

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Stress merupakan suatu respon adaptif yang dirasakan dapat mengancam kesehatan seseorang atau terhadap situasi yang dihadapinya. Angka penduduk yang mengalami stress di Indonesia saat ini diprediksi mencapai 1,33 juta penduduk atau 14% dari total penduduk dan mencapai 1-3% dengan tingkat stres akut. (Belliniawati et al., 2015). Stress banyak terjadi pada kelompok usia lansia.

Stres pada kelompok usia lansia dapat disebabkan oleh beberapa hal, yaitu masalah yang disebabkan oleh perubahan hidup dan penurunan fisik, kehilangan tenaga, pendapatan, dan kebahagiaan sedangkan stress pada usia dewasa dipicu karena ekonomi, pekerjaan dan pola hidup. Oleh karena itu, perlu dilakukan terapi dengan tanpa adanya resiko komplikasi.

Pengelolaan gangguan mental emosional dapat dilakukan dengan beberapa cara, salah satunya dengan tindakan *non farmakologi* dengan cara terapi modalitas. Terapi modalitas sendiri merupakan suatu terapi yang berfokus pada keperawatan jiwa seseorang, terapi modalitas ini sangat beragam salah satunya yaitu *Reminiscence Therapy*.

. *Reminiscence Therapy* adalah suatu metode untuk meningkatkan kesehatan mental dan kualitas hidup dan menurunkan tingkat stress yang berhubungan dengan memori (Arumsari, 2020. Hal: 7). Pada tahun 1963, Dr. Robert Butler menerbitkan sebuah makalah tentang poin-poin kritis seputar pentingnya tinjauan dan kenangan hidup (Leader 2013).

Pada suatu Penelitian yang dilakukan oleh Yanyan Dai tahun 2020 menyatakan bahwa *Reminisceche therapy* terbukti efektif menurunkan stress dengan hasil kelompok intervensi menurun secara signifikan pada delapan bulan dengan hasil  $P < 0,01$  atau terdapat perbedaan tingkat stress sebelum dan sesudah dilakukan tindakan *Reminiscence therapy* (Li S, Dai Y, Zhou Y, Zhang J n.d.). Terapi ini menjadi pilihan dalam menurunkan stress.

*Reminiscence Therapy* memiliki keunggulan diantara terapi modalitas yang lainnya karena *Reminiscence* bukan hanya untuk mengingat kejadian masa lalu atau pengalaman namun sebuah proses terstruktur yang sistematis untuk merefleksikan sebuah kehidupan dengan fokus pada evaluasi ulang, pemecahan masalah dari masa lalu sehingga menemukan makna sebuah kehidupan dan akses dalam mengatasi permasalahan secara adaptif (Mulianing, 2019)

Penelitian yang dilakukan oleh Sri Handayani yang melakukan intervensi terapi dzikir dan doa dalam menurunkan stress memiliki hasil yaitu dari 18 lansia, hanya 6 (33,3%) lansia yang mengalami penurunan tingkat stress, yang mana jika dibandingkan dengan Penelitian Oktaviani tahun 2021, penurunan stress dengan intervensi *reminiscence therapy* terjadi dari 12 per 19 sampel (63,2%) yang mengalami penurunan tingkat stress menjadi 17 per 19 orang (89,5%). Selain itu, Penelitian yang dilakukan oleh D Novitasari and Aryana 2013 menunjukkan bahwa pada klien intervensi terapi benson dari 2 klien yang mengalami stress ringan tidak mengalami perubahan menjadi normal, sedangkan Penelitian Rosmin Ilham dkk

tahun 2020 dalam melakukan terapi *reminiscence therapy* terdapat 3 dari 6 klien dengan stress ringan menjadi normal.

Terapi *Reminiscence Therapy* bisa menjadi terapi alternatif dalam membantu lansia yang mengalami stress serta dapat dilakukan secara universal tidak terkhusus pada agama atau ras tertentu (Cahyono, 2021). Berdasarkan ke-tiga Penelitian diatas mengenai terapi *Reminiscence Therapy* maka dapat disimpulkan bahwa terapi kenangan atau *Reminiscence Therapy* efektif untuk menurunkan tingkat stress pada lansia.

Berdasarkan uraian masalah diatas maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus tentang Penerapan *Reminiscence Therapy* untuk menurunkan tingkat stres pada klien di Panti Werdha Budi Pertiwi.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka didapatkan rumusan masalah pada Studi Kasus ini yaitu “Bagaimanakah tindakan *Reminiscence Therapy* untuk menurunkan tingkat stress pada klien di Panti Werdha Budi Pertiwi tahun 2022?”

## **1.3. Tujuan Studi Kasus**

Mengetahui gambaran dari tindakan *Reminiscence Therapy* untuk menurunkan tingkat stress pada klien di Panti Tresna Werdha Budi Pertiwi Tahun 2022.

## **1.4. Manfaat Studi Kasus**

### **1.4.1. Manfaat bagi Pengelola Panti**

Hasil dari Studi Kasus ini diharapkan dapat berguna sebagai dasar acuan pengelola ataupun pengurus panti di masa yang akan datang.

### **1.4.2. Manfaat bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan**

Hasil Studi Kasus ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu acuan penulis selanjutnya sehingga dapat dilakuakn sebagai prosedur dalam memberikan asuhan keperawatan untuk mengatasi stress pada klien di Panti Budi Pertiwi atau lembaga kesehatan lainnya.

### **1.4.3. Manfaat bagi Lansia**

Dari Studi Kasus yang telah dilakukan, lansia akan memperoleh pengalaman dalam mengimlementasikan prosedur penerapan *Reminiscenche Therapy* ini secara mandiri yang berguna untuk penurunan stress.