

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Populasi dunia semakin menua, dan jumlah serta proporsi penduduk lanjut usia semakin meningkat di setiap negara. Pada akhir tahun 2018, jumlah penduduk yang berusia 65 tahun lebih banyak daripada jumlah penduduk berusia di bawah 5 tahun. Saat ini, tercatat sekitar 705 juta orang berusia 65 tahun ke atas dan terdapat sekitar 680 juta anak berusia 0-4 tahun. Kondisi ini diperkirakan akan berlanjut hingga 2050 (PBB, 2023). Pada tahun 2019 terdapat 703 juta penduduk lanjut usia (lansia) di seluruh dunia. Asia timur dan Asia tenggara merupakan negara yang memiliki populasi lanjut usia (lansia) terbesar didunia dengan jumlah 260 juta penduduk, diikuti oleh Eropa dan Amerika Utara sebesar 200 juta (United Nations, 2022). Diperkirakan bahwa pada tahun 2030, satu dari enam orang di seluruh dunia akan berusia diatas 60 tahun. Proporsi penduduk lanjut usia (lansia) saat ini diperkirakan akan meningkat dari 1 miliar pada tahun 2020, dan pada tahun 2050 jumlah lanjut usia (lansia) di dunia akan meningkat menjadi 2,1 miliar (WHO, 2022). Badan Pusat Statistik (BPS, 2023) menyatakan Indonesia telah memasuki fase (*aging population*) atau struktur penduduk tua, hal ini terlihat dari proporsi penduduk lanjut usia (lansia) yang sudah meningkat 10% sejak 2021.

Lanjut usia (lansia) adalah sekelompok orang yang mencapai usia 60 tahun keatas, dan pada usia tersebut akan mengalami proses yang disebut *Aging*

*Process* atau proses penuaan. *Aging process* ialah proses yang terjadi akibat dampak dari kerusakan molekuler dan seluler yang menyebabkan menurunnya fisik, mental dan terjadinya peningkatan risiko penyakit pada lanjut usia (lansia) yang dapat menyebabkan kematian (Kemenkes, 2019) .

Indonesia saat ini mulai memasuki fase *aging population*, dengan proporsi penduduk lanjut usia (lansia) sebesar 9,7%, dimana sudah lebih dari 10% di negara maju, bahkan di Jepang melebihi 30% artinya dengan meningkatnya rata-rata umur hidup yang panjang, maka jumlah penduduk lanjut usia (lansia) pun meningkat. Jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia telah mengalami peningkatan signifikan dari 18 juta (7,56%) menjadi 25,9 juta (9,7%) pada tahun 2019. Diperkirakan bahwa jumlah ini akan terus meningkat menjadi 48,2 juta (15,77%) pada tahun 2035 (Kemenkes, 2019b) . Badan Pusat Statistik (BPS, 2023) menyatakan bahwa jumlah lansia terbanyak di Pulau Jawa yang menempati posisi pertama adalah Jawa timur, lalu Jawa Tengah dan posisi ketiga ditempati oleh Jawa Barat dengan jumlah 4.9 jiwa. Salah satu Kabupaten yang berada di Jawa Barat yaitu Kabupaten Bogor terdapat 5.489.536 jiwa yang tercatat sebagai penduduk Kabupaten Bogor, dengan jumlah lanjut usia (lansia) 289.542 jiwa (BPS, 2021). Meningkatnya jumlah prevalensi lanjut usia (lansia) memerlukan perhatian dan perawatan, karena seiring bertambahnya usia, maka akan terjadi perubahan-perubahan yang disebabkan oleh proses menua (*aging process*), baik secara fisik maupun psikososial (Banon et al., 2022a).

Lanjut usia (lansia) mengalami proses penuaan secara alami, beberapa lansia juga ada yang hidup dengan satu atau lebih dari satu masalah kesehatan sehingga mempengaruhi kualitas hidup mereka. lansia mengalami perubahan kemampuan fungsional yang memerlukan adaptasi baik secara fisik maupun mental. Beberapa masalah kesehatan mental dan psikososial yang dialami dapat mempengaruhi adaptasi lansia dalam proses penuaan. Depresi dan ansietas adalah masalah kesehatan mental yang paling umum terkait memburuknya kesehatan fisik (Putri & Priyono, 2021). Masalah kesehatan mental lain pada lanjut usia (lansia) bisa berupa perubahan konsep diri, ini terjadi karena pada awal nya lanjut usia (lansia) mampu melakukan aktifitas dengan baik dan mandiri, lalu semakin bertambahnya umur perlahan menjadi berkurang hal tersebut sering terjadi dan berpengaruh terhadap kepercayaan diri lanjut usia (lansia), jika lanjut usia (lansia) sudah tidak percaya dengan dirinya, maka bisa menyebabkan harga diri rendah (Ayu et al., 2020a)

Harga diri merupakan hal yang mendasar pada lanjut usia (lansia). Lanjut usia (lansia) dikatakan sebagai siklus kehidupan tahap akhir, pada tahap ini terjadi perubahan psikologis seperti karena pensiun, perubahan sosial yang berubah, dan pada tahap lanjut usia (lansia) sering muncul gangguan *immobilitas*. Perubahan-perubahan tersebut otomatis akan mempengaruhi kehidupan lansia khususnya mengenai masalah harga diri (Muhith, 2016). Pada lansia, keinginan yang terkabul karena adanya pembatasan seringkali menimbulkan keraguan dan kurang percaya diri. Jika timbul rasa ragu yang parah dan terus menerus serta perasaan tidak mampu mengendalikan pikiran

dan emosi, maka lansia akan merasa minder dan bersikap negatif terhadap dirinya sendiri, tidak menyukai diri sendiri dan pesimis terhadap segala kemungkinan (Prayetno & Suhita, 2022).

Harga diri rendah adalah evaluasi diri atau perasaan negatif jangka panjang terhadap diri sendiri dan kemampuan diri (Nanda, 2017). Lanjut usia (lansia) yang mempunyai harga diri rendah biasanya menimbulkan perilaku buruk, hal ini terjadi karena lanjut usia (lansia) dengan harga diri rendah biasanya bersifat ketergantungan, kurang percaya diri dan pesimis (Muhith, 2016). Harga diri rendah bisa terjadi karena faktor biologis maupun psikologis. Faktor biologis seperti penampilan tubuh, kecacatan tubuh atau karena suatu penyakit, sedangkan faktor psikologis seperti adanya penentangan, tidak terpenuhinya kebutuhan, dan terjadi karena kekecewaan. (Maulana et al., 2022).

Lanjut usia (lansia) yang mengalami harga diri rendah sebaiknya diberi pengobatan seperti terapi untuk meningkatkan kepercayaan dirinya, agar dapat terus berkomunikasi dengan orang sekitarnya dan tetap berperan aktif (Ayu et al., 2020a). Harga diri rendah bisa diatasi dengan terapi non farmakologis seperti relaksasi, pendekatan perilaku dan kognitif. Salah satu terapi kognitif yaitu dengan terapi *Reminiscence* atau terapi kenangan (Wayan et al., 2019). Literatur menjelaskan banyak sekali intervensi untuk meningkatkan harga diri atau meningkatkan persepsi diri yang lebih positif, *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) adalah jenis intervensi harga diri paling umum. *Cognitive Behavioral Therapy* memungkinkan pasien menjadi lebih menerima diri, memperbaiki kepercayaan diri yang negatif, dan membangun keyakinan yang

lebih positif tentang diri (Niveau et al., 2021). *Art therapy* dapat memberikan kontribusi terutama berkaitan dengan harga diri, kepercayaan diri dan pemberdayaan pada partisipan dengan kondisi khusus. Selain itu *life review therapy* bisa digunakan sebagai salah satu terapi yang dapat diterapkan dalam intervensi keperawatan jiwa (Misty & Tirta, 2020).

*Life review therapy* adalah suatu jenis terapi yang dapat dilakukan oleh lanjut usia (lansia) dengan cara mengingat kejadian-kejadian di kehidupan masa lalunya yang melibatkan sanak saudara. Terapi ini dapat dilakukan dengan menceritakan tentang keluarga, riwayat pekerjaan, riwayat pasangan, pernikahan anak, keluarga, teman dan tentang rekreasi (Nikmah et al., 2021). *Life review therapy* dianggap sebagai terapi paling aman yang dapat diintervensikan kepada lanjut usia (lansia) karena sifat lanjut usia (lansia) yang suka akan menceritakan kembali pengalaman hidup mereka, sehingga terapi ini dianggap sebagai terapi yang tepat (Avelina et al., 2022). Pemberian *life review therapy* efektif dalam meningkatkan harga diri lanjut usia (lansia) (Banon et al., 2022a). Setelah dilakukan penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan dalam harga diri lanjut usia (lansia) setelah dilakukan penerapan *life review therapy* (Narullita, 2018).

Berdasarkan data BPS melaporkan jumlah penduduk Kabupaten Bogor adalah 5.489.536 jiwa. Lanjut usia (lansia) usia 60-64 tahun laki laki sebanyak 87.909 jiwa dan perempuan sebanyak 82,280 jiwa (Badan Pusat Statistik (BPS), 2023). Kelurahan Semplak Barat memiliki sekitar 225 orang lansia, dimana sebagian memiliki masalah dengan kesehatannya salah satunya seperti penyakit

kronis selain itu juga ada masalah dengan keadaan ekonomi. Peneliti mendapatkan informasi dari ketua RW di RW 04 terdapat 32 lansia yang akan menjadi objek studi kasus ini.

Berdasarkan beberapa penelitian yang dijelaskan diatas, orang lanjut usia memiliki rasa percaya diri yang lebih rendah, bahkan setelah menerapkan *life review therapy* ada beberapa lanjut usia (lansia) yang masih belum mengalami peningkatan harga diri, oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan topik “Penerapan *Life Review Therapy* terhadap Harga Diri Lanjut usia (lansia) di Kelurahan Semplak Barat Kabupaten Bogor”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang, peneliti dapat merumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut “Bagaimana Penerapan *Life review therapy* terhadap Harga Diri Lanjut Usia di Kelurahan Semplak Barat Kabupaten Bogor?”

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui harga diri pada lanjut usia (lansia) setelah dilakukan penerapan *Life Review Therapy* di Kelurahan Semplak Barat Kabupaten Bogor.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik responden lanjut usia (lansia) terhadap harga diri rendah.
- b. Diketahui hasil pengkajian tingkat harga diri pada lanjut usia (lansia) sebelum dilakukan *life review therapy*.
- c. Diketahui prosedur pelaksanaan *life review therapy* terhadap harga diri lanjut usia (lansia).
- d. Diketahui hasil evaluasi tingkat harga diri sebelum dan sesudah dilakukan *life review therapy* terhadap harga diri lanjut usia (lansia).

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi untuk penelitian selanjutnya yang akan dilakukan oleh pihak institusi ataupun mahasiswa dengan fokus pemberian *life review therapy* terhadap harga diri lanjut usia (lansia).

### 2. Institusi Pelayanan Kesehatan /Tempat Penelitian

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberi manfaat sebagai informasi mengenai penerapan *life review therapy* terhadap lansia dengan harga diri rendah di Kelurahan Semplak Barat Kabupaten Bogor.

### 3. Profesi Keperawatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai informasi atau rujukan tentang model pendekatan keperawatan dalam penerapan *life review therapy* terhadap harga diri lanjut usia (lansia).