

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Menua merupakan suatu keadaan yang akan terjadi pada setiap orang. Proses seseorang dalam menua berproses dari awal kehidupan seseorang, dan menjadi tua adalah hal yang alamiah bagi setiap orang. Semakin tua seseorang semakin banyak seseorang tersebut melewati tahap-tahap kehidupannya. Tahapan kehidupan menurut Padila (2013), dimulai dari tahap neonatus, toddler, pra sekolah, sekolah, remaja, dewasa dan lansia yang merupakan puncak kehidupan seseorang.

Menurut undang-undang no. 13 tahun 1998 pasal 1 ayat 2, 3, dan 4 dijelaskan bahwa seseorang dikatakan sebagai lanjut usia apabila telah mencapai usia lebih dari 60 tahun (Maryam, 2012). Organisasi Kesehatan Dunia *World Health organization* (WHO), membagi tingkatan usia lanjut kedalam 4 tahapan usia lanjut yaitu usia pertengahan (middle age) usia 45-59 tahun, lanjut usia (elderly) usia 60-74 tahun, lanjut usia tua (old) usia 75-90 tahun, usia sangat tua (very old) usia > 90 tahun (Kushariyadi, 2011). Semakin tahun jumlah lansia semakin meningkat dan hal ini sangat berdampak pada berbagai kehidupan. Dampak yang diakibatkan oleh peningkatan lansia ini seperti terjadinya peningkatan ketergantungan lansia karena pada masa lansia seseorang mengalami kemunduran baik fisik, psikologis, maupun sosial.

Distribusi lansia Indonesia tahun 2020 sebanyak 9,92% (26,82 juta jiwa), dari 26,82 juta jiwa lansia seluruh Indonesia Riau memiliki persentase lansia sebesar 7,25% lansia (BPS RI, 2020). Jumlah lansia di Pekanbaru berdasarkan data dari data Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru tahun 2018 jumlah lansia di Pekanbaru sebanyak 56.430. Untuk jumlah lansia di kelurahan Labuh Baru Timur Kecamatan Payung Sekaki yang didapatkan dari kelurahan berdasarkan data Januari 2021, yaitu sebanyak 3479 jiwa.

Dimasyarakat banyak timbul stigma yang menganggap bahwa lansia merupakan individu yang sudah tidak produktif lagi dan hanya menjadi beban bagi keluarga serta masyarakat. Selain itu banyak anggapan bahwa semakin tua seseorang maka akan semakin banyak penyakit. Lansia diidentikkan sebagai sosok individu yang banyak mengalami masalah dalam kesehatan dan dipandang oleh masyarakat sebagai seseorang yang sering sakit-sakitan. Hal ini merupakan persepsi yang salah oleh masyarakat terhadap lansia, karena banyak lansia yang berperan aktif baik dalam masyarakat serta keluarganya. Seharusnya lansia dipandang sebagai suatu individu atau kelompok yang memiliki kebutuhan intelektual, emosional, dan spiritual, selain kebutuhan yang bersifat biologis yang harus dipenuhi dengan bantuan masyarakat dan keluarga (Nugroho, 2012).

Lansia digambarkan sebagai sosok yang lemah, memiliki keterbatasan fungsional, serta ketidakmampuan dan keterhambatan yang terjadi akibat proses kemunduran karena proses menua pada seseorang (Sinaga, 2019). Kemunduran pada seorang lansia dapat mengakibatkan banyak muncul penyakit dimana lansia akan menderita sedikitnya penyakit, ataupun lebih dari satu, dan hal ini tentu berdampak pada lansia seperti mengalami gangguan mobilisasi, sehingga lansia yang mengalami gangguan mobilisasi ini membutuhkan bantuan untuk melakukan kegiatan sehari-hari dan ini menyebabkan kualitas hidup pada lansia menjadi buruk (Yuzefo, 2015).

Gangguan mobilisasi pada lansia akibat kemunduran fisik yang terjadi dapat membuat seorang lansia merasa kehidupannya tidak memiliki arti lagi dan membuat lansia menjadi putus asa. Hal ini akan berdampak langsung pada psikososial lansia yaitu lansia menjadi depresi stres dan cemas, dan ini menjadi tolak ukur bahwa kualitas hidup lansia rendah atau buruk, lansia yang memiliki kualitas hidup yang baik ditandai dengan keadaan kondisi fungsional lansia optimal, sehingga lansia dapat menikmati kehidupan dimasa tuanya dengan penuh makna, dan membuat

lansia menjadi bahagia dan merasa berguna bagi masyarakat dan keluarga (Sutikno, 2011).

Kinasih (2012), dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa lanjut usia akan membuat seseorang mengalami proses kemunduran fungsi tubuh, biologis, psikologis dan sosial serta kondisi ini dapat menyebabkan berbagai macam masalah seperti fungsi tubuh pada lansia yang menurun. Agar kehidupan lansia dapat optimal mereka memerlukan bantuan baik dari keluarga, masyarakat maupun kelompok dengan memberikan motivasi kesembuhan terhadap lansia. Untuk meningkatkan kualitas hidup lansia salah satunya adalah dengan cara memotivasi lansia untuk memiliki kehidupan spiritual yang kuat. Spiritual pada lansia dapat mengatasi kehilangan yang terjadi sepanjang hidup lansia dengan harapan. Lansia yang memiliki spiritual yang tinggi dapat meningkatkan kesejahteraan pada lansia karena dengan spiritual lansia dapat mengurangi stres, kecemasan serta mempertahankan keberadaan dirinya sendiri dan tujuan hidupnya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Anggraini (2019), dengan judul penelitian “pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap kualitas tidur pada lansia di posyandu lansia teratai kecamatan Taman Krocok kabupaten Bondowoso”, diperoleh hasil uji statistik menggunakan Wilcoxon didapatkan nilai p value 0.000 yang artinya ada perbedaan yang signifikan pada kualitas tidur lansia antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT). Karena dengan cara Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) lansia mendapatkan relaksasi yang dapat memberikan ketenangan dan memulihkan tubuh sehingga dapat mempengaruhi perubahan-perubahan kualitas tidur pada lansia itu sendiri.

Kualitas hidup pada lansia adalah hal yang menjadi perhatian khusus dan penting, karena kualitas hidup pada lansia mencerminkan status kesejahteraan dan kesehatan pada lansia. Di era sekarang ini

kehidupan lansia semakin meningkat sehingga ini menjadi tantangan besar dalam meningkatkan kualitas hidup lansia (Titiksha, 2015).

Banyak sekali terapi komplementer yang bisa digunakan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia, salah satu terapinya adalah terapi SEFT, terapi ini banyak dimanfaatkan dan digunakan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Salah satu terapi komplementer yang berbasis spiritual yang dapat meningkatkan kualitas hidup lansia adalah terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*). Terapi SEFT ini juga mudah dilakukan, efektif, cepat, dan murah dan efeknya dapat permanen, kemudian terapi SEFT tidak memiliki efek samping terhadap lansia, terapinya bersifat universal, memberdayakan individu yang artinya tidak membuat lansia bergantung pada terapis, dan dapat dijelaskan secara ilmiah. Teknik penyembuhan yang dapat digunakan dan sangat efektif pada lansia adalah dengan menggunakan teknik yang memadukan antara kemampuan energi psikologis dengan doa dan spiritualitas. Energi psikologis adalah ilmu yang menerapkan berbagai macam prinsip dan teknik berdasarkan konsep sistem energi tubuh untuk memperbaiki kondisi pikiran, emosi dan perilaku seseorang. Teknik ini pengembangan dari terapi ekletis yang menggabungkan atas 14 macam teknik terapi termasuk kekuatan spiritual dan doa untuk mengatasi berbagai macam masalah pada lansia (Zainudin, 2012).

Terapi ini dapat dijadikan terapi alternatif bagi lansia untuk meningkatkan kualitas hidupnya. Terapi ini mengedepankan teknik spiritual dan emosional pasien tanpa mengesampingkan aspek fisiknya. Terapi SEFT dapat mengubah kondisi kimia di dalam otak seseorang yang kemudian dapat mengubah kondisi emosi seseorang yang dapat meningkatkan kualitas hidup pada lansia (Zainudin, 2012). Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan terhadap 15 orang, didapatkan bahwa sebanyak 10 orang lansia (75%) yang menyatakan tidak mengetahui kualitas hidup lansia terhadap terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*), lansia mengungkapkan bahwa mereka merasa hidup mereka

tidak nyaman, mereka merasakan kualitas dari kehidupannya sekarang tidak memuaskan, hal ini di akibatkan karena proses penuaan yang membuat keterbatasan pada diri mereka baik segi fisik, maupun psikologis, selain itu banyak munculnya penyakit juga menyebabkan hidup mereka tidak nyaman. dan sebanyak 5 orang lansia (25%) orang yang mengatakan sudah mengetahui kualitas hidup lansia terhadap terapi SEFT (*Spiritual Emosional Freedom Technique*), landa di kelurahan labuh baru timur

Oleh karena itu berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti Pengaruh SEFT (*Spiritual Emosional Freedom Technique*) terhadap kualitas hidup lansia di Kelurahan Labuh Baru Timur Kecamatan Payung Sekaki.

## **B. Rumusan Masalah**

Salah satu terapi komplementer yang berbasis spiritual yang dapat meningkatkan kualitas hidup lansia adalah terapi (SEFT) *Spiritual Emotional Freedom Technique*. Terapi ini dapat dapat dijadikan terapi alternatif bagi lansia untuk meningkatkan kualitas hidupnya. Terapi ini mengedepankan teknik spiritual dan emosional pasien tanpa mengesampingkan aspek fisiknya Terapi SEFT dapat mengubah kondisi kimia di dalam otak seseorang yang kemudian dapat mengubah kondisi emosi seseorang yang dapat meningkatkan kualitas hidup pada lansia. Terapi SEFT ini juga mudah dilakukan, efektif, cepat, dan murah dan efeknya dapat permanen, kemudian terapi SEFT tidak memiliki efek samping terhadap lansia, terapinya bersifat universal, memberdayakan individu yang artinya tidak membuat lansia bergantung pada terapis, dan dapat dijelaskan secara ilmiah. Teknik penyembuhan yang dapat digunakan dan sangat efektif pada lansia adalah dengan menggunakan teknik yang memadukan antara kemampuan energi psikologis dengan doa dan spiritualitas. Energi psikologis adalah ilmu yang menerapkan berbagai macam prinsip dan teknik berdasarkan konsep sitem energi tubuh untuk

memperbaiki kondisi pikiran, emosi dan perilaku seseorang. Teknik ini pengembangan dari terapi ekletis yang menggabungkan atas 14 macam teknik terapi termasuk kekuatan spiritual dan doa untuk mengatasi berbagai macam masalah pada lansia.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan terhadap 15 orang lansia di kelurahan Labuh Baru Timur, lansia mengungkapkan bahwa mereka merasa hidup mereka tidak nyaman, mereka merasakan kualitas dari kehidupannya sekarang tidak memuaskan, hal ini di akibatkan karena proses penuaan yang membuat keterbatasan pada diri mereka baik segi fisik, maupun psikologis, selain itu banyak munculnya penyakit juga menyebabkan hidup mereka tidak nyaman.

Berdasarkan latar belakang di atas dapat disusun rumusan masalah sebagai berikut “Bagaimana Pengaruh SEFT (*Spiritual Emosional Freedom Technique*) terhadap kualitas hidup lansia di Kelurahan Labuh Baru Timur Kecamatan Payung Sekaki?”.

### **C. Tujuan**

#### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui Pengaruh SEFT (*Spiritual Emosional Freedom Technique*) terhadap kualitas hidup lansia di Kelurahan Labuh Baru Timur Kecamatan Payung Sekaki.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi rerata beda personal kualitas hidup sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi rerata beda personal kualitas hidup sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi
- c. Untuk mengetahui perbedaan personal kualitas hidup sebelum dan sesudah perlakuan SEFT (*Spiritual Emosional Freedom Technique*) pada kelompok Intervensi
- d. Untuk mengetahui perbedaan personal kualitas hidup sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol

- e. Untuk mengetahui perbedaan personal kualitas hidup antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi sebelum dan sesudah perlakuan terapi SEFT (*Spiritual Emosional Freedom Technique*).

#### **D. Manfaat**

##### **1. Bagi Responden**

Melalui penelitian ini diharapkan responden memiliki pengetahuan terhadap kualitas hidup dan biasameningkatkan kualitas hidupnya secara mandiri.

##### **2. Bagi Institusi Keperawatan STIKES Payung Negeri**

Sebagai bahan bacaan bagi yang memerlukannya dan tambahan referensi bagi mahasiswa untuk dapat dijadikan ilmu pengetahuan maupun dasar penelitian selanjutnya keperawatan komunitas, keperawatan gerontik, keperawatan komplementer.

##### **3. Bagi Tempat Penelitian**

sebagai masukan terhadap terhadap *stake holder* yang ada ditempat penelitian untuk dapat lebih memerhatikan terkait kualitas hidup lansia yang ada di wilayahnya.

##### **4. Bagi Penelitian Selanjutnya**

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai data dasar pengembangan penelitian selanjutnya dan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai media informasi kesehatan dan menambah ilmu keperawatan