A-PDF Watermark DEMO: Purchase from www.A-PDF.com to remove the watermark

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses menua merupakan suatu perubahan progresif pada organisme yang telah mencapai kematangan dan menunjukan adanya tanda-tanda kemunduran seperti penurunan fisik dan rentan terkena penyakit tertentu (Lestari, 2011). Masa lanjut usia merupakan tahap perkembangan paling akhir dari siklus kehidupan manusia. Lansia adalah seseorang yang karena usianya mengalami perubahan biologis, fisik, kejiwaan dan sosial (Fatimah, 2010). Individu yang memasuki masalah lanjut usia akan terjadi berbagai perubahan baik yang bersifat fisik, mental maupun social dan proses alamiah ini merupakan proses perkembangan manusia sejak periode awal sampai lanjut usia yang tidak dapat di hindari sehingga perubahan-perubahan tersebut menempatkan individu lanjut usia pada posisi serba salah yang akhirnya menjadi sumber akumulasi stres dan frustasi (Indriyana, 2010).

Proses penuaan menyangkut terjadinya berbagai perubahan yang akan berdampak pada penurunan kondisi fisik, mental, psikososial, perubahan yang berkaitan dengan pekerjaan dan peran sosial lansia. Lansia dapat mengalami penurunan kemandirian lansia oleh karena keterbatasan mobilitas, kelemahan,

STIKES BETHESDA YAKKUM

timbulnya masalah mental atau fisik, dan penurunan status social ekonomi oleh karena pensiun, atau mengalami kecacatan (WHO, 2013).

Lansia adalah orang-orang yang sudah mencapai umur 60 tahun keatas (kemenkes, 2014). Batasan lansia yang di tetapkan oleh *World Health Organization* (WHO) seseorang yang berusia 60 tahun atau lebih. Batasan usia ini sesuai dengan batasan yang di tetapkan di Indonesia yang tercantum dalam UUD No. 13 tahun 1998 tentang kesejateraan lansia (Depkes, 2011). Penduduk lanjut usia di dunia pada tahun 2012 mencapai 680 juta jiwa dan yang mengalami stres sekitar 32 %. Penduduk lanjut usia di Swedia 17,4 %, Belgia 16,4 %, Jerman 15,9 % dan di Negara Asia Tenggara yang berusia di atas 60 tahun berjumlah 124 juta orang dan di perkirakan akan terus meningkat sehingga tiga kali lipat di tahun 2020 (WHO, 2016). Lansia di Indonesia dari tahun ke tahun semakin meningkat, pada tahun 2010 terdapat 9,77 % (23,9 juta jiwa), tahun 2020 akan terdapat 11,34 % (28,8 juta jiwa) dan 2050 diperkirakan menjadi dua kali lipat jumlah lansia di Indonesia (MenkoKesra, 2010).

Data badan pusat statistik menunjukan jumlah lansia terus meningkat seperti di Aceh di tahun 2009 jumlah lansia 5,37 juta jiwa menjadi 14,4 juta jiwa pada tahun 2010 dan diperkirakan pada tahun 2020 mencapai 28,8 juta jiwa. Stres adalah kejadian eksternal serta situasi lingkungan yang membebani kemampuan adaptasi individu terutama beban emosional dan kejiwaan (Tamher & Noorkasiani, 2009). Stres bukan penyakit, tetapi menjadi awal timbulnya penyakit mental atau fisik jika terlalu lama (Hawari, 2011). Stres

STIKES BETHESDA YAKKUM

merupakan sesuatu yang menimbulkan ketengangan, rangsangan dan berpotensi mengaksibatkan ketidakstabilan sistem tubuh dimana ketengangan itu menghasilkan rangsangan atau kekuatan yang terjadi di lingkungan internal ataupun ekternal (Neuman dan Fawcett, 2011). Status kesehatan lansia dipengaruhi banyak hal yang meliputi penyakit fisik, kecacatan fisik, gangguan kognitif dan kehilangan pasangan, hal ini juga menjadi sumber stres pada lansia (Townsend, 2015). Stres pada lansia disebabkan oleh beberapa hal yaitu pertama masalah yang disebabkan oleh perubahan hidup dan kemunduran fisik yang dialami oleh lansia. Penyebab kedua adalah lansia yang mengalami kesepian yang disebabkan oleh putusnya hubungan dengan orang-orang yang paling dekat dan disayangi. Ketiga adalah adanya *post power syndrome,* hal ini dialami lansia yang baru saja mengalami pensiun, kehilangan kekuatan, penghasilan dan kebahagiaan (Hidayati, 2017). Stres yang terjadi memerlukan pengelolaan stres yang baik, hal ini dapat dilakukan terapi farmakologi yang meliputi yaitu penggunaan obat cemas (*axiolytic*) dan anti depresi (*anti depressant*) serta terapi non farmakologi yang meliputi pendekatan perilaku, pendekatan kognitif serta relaksasi (Kusuma, 2010). Menurut Sawitri (2010) terapi warna hijau dapat mengurangi tingkat stres pada lansia dimana pemberian terapi warna hijau dapat meningkatkan kadar oksitosin dalam darah, sehingga efek ansiolitik yang dikeluarkan dapat menurunkan stres (Liza, 2010). Hortikultura merupakan salah satu kegiatan bercocok tanam yang menggunakan media tanaman dengan tujuan yang bermacam-macam. Terapi hortikultura

STIKES BETHESDA YAKKUM

merupakan salah satu intervensi yang menggunakan media tanaman, aktifitas berkebun dan kedekatan terhadap alam yang digunakan sebagai program terapi dan rehabilitasi (Silitonga, 2017).

Penerapan hortikultura dapat dilakukan di berbagai tempat seperti tempat rehabilitasi, rumah sakit, institusi psikiatri, sekolah dan panti sosial. Terapi ini dapat ditujukan kepada orang yang memiliki disabilitas secara fisik maupun mental, lanjut usia dan orang ketergantungan obat serta penyimpangan sosial (Yuwanto, 2011). Pemberian terapi hortikultura pada lansia dapat melatih dan menjaga kemampuan motorik, seperti koordinasi mata dan tangan, melatih otot-otot serta memberikan latihan ringan. Terapi hortikultura juga membantu lansia untuk meningkatkan kepercayaan diri serta memunculkan rasa puas ketika tanaman yang mereka tanam dapat tumbuh sehingga lansia mampu mengontrol hidupnya (Silitonga, 2017).

Studi awal dilakukan peneliti pada tanggal 14 September 2020 di Studi awal dilakukan peneliti pada tanggal 29 September 2019 di RT 03 RW 37 kerlurahan Sinduharjo kecamatan Ngaglik Sleman Yogyakarta. Desa Sinduharjo sebagai satu wilayah satelit kota Yogyakarta, karakteristik desa sinduharjo terutama bagian selatan kental dengan nuansa urban. Penduduknya hetrogen, banyak berdiri tempat usaha komersial, mulai dari tempat perbelanjaan, kafe, hingga salon. Masih banyak juga yang mata pencaharian sebagai petani terutama di wilayah utara. Memang di wilayah utara pertanian masih menjadi aktivitas yang menonjol. Secara administratif Sinduharjo

STIKES BETHESDA YAKKUM

masuk dalam kecamatan Ngaklik kabupaten Sleman daerah Istimewa Yogyakarta.

Secara geografis desa ini terletak di sebelah utara kota Yogyakarta dan terbelah oleh jalan kaliurang, di samping kondisi masyarakatnya yang cukup padat serta kondisi sosial yang cukup kompleks dengan mata pencaharian yang beraneka ragam, perkembangan pembangunan sinduharjo terbilang sangat cepat. Secara historis desa sinduharjo merupakan penggabungan 3 kelurahan lama, yakni kelurahan Gentan, kelurahan Dayu dan kelurahan Prujakan. Saat ini wilayah Sinduharjo meliputi 17 Padukuhan, yaitu Tamanan, Ngemplak, Pedak, Gadingan, Dukuh, Palgading, Nglaban, Gentan, Tambakan, Ngabean kulon, Ngabean wetan, Banteng, Prujakan, Jaban, Ngentak, Lojajar dan Dayu. Lansia di RT 03 RW 37 Ngabean Wetan berjumlah 30 orang terdiri dari laki-laki 13 orang dan perempuan 17 orang. Pada studi awal peneliti menyebarkan kuesioner *Geriatric Depression Scale* (GDS) kepada 6 responden dan terdapat 4 lansia yang mengalami stres dan 2 orang lansia tidak mengalami stres. Lansia yang mengalami stres cenderung mudah tersinggung, bereaksi berlebihan, gelisah dengan kodisi pandemi korona, kondisi emosi yang berubah-ubah, daya ingat menurun, kondisi fisik menurun, menarik diri, sulit berkonsentrasi, mudah sakit, mengalami susah tidur, nyeri otot di seluruh tubuh tanpa jelas penyebabnya, nafsu makan menurun atau meningkat, mudah lelah dan sulit mentoleransi gangguan-gangguan terhadap hal yang sedang dilakukan saat merasa ketakutan.

STIKES BETHESDA YAKKUM

B. Rumusan Masalah

Sesuai uraian latar belakang maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: "Adakah pengaruh terapi hortikultura terhadap tingkat stres lansia di RT 03 RW 37 Kelurahan Sinduharjo kecamatan Ngaglik Sleman Yogyakarta tahun 2020?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Terapi Hortikultura Terhadap Tingkat Stres Lansia di RT 03 RW 37 Kelurahan Sinduharjo kecamatan Ngaglik Sleman Yogyakarta tahun 2020

2. TujuanKhusus

   a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin, status perkawinan dan tingkat pendidikan lansia di RT 03 RW 37 Kelurahan Sinduharjo kecamatan Ngaglik Sleman Yogyakarta.

   b. Untuk mengetahui tingkat stres lansia sebelum dan sesudah dilakukan terapi hortikultura di RT 03 RW 37 Kelurahan Sinduharjo kecamatan Ngaglik Sleman Yogyakarta.

STIKES BETHESDA YAKKUM

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi STIKES Bethesda Yakkum

   Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan sumber informasi dalam pengembangan ilmu pengetahuan keperawatan bidang gerontik mahasiswa sebagai calon perawat yang professional

2. Bagi Lanjut Usia di RT 03 RW 37 kelurahan Sinduharjo kecamatan Ngaglik Sleman Yogyakarta

   Hasil Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi terkait tingkat stres lansia dan sebagai masukan untuk terapi dalam mengatasi stres lansia

3. Bagi peneliti

   Di harapkan hasil penelitian dapat menambah pengalaman dalam meneliti dan meningkatkan pemahaman serta wawasan peneliti khususnya di bidang terapi hortikultura untuk mengatasi tingkat stres lansia

4. Bagi Peneliti lain

   Hasil penelitian ini dapat di jadikan referensi dalam mengembangkan penelitian yang berkaitan dengan pengaruh terapi hortikultura terhadap tingkat stres lansia

STIKES BETHESDA YAKKUM

E. Keaslian penelitian

Tabel 1

Keaslian penelitian

No	Nama peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Christina Samodara Hendry Palendeng Vandri D. Kallo	Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Stres Psikologis Pada Lanjut Usia Di Panti Werdha Kota Manado tahun 2015	Desain penelitian ini menggunakan *pre eskperimental* dengan *one group Pre test Post test design*. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan *total sampling* dengan jumlah sampel 30 orang	Hasil penelitian menggunakan *uji T-test paired samples test* didapatkan nilai p=0,000 < α=0,05. Hasil penelitian menunjukan adanya pengaruh terapi tertawa terhadap stres psikologis lansia di Panti Werdha Manado tahun 2015.	Pada penelitian ini dan penelitian yang akan dilakukan menggunakan *pre eksperimen* dengan *one group pre test* dan *post test without control*. Pada penelitian ini dan penelitian yang akan dilakukan menggunakan variabel terikat yang sama yaitu tingkat stres pada lansia.	Pada penelitian ini yang menjadi varibel bebasnya adalah terapi tertawa sedangkan pada penelitian ini variabel bebasnya adalah terapi hortikultura. Pada penelitian ini pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan tehnik *purposive sampling.*

STIKES BETHESDA YAKKUM

No	Nama peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
2	Resvita	Pengaruh Terapi	Penelitian ini	Hasil uji pengaruh	Menggunakan	Pada penelitian ini
		Warna Hijau Terhadap Penurunan Tingkat Stres Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi D IV Fisioterapi Angkatan 2010 Surakarta 2014	menggunakan metode *Quasi Eksperimen* dengan *pre test* dan *post test without cotrol group design.* Jumlah responden 18 orang, yang dibagi menjadi 9 kelompok perlakuan dan 9 kelompok kontrol. Derajat stres diukur menggunakan kuesioner satu hari sebelum dilakukan terapi dan diukur kembali pada hari ke-8, pemberian terapi warna hijau dilakukan secara rutin 7 kali selama 15 menit.	terapi warna hijau menggunakan *Wilcoxon Test* menunjukan nilai p-*value* sebesar 0,008 < 0,05 kesimpulannya signifikan sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh terapi warna hijau terhadap penurunan tingkat stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa program studi D IV fisioterapi angkatan 2010	variabel terikat yang sama yaitu tingkat stres pada Pada penelitian ini dan penelitian yang akan dilakukan menggunakan *pre eksperimen* dengan *one group pre test* dan *post test without control* Pada penelitian ini dan penelitian yang akan dilakukan lansia.	yang menjadi varibel bebasnya adalah warna hijau sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan variabel bebasnya adalah terapi hortikultura. Pada penelitian ini pengambilan sampel menggunakan *total sampling* sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan tehnik *purposive sampling.* Pada penelitian ini menggunakan dua kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sedangkan penelitian yang akan

STIKES BETHESDA YAKKUM

No	Nama peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
3	Aris Nugraha	Pengaruh	Desain penelitian	Hasil penelitian	Menggunakan	Pada penelitian ini
	Silitonga, Monty P dan Widya Risnawati	*Horticulture Therapy* Terhadap Tingkat Agresi Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan jawa tengah 2016	ini dilakukan *Quasi Eksperimen* dengan *pre test* dan *post test without cotrol group design* dengan pengambilan sampling dengan *purposive sampling*	menunjukan bahwa: Model yang di bangun dalam penelitian ini sesuai dengan hasil uji lapangan. Ada pengaruh yang signifikan dari dua dimensi variabel *horticulture therapy* yaitu pembekalan kemandirian dan pembentukan kepribadian secara bersama-sama terhadap tingkat agresi nara pidana sebesar 29,8%.	variabel bebas yang sama yaitu terapi hortikultura. Pada penelitian ini dan penelitian yang akan dilakukan menggunakan *pre eksperimen* dengan *one group pre test* dan *post test without control* Pada penelitian ini dan penelitian yang akan dilakukan pengambilan sampling dengan *purposive sampling*.	grup saja.yang menjadi varibel terikatnyaadalah tingkat agresi sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan variabel terikatnya adalah tingkat stres.

STIKES BETHESDA YAKKUM

No	Nama peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
4	Miftahuddin Habibullah	Penerapan terapi Modalitas Berkebun Terhadap Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Posyandu Desa Palem Kecamatan Karangrejo Kabupaten Magetan Jawa Timur 2019.	Desain penelitian ini menggunakan *pre eskperimental* dengan *onegroupPre-Test-Post-Test*. Teknik pengambilan sampling dengan jumlah sampel 25 lansia. Uji statistic yang digunakan adalah *Wilcoxo*n	Hasil Penelitian menunjukan bahwa nilai p-value = 0,000(p < 0,05) yang artinya adalah pengaruh terapi modalitas berkebun terhadap kualitas hidup lansia hipertensi di posyandu desa Palem kecamatan karangrejo kabupaten Magetan.	Variabel bebas yang sama yaitu terapi hortikultura Pada penelitian ini dan penelitian yang akan dilakukan menggunakan *pre eksperimen* dengan *one group pre test* dan *post test withoit control*. Pada penelitian ini dan penelitian yang akan dilakukan pengambilan sampling dengan *purposive sampling*.	Pada penelitian ini yang menjadi varibel terikatnya adalah kualitas hidup sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan variabel terikatnya adalah tingkat stress

STIKES BETHESDA YAKKUM