

Pengalaman Psikologis Lansia dengan Demensia (Studi Kasus)

Abdul Aziz Azari*¹, Mohammad Ilham Sururi², Ishana Balaputra³

^{1,2,3}Stikes Bhakti Al-Qodiri

¹²³Program Studi S1 Keperawatan

*e-mail: aryafgand@gmail.com¹

Nomor Handphone Untuk keperluan koordinasi: -

Abstrak

Pendahuluan: Lansia merupakan kelompok usia dimana terjadi penurunan fungsi tubuh yang mengakibatkan terjadinya berbagai macam gangguan, salah satunya adalah demensia. Demensia merupakan suatu kondisi dimana seseorang memiliki penurunan fungsi daya ingat dan cara berpikir. Kondisi tersebut tentunya dapat menyebabkan berbagai macam efek psikologis pada lansia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi pengalaman psikologis lansia dengan demensia. **Metode:** Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Responden dalam penelitian ini sejumlah 3 orang lansia dengan demensia. **Hasil:** Sebagian besar lansia mengalami kecemasan terkait dengan penurunan kemampuan mengingat, memiliki harga diri rendah terkait dengan kondisi mereka dan juga merasa kehilangan sesuatu yang berharga dalam diri mereka. **Kesimpulan:** Lansia membutuhkan dukungan emosional yang efektif, mengingat banyaknya penurunan fungsi kesehatan yang mereka hadapi, salah satunya adalah demensia

Kata kunci: demensia, psikologis, lansia, kecemasan, harga diri, kehilangan

Abstract

Introduction: The elderly are an age group where there is a decrease in body function which results in various kinds of disorders, one of which is dementia. Dementia is a condition in which a person has decreased memory function and ways of thinking. These conditions can certainly cause various kinds of psychological effects on the elderly. The purpose of this study was to explore the psychological experience of the elderly with dementia. **Methods:** This research uses qualitative research with a case study approach. The respondents in this study were 3 elderly people with dementia. **Results:** Most of the elderly experienced anxiety related to decreased ability to remember, had low self-esteem related to their condition and also felt that they had lost something valuable in themselves. **Conclusion:** The elderly need effective emotional support, considering the many declines in health functions they face, one of which is dementia

Keywords: dementia, psychological, elderly, anxiety, self-esteem, loss

1. PENDAHULUAN

Demensia merupakan suatu kondisi dimana terjadi penurunan fungsi tubuh, terutama dalam hal mengingat dan cara berpikir. Penderitanya akan kesulitan dalam mengingat setiap memori-memori kenangan mereka di masa lalu [1]. Banyak faktor yang menyebabkan individu mengalami demensia. Faktor yang paling sering terjadi adalah adanya faktor genetic. Keluarga yang mempunyai riwayat demensia akan menyebabkan keturunannya berisiko mengalami demensia pula [2].

Selain itu, faktor usia juga mempunyai pengaruh yang cukup signifikan terhadap kejadian demensia yang terjadi pada seseorang. Sebagaimana kita ketahui bahwa semakin tua usia seseorang, maka akan semakin menurun pula kemampuan dan fungsi tubuh, salah satunya dalam hal mengingat dan berpikir [3].

Lansia adalah kelompok usia yang paling dominan menderita demensia. Hal tersebut sangat umum terjadi karena pada masa lansia terjadi proses penuaan yang menyebabkan penurunan seluruh fungsi tubuh. Angka kejadian lansia setiap tahun selalu mengalami peningkatan [4]. Menurut WHO pada tahun 2017 terdapat 47 juta

lansia dengan demensia. Menurut perkiraan WHO, jumlah lansia diperkirakan akan mengalami kenaikan mencapai 75 juta lansia dengan demensia pada tahun 2030, dan bisa mencapai angka 132,46 juta pada tahun 2050 lansia dengan demensia [5]. Hal tersebut tentunya merupakan sebuah angka yang cukup tinggi mengingat lansia adalah kelompok berisiko tinggi dengan lansia [6].

Penelitian yang dilakukan oleh Penelitian Bidjuni & Gresty (2018) menunjukkan bahwa banyak lansia yang menderita demensia sedang [7]. Hal tersebut tentunya menjadi sebuah indikasi yang dapat memberikan gambaran kepada kita bahwa lansia merupakan kelompok rentan terhadap demensia dan akan mengalami peningkatan jumlah setiap saat [8].

Kondisi demensia yang dialami oleh lansia tersebut tentunya bukanlah suatu hal yang menyenangkan bagi lansia. Pada kondisi tersebut, lansia akan mengalami kesulitan mengingat sehingga menyebabkan lansia semakin tidak produktif dalam hidup mereka. Ditambah dengan adanya kelemahan dan penurunan fungsi otot dalam beraktivitas maka menambah kesulitan bagi lansia dalam melakukan ADL mereka [9].

Pengalaman-pengalaman psikologis pun akan muncul terkait dengan demensia yang lansia alami. Mereka akan terganggu dan tertekan secara emosional, bahkan bisa menyebabkan lansia menjadi depresi terkait dengan kondisi yang demikian [10].

Berdasarkan latarbelakang diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengalaman psikologis lansia dengan demensia di Kota Jember.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus, yaitu bertujuan untuk mengeksplor pengalaman psikologis lansia dengan demensia. Populasi dan sampel

dalam penelitian ini sejumlah 3 orang lansia dengan demensia yang diambil secara random di Kota Jember [11].

Instrument penelitian menggunakan lembar wawancara mendalam yang terdiri dari 10 pertanyaan terbuka tentang pengalaman psikologis lansia dengan demensia. Prosedur pengambilan data dilakukan dengan memberikan inform consent kepada lansia tentang pelaksanaan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti. Etika penelitian dalam penelitian ini adalah menjamin kerahasiaan data partisipan [12].

Analisa data menggunakan Teknik Colazi kemudian dilakukan triangulasi data agar data yang didapatkan akurat. Setelah data didapatkan, kemudian data dikelompokkan menurut tema-tema yang telah ditentukan hingga kemudian dibuat kesimpulan dari pernyataan-pernyataan informan [13].

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa sub tema yang didapatkan oleh peneliti dari hasil wawancara mendalam dengan partisipan dalam penelitian ini, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Kecemasan

Sebagian besar responden menyatakan bahwa dirinya sangat cemas dan khawatir dengan kondisi mereka yang sering lupa tentang hal-hal kecil dalam keseharian mereka. Hal tersebut seperti yang dikatakan oleh salah satu responden;

"....saya khawatir keadaan saya semakin parah, karena setiap harinya saja saya lupa menaruh dimana barang-barang penting milik saya...." (P1)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa lansia sangat cemas dengan kondisi demensia yang mereka

alami, bahkan beberapa lansia menyatakan bahwa dirinya sampai tidak tahu harus berbuat apa dengan dirinya yang mudah lupa;

“...saya sampai bingung dengan ingatan saya yang mudah lupa ini, sungguh merugikan bagi saya mas,”
(P2)

Kecemasan adalah suatu kondisi dimana individu merasa khawatir pada sesuatu yang belum tentu akan terjadi. Kecemasan biasanya akan muncul ketika individu mengalami suatu ancaman atau stressor yang mengancam diri mereka. Kecemasan akan semakin besar tingkatannya jika individu tidak memiliki mekanisme koping yang baik dalam menghadapi ancaman tersebut [14].

Kecemasan yang dialami oleh lansia dengan kondisi demensia adalah wajar, hal tersebut karena pada kondisi demensia, seseorang akan kesulitan mengingat hal-hal kecil dalam kehidupan lansia, seperti yang dikatakan partisipan dalam penelitian ini [15]. Lansia merasa terancam dengan penurunan kemampuan berpikir mereka.

2. Harga Diri Rendah

Sebagian besar partisipan dalam penelitian ini mengalami harga diri rendah terkait dengan kondisi demensia yang mereka alami. Hal tersebut tercermin dari pernyataan partisipan dibawah ini;

“saya malu mas, masak sering lupa, lupa ini itu, pokoknya selalu lupa....”
(P3)

Pernyataan tersebut menyatakan bahwa lansia mengalami harga diri rendah karena sering lupa pada segala sesuatu dalam aktivitas sehari-harinya yang dapat

mengganggu ADL nya. Hal tersebut juga terlihat dari pernyataan responden dibawah ini;

“saya kadang lupa menaruh baju saya dimana, kan malu mas” (p2)

Harga diri rendah adalah suatu kondisi dimana individu merasa tidak berharga, merasa memiliki banyak kekurangan dibandingkan dengan orang lain disekitar mereka. Kondisi ini terjadi ketika individu memiliki keterbatasan atau ketidakmampuan dibandingkan dengan orang lain yang pada akhirnya membuat individu merasa memiliki banyak kekurangan [16].

Pada lansia dengan demensia, harga diri rendah terjadi karena adanya perasaan malu, perasaan tidak berharga, perasaan tidak berguna dan adanya perasaan bahwa dirinya tidak mampu melakukan sesuatu, bahkan tidak mampu mengingat hal-hal kecil sederhana dalam keseharian mereka. Hal tersebut tentunya akan membuat lansia merasa diremehkan [17].

3. Kehilangan

Sebagian besar responden dalam penelitian ini merasa kehilangan orang-orang yang mereka sayangi dikarenakan terkadang mereka lupa pada keluarga mereka, seperti pernyataan partisipan dibawah ini;

“saya kadang lupa pada cucu saya sendiri mas, saya merasa saya telah kehilangan hal-hal berharga seperti keluarga saya....” (P2)

Kehilangan merupakan suatu kondisi dimana sesuatu yang awalnya ada namun karena suatu hal, sesuatu tersebut menjadi tidak lagi ada [18].

Kehilangan yang dialami oleh lansia dengan demensia sangat wajar terjadi karena pada kondisi demensia, lansia akan melupakan semua kenangan dan memori mereka dengan keluarga tercinta. Perasaan sedih, kecewa serta kehilangan pasti akan muncul seiring dengan bertambah parahnya demensia yang lansia alami [19].

Lansia merupakan kelompok rentan yang mengalami masalah-masalah psikologis, terutama yang berhubungan dengan demensia. Menurunnya daya ingat dan berpikir akan membuat lansia merasa sedih dan bahkan bisa mengalami depresi [20].

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa lansia yang mengalami demensia sebagian besar memiliki kecemasan tentang kondisi demensia yang mereka alami. Selain itu, lansia juga merasa dirinya tidak berharga yang artinya lansia dengan demensia memiliki harga diri rendah. Kehilangan juga dirasakan oleh lansia karena mereka sering lupa pada anggota keluarga mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Widyastuti, S., Widiyanto, B., & Arwani. (2020). Brain Gymnastic Decreases Dementia Levels In The Elderly. *Jendral Nursing Journal*, 4(1), 45-53
- [2] Wulandari, R., Sari, D. K., & Fatmawati, S. (2020). Penerapan Brain Gym Terhadap Tingkat Demensia Pada Lanjut Usia. *Bima Nursing Journal*, 2(1), 1-6
- [3] Azari, AA., and Sururi, MI. (2021). Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Depresi pada Lansia. *Medical Journal of Al-Qodiri*. 6 (2). p 66-72.
- [4] Azari, AA., and Sururi, MI. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Lansia Dalam Partisipasi Vaksinasi Covid-19 Di Kabupaten Situbondo. *Medical Journal of Al-Qodiri*. 7 (1). p 1-8 2
- [5] WHO. (2017). *Global Action Plan On The Public Health Respons To Dementia 2017- 2025*. World Health Organization.
- [6] Zahrudin, & Akib, H. (2016). Perbedaan Tingkat Demensia Antara Sebelum Dan Sesudah Pelaksanaan Senam Otak Pada Lansia Di PSTW Bondowoso. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 4(2), 268-273.
- [7] Bidjuni, H., & Gresty. (2018). Hubungan Tingkat Demensia Dengan Konsep Diri Pada Lanjut Usia Di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi Utara. *e-Journal Keperawatan (e-Kp)*, 6(1), 1-5.
- [8] Abdillah , A. J., & Octaviani, A. P. (2018). Pengaruh Senam Otak Terhadap Penurunan Tingkat Demensia. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 112-118.
- [9] Azari, A.A. 2022. *Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Pustaka Panasea: Yogyakarta
- [10] Azari, AA., and Sururi, MI. (2022). Optimalisasi Kesehatan Mental Selama Masa Pandemi Covid-19 pada Warga di Kabupaten Jember. *JPMA: Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Qodiri*. 1 (1). p 1-4
- [11] Azari, A.A. 2022. *Cara Mudah Menyusun Metode Penelitian Keperawatan dan Kebidanan*. TIM: Jakarta
- [12] Sugiyono (2019). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung : CV Alfabeta.
- [13] Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, da R&D*. Bandung: CV Alfabeta
- [14] Amiman, S. P., Katuuk, M., Malara, R. (2019). Gambaran Tingkat Kecemasan Pasien di Instalasi Gawat Darurat. *e-journal Keperawatan (e-Kp)*. 7(2).
- [15] Ardias, W. S., & Purwari, P. I. (2019). Kecemasan pada dewasa tua (lansia)

- dalam menghadapi kematian. E-Journal Uinib.
- [16] Saelindra, Muhammad. (2017). Hubungan Tingkat Kemandirian dengan Harga Diri Lansia di Panti Werdha Surabaya <http://repository.unair.ac.id/67086/di>.
- [17] Sya'diyah, Hidayatus. (2018). Keperawatan Lanjut Usia Teori dan Aplikasi. Sidoarjo: Indomedia Pustaka.
- [18] Priastana, dkk. (2018). Peran Dukungan Sosial Keluarga terhadap Berduka Kronis pada Lansia yang Mengalami Kehilangan Pasangan dalam Budaya Pakurenan. Indonesian of Health Research. 1(1).
- [19] I Ketut Andika Priastana. (2018) Pengembangan Model Keperawatan Manajemen Berduka Kronis Lansia Yang Mengalami Kehilangan Pasangan Di Komunitas Menggunakan Pendekatan Teori Chronic Sorrow. Thesis Thesis, Univeritas Airlangga.
- [20] Herawati. (2019). Hubungan Karakteristik Dengan Kejadian Depresi Pada Lansia. Jurnal Keperawatan Jiwa. 7(2).