

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Kehidupan manusia secara alamiah akan mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan sesuai bertambahnya usia manusia, dari mulai bayi sampai lanjut usia (lansia). Menjadi tua merupakan proses fisiologik, dimana dengan bertambahnya usia akan semakin berkurangnya kemampuan fisik maupun psikologisnya (Ilham et al., 2020). *World Health Organizations* (WHO) mengkategorikan lansia menjadi 4 kategori utama, pertama adalah kategori *middle age* dengan usia 45-59 tahun, kategori *elderly* dengan rentang usia 60-74 tahun, kategori *old age* dengan rentang usia 75-89 tahun dan kategori *very old age* dengan usia diatas 90 tahun (Dahlan, 2018).

Menurut 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. Kenaikan lansia dari tiap tahunnya yaitu 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. di Indonesia pada tahun 2020 diperkirakan jumlah lansia sekitar 28.8 juta jiwa (11,34%) dari jumlah total penduduk di tanah air, dan persentase itu diproyeksikan akan semakin meningkat menjadi 12.5 dalam lima tahun mendatang, dan semakin naik pada tahun 2030 (14.6%) (Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI, 2020).

Perubahan-perubahan yang dapat terjadi pada lansia yaitu perubahan fisik, perubahan psikologis, dan perubahan sosial. Perubahan psikologis pada lansia yaitu lansia akan lebih mudah merasa tersinggung, mudah marah, sensitif, merasa dicurigai dan menunjukkan perilaku yang sangat terganggu. Dampak yang dapat terjadi dari perubahan psikologis pada lansia yaitu terjadinya gangguan mental pada lansia, beberapa gangguan mental yang sering terjadi pada lanjut usia yaitu depresi, insomnia, *anxietas*, dan *delirium*. Menurut *The National Old People's Welfare Council* di Inggris menyatakan bahwa depresi merupakan salah satu penyakit atau gangguan umum pada lansia yang menduduki ranking atas (Riyanti & Choriati, 2021).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, prevalensi global depresi di kalangan lansia adalah 61,6%. Prevalensi depresi pada lansia bervariasi dari 0,4% hingga 35% dengan rata-rata prevalensi 1,8% untuk depresi berat, 9,8 % untuk depresi ringan, dan 13,5% untuk gejala klinis depresi. Sekitar 15% lansia tidak menunjukkan gejala depresi yang signifikan, dan depresi lebih sering terjadi pada lansia dengan kondisi medis (Elliya et al, 2020).

Depresi mempengaruhi 10% -15% lansia 65 tahun dan lebih tua, dan kejadian depresi meningkat tajam di antara lansia institusional, dengan sekitar 50% hingga 75% penghuni perawatan jangka panjang menderita gejala depresi ringan hingga sedang. Depresi pada lansia merupakan salah satu kejiwaan yang dialami lansia atau dikenal dengan *late life depression*, yang berarti depresi pada lansia seringkali tidak terdeteksi dan sering tidak ditangani dengan baik karena keterbatasan pengetahuan dalam penanganannya

dan juga keterbatasan tenaga kesehatan yang memahami dan mampu menangani masalah tersebut (Aspiani, 2018).

Tanda gejala depresi lansia yaitu perasaan sedih dan khawatir yang menetap, putus asa, perasaan bersalah, perasaan tidak berharga, cepat marah, tidak dapat istirahat, insomnia atau tidur yang terus menerus, berpikir untuk melakukan bunuh diri, dan mengalami sakit yang menetap sehingga sulit untuk disembuhkan (Vitaliati, 2018). Faktor risiko terjadinya depresi pada lansia dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, usia, jenis kelamin, status pekerjaan serta dukungan sosial. Lansia yang tinggal sendiri tidak memiliki anak, kesehatan yang buruk, tingkat pendidikan yang rendah, dan rasa percaya diri yang rendah akan merasa kesepian, sehingga beberapa diantaranya dapat menyebabkan depresi (Pieter & Lubis, 2016).

Lansia seharusnya memungkinkan untuk menghabiskan sisa hidup mereka dengan lebih bahagia, bersama keluarga untuk menemani, menikmati hasil kerja keras, dan lebih dekat dengan Sang Pencipta, dalam kenyataannya banyak lansia yang merasa kehilangan dan berduka, selain itu penurunan fungsi tubuh yang menyebabkan terjadinya ketidakmampuan lansia dalam melakukan aktivitas dan pemenuhan kebutuhan dasarnya dapat menjadi faktor utama yang menyebabkan lansia mengalami depresi. Dampak dari depresi yang dialami oleh lansia dapat merugikan bagi kesehatan lansia baik kesehatan fisik maupun kesehatan mental (jiwanya) (Kaplan, 2016).

Depresi pada lansia membutuhkan perhatian khusus serta penanganan yang tepat agar dampak depresi pada kehidupan lansia tidak memburuk atau

bahkan menyebabkan kematian. Depresi yang tidak mendapatkan intervensi yang tepat dan segera maka dapat berdampak pada keadaan yang lebih lanjut serta menurunkan kualitas hidup lansia, sehingga mengakibatkan penurunan kemampuan dan aktivitas hidup lansia seperti menurunnya kemampuan perawatan kesehatan diri dan kemampuan berinteraksi sosial (Livana et al.,2018).

Lansia yang mengalami depresi asuhan keperawatan yang diberikan dapat bersifat upaya pencegahan maupun upaya pemulihan. Menurut Wheeler (2008) perawat dituntut untuk memberikan asuhan keperawatan yang berkualitas pada lansia yang mengalami depresi melalui tahap pengkajian, penetapan diagnosa keperawatan, perencanaan intervensi, implementasi dan evaluasi. Lansia yang mengalami depresi ini perlu suatu upaya yang tepat untuk memulihkan keadaan depresi agar tidak berdampak terhadap fisik dan sosial lansia serta terjadinya gangguan jiwa. Intervensi utama yang dapat dilakukan perawat untuk depresi pada lansia dapat diberi terapi (dr. Lubis, 2016).

Menurut Wheeler (2008) macam-macam terapi yang dapat diberikan sebagai intervensi utama untuk depresi lansia yaitu terapi kognitif dan perilaku (CBT), *life review therapy*, *music therapy*, *light therapy*, dan terapi *reminiscence*. Berdasarkan hasil para ahli mengemukakan bahwa terapi *reminiscence* merupakan salah satu terapi yang dianggap paling efektif untuk menurunkan depresi pada lansia. *Reminiscence therapy* merupakan terapi yang

mampu untuk menurunkan tingkat depresi pada lansia yang tinggal di panti werdha (Lestari & Sumintardja, 2016).

*Reminiscence therapy* tidak hanya kegiatan mengingat peristiwa masa lalu tetapi juga merupakan proses terstruktur secara sistematis dan berguna untuk merefleksikan kehidupan seseorang untuk menilai kembali, menemukan makna dalam hidup, dan menilai gaya coping adaptif yang akan digunakan. Menerapkan *reminiscence therapy* dengan *follow-up* beberapa bulan setelah intervensi paling efektif, menunjukkan efek jangka panjang dari intervensi, sehingga *reminiscence therapy* dapat menjadi terapi jangka panjang dan pelatihan mandiri untuk kesejahteraan lansia (Manurung, 2016).

Terapis memfasilitasi lansia untuk mengumpulkan kembali memori masa lalu yang menyenangkan sejak masa anak, remaja, dan dewasa serta hubungan dengan keluarga kemudian dilakukan sharing dengan orang lain (Ilham et al., 2020). Kriteria terapis dalam terapi *reminiscence* yaitu seseorang yang berlatar belakang sebagai perawat profesional seperti perawat spesialis jiwa baik tingkat Magister maupun Doktor yang bekerja di semua tempat, dari praktik mandiri, rumah perawatan (*home care*), sekolah, komunitas, dan unit perawatan akut di rumah tahanan. Perawat spesialis jiwa mempunyai peran memberikan pendidikan dalam hal terapi individu maupun kelompok (Fontaine dan Fletcher, 2003 dalam Nixson, 2016).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2016) didapatkan hasil menunjukkan ada perbedaan tingkat depresi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Terapi *reminiscence* berpengaruh terhadap efek dan kognitif para

peserta dengan symptom depresi, para peserta mengalami perubahan kognisi atau terbukanya pemahaman baru secara kognitif, hasil observasi diketahui terapi *reminiscence* mencapai tingkat keberhasilan di atas 85% (Lestari, 2016). Menurut hasil penelitian oleh Dewi (2018) *reminiscence therapy* sebagai salah satu intervensi yang dilakukan dengan mengingat peristiwa masa lalu, perasaan, dan pikiran untuk memfasilitasi kesenangan, kualitas hidup, dan beradaptasi dengan kondisi saat ini (Dewi, 2018). Berdasarkan 2 jurnal tersebut menunjukkan persamaan yaitu *reminiscence therapy* secara efektif mampu menurunkan tingkat depresi pada lansia, namun terdapat perbedaan dari cara pelaksanaan dimana hasil penelitian Lestari (2016) pelaksanaan dilakukan berdasarkan 10 sesi, sedangkan penelitian Dewi (2018) pelaksanaan dilakukan berdasarkan 3 sesi.

Menurut beberapa penelitian diatas menunjukkan bahwa terapi *reminiscence* dapat menunjukkan mampu mencegah maupun menurunkan depresi yang dialami lansia, oleh karena itu ketertarikan peneliti untuk lebih menggali tentang penelitian mengenai pengaruh terapi *reminiscence* terhadap depresi lansia yaitu agar dapat lebih menyakinkan bahwa terapi *reminiscence* dapat dijadikan salah satu asuhan keperawatan yang dapat dilakukan oleh perawat sebagai intervensi untuk mencegah maupun memulihkan kondisi depresi pada lansia, selain itu hal ini diperkuat dengan tingginya tingkat depresi yang dialami lansia, sehingga peneliti tertarik dengan penelitian mengenai “Pengaruh Terapi *Reminiscence* terhadap Tingkat Depresi pada Lansia melalui *Scoping Review*”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah di paparkan pada latar belakang, maka peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut : “Bagaimana Pengaruh Terapi *Reminiscence* terhadap Tingkat Depresi pada Lansia dengan Pendekatan *Scoping Review*”.

## 1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pengaruh terapi *reminiscence* terhadap tingkat depresi pada lansia.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Menambah wawasan dan memperkuat pernyataan ilmiah sebagai pengetahuan keperawatan terutama dibidang keperawatan jiwa tentang pengaruh terapi *reminiscence* terhadap tingkat depresi pada lansia.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

#### 1. Bagi Institusi Pendidikan Sarjana Keperawatan

Menambah kepustakaan di Universitas Bhakti Kencana khususnya terkait pengaruh terapi *reminiscence* terhadap tingkat depresi pada lansia dan sebagai bahan informasi bagi mahasiswa dalam keperawatan jiwa.

#### 2. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi mahasiswa keperawatan yang akan melanjutkan jenjang selanjutnya dan mengikuti pelatihan khusus terkait terapi non-farmakologi yang

efektif dalam menurunkan tingkat depresi pada lansia, sehingga dapat menjadi bahan pembelajaran sebagai salah satu asuhan keperawatan yang dapat diterapkan kepada lansia.

### 3. Penelitian Selanjutnya

Dari hasil studi *scoping review* ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai terapi non-farmakologi untuk menurunkan depresi pada lansia.

## 1.5 Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah Keperawatan Jiwa dan Gerontik. Penelitian ini merupakan jenis penelitian *literature review* dengan pendekatan *scoping review*. Variabel penelitian meliputi terapi *reminiscence* dan tingkat depresi pada lansia. Pencarian artikel nasional maupun internasional melalui situs *Google Scholar*. Peneliti menerapkan kriteria inklusi dan eksklusi untuk membatasi hasil pencarian. Kriteria inklusi yang digunakan yaitu artikel nasional dan internasional yang berkaitan dengan pengaruh terapi *reminiscence* terhadap tingkat depresi pada lansia. Waktu penelitian dimulai dari bulan Januari–Juli 2022.