

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Panti Werdha**

##### **1. Definisi**

Panti Werdha merupakan salah satu jenis tempat khusus untuk merawat dan memelihara kesehatan para lansia. Tempat ini bertujuan untuk menampung jompo dan sekaligus tempat tinggal bagi para lansia terlantar maupun dikirim oleh keluarga lansia tersebut agar untuk mendapatkan kenyamanan dan ketentraman pada lanjut usia (Alfianur dkk., 2023). Para lansia dapat melakukan berbagai macam kegiatan yang positif untuk meningkatkan kualitas hidup bagi para lansia. Menurut definisi tersebut dapat disimpulkan bahwasannya Panti Werdha bertujuan khusus untuk dapat memberikan kenyamanan dan ketenangan sehingga kualitas hidup para lansia akan terus berkembang seiring dengan komunitas yang diminati oleh lansia.

Keputusan Menteri Sosial Republik Indonesia No.4/PRS3/KPTS/2007 tentang Pedoman Pelayanan Sosial Lanjut Usia Dalam Panti, Panti Werdha menurut Dinas Sosial adalah suatu lembaga yang berfokus pada pelayanan sosial yang memiliki tugas berupa memberikan bimbingan serta pelayanan bagi para lanjut usia yang terlantar agar bisa hidup secara wajar dalam kehidupan seperti masyarakat umum lainnya.

## 2. Fungsi

Pemberian pelayanan dapat disesuaikan dengan Peraturan Menteri Sosial RI No.19 Tahun 2012, pemberian pelayanan berupa tempat tinggal yang layak bagi lansia, pemberian makan, pakaian dan pemeliharaan kesehatan, pemberian waktu rekreasi, bimbingan keagamaan dan pengurusan pemakaman (Septiarini et al., 2019).

Panti Werdha juga memiliki beberapa fungsi lainnya berupa pengembangan keterampilan yang dimiliki oleh masing-masing individu sesuai dengan minat dan menyediakan aktivitas sosial yang mendorong sosial para lansia dengan program-program yang sudah direncanakan (Monika et al., 2020).

## 3. Kelebihan

Panti werdha yang ada di Indonesia memiliki beberapa kelebihan, diantaranya: (Rizka et al., 2021)

### a. Perawatan Profesional

Panti Werdha sendiri menyediakan perawatan medis dan sosial oleh tenaga kesehatan seperti perawat, dokter, atau bahkan terapis. Hal ini memastikan agar para lansia mendapatkan perhatian medis yang diperlukan para lansia.

### b. Lingkungan Sosial yang Mendukung

Panti Werdha menciptakan lingkungan yang dapat mendukung interaksi sosial antar lansia. Para lansia dapat berinteraksi dengan sesama penghuni dapat menurunkan rasa kesepian.

c. Fasilitas yang Didesain Khusus Untuk Lansia

Panti Werdha dilengkapi dengan fasilitas yang aman, luas dan nyaman bagi para lansia seperti kamar tidur yang mudah diakses, peralatan medis dan area aktivitas yang luas.

d. Kegiatan yang Memperkaya

Panti Werdha menawarkan kegiatan yang dapat memperkaya kesehatan seperti senam, seni, kerajinan tangan dan masih banyak lagi.

e. Meringankan Beban Keluarga

Panti Werdha biasanya memberikan pilihan pada pihak keluarga yang secara umum tidak dapat memberikan perawatan penuh karena kesibukan dan keterbatasan fisik.

4. Kekurangan

Berikut ini merupakan kekurangan yang berada di Panti Werdha, diantaranya: (Lam et al., 2018)

a. Kesepian dan Isolasi Sosial

Panti Werdha memberikan kesempatan pada lansia untuk berinteraksi kepada sesama lansia yang berada disana, tidak menutup kemungkinan bahwa para lansia mengalami isolasi sosial dan merasa kesepian.

b. Kualitas Perawatan yang Berbeda

Tidak semua Panti Werdha memiliki pelayanan kesehatan yang sama antara satu dengan yang lainnya. Beberapa panti mungkin kekurangan staf atau perawat sehingga bisa mempengaruhi kualitas hidup pada lansia.

c. Biaya yang Tinggi

Biaya perawatan di Panti Werdha bisa sangat tinggi tergantung dari fasilitas dan perawatan apa saja yang disediakan. Hal ini dapat membebankan finansial keluarga dari pihak lansia tersebut.

d. Kurangnya Kemandirian

Di beberapa Panti Werdha biasanya dibantu oleh staf maupun perawat yang bekerja disana sehingga para lansia sangat bergantung pada staf atau perawat yang disana.

5. Syarat

Lansia yang ingin tinggal di Panti Werdha harus memenuhi beberapa syarat atau kriteria tertentu agar dapat bisa diterima. Berikut beberapa syarat bagi para lansia agar bisa tinggal di Panti Werdha: (Mehta et al., 2021)

a. Kondisi Kesehatan yang Membutuhkan Perawatan Khusus

Lansia yang memiliki penyakit tertentu seperti penyakit kronis, gangguan mobilitas, demensia, dan lain sebagainya sering menjadi prioritas yang diterima di Panti Werdha.

b. Kemandirian Terbatas

Lansia yang kesulitan melakukan kegiatan sehari-hari (ADL) tanpa bantuan orang lain biasanya memenuhi syarat untuk tinggal di Panti Werdha.

c. Pengawasan Medis

Lansia yang memerlukan pengawasan medis secara continue seperti luka diabetes, hipertensi atau bahkan penyakit jantung.

d. Tidak Memiliki Keluarga yang Bisa Merawat

Panti Werdha menjadi pilihan bagi para lansia yang keluarganya tidak mampu atau bersedia merawat secara penuh waktu.

e. Penerimaan Berdasarkan Kondisi Sosial dan Emosional

Panti Werdha juga mempertimbangkan faktor sosial dan emosional lansia sehingga dapat disaring secara berulang-ulang.

## **B. Lansia Yang Terpisah Dengan Keluarga**

### **1. Definisi**

Lansia atau lanjut usia menurut Undang-Undang No.13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, lanjut usia atau lansia merupakan suatu individu yang umurnya telah mencapai 60 tahun keatas (Muhammad A et al., 2021). Lansia adalah masa perkembangan terakhir yang terdapat pada manusia. Lanjut usia itu sendiri menurut WHO sebagai Badan Kesehatan Dunia PBB memberikan 4 kriteria yaitu rentang 45-59 tahun disebut lansia pertengahan (*middle age*), 60-74 tahun disebut lanjut usia (*elderly*), 75-90 tahun disebut lanjut usia tua (*old*), dan diatas 90 tahun merupakan usia sangat tua (*very old*) (Zhafirah, 2024). Para lansia yang tinggal di panti biasanya cenderung memiliki perubahan dari psikologis karena terpisah dengan keluarga.

Terpisah dengan keluarga dalam suatu konteks psikologis dan sosiologi dapat merujuk pada suatu individu yang mengalami jarak fisik dan anggota keluarga. Kondisi ini bisa terjadi dikarenakan keluarga sudah tidak

menerima, pekerjaan, dan keputusan pribadi untuk menjaga jarak antara keluarga (Karunia, 2016b). Pada dasarnya terpisah dengan keluarga menjadi sangat berat karena adanya suatu masalah tertentu. Terpisah dengan keluarga dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu yang salah satu contohnya seperti kesepian.

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwasannya lansia yang terpisah dengan keluarga adalah suatu individu yang sudah berumur lebih dari 60 tahun dan sudah tidak tinggal serumah lagi bersama keluarga, pasangan maupun orang tua.

## 2. Penyebab

Penyebab yang muncul pada lansia yang terpisah dengan keluarga, antara lain:

### a. Perasaan Tidak Berguna

Para lansia cenderung berpikir bahwa penurunan sosial dan aktivitas dapat membebani semua orang tidak terkecuali dengan keluarganya sendiri.

### b. Kehilangan Pasangan atau Teman

Lansia merasa sangat merasa kehilangan orang yang paling dekat dengannya dan ini dapat meningkatkan resiko kesepian bahkan resiko depresi.

### c. Keterbatasan Fisik dan Mobilitas

Gangguan mobilitas dapat menimbulkan lansia sulit untuk diajak berkomunikasi dan berpindah tempat. Sehingga para lansia lebih banyak sendirian dan tidak banyak berbicara.

#### d. Keluarga Tidak Mampu Merawat

Keluarga yang bersama lansia yang tinggal satu rumah merasa bahwa keluarga tidak bisa memberikan perawatan yang baik dan memberikan tugas tersebut kepada panti.

### 3. Dampak Negatif Terpisah Dengan Keluarga

Lansia yang tinggal di panti kebanyakan terpisah dengan keluarga mereka. Ada beberapa dampak negatif yang terjadi, diantaranya:

#### a. Kesepian dan Isolasi Sosial

Lansia yang terpisah dengan keluarga seiring waktu sering merasa kesepian dikarenakan berkurangnya interaksi sosial dan dukungan emosional dari keluarga (Nurliana, 2021).

#### b. Gangguan Psikologis

Lansia dapat mengalami suatu perubahan seperti depresi, kecemasan, dan bahkan gangguan pada pola tidur yang diakibatkan terpisah dengan keluarga. Perasaan yang dapat muncul seperti perasaan tidak berguna, tidak berharga, dan hanya membebani keluarga (Basuki, 2015).

#### c. Kesehatan Fisik

Kesepian ini dapat melemahkan sistem imunitas pada tubuh lansia, sehingga lebih rentan terkena penyakit menular. Masalah kesehatan fisik juga berpengaruh seperti darah tinggi dan penyakit jantung (Geriatri.id, 2024).

d. Kualitas Hidup

Lansia yang terpisah dengan keluarga mengalami penurunan kualitas hidup para lansia termasuk juga tentang kepuasan hidup dan kebahagiaan yang telah dijalani (Zulfiana, 2014).

e. Perilaku

Kondisi lansia yang buruk dapat memperburuk pemicu dalam perubahan perilaku seperti berkurangnya semangat dalam hal apapun, cenderung menarik diri, dan bahkan suatu tindakan yang membahayakan (Resmonicasari & Indrayana, 2023).

4. Tahap-Tahap

Dalam proses penuaan dapat terbagi menjadi beberapa tahap yang mempengaruhi perubahan fisik, psikologis, sosial dan fungsional seiring bertambahnya usia. Berikut beberapa tahap penuaan pada lansia: (Studi et al., 2024)

a. Tahap Lansia Awal (Usia 60-69 tahun)

Pada tahap ini lansia masih dalam kondisi fisik yang masih relatif sehat dan mampu menjalani kegiatan sehari-hari secara mandiri. Tetapi tanda-tanda penuaan mulai muncul seperti penurunan energi, gangguan pola tidur, bahkan perubahan dalam daya ingat.

b. Tahap Tengah Lansia (Usia 70-79 tahun)

Pada tahap ini kemampuan fisik dan mental lansia mulai mengalami penurunan yang signifikan. Banyak dari lansia mengeluhkan masalah kesehatan seperti hipertensi, diabetes, atau gangguan sendi sekalipun.

c. Tahap Lanjut Usia (Usia 80 keatas)

Para lansia pada tahap ini seringkali menghadapi masalah penurunan fisik dan kognitif yang drastis. Banyak dari mereka yang membutuhkan perawatan yang lebih intensif baik dibawa ke rumah sakit maupun di Panti Werdha.

d. Tahap Krisis (Usia 90 keatas)

Pada usia ini lansia biasanya mengalami penurunan fungsi fisik dan mental yang sangat signifikan. Kualitas hidup mereka seringkali dipengaruhi oleh berbagai kondisi medis yang dapat mengancam hidup lansia. Tahap ini sering disertai dengan masalah sosial seperti isolasi ataupun kehilangan orang yang lebih muda.

5. Perilaku

Pada usia lanjut banyak perilaku yang dapat terlihat, berikut beberapa perilaku umum yang sering muncul pada usia lanjut: (Fitriana, Sari, et al., 2021)

a. Perubahan Mood

Banyak dari lansia yang mengalami perubahan mood yang sangat signifikan seperti kecemasan yang berlebih, depresi yang berlebihan, bahkan perasaan senang lebih intens yang dapat dipengaruhi oleh masalah kesehatan, kesepian, atau bahkan kehilangan orang terdekat mereka.

b. Kehilangan Minat pada Aktivitas Sosial

Seiring bertambahnya usia para lansia mulai menunjukkan perilaku yang lebih tertutup dan menarik diri dari aktivitas yang biasa mereka lakukan sebelumnya.

c. Ketergantungan pada Orang Lain

Lansia seringkali menunjukkan perilaku yang bergantung pada orang lain demi melakukan tugas sehari-hariannya seperti makan, minum, berpakaian dan lainnya.

d. Memori yang Menurun dan Lupa

Memori para lansia mengalami penurunan dan bisa menyebabkan mereka akan lupa akan hal yang biasa mereka ingat sebelumnya seperti tanggal, lokasi, bahkan orang-orang tertentu.

e. Kecemasan dan Ketakutan terhadap Kesehatan

Lansia sering sekali merasa cemas tentang kesehatan yang mereka derita dan takut akan mengalami masalah kesehatan yang serius. Mereka menunjukkan perilaku yang berlebih dalam menjaga kesehatan atau bahkan sering berkonsultasi dengan dokter yang ada.

f. Perubahan Pola Tidur

Para lansia seing kali mengalami perubahan pola tidur seperti tidur yang lebih cepat ataupun sering terbangun pada tengah malam. Gangguan tidur dapat menyebabkan perilaku seperti kelelahan bahkan kebingungan pada siang hari maupun sore hari.

## C. Ansietas Pada Lansia

### 1. Definisi

Ansietas adalah kecemasan berlebihan yang bersifat subjektif terhadap suatu sinyal yang memperingatkan adanya ketidakpastian yang mungkin sudah maupun yang belum terjadi untuk mengambil tindakan mengatasi kecemasan. Ansietas adalah gangguan alami seseorang yang ketakutan atau kekhawatiran yang berlebih akan tetapi tidak mengalami gangguan yang mendalam. Ansietas merupakan respon emosi ilmiah pada lansia yang disebabkan beberapa hal yang dapat mengganggu aktivitas lansia. Semakin bertambahnya usia, para lansia perlahan mulai meninggalkan kehidupan sosialnya yang berada dalam satu wilayah (Sofyan et al., 2023).

Ansietas merupakan suatu keadaan emosional tanpa objek tertentu dan masalah ini sering dijumpai pada remaja, dewasa maupun lansia. Hal ini dapat dipicu oleh hal yang tidak diketahui maupun pengalaman yang baru (Limboto, 2022). Ansietas menurut Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia atau SDKI merupakan kondisi emosional dan pengalaman subjektif individu terhadap objek yang tidak jelas dan spesifik diakibatkan antisipasi bahaya yang dapat memungkinkan suatu individu melakukan tindakan untuk menghadapi suatu ancaman.

Ansietas terhadap lansia merujuk kepada perasaan yang cemas ataupun kekhawatiran yang berlebih terkait dengan adanya perubahan fisik, sosialisasi, bahkan psikologis yang seiring dengan bertambahnya usia lansia. Kondisi seperti ini sering disebabkan oleh beberapa faktor seperti penyakit kronis, kehilangan peran, isolasi, dan perubahan dalam rutinitas lansia

selama hidup (Lestari et al., 2023). Pada dasarnya kecemasan pada lansia akan sering bertambah jika tidak dilakukannya penanganan yang baik pada lansia.

## 2. Penyebab

Penyebabnya bisa melalui dua faktor yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal yaitu berasal dari lingkungan yaitu masalah lingkungan yang terlalu berisik dan terlalu banyak orang di ruangan, keluarga. Faktor internal berasal dari sikap dan kepribadian seseorang yaitu jenis kelamin, usia dan pemahaman tentang lainnya. (Berlianasari & Fitriani, 2023).

## 3. Gejala

Gejala pada kecemasan meliputi gejala somatik yaitu seperti nafas yang pendek, denyut jantung yang meningkat, gangguan tidur, merasa mual, dan badan gemetaran sampai kepala terasa pusing. Untuk gejala otonomik sendiri meliputi nyeri kepala sedang, selalu berkeringat, gangguan gastrointestinal ringan seperti sering ke kamar kecil. Gejala kecemasan sendiri menurut psikologi yang akan muncul seperti gelisah terus-menerus, bicara tidak teratur, berkeringat dingin, dan tekanan darah tidak stabil (Nisaa et al., 2024).

## 4. Patofisiologi

Patofisiologi pada ansietas sering dikaitkan dengan Neurokimia, yaitu dengan Serotonin, GABA, Dopamin, dan Neuroepinefrin (Muhammad A et al., 2021).

a. Model Noradrenergik

Sistem syaraf otonom pada penderita ansietas hipersensitif dan menimbulkan reaksi yang berlebihan terhadap suatu rangsangan.

b. Model Serotonin

Mekanisme serotonergik diyakini bahwa yang mendasari aktivitas biologis seperti bermacam obat yang digunakan dalam mengobati mood disorder termasuk ansietas juga. Patologi seluler yang hanya dapat berkontribusi terhadap perkembangan ansietas termasuk dalam regulasi abnormal pelepasan 5-HT, Reseptor 5-HT1A diyakini yang memainkan peran sangat penting terhadap ansietas.

c. Model GABA (Gamma-amino butyric acid)

GABA adalah neurotransmitter inhibitor yang penting pada sistem saraf pusat dan mengatur banyaknya rangsangan pada area otak. Ada 2 sub tipe reseptor pada GABA yaitu GABAA dan GABAB. Pengikatan tersebut dapat meningkatkan efek GABA untuk dibukanya kanal ion klorida menyebabkan masuknya ion klorida ke dalam sel yang dapat menghasilkan stabilisasi pada membran saraf.

5. Penerapan Kuesioner

**Tabel 2. 1**

**Kuesioner Format GAI**

<b>NO</b>	<b>PERTANYAAN</b>	<b>SETUJU</b>	<b>TIDAK SETUJU</b>
1	Saya merasa khawatir setiap waktu Saya merasa sulit untuk mengambil		

- 
- 2 keputusan
- 3 Saya sering merasa gugup
- 4 Saya sering merasa sulit untuk bersantai
- 5 Saya sering tidak dapat menikmati sesuatu karena khawatir
- 6 Hal-hal kecil sangat mengganggu saya
- 7 Saya sering merasa tegang
- 8 Saya berpikir bahwa saya adalah seseorang yang mudah khawatir
- 9 Saya tidak dapat menahan kekhawatiran, bahkan pada hal-hal sepele
- 10 Saya sering merasa gelisah
- 11 Pikiran saya sering membuat saya khawatir
- 12 Saya merasa sakit perut karena kekhawatiran saya
- 13 Saya berpikir bahwa saya adalah orang yang mudah gelisah
- 14 Saya selalu merasa hal yang paling buruk akan terjadi
- 15 Saya sering merasa gemetar
- 16 Saya berpikir bahwa kekhawatiran mengganggu hidup saya
- 17 Kekhawatiran sering menghampiri saya terkadang merasa ada sesuatu yang  
18 mengganjal di perut saya
- 19 Saya melewatkan suatu hal karena saya terlalu khawatir
-

Referensi : (LA Gerolimatos, 2013)

Penerapan kuesioner dalam penelitian ini dilakukan melalui wawancara secara langsung dan memberikan kuesioner sebanyak 20 pertanyaan dengan jawaban setuju/tidak setuju untuk menilai tingkat ansietas secara umum dengan Inventaris Kecemasan Geriatri (GAI). Pada format ini terbagi menjadi beberapa nilai kecemasan, yaitu nilai 16-20 merupakan panik, 11-15 merupakan kecemasan berat, 6-10 merupakan kecemasan sedang, 1-5 merupakan kecemasan ringan, dan 0 tidak didapati adanya kecemasan (Hidayati et al., 2021).

#### 6. Upaya Pencegahan

Upaya pencegahan perlu kesadaran individu yang dapat mengurangi pikiran yang negatif untuk menghindari kecemasan yang berlebih. Strategi pencegahan berupa kampanye kesehatan yang dapat disampaikan melalui leaflets, video, spanduk dan lainnya (Muhammad A et al., 2021). Para lansia harus memusatkan hal yang positif yang mempertahankan emosional yang positif dan mencegah pikiran negatif yang akan datang seperti bunuh diri dan yang lainnya.

### **D. Dukungan Kelompok**

#### 1. Definisi

Dukungan kelompok merujuk pada bantuan emosional, sosial, atau praktis yang diberikan kepada individu atau kelompok untuk membantu

seseorang dalam menghadapi tantangan bahkan kesulitan tertentu. Dalam konteks ini, dukungan ini berupa dukungan emosional, mentalitas, dan saling memberikan nasihat satu sama lain (Tanjung et al., 2024).

Dukungan Kelompok menurut Standar Intervensi Keperawatan Indonesia adalah memfasilitasi peningkatan kemampuan penyelesaian suatu masalah dan perasaan yang didukung oleh kelompok individu dengan pengalaman dan masalah yang sama sehingga dapat lebih memahami situasi masing-masing pada suatu kelompok tersebut. Berdasarkan pernyataan tersebut bahwasannya dukungan kelompok merupakan suatu individu yang dijadikan suatu kelompok dengan kasus yang sama untuk penyelesaian suatu masalah tertentu (Jordan & Adiyanti, 2023).

## 2. Tujuan

Berikut beberapa tujuan pada dukungan kelompok, diantaranya: (Lee et al., 2022)

### a. Meningkatkan Kesehatan Mental

Dukungan sosial yang dapat diberikan dalam bentuk kelompok sangat membantu mengurangi perasaan kesepian dan depresi yang sering dialami oleh lansia. Berinteraksi dalam sebuah kelompok yang memberi mereka kesempatan untuk berbagi pengalaman hidup dan perasaan yang ada dapat meningkatkan kesejahteraan emosional.

### b. Memperkuat Jaringan Sosial

Kelompok dukungan dapat membantu lansia merasa lebih terhubung dengan orang lain, memperkuat hubungan sosial, dan

mengurangi kehidupan sosial yang sering dialami pada lansia dan juga meningkatkan rasa memiliki dan solidaritas.

c. Pemberdayaan Sosial dan Psikologis

Melalui dukungan kelompok, lansia dapat merasa lebih diperhatikan untuk membuat keputusan terkait kesehatan, keuangan, atau masalah sosial lainnya. Dukungan kelompok ini juga dapat meningkatkan rasa percaya diri dan kemandirian lansia dalam menjalankan hidup.

d. Sumber Informasi dan Edukasi

Dukungan kelompok ini juga dapat berfungsi sebagai media untuk berbagi informasi mengenai kesehatan, hak-hak lansia, program sosial yang tersedia, dan sebagainya yang berhubungan dengan diri lansia. Lansia bisa mendapatkan pengetahuan baru yang berguna untuk kehidupannya.

3. Metode

Penelitian ini menggunakan desain *pretest-posttest*. Desain ini dipilih karena untuk memungkinkan mengevaluasi perubahan dalam tingkat ansietas pada lansia sesudah dan sebelum menerima intervensi konseling secara kelompok. Pada tahap ini, lansia memungkinkan untuk mencurahkan isi pikiran yang menurut mereka mengganjal (Hidayat & Hidayah, 2021).