

BAB 1

PENDAHULUAN

Menurut permenkes Undang-Undang No 67 Tahun 2015 tentang penyelenggaraan pelayanan kesehatan lanjut usia di pusat kesehatan masyarakat pada pasal 1 ayat 1 dan 2 yang menyebutkan Lanjut Usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas. Pasien Geriatri adalah pasien Lanjut Usia dengan multi penyakit dan/atau gangguan akibat penurunan fungsi organ, psikologi, sosial, ekonomi dan lingkungan yang membutuhkan pelayanan kesehatan secara terpadu dengan pendekatan multidisiplin yang bekerja secara interdisiplin (Kemenkes, 2015). Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa orang lanjut usia telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas yang mulai mengalami proses penuaan.

Data WHO menunjukkan pada tahun 2000 usia harapan hidup orang didunia adalah 66 tahun, pada tahun 2012 naik menjadi 70 tahun dan pada tahun 2013 menjadi 71 tahun. Jumlah proporsi lansia di Indonesia juga bertambah setiap tahunnya. Data WHO pada tahun 2009 menunjukkan lansia berjumlah 7,49% dari total populasi, tahun 2011 menjadi 7,69% dan pada tahun 2013 didapatkan proporsi lansia sebesar 8,1% dari total populasi (WHO, 2015). Data yang tercatat dari hasil survei kesehatan nasional yang dilakukan pada tahun 2019, lansia keseluruhan yang ada di Indonesia terdapat 25,66 juta orang atau terdapat sekitar 9,60% dari total penduduk yang ada di Indonesia. Keberadaan penduduk lansia tersebar baik di perkotaan maupun perdesaan, dimana lansia yang tinggal di perkotaan lebih tinggi dari perdesaan (52,80% berbanding 47,20%). Adapun presentase lansia di Indonesia didominasi oleh lansia muda (kelompok umur 60-69 tahun) yang presentasenya mencapai 63,82%, sisanya adalah lansia madya (kelompok umur 70-79 tahun) sebesar 27,68% dan lansia tua (kelompok umur 80+ tahun) sebesar 8,50% (BPS, 2019). Prevalensi lansia di Jawa Tengah menunjukkan bahwa pada tahun 2014 jumlah lansia mencapai 3,83 juta jiwa atau 11,43 % dari seluruh penduduk Provinsi Jawa Tengah kemudian naik menjadi 3,96 juta jiwa atau sebesar 11,72 %

pada tahun 2015. Sedangkan berdasarkan hasil Angka Proyeksi Penduduk tahun 2018 jumlah lansia di Provinsi Jawa Tengah meningkat menjadi 4,49 juta jiwa atau sebesar 13.03 % (BPS Jateng, 2018).

Menua atau menjadi tua adalah suatu proses biologis yang tidak dapat dihindari. Proses penuaan terjadi secara alamiah. Hal ini dapat menimbulkan masalah fisik, mental, sosial, ekonomi dan psikologis (Anasari, 2015). Perubahan-perubahan yang terjadi pada lansia dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan. Salah satu indikator utama tingkat kesehatan masyarakat adalah meningkatnya usia harapan hidup. Dengan meningkatnya usia harapan hidup, semakin banyak pula penduduk lanjut usia. Meningkatnya jumlah penduduk lansia menimbulkan sejumlah masalah, terutama aspek kesehatan dan kesejahteraan lansia, secara psikologis masalah yang sering dijumpai akibat degeneratif lansia adalah kecemasan (Sahab, 2018). Menurut Riskesdas (2018), prevalensi penduduk usia 15 tahun ke atas yang mengalami gangguan mental emosional secara nasional mengalami peningkatan dari 6.0 % di tahun 2013 menjadi 9.8%. Sedangkan Jawa Tengah angka gangguan emosional sebesar 4,9%. Salah satu jenis gangguan mental emosional yang sering muncul adalah kecemasan atau ansietas.

Kecemasan pada lansia adalah reaksi yang normal terhadap stress dan ancaman berbahaya. Kecemasan merupakan reaksi emosional terhadap persepsi adanya bahaya, baik yang nyata maupun yang nyata maupun yang belum tentu ada. Kecemasan dan ketakutan serung diartikan sama; namun, ketakutan biasanya merujuk akan adanya ancaman yang spesifik; sedangkan kecemasan merujuk akan adanya ancaman yang hanya berdasarkan hasil asumsi yang belum tentu benar (Priyoto, 2015). Kondisi pikiran, perasaan dan fisik merupakan satu kesatuan yang saling berkaitan. Kecemasan yang dirasakan merupakan awal dari masalah selanjutnya, ini dikarenakan sebagian besar penyakit disebabkan oleh psikis atau spiritual. Kondisi pikiran yang penuh tekanan, diliputi rasa cemas, marah, sedih, dendam, menyebabkan tubuh menghasilkan hormone *noradrenalin* yang merupakan hormone yang sangat beracun setara dengan bisa ular. Hormon ini menyebabkan tingginya kadar *radikal bebas* yang memicu penyakit kanker, stroke,

jantung koroner, penuaan dini, dan lain-lain. Sebaliknya, perasaan bahagia, bersyukur, ikhlas, tulus, menyebabkan tubuh kita menghasilkan hormon *beta-endorfin*, yang menghasilkan rasa nyaman, dan mampu meningkatkan kekebalan tubuh serta menyembuhkan dari berbagai penyakit kronis (Anasari,2015).

Keterbatasan informasi dan edukasi pada lansia dan masyarakat umum menjadi faktor yang berpengaruh terhadap perilaku kesehatan. Pendidikan kesehatan dapat menyampaikan informasi atau pesan kesehatan pada masyarakat umum dan lansia khususnya yang mengalami kecemasan. Apabila masyarakat mengetahui dan memahami tentang terapi tertawa baik pengertian, manfaat, dan pelaksanaannya maka akan memberikan dampak yang positif. Salah satu cara agar informasi dapat diterima dan mudah dipahami oleh masyarakat khususnya lansia yang mengalami kecemasan yaitu dengan media audio visual/video. Media video menampilkan gambar yang bergerak, tulisan, serta didalam video terdapat suara yang menjelaskan mengenai gambar yang ditampilkan, sehingga dapat menarik perhatian dari sasaran pendidikan kesehatan. Media video menampilkan materi-materi secara ringkas, jelas, dan mudah dipahami, hal ini dapat mempermudah pemahaman dan memperkuat ingatan responden. Dengan menggunakan media video pembelajaran menjadi lebih variatif, menarik, dan menyenangkan (Rusyanti, 2019).

Media informasi terkait terapi benson dengan media video belumpernah ada, maka penulis tertarik menggunakan media video sebagai media komunikasi pendidikan kesehatan karena belum pernah ada yang membuat dan belum pernah dipublikasikan oleh orang lain. Untuk itu perlunya penulis akan menggunakan media luaran yaitu video. Karena dengan memanfaatkan penggunaan media audio visual sebagai media komunikasi pendidikan kesehatan dapat lebih mudah diterima oleh lansia. Video yang disajikan dalam dengan penjelasan tentang langkah-langkah terapi benson dan contoh gerakan ditiap langkah-langkah.. Adapun tujuan umum dibuatnya media video ini yaitu untuk Memberikan informasi tetang menerapkan terapi benson untuk menurunkan tingkat kecemasan pada lanjut usia. Kemudian untuk tujuan khusus dibuatnya media video ini untuk meningkatkan

pengetahuan serta keterampilan terapi tertawa untuk lansia yang mengalami kecemasan. Dengan media video diharapkan dapat menjadi manfaat. Bagi masyarakat terutama pada lansia yang mengalami kecemasan dan dapat menambah informasi tentang terapi benson sebagai rangkaian kegiatan kesehatan, yang nantinya dapat dipraktikkan secara mandiri, dengan upaya menurunkan tingkat kecemasan maupun sebagai upaya mencegah munculnya kecemasan. Bagi tenaga kesehatan, dengan luaran media video ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan media penyuluhan kesehatan pada lansia untuk mencegah munculnya kecemasan.