia dengan hipertensi : *literature review*.

#### D. Manfaat

##### 1. Institusi pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan tambahan sumber informasi bagi pelaksanaan catur darma perguruan tinggi di lingkungan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya.

##### 2. Institusi pelayanan

Penelitian ini dapat memberikan tambahan informasi bagi institusi kesehatan dalam mengatasi kecemasan pada Lansia dengan hipertensi melalui terapi *reminiscence*.

##### 3. Profesi keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan profesi keperawatan, Khususnya pemberian asuhan keperawatan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia dengan hipertensi dengan melakukan pendekatan terhadap pengaruh terapi *reminiscence* terhadap tingkat kecemasan pada Lansia dengan hipertensi.

##### 4. Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman penulis baik secara teoritis maupun praktis tentang profesi keperawatan, serta sebagai sarana pengaplikasian teori yang diperoleh selama mengikuti perkuliahan khususnya mengenai pengaruh terapi *reminiscence* terhadap tingkat kecemasan pada Lansia dengan hipertensi.

5. Peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan salah satu metode non farmakalogi untuk mengurangi kecemasan pada Lansia dengan hipertensi serta menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya.

