

BAB 1

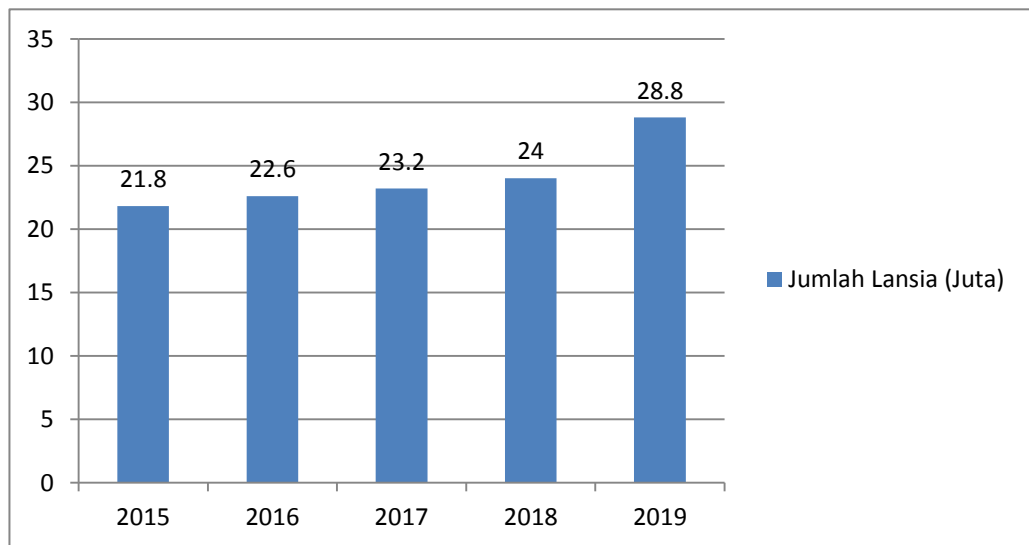
PENDAHULUAN

A.Latar Belakang

Lanjut usia adalah tahap akhir dari proses penuaan, pada tahap ini biasanya individu tersebut sudah mengalami kemunduran fungsi fisiologis organ. Pada waktu seseorang memasuki masa usia lanjut, terjadi berbagai perubahan baik yang bersifat fisik mental, maupun sosial. Hal ini dapat menyebabkan beberapa orang mengalami depresif, kecemasan atau merasa tidak senang memasuki masa usia lanjut (Yeniar, 2012).

Data dunia menunjukkan bahwa jumlah usia lanjut diperkirakan ada 500 juta dengan usia rata-rata 60 tahun dan diperkirakan tahun 2025 akan mencapai 1,2 milyar. Pada negara maju seperti Amerika Serikat pertambahan orang usia diperkirakan 50% dari penduduk berusia diatas 50 tahun (Padila, 2013). Data Komisi Nasional Lanjut Usia (Komnaslansia, 2018), di Indonesia terjadi percepatan peningkatan penduduk lansia secara signifikan. Tercatat pada tahun 2015 lansia berjumlah 21,8 juta jiwa, sebanyak 24 juta jiwa di tahun 2018 dan diperkirakan akan menjadi 28,8 juta jiwa pada tahun 2020.

Diagram 1.1 Presentase Penduduk Lansia di Indonesia Tahun 2015-2020



Penduduk lansia berumur lebih dari 60 tahun di Surakarta pada tahun 2013 sebanyak 4562 jiwa dan pada tahun 2015 sebanyak 52610 jiwa dan setiap tahunnya jumlah lansia selalu bertambah, sedangkan pada tahun 2016 adalah 54564 jiwa penduduk lansia (Dinas Kependudukan, 2015). Usia yang semakin bertambah berbagai macam perubahan akan dialami oleh lansia seperti perubahan fisik maupun psikologi yang dialami akibat proses menua yang akan menimbulkan masalah baru salah satunya adalah kecemasan (Adayah *et al.* 2017).

Cara yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan seseorang yaitu seperti yoga, meditasi, aromaterapi, dan relaksasi melalui pijat (*massage*). relaksasi melalui pijat merupakan salah satu teknik alternatif yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan seseorang (Sukmawati *et al.*, 2018)

Terdapat salah satu teknik *massage* yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan yaitu teknik *swedish massage therapy* merupakan teknik *massage* yang sering digunakan untuk mengatasi kelelahan memberikan rasa rileks dan menenangkan serta dapat digunakan untuk semua rentang umur. *Swedish massage* merupakan suatu kegiatan yang dapat memberikan efek ketenangan karena ada unsur relaksasi yang terkandung di dalamnya. Rasa tenang selanjutnya akan memberikan respon emosi positif yang sangat berpengaruh dalam mendatangkan persepsi positif dan menunjukkan relaksasi efektif terhadap menurunkan kecemasan lanjut usia (Dewi, *et al* 2017).

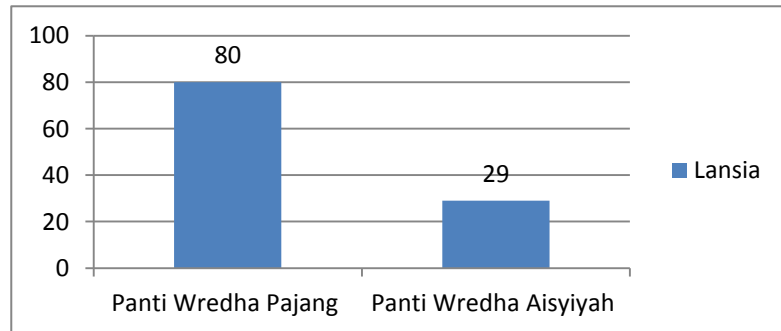
Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Sukmawati *et al.* (2018) untuk menurunkan tingkat kecemasan pada lansia dilakukan terapi *Swedish massage* hasilnya terdapat penurunan tingkat kecemasan setelah dilakukan terapi *swedish massage* mengalami perubahan dari kecemasan kategori sedang ke kategori ringan.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Motlagh *et al.* (2018) hasil penelitiannya menunjukkan bahwa *swedish massage* dapat mengurangi kecemasan pada wanita yang mengalami gangguan kecemasan karena peningkatan vital akibat hipertensi, hasilnya terdapat penurunan tingkat

kecemasan dari kecemasan kategori sedang menjadi kecemasan kategori ringan.

Studi pendahuluan yang dilakukan di kota Surakarta terdapat 2 Panti Wredha yaitu Panti Wredha Pajang dan Panti Wredha Aisyiyah. Berikut adalah jumlah lansia yang terdapat di Panti Wredha Pajang dan Panti Wredha Aisyiyah.

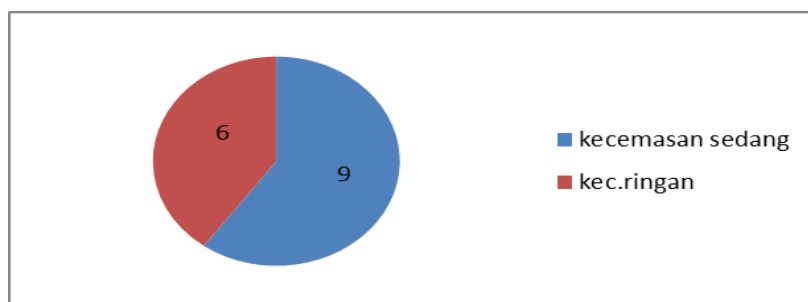
Diagram 1.2 Jumlah Lansia di Panti Wredha Pajang dan Panti Wredha Aisyiyah 2019



Dari diagram diatas Panti Wredha Pajang menampung lansia sebanyak 80 orang lansia yang terdiri dari 35 perempuan dan 45 lansia laki-laki, Panti Wredha Aisyiyah menampung lansia sebanyak 29 lansia perempuan. Diketahui Panti Wredha yang paling banyak lansianya yaitu Panti Wredha Darma Bhakti Pajang.

Wawancara dengan 25 lansia di Panti Wredha Dharma Bhakti Pajang, 15 lansia mengatakan dalam menjalani kehidupannya yang jauh sanak keluarga membuat lansia gelisah, hidupnya hampa, takut akan kematian. Dari hasil pengukuran dengan HARS yang dilakukan pada tanggal 15 November 2018 pada 15 lansia terdapat beberapa kategori kecemasan yang terjadi pada lansia berikut angka kecemasan di Panti Wredha Pajang.

Diagram 1.3 Tingkat Kecemasan Lansia Di Panti Wredha Pajang Surakarta



Dari diagram diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan kategori sedang banyak ditemukan di Panti Wredha Pajang dan kepala panti mengatakan bahwa belum mengetahui adanya intervensi lain dalam menurunkan tingkat kecemasan pada lansia yaitu dengan terapi *swedish massage* dapat menurunkan tingkat kecemasan pada lansia, maka peneliti ingin mengetahui adakah pengaruh *therapy swedish massage* dalam tingkat kecemasan pada lansia di Panti Wredha Pajang Surakarta.

B.Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian yaitu: “Apakah ada pengaruh terapi *swedish massage* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lansia di Panti Wredha Pajang Surakarta?”

C.Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum
Mengetahui pengaruh terapi *swedish massage* terhadap penurunan kecemasan pada lansia di Panti Wredha Pajang Surakarta.
2. Tujuan khusus
 - a. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada lansia sebelum dilakukan terapi *swedish massage* di Panti Wredha Pajang Surakarta.
 - b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada lansia sesudah dilakukan terapi *swedish massage* di Panti Wredha Pajang Surakarta.
 - c. Menganalisis perbedaan tingkat kecemasan pada lansia sebelum dan sesudah diberikan terapi *swedish massage* di Panti Wredha Pajang Surakarta.

D.Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi :

1. Lansia
Dapat digunakan sebagai salah satu bentuk terapi relaksasi membuat lansia lebih rileks dalam menghadapi kecemasan. Dapat membantu

menurunkan tingkat kecemasan dengan menggunakan teknik *swedish massage* pada lansia.

2. Perawat

Dalam penanganan lansia yang mengalami kecemasan perawat dapat memanfaatkan terapi *swedish massage* sebagai salah satu bentuk terapi relaksasi bagi lansia.

Dapat menambah salah satu intervensi *non farmakologi* untuk menurunkan tingkat kecemasan pada lansia.

3. Peneliti

Dapat menambah pengetahuan dan memperoleh pengalaman dalam melakukan penelitian, serta mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh dari penelitian ini dapat mengetahui bahwa teknik *swedish massage* mampu menurunkan tingkat kecemasan pada lansia.

E.Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini ditujukan dengan menyertakan penelitian terdahulu sebagai kelanjutan atas penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian-penelitian terdahulu yang memiliki relevansi dengan penelitian ini adalah :

1. Motlagh *et al.* (2017) dalam penelitiannya yang berjudul “Membandingkan Efek Dua Teknik *swedish massage* pada Tanda-Tanda Vital dan Kecemasan Wanita Sehat”. Metode penelitian yang digunakan adalah *Quasy Experimen*. Teknik *Sampling* dilakukan pada 20 wanita sehat dipilih dengan metode sampling acak. Tujuan penelitian ini untuk membandingkan dua teknik terapi *swedish massage* terhadap penurunan tanda-tanda vital kecemasan pada wanita. Hasil penelitian kedua metode dapat menurunkan tingkat kecemasan pada wanita.

Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan penulis terletak pada tempat penelitian, alat ukur menggunakan *PedsQL general score* bukan HARS dan juga variabel terikatnya yaitu tingkat kecemasan pada wanita.

Persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis terletak pada tujuan penelitian, metode penelitian yaitu *quasi eksperimen*, dan juga variabel bebasnya yaitu pengaruh terapi *swedish massage*.

2. Rapaport *et al.* (2017) dalam penelitiannya yang berjudul “Pijat Monoterapi *Swedish Massage* Pada Pasien Gejala Gangguan Kecemasan” Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode eksperimen. Teknik *sampling* menggunakan uji klinis acak dari 40 subyek yang dievaluasi. Tujuan penelitian adalah untuk mengidentifikasi pengaruh terapi *swedish massage* terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien yang mempunyai gejala gangguan kecemasan. Hasil penelitian terdapat penurunan kecemasan setelah dilakukan pijat *Swedish massage*. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan penulis pada tempat penelitian, responden, metode penelitian dan variabel terikatnya yaitu pasien dengan gejala gangguan kecemasan pada pasien. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan penulis terletak pada variabel bebasnya yaitu tentang pengaruh terapi *swedish massage*.
3. Sukmawati *et al.* (2018) dalam penelitiannya yang berjudul “Terapi *Swedish massage* Menurunkan Tingkat Kecemasan Lansia Di Balai Pelayanan Sosial Tresna Wreda (BPSTW) Unit Budi Luhur Yogyakarta”. Metode yang digunakan adalah *quasy experiment* dengan *one group pretest-post test design*. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh terapi *swedish massage* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lansia di BPSTW Unit Budi Luhur Yogyakarta. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan penulis pada waktu dan tempat penelitian, dan lokasi penelitian, alat ukur yang digunakan yaitu kuesioner bukan HARS. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan penulis terletak pada variabel terikat yaitu kecemasan pada lansia dan variabel bebasnya yaitu tentang pengaruh terapi *swedish massage*.
4. Silva *et al.* (2017) dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh Terapi Pijat *swedish massage* Terhadap Tingkat Kecemasan dan Tanda-Tanda Vital Pasien Unit Perawatan Intensif (ICU)”. Metode yang digunakan adalah dengan *quasy experimen*. Teknik *sampling* pasien ICU yang

berusia 18-50 tahun. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengevaluasi bagaimana *swedihs massage* mempengaruhi tingkat kecemasan dan tanda-tanda vital pasien *Intensif Care Unit*. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan penulis pada variabel terikat yaitu tingkat kecemasan dan tanda-tanda vital pasien ICU, dalam penelitian ini menggunakan alat ukur kuisisioner S-STAI bukan HARS. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan penulis terletak pada model desain penelitian yang digunakan yaitu *Quasi Eksperimen* dan variabel bebasnya yaitu tentang pengaruh terapi *swedish massage*.