

Hubungan Karakteristik (Umur, Pendidikan, dan Lama Tinggal Di Panti) dengan Tingkat Kecemasan Lansia di Panti Wreda Charitas Cimahi

Antonius Ngadiran SKep., Ners., M.Kep., M.Pd
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Immanuel
Email: A.Ngadiran@yahoo.com

ABSTRAK

Lansia atau usia lanjut merupakan tahap akhir dari siklus kehidupan manusia dan hal tersebut merupakan bagian dari proses kehidupan yang tidak dapat dihindarkan dan akan dialami oleh setiap individu (Prasetya, 2010). Berdasarkan WHO di Dunia jumlah lansia tahun 2010 berjumlah 750 juta, sedangkan diperkirakan pada tahun 2025 jumlah lansia sebesar 1,2 milyar. Berdasarkan profil kesehatan di Indonesia tahun 2016, jumlah lanjut usia di Indonesia yaitu 14.233.117 jiwa dari total penduduk. Jumlah lansia dengan jenis kelamin laki-laki 6.474.979 dan perempuan 7.758.138. Perubahan psikologis yang dialami lansia adalah perasaan cemas. Salah satu faktor penyebab kecemasan yakni karakteristik lansia yang terdiri dari usia, pendidikan, dan lama tinggal di panti jompo. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan karakteristik lansia dengan tingkat kecemasan yang tinggal di panti jompo. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif analitik dengan pendekatan *Accidental Sampling*, teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dengan jumlah 30 responden lansia. Hasil penelitian menggunakan uji statistik *rank spearman* didapatkan hasil dari tiga kategori karakteristik, ada dua kategori yakni umur, pendidikan dan lama tinggal di panti jompo memiliki hubungan dengan tingkat kecemasan. Jika kecemasan tidak ditangani dengan baik, tentunya berdampak buruk bagi lansia sendiri. Dampak yang mungkin muncul jika lansia mengalami kecemasan yaitu terjadi Depresi bahkan mengalami gangguan fungsi kognitif. Pengelolaan lansia yang mengalami cemas perlu dilakukan sejak dini melalui kegiatan yang positif seperti olah raga, pendidikan kognitif.

Kata Kunci: Lansia, karakteristik, Kecemasan

PENDAHULUAN

Lansia atau usia lanjut merupakan tahap akhir dari siklus kehidupan manusia dan hal tersebut merupakan bagian dari proses kehidupan yang tidak dapat dihindarkan dan akan dialami oleh setiap individu (Prasetya, 2010). Berdasarkan data WHO di dunia jumlah lansia tahun 2010 berjumlah 750 juta, sedangkan diperkirakan pada tahun 2025 jumlah lansia sebesar 1,2 milyar. Berdasarkan profil kesehatan di Indonesia tahun 2016, jumlah lanjut usia di Indonesia yaitu 14.233.117 jiwa dari total penduduk. Jumlah lansia dengan jenis kelamin laki-laki 6.474.979 jiwa dan perempuan 7.758.138 jiwa. Perubahan psikologis yang dialami lansia adalah perasaan cemas. Salah satu faktor penyebab kecemasan yakni karakteristik lansia yang terdiri dari usia,

pendidikan, dan lama tinggal di panti jompo. 2. Beberapa perubahan yang terjadi pada berbagai sistem tubuh pada proses menua yang meliputi: sistem endokrin, kardiovaskuler, tekanan darah, paru-paru, hematologi, ginjal, regulasi suhu tubuh, otot, tulang, sistem saraf perifer, sistem saraf pusat, gastrointestinal, penglihatan, penghidu, haus, keseimbangan, pendengaran, jaringan adiposa, sistem imun, dan fungsi kognitif. Pada lansia terjadi berbagai perubahan pada sistem tubuh yang memicu terjadinya penyakit. Penyakit yang biasanya timbul akibat perubahan sistem tubuh pada lansia antara lain hipotermia dan hipertermia akibat perubahan pada sistem pengaturan suhu. diabetes, hipertensi, glaukoma, insomnia, anxietas, depresi, anorexia, dan konstipasi

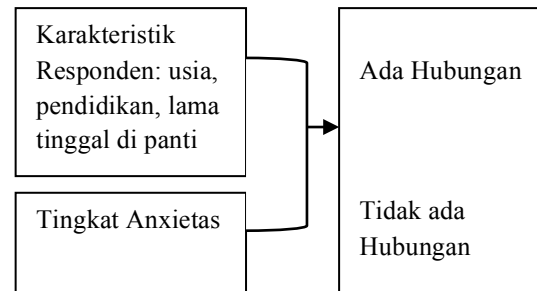
sering timbul. Fungsi kognitif pada usia lanjut akan terjadi penurunan kemampuan fungsi intelektual, berkurangnya efisiensi transmisi saraf di otak menyebabkan proses informasi melambat dan banyak informasi hilang selama transmisi. Berkurangnya mengakumulasi informasi baru dan mengambil informasi dari memori. Kemampuan mengingat kejadian masa lalu lebih baik dibandingkan kemampuan mengingat kejadian yang baru saja terjadi. Sikap yang positif, dalam perjalanan hidup menjadi tua pasti banyak mengalami tantangan dan kehilangan yang mendera seorang tua. Tetapi berbagai masalah yang dihadapi selama ini merupakan pelajaran berharga agar kita bisa bersikap positif terhadap kehidupan. Orang yang bersikap positif biasanya lebih mudah menerima berbagai peristiwa apapun yang terjadi. Bersikap positif diyakini akan memberikan manfaat yang lebih dalam kehidupan seseorang usia lanjut yang berkualitas.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik. Pendekatan yang digunakan yaitu studi survei. Selain itu peneliti juga ingin mengetahui gambaran karakteristik responden. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia yang tinggal di panti jompo. Sampel adalah bagian dari populasi terjangkau yang dapat dipergunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling (Nursalam, 2008). Sampel yang ingin peneliti jadikan responden dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik penarikan sampel yang digunakan pada penelitian ini dilakukan secara *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel sesuai dengan kriteria inklusi: lansia usia lebih 60 tahun, sehat fisik, tidak mengalami demensia, mau menjadi responden. Setiap kali ada calon responden yang memenuhi kriteria inklusi dimasukkan pada daftar calon responden untuk diproses selanjutnya. Peneliti berhenti mencari responden setelah jumlah sampel memenuhi 30 sampel dan disesuaikan dengan jangka waktu penelitian selama satu bulan. Pengumpulan data dikumpulkan

dengan mengumpulkan data primer yang diperoleh dari hasil pengisian kusioner yang sudah di persiapkan.

KERANGKA KERJA



Analisa data menggunakan analisa univariat dilakukan secara deskriptif, yaitu dengan menampilkan tabel frekuensi dan proporsi (persentase) masing-masing variabel yang diteliti, karena semua data yang ada dalam bentuk kategorik. Analisa bivariat menggunakan uji statistik *rank spearman* melihat hubungan antara dua variabel yaitu karakteristik dengan tingkat cemas lansia

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia (n=30)

No	Umur	Frekwensi	%
1	60-74	15	50%
2	75-90	10	33.5%
3	>90	5	16.5%
	N	30	100%

Lansia dengan umur 60-74 tahun berjumlah adalah 50%, lansia yang berumur 75-90 tahun 33, 5%, sedangkan lansia yang berumur >90 tahun 16. 5%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pendidikan (n= 30)

No	Pendidikan	Frekwensi	%
1	Dasar	25	83,5%
2	Menengah	5	16.5%
3	Tinggi	0	0 %
	N	30	100%

Lansia dengan pendidikan dasar berjumlah adalah 83, 5 %, lansia yang berpendidikan

menengah 16,5 %, sedangkan lansia yang berpendidikan tinggi tidak ada.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Lama Tinggal di Panti Wreda (n= 30)

No	Lama di panti	Frekwensi	%
1	< 5 tahun	10	33,5%
2	5- 10 tahun	15	50%
3	>10 tahun	5	16.5 %
	N	30	100%

Lansia yang tinggal kurang 5 tahun berjumlah 33,5 %, lansia yang tinggal 5-10 tahun 50 %, sedangkan lansia yang lebih 10 tahun 16,5%.

Tabel 4. Distribusi Hubungan Karakteristik dengan Tingkat Kecemasan

Variabel	Tingkat Kecemasan			Jml	P-Value
	Tidak cemas	Ringan	Sedang		
	n	n	n		
Umur	12	13	5	30	0,01
	40	43,3	16,7	100	
Pendidikan	12	13	5	30	0,000
	40	43,3	16,7	100	
Lama tinggal di panti Jompo	12	13	5	30	0,004
	40	43,3	16,7	100	

Berdasarkan hasil penelitian bahwa karakteristik lansia meliputi umur, pendidikan dan lama tinggal dipanti terdapat hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan lansia.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menyebutkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara umur dengan tingkat kecemasan lansia yang tinggal di panti jompo. Menurut peneliti, semakin bertambah umur lansia semakin kompleks penurunan fungsi di setiap organ tumbuh sehingga berdampak pada optimalnya fungsi dari masing-masing organ sehingga menimbulkan kemunduran fungsi fisik dan kognitif lansia yang berdampak pada kecemasan lansia. Hal ini sudah dibuktikan oleh peneliti ketika melakukan penelitian di Panti wreda. Kecemasan semakin dirasakan ketika lansia

sudah menginjak umur 60 tahun keatas. Kondisi fisik yang tidak nyaman seperti nyeri pinggang, atau kondisi fisiknya yang mulai melemah. Semakin bertambah usia lansia akan mengalami kecemasan dalam menghadapi masalah fisiknya.

Lansia yang mempunyai pendidikan tinggi, akan mempunyai akses yang lebih baik terhadap informasi tentang kesehatan, lebih aktif menentukan sikap, dan lebih mandiri mengambil tindakan perawatan, selain itu akan mudah menerima informasi baru tentang kesehatannya dan mampu menyaring hal-hal positif dalam menghadapi kesehatan.

Selain itu lansia yang lama tinggal di panti mudah melakukan adaptasi dengan lingkungan panti umur lansia yang tinggal di panti wreda Charitas menunjukkan data sebagai berikut umur 60-74 tahun berjumlah 50 %, Lansia yang berumur 75-90 tahun 33,5 %, sedangkan Lansia yang berumur >90 tahun 16.5 %. Hal ini sejalan dengan penelitian Sukarni dan Wahyu (2015), semakin tua umur lansia, maka lansia mengalami kecemasan dalam menghadapi kehidupannya terutama yang tinggal di panti wreda. Hal itu disebabkan karena semakin menurunnya fungsi tubuh akibat penuaan dan sering disertai penyakit degeneratif yang terjadi.

Kecemasan juga dirasakan pada lansia berumur >65 tahun ke atas, menyadari kondisi fisik yang sudah tidak lagi prima, dan adanya penyakit lain yang menyertai membuat lansia merasa cemas dengan kesehatannya.

Berdasarkan hasil penelitian Lansia dengan pendidikan dasar berjumlah adalah 83,5%, Lansia yang berpendidikan menengah 16,5%, sedangkan lansia yang berpendidikan tinggi tidak ada. Lansia yang memiliki pendidikan tinggi biasanya akan terhindar dari kecemasan selama menjalani kehidupannya, berbeda dengan lansia yang memiliki pendidikan yang rendah. Hal itu disebabkan lansia yang mempunyai pendidikan tinggi, akan mempunyai akses yang lebih baik terhadap informasi tentang kesehatan, lebih aktif menentukan sikap, dan lebih mandiri mengambil tindakan perawatan, selain itu juga akan mudah menerima informasi baru tentang

kesehatannya dan mampu menyaring hal-hal positif dalam menghadapi kehidupannya.

Aktivitas fisik dalam rentang rendah dan sedang dapat menimbulkan rasa nyaman serta meningkatkan kebugaran fisiknya. Menurut peneliti, bahwa berpendidikan rendah dapat mengalami kecemasan ringan dan sedang dalam menghadapi kesehatannya. Hal itu dapat dibuktikan oleh peneliti saat melakukan penelitian di panti wreda. Beberapa studi mengonfirmasi bahwa stres fisik dan psikososial baik akut maupun kronik menyebabkan penurunan neurogenesis disertai munculnya fenotip depresi dan kecemasan.

Pada pasien-pasien berusia lebih dari 60 tahun, depresi juga dikaitkan dengan penurunan neurogenesis di *Hippocampus*. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia yang tinggal kurang 5 tahun berjumlah 33, 5%, lansia yang tinggal 5-10 tahun 50%, sedangkan lansia yang lebih 10 tahun 16, 5%. Lansia yang tinggal di panti lebih lama cenderung dapat beradaptasi dengan situasi lingkungan panti, dibandingkan lansia yang baru tinggal di panti. Tetapi tinggal terlalu lama di panti juga bisa menimbulkan rasa rindu dengan keluarganya. Kecenderungan memikirkan keluarga bisa berkontribusi terhadap kejadian cemas pada lansia.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara karakteristik lansia dengan tingkat kecemasan lansia yang tinggal di panti jompo.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan saran:

1. Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah referensi bagi kampus STIK Immanuel Bandung dan sebagai masukan dalam kegiatan proses belajar mengajar khususnya penatalaksanaan lansia di panti wreda.

2. Praktis

a. Bagi lansia

Perlu adanya tindakan khusus untuk mengelola lansia yang tinggal di panti wreda.

b. Bagi Peneliti Lainnya

Hasil penelitian ini bisa di tindak lanjuti dengan metode eksperimen.

REFERENSI

- Alimul Hidayat, A. Aziz. 2006. *Pengantar Konsep Dasar Manusia Aplikasi Konsep Dalam Proses Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta. Rineka Cipta
- Azwar, S. 1999. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan. 2009;1-5
- Prasetya.(2010). *Pengaruh Terapi Kognitif dan Senam Latih Otak Terhadap Tingkat Depresi Dengan Harga Diri Rendah Pada Klien Lansia di Panti Tresna Werdha Bakti Yuswa Natar Lampung*
- Riskesdas 2013 Badan Penelit dan Pengemb Kesehatan Dep Kesehatan Republik Indones 2013;<http://www.academia.edu/download/36235491/>
- Setiati, Harimurti, & R. (2014). *Ilmu Penyakit Dalam Jilid III dan IV, Proses menua*
- Stuart GW. *Psychiatric Nursing. 8th ed*. South Carolina: Elsevier Mosby; 2014.
- Suerni T, Keliat B anna, C.D NH.(2013). *Penerapan Terapai Kognitif Dan Psikoedukasi Keluarga pada Klien Hagra Diri Rendah di Ruang Yudistira Rumah Sakit Dr. H. Marzoeki Mahdi Bogor Tahun 2013*. Keperawatan

- Jiwa;1(2):161–9.
- Wiyati R, Wahyuningsih D, Widayanti ED. *Pengaruh Psikoedukasi Keluarga Terhadap Kemampuan Keluarga Dalam Merawat Klien Isolasi Sosial*. J Keperawatan Soedirman (The Soedirman J Nursing). 2010;5(2):85–94.
- Sulastris S, Kartika Y. *Psikoedukasi Keluarga Meningkatkan Kepatuhan Minum Obat ODGJ di Puskesmas Kedaton Bandar Lampung*. J Kesehatan. 2016;7(2):323.