

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa tua atau lanjut usia merupakan tahap akhir dari pertumbuhan dan perkembangan. Manusia tidak menua secara instan, tetapi berkembang melalui tahapan pra lahir, bayi, masa bayi, awal masa kanak-kanak, akhir masa kanak-kanak, masa puber, masa remaja, awal masa dewasa, usia pertengahan, dan akhirnya menjadi lansia atau masa tua. Orang yang berusia di atas 60 tahun biasanya mengalami penurunan fisik dan perilaku yang dapat diprediksi yang terjadi pada semua orang begitu mereka mencapai tahap pertumbuhan dan perkembangan masa tua (Maramis, 2009).

Lansia mengalami perubahan fisik maupun perubahan psikologis. Perubahan di kehidupan lanjut usia yang berhubungan dengan apa yang dahulu disebut sebagai tahun emas atau pensiun, penyakit dan ketidakmampuan fisik, kematian pasangan, saudara kandung, teman lama, dan kenalan-kenalan, atau kebutuhan untuk merawat pasangan yang kesehatannya menurun. Pensiun, baik sukarela maupun terpaksa, mungkin melemahkan perasaan bermakna dalam hidup dan menyebabkan hilangnya identitas peran. Kematian keluarga dan teman-teman menimbulkan duka cita dan mengingatkan lansia akan usia mereka yang semakin bertambah serta semakin berkurangnya ketersediaan dukungan sosial maupun dukungan keluarga (O'Brien, 2014).

Menurut Erickson tahap usia senja yang berusia sekitar 60 atau 65 ke atas sebagai tahap *integrity vs despair* yakni individu yang cukup melampaui tahap ini akan dapat beradaptasi dengan baik, menerima berbagai perubahan dengan tulus, mampu berdamai dengan keterbatasannya dan bertambah bijak menyikapi kehidupan. Masa hari tua ditandai adanya kecenderungan antara integritas melawan keputusasaan. Pada masa ini individu telah memiliki kesatuan atau integritas pribadi, semua yang telah dikaji dan didalaminya telah menjadi milik pribadinya. Lansia menjadi individu yang telah mapan dan masih memiliki beberapa tujuan serta dorongan untuk terus berprestasi masih ada. Namun, usianya yang mendekati akhir membuat lansia merasa putus asa, pengikisan kemampuan karena usia seringkali mematahkan dorongan tersebut, sehingga keputusasaan akan menghantuinya (Kozier, 2010).

Tugas pada usia senja ini adalah integritas dan berupaya menghilangkan putus asa dan kekecewaan. Tahap ini merupakan tahap yang sulit dilewati menurut pandangan sebagian orang dikarenakan mereka sudah merasa terasing dari lingkungan kehidupannya, karena orang pada usia senja dianggap tidak dapat berbuat apa-apa lagi atau tidak berguna. Kesulitan tersebut dapat diatasi jika di dalam diri orang yang berada pada tahap paling tinggi dalam teori Erickson terdapat integritas yang memiliki arti tersendiri yakni menerima hidup yang juga berarti menerima akhir dari hidup itu sendiri. Sebaliknya mereka yang gagal akan melewati tahap ini dengan penuh pembrontakan, putus asa dan ingkar terhadap kenyataan yang dihadapinya (Potter & Perry, 2020).

Menurut (WHO, 2017) prevalensi global gangguan mental emosional pada lansia di dapatkan hasil 15%. Menurut data Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional (GME) lansia mencapai sekitar 9,8% dari jumlah penduduk Indonesia. Prevalensi gangguan mental emosional (GME) di Yogyakarta adalah 11.4% dari 3.5 juta dari penduduk DIY. Masalah kesehatan mental yang paling sering terjadi pada lansia adalah depresi, harga diri rendah, demensia, gangguan tidur dan perasaan curiga.

Lansia yang mengalami penurunan kondisi fisik, mental, serta dukungan keluarga yang kurang dapat menyebabkan perubahan konsep diri terutama harga diri. Harga diri rendah merupakan evaluasi diri negatif yang dikaitkan dengan perasaan lemah, tidak berdaya, putus asa, ketakutan, rentan, rapuh, tidak lengkap, tidak berharga, dan tidak memadai. Pada lansia yang mengalami harga diri rendah yang berkelanjutan akan menyebabkan gejala yang berkaitan yaitu merasa depresi, sedih atau *mood irritable*, sering merasa bersalah dan tidak berguna, ketidakmampuan untuk bisa merasakan kesenangan, kehilangan minat pada aktivitas sehari – hari, dan juga ide bunuh diri dan pikiran tentang kematian. (Maramis, 2009). Kasus lansia bunuh diri mengalami peningkatan di Kabupaten Gunung Kidul di D.I Yogyakarta. Pada tahun 2021, Polres Gunung Kidul mencatat kenaikan kasus bunuh diri dibandingkan tahun 2020 yaitu dari 26 kasus ke 28 kasus bunuh diri dengan dominasi oleh lansia dan paling banyak disebabkan depresi yaitu 43 persen (Kurniawan, 2022).

Harga diri pada lansia dapat mengalami perubahan dimana seringkali akan muncul perasaan tidak berguna dan tidak berharga. Penyebab harga diri rendah

pada lansia dikarenakan adanya tantangan baru akibat dari kehilangan pasangan, ketidakmampuan fisik, dan pensiun. Pandangan negatif dan adanya stigma dari lansia juga dapat menyebabkan perubahan konsep diri terutama harga diri. Oleh karena itu, dibutuhkan penyesuaian dan adaptasi dari lansia agar dapat berespons secara adaptif terhadap perubahan yang terjadi akibat proses menua dan tidak jatuh pada kondisi maladaptif (Stuart, 2016).

Harga diri rendah pada lansia jika tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan gejala yang berkaitan yaitu merasa bersalah dan tidak berguna, putus asa, rasa tidak berdaya, kehilangan minat pada aktivitas sehari – hari, depresi, dan juga ide bunuh diri. Menanggulangi perubahan konsep diri terutama harga diri pada lansia bisa diberikan intervensi berupa kegiatan yang positif antara lain terapi *reminiscence*/terapi ulasan hidup, terapi aktivitas kelompok, terapi perilaku, terapi kognitif, terapi okupasi : berkebun, terapi perilaku kognitif atau *cognitive behavioral therapy* (CBT), terapi latihan kemampuan positif, dan terapi afirmasi positif (Fitria, 2009). Terapi afirmasi positif menunjukkan perilaku *caring* yang dapat memberikan ketenangan, kenyamanan, meningkatkan perasaan berharga bagi lansia sehingga mendekatkan hubungan terapeutik antara perawat dan lansia (Hermawati, 2022).

Perawat memiliki upaya dalam penyelenggaraan pembangunan kesehatan yaitu dengan pendekatan promotif, preventif, kuratif, rehabilitatif untuk terwujudnya derajat kesehatan jiwa yang optimal bagi setiap individu, keluarga, dan masyarakat. Sebagaimana telah diatur dalam UU No. 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa pada pasal 1 ayat (4) menyatakan : Upaya Kesehatan Jiwa adalah

setiap kegiatan untuk mewujudkan derajat kesehatan jiwa yang optimal bagi setiap individu, keluarga, dan masyarakat dengan pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang diselenggarakan secara menyeluruh, terpadu, dan berkesinambungan oleh Pemerintah, Pemerintah Daerah, dan/atau masyarakat.

Peran perawat dalam mengupayakan penyelenggaraan pembangunan kesehatan salah satunya adalah pemberian terapi modalitas dimana terapi modalitas adalah terapi utama dalam keperawatan jiwa. Terapi modalitas diberikan dalam upaya mengubah perilaku lansia dari perilaku maladaptif menjadi perilaku adaptif yang bertujuan agar pola perilaku seperti gaya komunikasi, keterampilan coping, dan tingkat harga diri secara bertahap dapat berkembang salah satu upaya tersebut adalah pemberian terapi afirmasi positif.

Terapi afirmasi positif termasuk upaya perawat dalam pendekatan kuratif untuk penyembuhan atau pemulihan, pengurangan penderitaan, dan pengendalian gejala penyakit dimana terapi afirmasi positif termasuk dalam terapi modalitas yang merupakan salah satu kompetensi perawat. Terapi afirmasi dilakukan agar lansia dalam kehidupan merasakan damai bahagia pada akhirnya membawa kepuasan yang diharapkan dapat meningkatkan harga diri pada kehidupan lansia. Pengaruh terapi afirmasi positif sangat bermakna terhadap peningkatan harga diri pada lansia (Heyn et al., 2018).

Terapi afirmasi positif memiliki keunggulan dimana terapi afirmasi positif merupakan terapi menggunakan kalimat positif sederhana yang dilakukan berulang yang ditujukan untuk diri sendiri untuk membantu mengembangkan persepsi individu terhadap dirinya menjadi lebih positif, untuk menggali

kemampuan supaya individu mampu mengembangkan dan mengenal dirinya, bisa membangun mekanisme coping/pertahanan dirinya, sehingga individu tersebut dapat menempatkan dirinya dalam berinteraksi dalam lingkungannya (Zainiyah, 2018). Terapi afirmasi positif dapat diterapkan oleh siapa saja dan dimana saja, tidak membutuhkan peralatan yang mahal. Sehingga terapi afirmasi positif dapat dilakukan secara mandiri oleh setiap orang dan merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan harga diri.

Unit Pelaksana Teknis Rumah Pelayanan Sosial Lansia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta merupakan salah satu institusi pemerintah Kota Yogyakarta yang menangani lansia. Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada Bulan Oktober - Desember 2022, jumlah lansia dari Bulan Januari 2022-Desember 2022 sebanyak 62 lansia daya tampung penghuni tetap, dengan penghuni pria sebanyak 27 lansia dan penghuni wanita sebanyak 35 lansia. Berdasarkan observasi dan wawancara lansia yang berada di UPT RPSLT Budhi Dharma terdapat 7 orang lansia mengatakan dirinya sudah sakit-sakitan, tidak bisa melakukan aktivitas seperti dulu lagi, tidak dapat melakukan aktivitas seperti yang lain seperti makan, mandi, berpakaian pun harus dibantu, para lansia merasakan dirinya lemah, tak bisa apa-apa, tak ada harapan lagi dan mengharapkan kematian agar segera datang, keadaan tersebut menyebabkan lansia tidak minat untuk berinteraksi dengan sesama. Terdapat 3 orang lansia mengatakan bahwa dirinya percaya Tuhan selalu ada dalam suka maupun duka, percaya bahwa setiap kejadian terjadi atas izin Tuhan, selalu mengisi hati dengan mengingat kebaikan Tuhan, merasa dirinya dikasihi oleh Tuhan, keadaan tersebut membuat para lansia

terlihat tenang dan bersemangat dalam berinteraksi dengan sesama lansia dan para petugas di UPT RPSLT Budhi Dharma. Petugas UPT RPSLT Budhi Dharma mengatakan bahwa para lansia yang tinggal di UPT RPSLT Budhi Dharma adalah lansia yang terlantar di jalan kemudian ditemukan oleh penduduk setempat dan dilaporkan ke RT/RW kemudian RT/RW melaporkan kepada Dinas Sosial, dan Dinas Sosial melakukan kerja sama dengan UPT RPSLT Budhi Dharma. Petugas juga mengatakan beberapa lansia mengajukan surat permohonan karena keinginan sendiri untuk tinggal di UPT RPSLT Budhi Dharma. Dari wawancara kepada lansia yang mengajukan surat permohonan ingin tinggal di UPT RPSLT Budhi Dharma karena dirinya merasa sebagai beban atau merepotkan anaknya jika ikut tinggal dengan anaknya yang sudah beristri dan masih mengontrak rumah yang dapat menimbulkan konflik di dalam rumah tangga anaknya karena dirinya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Terapi Afirmasi Positif terhadap Harga Diri Lansia di Unit Pelaksana Teknis Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan sebelumnya, maka peneliti mengangkat permasalahan penelitian yaitu “Apakah terapi afirmasi positif berpengaruh terhadap harga diri pada lansia di Unit Pelaksana Teknis Rumah Pelayanan Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh terapi afirmasi positif terhadap harga diri pada lansia di Unit Pelaksana Teknis Rumah Pelayanan Sosial Lansia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden yaitu jenis kelamin, tingkat pendidikan, status perkawinan, keluarga, lama tinggal lansia di Unit Pelaksana Teknis Rumah Pelayanan Sosial Lansia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta.
- b. Mengetahui harga diri sebelum dilakukan intervensi afirmasi positif pada lansia di Unit Pelaksana Teknis Rumah Pelayanan Sosial Lansia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta.
- c. Mengetahui harga diri sesudah dilakukan intervensi afirmasi positif pada lansia di Unit Pelaksana Teknis Rumah Pelayanan Sosial Lansia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta.
- d. Mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah terapi afirmasi positif terhadap harga diri pada lansia di Unit Pelaksana Teknis Rumah Pelayanan Sosial Lansia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini mencakup bidang keperawatan jiwa dan keperawatan gerontik, diketahuinya pengaruh terapi afirmasi positif terhadap harga diri pada lansia yang tinggal di Unit Pelaksana Teknis Rumah Pelayanan Sosial Lansia Terlantar Budhi Dharma Yogyakarta.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam pengembangan ilmu keperawatan khususnya di bidang keperawatan jiwa tentang pengaruh terapi afirmasi positif terhadap harga diri pada lansia.

2. Manfaat praktis

a. Lansia di UPT RPSLT Budhi Dharma Yogyakarta

Memberi pemahaman dan diterapkan oleh lansia sehingga menjadi penyemangat dalam menjalani kehidupan.

b. Institusi UPT RPSLT Budhi Dharma Yogyakarta

Acuan bagi profesi perawat untuk memberikan terapi afirmasi positif untuk harga diri lansia.

c. Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Bahan kajian dan wawasan mahasiswa agar dapat mengetahui pengaruh pemberian terapi afirmasi positif terhadap harga diri lansia.

F. Keaslian Penelitian

Penelitian yang berkaitan dengan penelitian ini adalah:

1. Heyn *et al* (2018) dengan judul “*An exploration of how positive emotions are expressed by older people and nurse assistants in homecare visits*”.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif analisis sekunder dalam konsultasi proyek *comhome* dan merupakan studi percontohan dengan sampel enam konsultasi kunjungan rumah, dan menggunakan uji statistik *simple descriptive*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pujian dan

dukungan afirmasi positif oleh asisten perawat untuk orang tua dalam perawatan kesehatan di rumah dapat efektif membina hubungan dan menjaga ketahanan pasien.

Persamaan dengan penelitian yang dilakukan adalah pada jenis intervensi yaitu afirmasi positif. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan adalah pada metode penelitian *quasi eksperimen one group design* dan teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*, menggunakan uji *wilcoxon signed rank*, dan menggunakan kuisioner *Rosenberg Self Esteem Scale (RSES)* untuk meneliti harga diri responden lansia.

2. Rochma *et al* (2021) dengan judul “Terapi Kelompok Ulasan Hidup Dapat Meningkatkan Harga Diri Lansia”. Penelitian ini menggunakan design penelitian *quasi experimental pre-post test without control group* dan menggunakan kuisioner *Rosenberg Self Esteem Scale (RSES)* untuk meneliti harga diri responden lansia. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dan uji statistik dengan uji *Wilcoxon Matched-Pairs*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi kelompok ulasan hidup dapat meningkatkan harga diri pada lansia.

Persamaan dengan penelitian yang dilakukan adalah pada jenis variabel terikat yaitu harga diri, alat ukur, teknik pengambilan sampel, jenis, uji, dan desain penelitian. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan adalah pada jenis variabel bebas yaitu terapi afirmasi positif.

3. Rahmaniza *et al* (2022) dengan judul “Peningkatan Harga Diri Lansia Menggunakan Terapi *Reminiscence* Pada Harga Diri Rendah Lansia Yang Tinggal Di PSTW Khusnul Khotimah Pekanbaru”. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasi experiment pre-post test with control group design* dan menggunakan kuisioner *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) untuk meneliti harga diri responden lansia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi *reminiscence* dapat meningkatkan harga diri lansia.

Persamaan dengan penelitian yang dilakukan adalah kuisioner *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) dan jenis variabel terikat yaitu harga diri. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan adalah pada jenis variabel bebas yaitu terapi afirmasi positif dan desain penelitian yaitu *quasi eksperimen one group design*, menggunakan uji *wilcoxon signed rank*, dan teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*.

4. Hermawati (2022) dengan judul “Afirmasi Positif pada Lansia dengan Ketidakberdayaan di Rumah Singgah”. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif *case study research* (CSR) dan menggunakan kuisioner *Learned Helplessness Scale* (LHS) untuk meneliti ketidakberdayaan responden. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah satu responden yang mengalami masalah ketidakberdayaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa afirmasi positif dapat meningkatkan harga diri serta membebaskan diri dari pikiran negatif pada lansia.

Persamaan dengan penelitian yang dilakukan adalah pada jenis intervensi yaitu afirmasi positif. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan adalah pada metode penelitian *quasi experiment pre-post test one group design* dan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, menggunakan uji *wilcoxon signed rank*, dan menggunakan kuisisioner *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) untuk meneliti harga diri responden lansia.