

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Kesepian pada lansia merupakan suatu permasalahan yang kurang menjadi perhatian di kalangan tenaga kesehatan, terutama pada lansia yang tinggal di Panti Werdha (Aung, Nurumal, & Bukhari, 2017). Faktor-faktor yang menyebabkan munculnya kesepian pada lansia di Panti Werdha antara lain kurangnya kontak dengan keluarga dan orang-orang terdekat (Vakili, Mirzaei, & Modarresi, 2017), kurangnya dukungan dari keluarga (Aryati, Dwidayanti, & Widyastuti, 2019), serta kurangnya hubungan yang harmonis dengan sesama penghuni sehingga lansia seringkali memilih untuk menyendiri (Utomo & Prasetyo, 2012) dan akhirnya merasa kesepian (Wibowo & Rachma, 2014). Kesepian yang tidak diatasi dapat menimbulkan pengaruh yang buruk pada kesehatan dan kesejahteraan lansia, beberapa di antaranya adalah depresi, gangguan tidur, gangguan makan (Tiwari, 2013), hingga kematian (The National Academy of Sciences, 2020). Oleh karena itu, kesepian merupakan sebuah permasalahan yang harus diselesaikan (Tiwari, 2013).

Perserikatan Bangsa-Bangsa menyatakan bahwa Asia Timur dan Asia Tenggara memiliki jumlah populasi lansia terbesar di dunia dengan estimasi populasi sebesar 260 juta (World Bank, 2019). Indonesia sendiri memiliki lima provinsi dengan struktur penduduk tua yang memiliki populasi lansia mencapai 10 persen, salah satunya adalah Jawa Timur dengan persentase populasi lansia sebesar 12,96% (Badan Pusat Statistik, 2019). Pada tahun 2019, tercatat bahwa rasio ketergantungan lansia sebesar 15,01 yang artinya setiap 100 orang penduduk usia

produktif (15-59 tahun) menanggung 15 orang penduduk lansia, hal ini menunjukkan bahwa dengan peningkatan jumlah populasi lansia, maka meningkat pula tuntutan perawatan kesehatan yang dibutuhkan (Badan Pusat Statistik, 2019). Di Jawa Timur terdapat peningkatan tren pemanfaatan Panti Werdha, pada tahun 2004, sebanyak 650 orang memanfaatkan pelayanan panti werdha, meningkat sampai sebanyak 872 orang pada tahun 2016 (Badan Pusat Statistik Jawa Timur, 2017).

Vakili et al. (2017) mendapati bahwa 71,4% lansia dari 28 lansia yang tinggal di Panti Werdha mengalami kesepian dibandingkan dengan mereka yang tinggal bersama pasangan maupun anaknya. Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Aung et al., (2017) 75% lansia mengalami kesepian berat, dan 25% lansia mengalami kesepian sedang. Trybusińska & Saracen (2019) pada penelitiannya juga menunjukkan bahwa 60% lansia yang tinggal di panti werdha mengalami kesepian ringan, 17,2% mengalami kesepian sedang, dan 22,4% mengalami kesepian berat. Patra et al. (2017) menjustifikasi faktor-faktor keluarga serta keterkaitan dengan aktivitas dan hubungan sosial lansia di sebuah panti werdha di Yunani, bahwa lansia yang tinggal di panti werdha mengalami emosi negatif yang diakibatkan oleh kurangnya dukungan sosial, seperti kunjungan dari keluarga, status perkawinan, dan kegiatan yang dilakukan oleh lansia di panti werdha.

Dukungan sosial merupakan faktor yang berpengaruh terhadap pengalaman kesepian pada lansia (Liu, Gou, & Zuo, 2016). Lansia yang kesepian merasa tidak diperhatikan oleh orang-orang sekitar, cenderung menyendiri, dan tidak pernah merasa puas dengan apa yang diberikan oleh sekitarnya karena tidak ada yang dapat dijadikan tempat baginya untuk berbagi permasalahannya (Ningsih & Setyowati,

2020). Hubungan yang kurang harmonis dengan penghuni lansia menyebabkan lansia menghindari interaksi dengan penghuni lain (Utomo & Prasetyo, 2012) sehingga mereka merasa kesepian saat berada di Panti Werdha (Wibowo & Rachma, 2014).

Kesepian dan depresi pada lansia merupakan hal yang berkaitan (Mushtaq, Shoib, Shah, & Mushtaq, 2014). Mereka yang mengalami depresi, baik yang diakibatkan oleh stres lingkungan maupun kurangnya kemampuan beradaptasi, akan menimbulkan keinginan untuk menjauh dari interaksi sosial yang dalam kurun waktu lama akan menimbulkan perasaan terasingkan dan juga kesepian (Santini et al., 2020). Kesepian dapat menjadi penyebab dari depresi di usia tua, di mana emosi negatif yang dirasakan akibat kesepian menimbulkan pengaruh yang buruk pada kesehatan dan kesejahteraan lansia seperti depresi, sikap ingin bunuh diri, gangguan tidur, gangguan makan, dan sebagainya (Tiwari, 2013). Bukan hanya depresi, namun isolasi sosial (Domènech-Abella et al., 2017), gangguan tidur (Vakili et al., 2017), gangguan fungsi kognitif (Cacioppo & Cacioppo, 2014), hingga peningkatan angka mortalitas pada lansia atau kematian (The National Academy of Sciences, 2020) juga dilaporkan muncul pada lansia yang mengalami kesepian. Ada banyak terapi yang dapat dilakukan untuk menurunkan tingkat kesepian pada lansia, salah satunya adalah terapi okupasi dan terapi musik. Terapi okupasi bertujuan untuk memperbaiki, memperkuat, dan meningkatkan kemampuan, serta meningkatkan produktivitas lansia, sedangkan terapi musik bertujuan untuk meningkatkan dan memulihkan lansia dari emosi negatif serta kesehatan fisik lansia (Setyoadi & Kushariyadi, 2011).

Terapi Okupasi adalah terapi dengan melakukan kegiatan sehari-hari yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan individu dan juga merehabilitasi atau memulihkan individu dari suatu penyakit (The American Occupational Therapy Association, 2016). Terapi okupasi dapat meningkatkan interaksi antar satu lansia dengan yang lain karena memunculkan sistem dukungan dalam panti werdha tersebut (Jansson, Karisto, & Pitkälä, 2019). Terapi okupasi yang digunakan pada penelitian ini adalah terapi membuat gelang, di mana terapi membuat gelang terbukti dapat menurunkan tingkat kesepian pada lansia dikarenakan pengaruhnya, yaitu mengisi waktu luang lansia, meningkatkan kreativitas dan kemandirian lansia, serta meningkatkan interaksi antar lansia sehingga lansia yang tinggal di Panti Werdha memiliki kesempatan untuk lebih dekat dengan penghuni yang lain dan menumbuhkan suatu hubungan yang bermakna (Yusuf, Kurnia, & Dwi Noerviana, 2018).

Terapi Musik merupakan rangsangan terorganisasi pada indera pendengaran yang terdiri atas melodi, ritme, harmoni, warna, bentuk, dan gaya yang berfungsi untuk meningkatkan, memulihkan, memelihara kesehatan fisik, mental, emosional, sosial, dan spiritual seseorang (Setyoadi & Kushariyadi, 2011). Terapi musik mampu merangsang pengeluaran hormon serotonin dan endorphine serta IgA yang menimbulkan perasaan bahagia, meningkatkan imun, menurunkan tekanan darah dan denyut jantung, menurunkan rasa cemas dan merilekskan lansia, sehingga mereka melupakan kesepian yang mereka rasakan (Arlis & Bate'e, 2020). Terapi musik yang digunakan adalah terapi musik klasik yang terbukti berpengaruh dalam menurunkan emosi negatif yang dirasakan oleh lansia dikarenakan efeknya yang mampu mendorong otak untuk memproduksi neuropeptide yang kemudian

merangsang reseptor-reseptor tubuh menjadi rileks, sehingga meningkatkan gairah hidup lansia (Marzuki & Lestari, 2014).

Berdasarkan pernyataan yang telah disebutkan di atas, kesepian merupakan suatu permasalahan yang harus diselesaikan. Melihat potensi dari terapi okupasi dan terapi musik yang dapat dikembangkan sebagai intervensi bagi pasien lansia dengan kesepian, peneliti tertarik untuk membuktikan pengaruh dari gabungan terapi okupasi dan terapi musik untuk menurunkan tingkat kesepian pada lansia.

1.2. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh Terapi Okupasi dan Terapi Musik Klasik terhadap tingkat kesepian pada lansia di Panti Werdha?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Membuktikan adanya pengaruh terapi okupasi dan terapi musik klasik terhadap tingkat kesepian pada lansia di panti werdha

1.3.2. Tujuan Khusus

1.3.2.1. Mengidentifikasi tingkat kesepian pada lansia di panti werdha sebelum diberikan terapi okupasi dan terapi musik

1.3.2.2. Mengidentifikasi tingkat kesepian pada lansia di panti werdha sesudah diberikan terapi okupasi dan terapi musik

1.3.2.3. Menganalisis pengaruh terapi okupasi dan terapi musik terhadap tingkat kesepian pada lansia di panti werdha

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat membantu memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu keperawatan komunitas dan gerontik, terutama dalam melakukan tindakan keperawatan komplementer berupa terapi okupasi dan terapi musik terhadap pasien lansia yang mengalami kesepian.

1.4.2. Manfaat Praktis

1.4.2.1. Bagi pasien

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat alternatif bagi pasien lansia untuk mengatasi rasa kesepian yang diakibatkan oleh beberapa faktor yang dialami selama tinggal di panti werdha dan mengisi waktu lansia untuk meningkatkan aktivitas sosial maupun individualnya selama di panti werdha.

1.4.2.2. Bagi keluarga lansia yang tinggal di Panti

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi wawasan bagi keluarga pasien lansia, bahwa dalam segala kekurangan yang dimiliki oleh orang lansia, keluarga harus tetap mendukung lansia agar lansia mampu merasakan kehidupan masa tua yang sejahtera tanpa mengalami kesepian yang diakibatkan oleh pemindahan tempat tinggal, perpisahan keluarga maupun pasangan hidup.

1.4.2.3. Bagi perawat komunitas dan/atau gerontik

Penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi perawat komunitas dan/atau gerontik yang bekerja di pelayanan kesehatan, terutama di panti werdha untuk dapat mengetahui salah satu terapi komplementer yang dapat

diterapkan untuk menurunkan tingkat kesepian pada lansia, khususnya di panti werdha.