



PENGARUH TERAPI *REMINISCENCE* TERHADAP HARGA DIRI LANSIA DI UPTD PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA TRESNA WERDHA NATAR

Madepan Mulia¹, Rina Mariani², Deni Metri³

^{1,2,3} Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang, Program Studi Keperawatan Kotabumi
madefikui@gmail.com

Abstrak

Jumlah lansia cenderung meningkat setiap tahun. Peningkatan jumlah lansia juga biasanya diikuti dengan perubahan fisik, mental, spiritual, ekonomi dan sosial. Proses penuaan berdampak pada penurunan kondisi fisik, mental, psikososial, perubahan yang berkaitan dengan pekerjaan dan peran sosial lansia. Masalah pada lansia tersebut dapat menimbulkan stres yang ditandai dengan perasaan tidak berguna, tidak dibutuhkan dan merasa disingkirkan. Keadaan tersebut berpotensi menimbulkan masalah pada lansia, salah satunya harga diri rendah. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh terapi *reminiscence* terhadap harga diri lansia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Natar. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *quasi eksperimental pre-post test without control group* dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dan metode *random sampling* dengan jumlah sampel 30 responden. Sampel yang diambil adalah lansia yang mengalami harga diri rendah dengan skor < 15. Peneliti menggunakan kuesioner *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) untuk mengukur harga diri lansia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi *reminiscence* pada lansia terjadi peningkatan harga diri. Perawat diharapkan dapat memberikan terapi *reminiscence* kepada lansia yang mengalami harga diri rendah.

Kata Kunci: Harga diri rendah, lansia, terapi *reminiscence*

Abstract

The number of elderly tends to increase every year. An increase in the number of elderly is also usually followed by physical, mental, spiritual, economic and social changes. The aging process has an impact on a decrease in physical, mental, psychosocial conditions, changes related to work and the social role of the elderly. Problems in the elderly can cause stress which is characterized by feelings of uselessness, not needed and feelings of being left out. This situation has the potential to cause problems in the elderly, one of which is low self-esteem. The aim of the study was to determine the effect of reminiscence therapy on the self-esteem of the elderly at the UPTD Tresna Werdha Natar Elderly Social Services. This study used a quantitative method with a quasi-experimental design with a pre-post test without a control group using a purposive sampling technique and a random sampling method with a total sample of 30 respondents. The samples taken were the elderly who experienced low self-esteem with a score <15. The researcher used the Rosenberg Self Esteem Scale (RSES) questionnaire to measure the self-esteem of the elderly. The results showed that after being given reminiscence therapy in the elderly there was an increase in self-esteem. Nurses are expected to be able to provide reminiscence therapy to the elderly who experience low self-esteem.

Keywords: Low self-esteem, elderly, reminiscence therapy

✉Corresponding author:

Address : Jl. Perum Polri Perum Puri Kamp. Baru Blok B-3 RT/RW 012/002 Kelurahan Rajabasa
JayaKecamatan Rajabasa Kota Bandar Lampung, Provinsi Lampung

Email : madefikui@gmail.com

Phone : 082278192201

PENDAHULUAN

Keberhasilan pembangunan kesehatan berdampak pada menurunnya angka kelahiran, kesakitan dan kematian serta meningkatnya umur harapan hidup (UHH). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018), UHH di Indonesia pada tahun 2004 meningkat dari 68.6 tahun menjadi 70.6 tahun pada tahun 2010 dan semakin meningkat menjadi 72 tahun pada tahun 2014. Peningkatan UHH mengakibatkan terjadinya peningkatan jumlah penduduk lanjut usia (lansia).

Lansia merupakan proses tumbuh kembang yang dimulai dari bayi, anak-anak, dewasa dan akhirnya menjadi tua (Azizah, 2011). Menurut Smeltzer dan Bare (2013), lansia adalah individu berusia 65 tahun ke atas dengan pembagian usia 65-74 tahun sebagai *young-old* dan usia 75 tahun sebagai *old-old*. Lansia adalah individu yang berusia mulai dari 60 tahun ke atas (*World Health Organization*, 2015; Undang-Undang No. 13 Tahun 1998; Undang-Undang No. 43 Tahun 2004; Peraturan Menteri Kesehatan No. 67 Tahun 2015). Proses menua akan mengalami banyak keterbatasan sehingga memerlukan bantuan dan perhatian yang serius apalagi dengan jumlahnya yang cenderung meningkat setiap tahun.

United Nation Population Division (2015) memperkirakan 901 juta orang (12% dari populasi global) berusia 60 tahun ke atas. Di Indonesia, populasi lansia mencapai 20.24 juta jiwa (8.03% dari penduduk Indonesia) (Badan Pusat Statistik, 2014). Peningkatan jumlah lansia biasanya diikuti dengan perubahan fisik dan mental, spiritual, ekonomi dan sosial (Peraturan Menteri Kesehatan No. 67 Tahun 2015). Kemandirian lansia mengalami penurunan karena keterbatasan mobilitas, kelemahan, timbulnya masalah mental atau fisik dan penurunan status sosial ekonomi akibat pensiun atau mengalami kecacatan (*World Health Organization*, 2015; Undang-Undang No. 13 Tahun 1998).

Sebagian besar lansia menjalani masa tua dengan bahagia, namun tidak sedikit juga yang mengalami hal sebaliknya. Hal ini terjadi akibat beberapa stresor yang dialami yaitu perubahan biologis, psikologis, sosial, emosional dan spiritual serta psikososial meliputi kehilangan orang yang dicintai, kehilangan pekerjaan, merasa sepi, merasa hampa, berkurangnya interaksi sosial dan dukungan sosial. Perubahan tersebut menimbulkan stres pada lansia yang ditandai dengan adanya perasaan tidak berguna, merasa disingkirkan dan tidak dibutuhkan lagi (Hawari, 2007). Keadaan tersebut cenderung berpotensi menimbulkan masalah kesehatan secara umum maupun kesehatan jiwa secara khusus pada lansia (Thong, 2011). Dapat disimpulkan bahwa salah satu masalah kesehatan

jiwa yang dapat dialami oleh lansia adalah harga diri rendah. Terapi *reminiscence* dapat diberikan untuk mengatasi harga diri rendah. Florensa, Hamid dan Mustikasari (2013) menyampaikan bahwa terapi *reminiscence* meningkatkan harga diri lansia.

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh terapi *reminiscence* terhadap harga diri lansia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Natar.

METODE

Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain *quasi eksperimental pre-post test without control group* dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dan metode *random sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah 70 lansia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia dengan jumlah sampel adalah 30 responden. Sampel yang diambil adalah lansia yang mengalami harga diri rendah dengan skor < 15 . Peneliti menggunakan kuesioner *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) untuk mengukur harga diri lansia. Peneliti mengukur harga diri dengan menggunakan skala likert (0-3), dimana nilai pernyataan yang *favorable* 3=sangat setuju, 2=setuju, 1=tidak setuju dan 0=sangat tidak setuju sedangkan nilai pernyataan *nonfavorable* 3=sangat tidak setuju, 2=tidak setuju, 1=setuju dan 0=sangat setuju. Kuesioner ini terdiri dari 6 pernyataan positif dan 4 pernyataan negatif sehingga didapatkan nilai minimum=0 dan nilai maksimum=30, dengan kategori harga diri rendah < 15 dan harga diri tinggi ≥ 15 .

Persiapan administrasi telah dilakukan dengan mengurus semua perizinan dengan memperhatikan aspek legal penelitian. Persiapan administrasi diawali dengan mengajukan untuk dilakukan uji etik kepada Komite Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Tanjung Karang dan mengurus surat izin penelitian kepada Direktur Poltekkes Tanjung Karang. Selanjutnya, surat izin penelitian dari Direktur Poltekkes Tanjung Karang peneliti sampaikan kepada Kepala UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Natar. Setelah peneliti diberikan izin penelitian, kemudian peneliti melakukan pengambilan data. Setelah proses pengambilan data selesai, peneliti melaporkan kepada Kepala UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Natar untuk mengeluarkan surat keterangan telah melakukan penelitian bagi peneliti.

Persiapan penelitian dilakukan dengan menyelesaikan perizinan dari Direktur Poltekkes Tanjung Karang, Kepala UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Natar dan melakukan *informed consent* kepada responden. Penelitian ini dilakukan selama 10 hari. Penelitian ini menghargai prinsip dasar etik bagi responden

yaitu prinsip menghargai martabat manusia, prinsip anonimitas dan kerahasiaan, prinsip manfaat, tidak merugikan, dan keadilan. Persiapan pengumpulan data dilakukan dengan menyiapkan logistik yang diperlukan dalam penelitian dan menyiapkan diri untuk melakukan penelitian. Logistik yang dimaksudkan adalah lembar kuesioner dan modul terapi *reminiscence*. Persiapan pengambilan responden dilakukan dengan menilai responden apakah memenuhi kriteria inklusi. Jika telah memenuhi kriteria inklusi, selanjutnya peneliti meminta persetujuan pada lansia untuk dijadikan responden dalam penelitian.

Peneliti menjelaskan tujuan dan manfaat yang didapatkan responden dari terapi yang diberikan dan meminta persetujuannya untuk menjadi responden melalui penandatanganan lembar *informed consent*. Pada hari pertama, setelah responden menandatangani lembar *informed consent*, *pre test* dilakukan untuk mengetahui harga diri lansia sebelum diberikan terapi *reminiscence*. Selanjutnya peneliti memberikan terapi *reminiscence* yang terdiri dari 6 sesi kepada 30 responden selama 10 hari. Pada sesi 1, lansia mengidentifikasi perubahan dan masalah yang dialami lansia; pada sesi 2, lansia

berbagi pengalaman masa usia anak; pada sesi 3, lansia berbagi pengalaman masa remaja; pada sesi 4, lansia berbagi pengalaman masa dewasa; pada sesi 5, lansia berbagi pengalaman masa lansia; dan pada sesi 6 dilakukan evaluasi terhadap terapi *reminiscence* yang sudah dilakukan. Pada hari ke-1, dilakukan kegiatan terapi *reminiscence* sesi 1 dan 2 kepada 15 lansia/hari dari pukul 08.00 WIB - 16.00 WIB dimana tiap lansia membutuhkan waktu terapi 30 menit. Hari ke-2 dilakukan sesi yang sama pada 15 lansia yang berbeda. Begitu pula hari ke-3 dan seterusnya dilanjutkan sampai 6 sesi. Pada hari terakhir, dilakukan *post test* untuk mengetahui harga diri lansia setelah diberikan terapi *reminiscence*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 di bawah ini diketahui bahwa harga diri lansia meningkat dari 12.85 menjadi 17.48 dengan selisih 4.63; berubah menjadi kategori harga diri tinggi. Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa terdapat peningkatan secara bermakna skor harga diri setelah pemberian terapi *reminiscence* ($p \text{ value} < 0,05$).

Tabel 1. Pengaruh Terapi *Reminiscence* terhadap Harga Diri Lansia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Natar Lampung Tahun 2022 (n=30 orang)

Variabel	Terapi <i>Reminiscence</i>						
	Mean Sebelum	Mean Sesudah	Mean Diff.	SD	95% CI		p value
					Min	Max	
Harga Diri	12.85	17.48	4.63	0.339	12	20	0.000

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa harga diri lansia meningkat dari 12.85 menjadi 17.48 dengan selisih 4.63; berubah menjadi kategori harga diri tinggi. Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa terdapat peningkatan secara bermakna skor harga diri setelah pemberian terapi *reminiscence* ($p \text{ value} < 0,05$). Hal ini sejalan dengan Florensa, Hamid dan Mustikasari (2013) dalam karya ilmiah akhirnya yang menunjukkan bahwa adanya peningkatan harga diri pada lansia setelah diberikan terapi *reminiscence*. Chen, Li dan Li (2012) juga menyatakan bahwa terapi *reminiscence* diberikan untuk mengingat kejadian masa lalu namun merupakan 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 yang dirancang khusus bagi lansia agar status kesehatan mental meningkat dengan *recalling* dan akses memori yang masih eksis. Dapat disimpulkan bahwa

terapi *reminiscence* sesuai diberikan kepada lansia untuk meningkatkan harga diri rendah.

Pada saat diberikan terapi *reminiscence*, lansia peka dan menerima informasi yang diberikan, lansia berpartisipasi dan memperhatikan saat perawat menjelaskan cara mengatasi harga diri rendah dengan terapi *reminiscence*. Setelah diberikan latihan, lansia menentukan sikapnya dengan melakukan latihan yang sudah diajarkan sehingga pada akhirnya latihan yang sudah diberikan dilakukan sesuai jadwal sehingga dapat meningkatkan harga diri rendah. Hal ini sejalan dengan Bloom, et. al. (1956) yang menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi afektif adalah penerimaan (*receiving*), partisipasi (*responding*), sikap (*valuing*), organisasi (*organization*) dan pembentukan pola hidup (*characterization by a value*).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa terapi *reminiscence* mampu meningkatkan harga diri rendah pada lansia. Tingkat harga diri rendah lansia setelah pemberian terapi *reminiscence* meningkat

dibandingkan sebelum diberikan terapi walaupun perubahan yang terjadi belum optimal, yaitu mengalami peningkatan 4.63. Hal ini menunjukkan bahwa perlu pemberian tindakan keperawatan lain untuk meningkatkan harga diri rendah pada lansia semakin optimal. Tindakan keperawatan yang bisa diberikan adalah tindakan keperawatan ners spesialis individu, keluarga atau kelompok.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan peningkatan harga diri setelah diberikan terapi *reminiscence* pada lansia yang mengalami harga diri rendah di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Natar. Hasil ini merekomendasikan perlunya penelitian selanjutnya untuk melihat efektivitas terapi *reminiscence* terhadap peningkatan harga diri lansia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Natar. Selain itu, perawat diharapkan dapat memberikan tindakan keperawatan terapi *reminiscence* secara optimal kepada lansia yang mengalami harga diri rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Hastuti, Puji, Rusmini, R. (2020). Undang-Undang Nomor 4 Tahun 2019 Tentang Kebidanan: Diploma III Kebidanan Tidak Dapat Melakukan Praktik Mandiri Bidan.
- Kemenukham. (2019). *Undang-Undang Nomor 4 Tahun 2019 Tentang Kebidanan*.
- Kusumawati, W., & Soenarto Sastrowijoto, (2014). *Atribut Dan Disain Pembelajaran Perilaku Profesional (Pp) Dalam Pendidikan Dokter Di Indonesia*. Jogjakarta: UGM.
- Mansyur. (1996). *Pemanfaatan Model-Model Pembelajaran: Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Dirjen Pembinaan Kelembagaan Agama Islam dan Universitas Terbuka.
- Nuryuniarti, R. &. (2017). Gambaran Pengetahuan Mahasiswa Tingkat II Tentang Etika Kebidanan Di DIII Kebidanan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya Tahun 2017. *urnal Bimtas: Jurnal Kebidanan Umtas*, 14-23.
- Hastuti, Puji, Rusmini, R. (2020). Undang-Undang Nomor 4 Tahun 2019 Tentang Kebidanan: Diploma III Kebidanan Tidak Dapat Melakukan Praktik Mandiri Bidan. *Jurnal Sains Kebidanan*, 2(2), 21–25.
- Nur, I. (2009). *Pengaruh Faktor Personal dan Lingkungan terhadap Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja di SMAN 1 Baturaden dan SMAN 1 Purwokerto*. 1–203.
- Prihatsanti, W. (2018). Menggunakan Studi Kasus sebagai Metode Ilmiah dalam Psikologi. *Buletin Psikologi*, 26(2), 126–136. <https://doi.org/doi:https://doi.org/10.22146>

/buletinpsikologi

- Turingsih, R. A. A. I. (2012). Tanggung jawab keperawatan bidan dalam pelayanan kesehatan. *Mimbar Hukum*, 24(Perdata, Bagian Hukum Hukum, Fakultas Gadjah, Universitas Sosio, Jalan Nomor, Justicia Yogyakarta, D I), 187–375.
- Rahardjo, M. (2017). *Studi kasus dalam penelitian kualitatif: konsep dan prosedurnya*. Malang: Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Saifuddin, A. B. (2009). *Paduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: PT Bina Pustaka.
- Wahab, A. A. (2009). *Metode dan Model-Model Mengajar*. Bandung: Alfabeta.