

**PENGARUH TERAPI *REMINISCENCE* TERHADAP  
TINGKAT KUALITAS HIDUP LANSIA  
DI YAYASAN AL KAUTSAR PALU**

**SKRIPSI**



**EKA NURFADILLAH ISLAMIAH**

**201601012**

**PROGRAM STUDI NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIDYA NUSANTARA PALU  
2020**

## ABSTRAK

EKA NURFADILLAH ISLAMIAH. Pengaruh Terapi Reminiscence terhadap tingkat kualitas hidup lansia di Yayasan Al-Kautsar Palu. Dibimbing oleh AHMIL dan JAMES WALEAN

Banyak lansia yang sulit beradaptasi dengan proses penuaan, merasa sendirian, frustrasi, depresi dan kehilangan kepercayaan diri sehingga mempengaruhi kualitas hidup pada lansia tersebut. Terapi *Reminiscence* merupakan terapi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Tujuan penelitian ini adalah untuk membuktikan perbedaan kualitas hidup lansia di Yayasan Al Kautsar Palu sebelum dan sesudah diberikan terapi. Jenis dari penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian *Pre-Exsperimen* yaitu rancangan *pre-test* dan *post-test* dalam satu kelompok (*One Group Pre Test Post Test Design*). Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia di wilayah Yayasan Al-Kautsar Palu yaitu lansia 100%. Sampel berjumlah 6 orang lansia, dengan tehnik pengambilan sampel menggunakan *Cluster Random Sampling*. Hasil penelitian menunjukkan dari 6 responden dengan uji *Paired sample t-test* (uji t-berpasangan) diperoleh nilai  $p$  0,000 ( $p < 0,05$ ), dengan demikian secara statistic ada pengaruh terapi *Reminiscence* terhadap peningkatan kualitas hidup pada lansia di Yayasan Al-Kautsar Palu. Simpulan tingkat kualitas hidup sebelum diberikan terapi *Reminiscence* didapatkan hasil seluruh lansia memiliki tingkat kualitas hidup rendah (100%). Dan tingkat kualitas hidup responden setelah diberikan terapi *Reminiscence* di dapatkan hasil seluruh lansia mengalami peningkatan kualitas hidup menjadi kualitas hidup sedang (100%). Ada pengaruh terapi *Reminiscence* terhadap tingkat kualitas hidup lansia di Yayasan Al-Kautsar Palu ( $p=0,000$ ). Saran diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan atau masukkan dalam meningkatkan kualitas hidup pada lansia.

Kata Kunci : Terapi *Reminiscence*, Tingkat Kualitas Hidup

## ABSTRACT

EKA NURFADILLAH ISLAMIAH. The Influences Of *Reminiscence* Therapy Toward Life Quality Level Of Elderly In Yayasan Al-Kautsar, Palu. Guided by AHMIL and JAMES WALEAN.

Many elderly have difficulty in old process adaptation, feeling lonely, frustration, depression and loss of confidence that influenced the life quality of them. *Reminiscence* is therapy that used to increase the life quality of elderly. The aims of research to obtain the differences of life quality of elderly in Yayasan Al Kautsar, Palu before and after receiving therapy. This is quantitative research with *Pre-Experimental* method and *One Group Pre Test Post Test Design*. The population is all the elderly who stay in Yayasan Al-Kautsar, Palu and total of sampling only 6 respondents that taken by *Cluster Random Sampling*. The research result shown among of 6 respondents that used *Paired sample t-test* found  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), it means that have influences of *reminiscence* therapy toward life quality level of elderly in Yayasan Al-Kautsar, Palu. Conclusion mentioned that life quality level before *Reminiscence* therapy done all of elderly have poor quality of life, but after the *Reminiscence* therapy done they heva moderate quality of life. So, have have influences of *reminiscence* therapy toward life quality level of elderly in Yayasan Al-Kautsar, Palu ( $p=0,000$ ). Suggestion it could be one of referrences in increasing the life quality level of elderly.

Keyword : *Reminiscence* therapy, life quality level

**PENGARUH TERAPI *REMINISCENCE* TERHADAP  
TINGKAT KUALITAS HIDUP LANSIA  
DI YAYASAN AL KAUTSAR PALU**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pada Program Studi Ners  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Nusantara Palu



**EKA NURFADILLAH ISLAMIAH  
20160102**

**PROGRAM STUDI NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIDYA NUSANTARA PALU  
2020**

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
ABSTRAK	iii
HALAMAN JUDUL	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
PRAKATA	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Tinjauan Umum Tentang Kualitas Hidup Lansia	6
B. Tinjauan Umum Tentang Terapi <i>Reminiscence</i>	13
C. Kerangka Konsep	17
D. Hipotesis	17
BAB III METODE PENELITIAN	18
A. Desain Penelitian	18
B. Tempat dan Waktu Penelitian	19
C. Populasi dan Sampel	19
D. Variabel Penelitian	19
E. Defenisi Oprasional	20
F. Instrumen penelitian	20
G. Teknik Pengumpulan Data	21
H. Analisa Data	22
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	24

A. Gambaran umum lokasi penelitian	24
B. Hasil penelitian	24
C. Pembahasan	28
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	34
A. Simpulan	34
B. Saran	34
DAFTAR PUSTAKA	36
LAMPIRAN	37

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.2 Kerangka Konsep

Gambar 3.1 Desain Penelitian

## DAFTAR TABEL

- Table 4.1      Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia
- Table 4.2      Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis kelamin
- Table 4.3      Distribusi Frekuensi Tingkat Kualitas hidup Responden sebelum diberikan Terapi *Reminiscence*
- Table 4.4      Distribusi Frekuensi Tingkat Kualitas hidup Responden sesudah diberikan Terapi *Reminiscence*
- Table 4.5      Pengaruh terapi *Reminiscence* terhadap tingkat kualitas hidup lansia di Yayasan Al-Kautsar Palu



## DAFTAR LAMPIRAN

1. Jadwal Kegiatan Penelitian
2. Surat Permohonan Pengambilan Data Awal Dari STIKes Widya Nusantara Palu
3. Surat Balasan Pengambilan Data Awal Dari Yayasan Al Kautsar Palu
4. Surat Permohonan Izin Pelaksanaan Penelitian Dari STIKes Widya Nusantara Palu
5. Lembar Permohonan Menjadi Responden
6. Lembar Kuesioner WHOGOL-BREF
7. Pedoman Pertanyaan Terapi *Reminiscence*
8. Permohonan Persetujuan Responden
9. Surat Balasan Penelitian Dari Yayasan Al Kautsar Palu
10. Dokumentasi
11. Riwayat Hidup
12. Lembar Bimbingan Proposal Skripsi

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organisation* (WHO), lansia adalah fase kehidupan terakhir atau tahap akhir kelompok umur pada manusia, kelompok ini adalah yang telah mencapai usia 60 tahun keatas. Pada kelompok ini terjadi proses penuaan atau *Anging proses*. Menurut Kemenkes RI (2013), lansia adalah lanjutan dari masa dewasa dan berusia diatas 60 tahun.<sup>1</sup>

Secara global pada tahun 2013 populasi lansia adalah 11,7 % dan diperkirakan akan terus meningkat seiring dengan peningkatan usia harapan hidup. Pada tahun 2017 populasi yang berusia 60 tahun atau lebih berjumlah 962.000.000, dua kali lipat lebih besar di banding tahun 1980 yang berjumlah 382 juta di seluruh dunia. Diperkirakan jumlah tersebut akan terus meningkat dua kali lipat lagi pada tahun 2050, yakni diproyeksikan mencapai hamper 2,1 miliar.<sup>4</sup>

Data di Indonesia menegaskan hal tersebut, dimana terdapat 6,29 % (11.277.577 jiwa) lansia pada tahun 1990, terdapat 7,18 % (14.439.967 jiwa) lansia pada tahun 2000 dan pada tahun 2010 diperkirakan terdapat 9,77 % (sekitar 23,8 juta jiwa) serta diperkirakan 11,34 % (lebih dari 28,8 juta jiwa) lansia pada tahun 2020, dan diperkirakan akan menjadi dua kali lipat jumlah lansia di Indonesia di tahun 2050.<sup>1</sup> Lansia muda (60-69 tahun) lebih mendominasi dari seluruh lansia yang ada di Indonesia dengan jumlah mencapai 63,82 %, selanjutnya lansia madya (70-79 tahun) dengan besaran 27,68 % dan lansia tua (80+ tahun) dengan besarnya 8,50 %.<sup>5</sup>

Sementara itu populasi penduduk lansia di Provinsi Sulawesi Tengah juga terus-menerus terjadi peningkatan antara tahun 2010 sampai 2020. Pada tahun 2010 tercatat 6,61 %, pada tahun 2012 tercatat 6,82 %, meningkat lagi pada tahun 2015 yaitu 7,29 %, pada tahun 2017 sebanyak 7,70 %, pada

tahun 2018 sebanyak 7,93 %, pada tahun 2019 sebanyak 8,17 % dan pada tahun 2020 jumlah lansia menjadi 8,43%.<sup>6</sup>

Proses penuaan merupakan sesuatu yang tidak bisa dihindari, dan hal itu wajar bagi orang-orang dengan talenta umur panjang, setiap orang berharap bisa hidup bersama keluarganya dengan damai dan damai dalam cinta dan kasih sayang.<sup>2</sup> Namun proses penuaan yang terjadi pada lansia seringkali memunculkan persoalan-persoalan pada dimensi fisik, mental, sosial dan kesehatan lansia. Persoalan-persoalan tersebut mengakibatkan lansia tidak dapat melakukan *Activity daily life* (ADL) dengan mandiri sehingga menjadi ketergantungan kepada orang lain. Selain keterbatasan dalam kebutuhan ADL, penyakit degenerative, penurunan fungsi kognitif, nyeri, gangguan tidur, isolasi sosial dan kepuasan hidup pada lansia akan mempengaruhi kualitas hidup lansia.<sup>8</sup>

Seringkali, lansia menghadapi kelemahan, keterbatasan dan kecacatan, yang menurunkan kualitas hidup lansia. Karena keluarga adalah unit masyarakat terkecil, maka keluarga memainkan peran yang sangat penting dalam perawatan para lansia dan membantu meningkatkan kualitas hidup para lansia. Perubahan fisik lansia sangat erat kaitannya dengan perubahan psikososial mereka, permasalahan psikologis yang dialami lansia di panti dan merupakan bagian dari komponen yang menentukan kualitas hidup seseorang yang menentukan kualitas hidup seseorang dan berhubungan dengan dukungan keluarga. Jika keluarga dapat menjalankan fungsinya dengan baik terutama pada fungsi utama persekutuan, kasih sayang dan solidaritas, maka interaksi sosial atau dukungan sosial dalam keluarga dapat berjalan dengan baik.

Kualitas hidup lansia merupakan komponen yang kompleks, meliputi harapan hidup, kepuasan hidup, kesehatan fisik dan mental, fungsi kognitif, kesehatan dan fungsi fisik, kondisi kehidupan, dukungan sosial dan jaringan sosial. Adapun beberapa aspek yang mencakup kualitas hidup yang merupakan persepsi atas penilaian dari individu itu sendiri yaitu kondisi fisik, psikologis, sosial dan lingkungan dikehidupan sehari-hari.<sup>7</sup>

WHO mengartikan kualitas hidup adalah pandangan seseorang tentang statusnya dalam sistem sosial budaya dan nilai, dan berkaitan dengan beberapa hal yang menjadi perhatiannya.<sup>3</sup> Sesuatu konsep dengan pandangan yang luas dan dipengaruhi oleh kondisi fisik, kondisi psikologis, kondisi tingkat kemandirian dan hubungan individu dengan lingkungan dan masyarakat merupakan arti kualitas hidup.<sup>10</sup> Dengan kualitas hidup yang baik dapat mendorong lansia menjadi lebih mandiri, sehat, produktif dan sejahtera.<sup>11</sup>

Namun jika kualitas hidup yang dirasakan oleh lansia kurang baik maka akan memunculkan dampak negative seperti munculnya perasaan berputus asa, perasaan akan dekatnya ajal bahkan takut akan kematian yang akan dialami. Dibandingkan dengan orang muda, orang tua juga merasa rendah diri sehingga membuat mereka cemas, gugup, sering ketakutan, sedih, stress, dan sering tertekan.<sup>10</sup>

Kualitas hidup pada lansia dapat dipengaruhi oleh beberapa karakteristik diantaranya yaitu pada lansia itu sendiri, dukungan dari keluarga dan fungsi keluarga. Selain karakteristik-karakteristik tersebut, kualitas hidup lansia dapat juga dipengaruhi oleh beberapa terapi yang dapat berfungsi untuk meningkatkan kualitas hidup lansia diantaranya, senam gerak latih otak, terapi music, dukungan sosial keluarga, *sense of belonging*, meditasi, latihan keseimbangan dan terapi *Reminiscence*.

Terapi *Reminiscence* merupakan salah satu terapi yang dapat digunakan untuk menangani kualitas hidup pada lansia, *Reminiscence* adalah proses mengingat kembali kenangan atau pengalaman.<sup>12</sup> Intervensi *Reminiscence* yang diberikan dapat membantu orang tua mempertahankan ingatan, sehingga meningkatkan harga diri dan kepuasan hidup, dengan mengekstraksi ingatan yang menyenangkan pada lansia, lansia akan merasa berguna kembali, sehingga meningkatkan harga diri dan kepuasan hidup sehingga mempengaruhi kualitas hidup lansia.<sup>6</sup>

*Reminiscence* juga dapat meningkatkan hubungan sosialisasi dan hubungan dengan orang lain. Dalam kegiatan terapi ini, terapis akan

membantu atau membantu para lansia mengingat atau mengenang kembali kenangan masa lalu.<sup>13</sup>

Berdasarkan hasil studi penelitian yang dilakukan Melani Kartika Sari yang berjudul “Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Menggunakan *Reminiscence Therapy*” menunjukkan bahwa setelah intervensi, kualitas hidup sebagian besar lansia meningkat, dan empat aspek kualitas hidup yaitu kesehatan fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan telah meningkat setelah intervensi.

Dari hasil data yang didapatkan di wilayah kerja Yayasan Al Kautsar Palu pada tahun 2020 didapatkan lansia yang tinggal di Yayasan Al Kautsar berjumlah 6 orang (6%) dari 100 lansia di wilayah kerja Yayasan Al Kautsar, total lansia berjumlah 100 orang dengan jumlah perempuan sebanyak 70 orang (70%) dan jumlah laki-laki sebanyak 30 orang (30%). Adapun hasil wawancara yang dilakukan beberapa lansia mengatakan bahwa sudah lama ditinggal sendiri, merasa kesepian dan rindu dengan keluarga terutama pada lansia yang tinggal di Yayasan Al Kautsar, hal ini membuat lansia berfikir bahwa dirinya tidak diperhatikan lagi oleh keluarganya dan berdampak pada kualitas hidup lansia tersebut, dan sebelumnya di Yayasan Al Kautsar belum pernah diberikan terapi *Reminiscence* atau intervensi lainnya untuk menangani masalah kualitas hidup lansia.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Terapi *Reminiscence* Terhadap Tingkat Kualitas Hidup Lansia Di Yayasan Al Kautsar Palu”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh terapi *Reminiscence* terhadap tingkat kualitas hidup lansia di Yayasan Al Kautsar Palu”?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Menganalisa pengaruh terapi *Reminiscence* terhadap tingkat kualitas hidup lansia di Yayasan Al Kautsar Palu.

## **2. Tujuan Khusus**

- a. Teridentifikasi tingkat kualitas hidup lansia sebelum diberikan terapi *Reminiscence*.
- b. Teridentifikasi tingkat kualitas hidup lansia setelah diberikan terapi *Reminiscence*.
- c. Teranalisis pengaruh terapi *Reminiscence* terhadap tingkat kualitas hidup lansia.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Institusi Pendidikan STIKes Widya Nusantara Palu**

Manfaat bagi pendidikan kesehatan khususnya Ilmu Keperawatan dapat digunakan sebagai referensi bagi mahasiswa yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut dalam bidang yang sama dan sebagai bahan referensi atau bahan bacaan di perpustakaan kampus.

### **2. Bagi tempat Penelitian**

Dengan menerapkan Terapi *Reminiscence* pada lansia diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup pada lansia di Yayasan Al Kautsar Palu.

### **3. Bagi Peneliti selanjutnya**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan dijadikan tolak ukur atau referensi yang berkaitan dengan pengaruh terapi reminiscence terhadap kualitas hidup lansia.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Kartika IR. Pengaruh *Reminiscence* Therapy Terhadap Penurunan Tingkat Stress Pada Lansia. *Hum Care J.* 2018;1(1).
2. Berkelanjutan P, Berkelanjutan TP. Populasi penuaan dan pembangunan berkelanjutan. 2017;2–20.
3. Ika Maylasari, S.ST. MS, Yeni Rachmawati, S.ST. MS, Hendrik Wilson SST, S.Si M, Sigit Wahyu Nugroho SA, Nindya Putri Sulistyowati SS, Freshy Windy Rosmala Dewi SS. Katalog: 4104001. 2019;xxvi + 258 halaman.
4. Tenggara PS. Proyeksi Penduduk Kabupaten/Kota Provinsi Sulawesi Tenggara. 2020;
5. Rohmah AIN, Purwaningsih, Bariyah K. Quality of Life Elderly. 2012;120–32.
6. Lentera JN. Peningkatan kualitas hidup lansia menggunakan. 81 Maret. 2016;4(1):81–90.
7. Di L, Cipasung D, Kuningan K. FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KUALITAS HIDUP. 2018;9(1):69–78.
8. Putra EC, Nashori F. Dukungan Sosial. *Ilm Psikol Terap.* 2018;06(02):131–41.
9. Puspawati AAAR, Rekawati E. Depresi Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Di Jakarta. *J Keperawatan Indones.* 2017;20(3):133–8.
10. Hidup K, Ditinjau L, Sabar D, Putra EC, Nashori F. DUKUNGAN SOSIAL. 2018;06(02):131–41.
11. Puspitasari E, Retnowati S. Program Lansia Sabar Berbasis *Reminiscence* dan Terapi Seni untuk Menurunkan Kecemasan pada Lansia Penyandang Diabetes Melitus Tipe II. 2016;2(2):60–72.
12. Nariska Rahayuni NP, Sani Utami PA, Swedarma K. Pengaruh Terapi *Reminiscence* Terhadap Stres Lansia di Banjar Luwus Baturiti Tabanan Bali. *J Keperawatan Sriwij.* 2015;2(2):130–8.
13. Nofitri. Gambaran kualitas hidup. 2009;(2001):9–26.
14. Mabsusah M. Kualitas Hidup (Quality of Life) Pasien Diabetes Mellitus Di Rsud. Dr. H. Slamet Martodirdjo Kabupaten Pamekasan Madura. 2016;29. Tersedia pada: <http://digilib.uinsby.ac.id/id/eprint/13318>
15. Bruno L. Kualitas Hidup Lansia. *J Chem Inf Model.* 2019;53(9):1689–99.
16. Tarigan PB. Terapi *Reminiscence* Pada Lansia. *J Chem Inf Model.*

- 2013;53(9):1689–99.
17. Liengme B V., Stolojan V, Banks M, Mierke CT, Başkal S, Kim YS, et al. Pengaruh terapi kelompok *Reminiscence* terhadap tingkat kecemasan pada lansia. 2015;53(5):1-116
  18. Syarniah. Pengaruh Terapi Kelompok *Reminiscence* Terhadap Depresi Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Provinsi Kalimantan Selatan. Psikogeraitric. 2010;
  19. Nursalam 2014. Konsep-Dan-Penerapan-Methodologi-Penelitian-Ilmu-Keperawatan-Ed-2\_Library-Stikes-Pekajangan-2014.Pdf. 2014.
  20. Sugiyono. R & D ) / Sugiyono Metode penelitian bisnis ( pendekatan kuantitatif , kualitatif dan R & D ) / Sugiyono Metode penelitian pendidikan ( Pendekatan kuatintatif , kualitatif dan R & D ) / Sugiyono. 2013;2013.
  21. Susilana R. Modul Populasi dan Sampel. Modul Prakt [Internet]. 2015;3–4. Tersedia pada: [http://file.upi.edu/Direktori/DUAL-MODES/PENELITIAN\\_PENDIDIKAN/BBM\\_6.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/DUAL-MODES/PENELITIAN_PENDIDIKAN/BBM_6.pdf)
  22. Praktis P. ILMU KEPERAWATAN Pendekatan Praktis.
  23. Triyono. Teknik Sampling Dalam Penelitian Sosial. Lokakarya Penelit Sos Fak Adab IAIN Suka Yogyakarta. 2018;XI(March):2–9.
  24. Nursalam 2014. Konsep-Dan-Penerapan-Methodologi-Penelitian-Ilmu-Keperawatan-Ed-2\_Library-Stikes-Pekajangan-2014.Pdf. 2014.
  25. Iii BAB, Penelitian M. No Title. 1992;57–70.
  26. Notoatmodjo. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta (ID). Edisi Revisi. Rineka Cipta. 2018.
  27. Dahlan, MS. Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan: Deskriptif, Bivariat, dan Multivariat Dilengkapi Aplikasi denga Menggunakan SPSS. Jakarta: Salemba Medika; 2013 Feb. 32-33