

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Lansia atau lanjut usia adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan individu yang telah mencapai usia 60 tahun. Dimana ini merupakan tahap akhir dari siklus pertumbuhan dan akan melalui proses alami yang tidak dapat dihindari oleh siapapun. Proses penuaan ditandai dengan perubahan fisiologis dan psikologis. Dimana dampak dari proses penuaan tersebut akan menimbulkan perubahan fisik, perubahan kesehatan, penurunan fungsi mental, penurunan stamina dan energi, perubahan emosional serta stres (Cahya et al., 2023).

Badan Pusat Statistik (BPS) memperkirakan bahwa pada tahun 2022, persentase penduduk lanjut usia di Indonesia telah meningkat dari 7,57% pada tahun 2012 menjadi 10,48% pada 2022. Diperkirakan angka tersebut akan terus naik hingga mencapai 19,9% pada tahun 2045. Selain itu ada delapan provinsi yang memiliki populasi penduduk mayoritas lanjut usia yang mana Jawa Timur berada di peringkat ke dua yaitu sebesar 13,86% dan DI Yogyakarta berada pada peringkat pertama yaitu sebesar 16,69% (BKKBN, 2023). Peningkatan jumlah penduduk lanjut usia yang tinggi dapat menimbulkan masalah di beberapa aspek yaitu sosial, ekonomi, budaya, dan kesehatan. Berbagai permasalahan kesehatan yang dihadapi oleh lanjut usia disertai dengan

penurunan kondisi fisik dan psikologis sehingga terjadi keterbatasan dalam mengalami permasalahan kesehatan tersebut dapat menimbulkan stres. Pada lanjut usia stres masih menjadi permasalahan yang masih sering muncul karena dipengaruhi oleh permasalahan psikologis dan kemunduran fisik yang tidak dapat diatasi oleh lansia (Lilis et al., 2022).

Stres adalah respons seseorang, baik secara fisik maupun emosional, terhadap perubahan dalam lingkungan yang memerlukan penyesuaian. (Widyawati et al., 2021). Badan Pusat Statistik (BPS) menyatakan bahwa pada tahun 2019 di Indonesia prevalensi kejadian stres pada lansia yang tinggal bersama keluarga dirumah mencapai 8,34 % dan pada lansia yang tinggal dipanti sebesar 30 %. Lansia yang mengalami stress akan mengakibatkan penurunan kondisi tubuh dan sistem imun pada lansia sehingga lansia mudah terserang penyakit (Aktifah et al., 2021).

Faktor-faktor yang bisa memicu stres disebut sebagai stresor, yang dibagi menjadi tiga kelompok yaitu Stresor biologis seperti penyakit yang sulit diobati, kecacatan fisik, gangguan fungsi tubuh, serta persepsi postur tubuh yang kurang ideal. Stresor psikologis seperti sikap buruk, frustrasi karena gagal memperoleh sesuatu, rasa dengki, sikap bermusuhan, perasaan cemburu, konflik personal, dan keinginan yang sulit terpenuhi. Stresor sosial seperti hubungan keluarga yang tidak harmonis, perceraian, pengangguran, kematian,

kehilangan pekerjaan, tindak kriminal, dan berbagai situasi lainnya (Ulfa and Fahriza, 2019).

Lansia merupakan salah satu kelompok yang beresiko mengalami stres, hal ini dapat dialami oleh semua orang tanpa membedakan status gender, status sosial, ras, suku, dan bangsa. Secara umum stres yang berkepanjangan dapat menimbulkan berbagai perasaan seperti cemas, gelisah, keringat dingin, jantung berdebar, sulit makan dan tidur. Selain itu, stres juga dapat berdampak pada interaksi sosial seseorang dengan yang lain dan memiliki kemampuan untuk mengubah pandangan serta keyakinan individu. Terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat stres yang dialami oleh lansia yang tinggal bersama keluarganya dibandingkan dengan lansia yang tinggal di panti jompo (Kaunang et al., 2019).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan keadaan yang dilakukan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember pada Rabu, 1 November 2023, terdapat 40 dari 70 lansia wanita yang mengalami stres. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa mayoritas dari mereka tidak tinggal bersama keluarga, sehingga merasa kesepian dan kurang dukungan emosional. Seringkali ditemukan para lansia ditempatkan di panti jompo tanpa perhatian keluarga, atau diasingkan dari kehidupan anak cucunya meski tinggal serumah. Oleh karena itu diperlukan intervensi yang tepat untuk menurunkan tingkat stres yang terjadi

pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember yakni berupa kegiatan positif, menarik, dan menyenangkan (Putri et al.,2020).

Salah satu cara untuk mengatasi stres yaitu dengan menggunakan terapi okupasi. Terapi okupasi adalah jenis psikoterapi yang mendukung berupa aktivitas manual, kreatif, dan edukatif. Hal tersebut mampu membantu mereka beradaptasi dengan lingkungan dan meningkatkan kesehatannya serta memberikan makna dalam kehidupan lansia. Ada beberapa macam kegiatan terapi okupasi untuk mengurangi stres yakni taman terapi, musik terapi, latihan fisik ringan, reminiscence therapy, terapi hewan, kegiatan sosial serta seni dan kerajinan tangan (Sunardi & Renidayati, 2020).

Salah satu bentuk kerajinan tangan adalah meronce manik-manik. Meronce manik-manik merupakan terapi okupasi kerajinan tangan yang tepat untuk menurunkan tingkat stres pada lansia. Meronce adalah suatu kegiatan menyusun pernak-pernik dengan sentuhan estetika sehingga menghasilkan kepuasan tersendiri bagi pembuatnya. Dengan kegiatan ini lansia dapat mengekspresikan kreativitas mereka. Mereka dapat menciptakan desain yang unik dan sesuai selera mereka. Jika kegiatan ini dilakukan secara rutin maka dapat membantu lansia untuk meredakan stres, mengurangi ketegangan dan merasa lebih rileks (Ninda et al., 2022). Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Salam, Ike, and Purnamaningsih 2019) dengan judul "Pengaruh terapi okupasi terhadap stres pada lansia di Desa Balongbesuk Kecamatan

Diwew Kabupaten Jombang” dan yang dilakukan oleh (Gemini et al., 2020) dengan judul “Pengabdian Masyarakat : terapi okupasi pada lansia dengan tema lansia mampu berkarya di Panti Werdha Suka Cita Batam” disebutkan bahwa terapi okupasi dapat menurunkan tingkat stres pada lansia. Berdasarkan hal tersebut peneliti ingin melakukan penelitian pengaruh terapi okupasi meronce manik-manik terhadap tingkat stres pada lansia wanita di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.

## **B. Rumusan Masalah**

### **1. Pernyataan Masalah**

Lanjut usia pasti akan mengalami proses penurunan fisik, psikologis maupun sosial. Dimana dari penurunan tersebut beresiko mengalami stres atau gangguan emosional. Lansia yang tinggal di Tresna Werdha cenderung lebih rentan mengalami stres dikarenakan jauh dari keluarga dan kurangnya dukungan emosional. Stres dapat diturunkan melalui penanganan non farmakologis dengan terapi okupasi meronce manik – manik. Terapi okupasi masih jarang diketahui khususnya lansia sehingga stres masih menjadi permasalahan utama yang ada pada lansia khususnya lansia yang ada di Tresna Werdha.

### **2. Pertanyaan Masalah**

- a. Bagaimana tingkat stres pada lansia wanita sebelum perlakuan terapi okupasi meronce manik-manik pada lansia wanita di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember ?
- b. Bagaimana tingkat stres pada lansia wanita sesudah perlakuan terapi okupasi meronce manik-manik pada lansia wanita di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember ?
- c. Bagaimana pengaruh terapi okupasi meronce manik-manik pada lansia wanita di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember ?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan umum**

Mengetahui pengaruh terapi okupasi meronce manik - manik terhadap tingkat stres lansia wanita di UPT Pelayanan Sosial Tresna

#### **2. Tujuan khusus**

- a. Mengidentifikasi tingkat stress sebelum dilakukan terapi okupasi meronce manik-manik pada lansia wanita di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.
- b. Mengidentifikasi tingkat stres setelah di lakukan terapi okupasi meronce manik-manik pada lansia wanita di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.

- c. Menganalisis pengaruh terapi okupasi meronce manik-manik terhadap tingkat stres lansia wanita di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

Dari segi teoritis hasil penelitian diharapkan mampu memberikan sumbangan ilmiah tentang pengaruh terapi okupasi meronce manik - manik terhadap tingkat stres lansia wanita.

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Bagi Responden Penelitian

Diharapkan Penelitian ini dapat dijadikan alternatif bagi lansia untuk mengurangi stres pada lansia dengan cara menggunakan terapi okupasi meronce manik – manik.

###### b. Bagi UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan masukan ilmu yang berguna sebagai bahan pembelajaran dan meningkatkan pengetahuan sehingga dapat memberikan pelayanan yang optimal pada wanita lansia.

c. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan melalui penelitian ini dapat menambah wawasan pengetahuan serta pengalaman dalam penanganan keperawatan, terutama pelayanan kesehatan pada lansia yang mengalami stress.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan bahan dasar pertimbangan atau dikembangkan lebih lanjut dalam memperluas pengetahuan pelayanan keperawatan terhadap masalah stres lansia.

