

## Hubungan Komunikasi Terapeutik dengan Kecemasan Lansia di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi Tahun 2023

Anasthasya Selda Patasik, Rotua Surianny Simamora, Kiki Deniati  
Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Medistra Indonesia  
Email : anastasyaa0087@gmail.com

### Abstrak

Lansia suatu kondisi yang dialami didalam kehidupan manusia. Menjadi tua adalah bagian dari proses alamiah manusia yang telah melalui tahap kehidupannya yaitu anak-anak, remaja, dewasa, dan tua. Kecemasan pada lansia pada umumnya disebabkan oleh lingkungan di sekitar lansia yang membuatnya khawatir dengan kehidupannya. Kualitas hidup yang dialami oleh lansia disebabkan oleh faktor kecemasan yang berlebihan hal ini umumnya sering terjadi, selain hal tersebut kecemasan lansia sangat dipengaruhi dengan lansia yang hidup sendiri. Upaya yang dilakukan untuk mencegah terjadinya kecemasan berlebih pada lansia melalui penerapan komunikasi terapeutik. Komunikasi terapeutik memberikan dampak yang positif untuk lansia dalam penurunan kecemasan. Tujuan Penelitian Mengetahui Hubungan Komunikasi Terapeutik dengan Kecemasan Lansia di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi Tahun 2023 Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan jenis analitik *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang mengalami kecemasan di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi Tahun 2023 berjumlah 55 orang. Teknik pengambilan data menggunakan jenis *simple random sampling*. Hasil Penelitian didapatkan bahwa dengan tingkat signifikan 95% atau nilai  $\alpha$  5% (0,05) hasil uji *Chi-Square* diperoleh *p-value* (0,000) < nilai  $\alpha$  (0,05). Hal ini menunjukkan  $H_0$  di tolak. Ada Hubungan Komunikasi Terapeutik dengan Kecemasan Lansia di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi Tahun 2023.

**Kata kunci:** Komunikasi Terapeutik, kecemasan, lansia.

### Abstract

Elderly is a condition experienced in human life. Getting old is part of the natural process of humans who have gone through the stages of their lives, namely children, adolescents, adults and old. Anxiety in the elderly is generally caused by the environment around the elderly which makes them worry about their lives. The quality of life experienced by the elderly is caused by excessive anxiety, this generally happens frequently, besides this, the anxiety of the elderly is strongly influenced by the elderly who live alone. Efforts are made to prevent excessive anxiety in the elderly through the application of therapeutic communication. Therapeutic communication has a positive impact on the elderly in reducing anxiety. Knowing the Relationship between Therapeutic Communication and Anxiety in the Elderly at the Pangudi Luhur Bekasi Integrated Center in 2023 The research method used is quantitative with Cross Sectional analytic type. The population in this study is the elderly who experience anxiety at the Pangudi Luhur Bekasi Integrated Center in 2023, totaling 55 people. The data collection technique uses simple random sampling. it was found that with a significant level of 95% or an  $\alpha$  value of 5% (0.05) the results of the Chi-Square test obtained a *p-value* (0.000) <  $\alpha$  value (0.05). This shows  $H_0$  is rejected. There is a Relationship between Therapeutic Communication and Elderly Anxiety at the Pangudi Luhur Bekasi Integrated Center in 2023.

**Keywords:** Therapeutic Communication, anxiety, elderly.

## PENDAHULUAN

Lansia suatu kondisi yang dialami didalam kehidupan manusia. Menjadi tua adalah bagian dari proses alamiah manusia yang telah melalui tahap kehidupannya yaitu anak-anak, remaja, dewasa, dan tua. Tahap yang dimaksud sangat berbeda baik secara biologis, fisik, dan psikologis. Hal ini dikarenakan fisik lansia sangat menghambat atau memperlambat kemunduran fungsi alat tubuh yang disebabkan bertambahnya umur. Menurut *World Health Organization (WHO)* di Asia Tenggara, populasi lansia adalah 8% atau sekitar 142 juta lansia. Namun pada tahun 2050 jumlah lansia diperkirakan akan meningkat tiga kali lipat tahun ini. Pada tahun 2000 jumlah lansia sebanyak 5,3 juta (7,4%) dari total penduduk sedangkan pada tahun 2010 jumlah lansia sebanyak 24 juta (9,77%) dari total penduduk dan pada tahun 2020 diperkirakan jumlah lansia sebesar 28.8 juta (11,34%) dari total penduduk.[1]

Menurut *data BPS (2020)* dalam hampir lima dekade, persentase lansia Indonesia meningkat sekitar dua kali lipat 1971-2019, menjadi 9,6% 25 juta dimana lansia perempuan sekitar 1% lebih banyak dibandingkan lansia laki-laki 10,10% banding 9,10%. Seluruh lansia yang ada di Indonesia, lansia muda 60-69 tahun jauh mendominasi dengan besaran yang mencapai 63,82%, lansia madya 70- 79 tahun sebesar 27,68%, sementara proporsi lansia tua 80 tahun ke atas sebesar 8,50% . Pada tahun 2019 ini telah ada lima provinsi yang sudah memasuki struktur penduduk tua di mana penduduk lansianya sudah mencapai 10%. Di Yogyakarta 14,50%, Jawa Tengah 13,36%, Jawa Timur 12,96%, Bali 11.30% dan Sulawesi Barat 11.15%.[1]

Kecemasan pada lansia pada umumnya disebabkan oleh lingkungan di sekitar lansia yang membuatnya khawatir dengan kehidupannya. Kualitas hidup yang dialami oleh lansia disebabkan oleh faktor

kecemasan yang berlebihan hal ini umumnya sering terjadi, selain hal tersebut kecemasan lansia sangat dipengaruhi dengan lansia yang hidup sendiri. [2]

Upaya yang dilakukan untuk mencegah terjadinya kecemasan berlebih pada lansia melalui penerapan komunikasi terapeutik. Komunikasi terapeutik memberikan dampak yang positif untuk lansia dalam penurunan kecemasan karena sebagai perawat kita dapat menyediakan ruang yang nyaman untuk lansia menceritakan masalah dalam hidupnya. Komunikasi yang terjalin akan menimbulkan kepercayaan sehingga hubungan akan lebih baik dan nyaman. [3]

Adapun tujuan penelitian ini adalah Mengetahui hubungan komunikasi terapeutik dengan kecemasan pada lansia di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi Tahun 2023.

## METODE

Menggunakan desain kuantitatif dengan *Cross Sectional*. Sampel dalam penelitian adalah lansia yang berusia 60-90 keatas di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi Tahun 2023 sebanyak 55 responden. Pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling* dengan *simple random sampling* yang dilakukan Februari s/d Juni Tahun 2023. Pengumpulan data Langkah awal diawali dengan proses perizinan, penelitian mendapatkan izin dari Sentra Terpadu Pangudi Luhur setelah itu peneliti menentukan populasi dan sampel Setelah sampel dipilih peneliti melakukan sosialisasi tentang penelitian dan tujuannya terhadap calon responden Peneliti memberikan arahan mengenai cara mengisi kuesioner dan memberi seperangkat pertanyaan serta pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawab. Analisis data mencakup analisis univariat dan bivariate dimana analisis univariat dengan komunikasi

terapeutik serta distribusi frekuensi kecemasan lansia. Sedangkan analisis bivariate mengetahui hubungan antara komunikasi terapeutik dengan kecemasan lansia di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi 2023 Menggunakan *uji statistik* (CI=95%) atau  $\alpha$  sebesar 5%.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**1. Distribusi Frekuensi Karakteristik responden Tahun 2023**

Tabel 1 . **Distribusi Frekuensi Karakteristik responden Tahun 2023**

| Karakteristik | Frekuensi( f) | Persentasi (%) |
|---------------|---------------|----------------|
| Laki-laki     | 25            | 45,5           |
| Perempuan     | 30            | 54,5           |
| <b>Total</b>  | <b>55</b>     | <b>100,0</b>   |
| 60-74         | 28            | 50,9           |
| 75-90         | 18            | 32,7           |
| >90           | 9             | 16,4           |
| <b>Total</b>  | <b>55</b>     | <b>100,0</b>   |
| SD            | 18            | 32,7           |
| SMP           | 27            | 49,1           |
| SMA           | 10            | 18,2           |
| SARJANA       | 0             | 0              |
| <b>Total</b>  | <b>55</b>     | <b>100,0</b>   |

Tabel 1 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, umur, pendidikan diketahui bahwa dari 55 responden (100%), menunjukkan jenis kelamin terbanyak adalah perempuan sebanyak 30 responden (54,5%). Jumlah lansia yang mengalami kecemasan lebih banyak berjenis kelamin perempuan, hal ini dikarenakan perbedaan fungsi otak dan hormon yang dimiliki wanita yang terkait dengan proses reproduksi pada wanita seperti menstruasi, kehamilan, serta menopause[4]. Distribusi frekuensi berdasarkan umur

menunjukkan bahwa responden terbanyak adalah berumur 60-74 tahun sebanyak 28 responden (50,9%) semakin umur bertambah jaringan pada lansia semakin menurun, proses penuaan secara degeneratif akan berdampak pada perubahan fisik, perasaan, sosial. Masalah pada perasaan adalah kecemasan maka dari itu lansia lebih sering ditandai dengan perasaan tegang yang mengakibatkan kecemasan pada lansia tinggi.[5]

Distribusi frekuensi berdasarkan pendidikan terbanyak adalah SMP dengan jumlah 27 responden (49,1%). Hal itu disebabkan lansia yang mempunyai pendidikan tinggi, akan mempunyai akses yang lebih baik terhadap informasi tentang kesehatan, lebih aktif menentukan sikap, dan lebih mandiri mengambil tindakan perawatan, selain itu juga akan mudah menerima informasi baru tentang kesehatannya dan mampu menyaring hal-hal positif dalam menghadapi kehidupannya.

**2. Distribusi Frekuensi Komunikasi Terapeutik Tahun 2023**

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Komunikasi Terapeutik Tahun 2023

| Komunikasi Terapeutik | Frekuensi ( f) | Persentasi (%) |
|-----------------------|----------------|----------------|
| Kurang baik           | 17             | 30,9           |
| Cukup                 | 17             | 30,9           |
| Baik                  | 21             | 38,2           |
| <b>Total</b>          | <b>55</b>      | <b>100,0</b>   |

Tabel 2 menunjukkan bahwa dapat diketahui dari 55 responden (100%) di Sentra Terpadu Pangudi Luhur sebagian besar menunjukkan penerapan komunikasi terapeutik dengan kategori baik dengan jumlah 21 (38,2%). Menurut analisa peneliti bahwa petugas kesehatan selalu menerapkan

komunikasi terapeutik dengan baik Dalam mengupayakan peningkatan komunikasi terapeutik Sentra Terpadu Pangudi Luhur selalu mengadakan kegiatan pelatihan seperti webinar kesehatan. Selain itu petugas kesehatan selalu memberikan hal positif kepada lansia dengan melakukan kegiatan bersama. Saat berkomunikasi dengan lansia petugas kesehatan menggunakan komunikasi interpersonal yaitu komunikasi yang disampaikan dalam bentuk verbal non verbal.

Ketika berkomunikasi dengan lansia yang mengalami gangguan pendengaran petugas kesehatan selalu menatap wajah lansia sehingga lansia dapat membaca bibir dan menggunakan isyarat mata.

dalam melaksanakan komunikasi terapeutik kepada lansia yaitu dengan fase prainteraksi petugas kesehatan selalu menyapa lansia, fase interaksi petugas kesehatan menanyakan keadaan lansia dan masalah apa yang terjadi, fase kerja petugas kesehatan memberikan motivasi kepada lansia, dan fase terminasi petugas kesehatan merencanakan pertemuan selanjutnya untuk menyelesaikan masalah pada lansia.

Hal ini sejalan dengan penelitian dahulu tentang analisis penerapan komunikasi terapeutik perawat pelaksana terhadap kecemasan keluarga pasien di ruang ICU yang mendapatkan hasil 34 responden (67%) perawat berkomunikasi dengan baik dengan menggunakan tahapan dalam komunikasi terapeutik. Faktor penting yang digunakan untuk menetapkan hubungan terapeutik antara perawat dan keluarga pasien adalah komunikasi.[6]

### 3. Distribusi Frekuensi Kecemasan Lansia di Sentra Terpadu Pangudi Luhur

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Kecemasan Lansia di Sentra Terpadu Pangudi Luhur

| Kecemasan Lansia | Frekuensi (f) | Persentasi (%) |
|------------------|---------------|----------------|
| Ringan           | 21            | 38,2           |
| Sedang           | 17            | 30,9           |
| Berat            | 17            | 30,9           |
| <b>Total</b>     | <b>55</b>     | <b>100,0</b>   |

Tabel 3 menunjukkan bahwa dapat diketahui dari 55 responden (100%) di Sentra Terpadu Pangudi Luhur sebagian besar menunjukkan kecemasan lansia dalam kategori ringan dengan jumlah 21 (49,1%). Menurut analisa peneliti Kecemasan yang terjadi pada lansia yang berada di Sentra Terpadu di pengaruhi oleh faktor masalah kesehatan dan kehilangan orang tersayang. Berdasarkan observasi pada saat penelitian lansia mayoritas mengalami tanda-tanda kecemasan seperti sulit tidur, khawatir, gelisah, dan kelelahan. Maka dari itu petugas kesehatan selalu melakukan pendekatan dengan cara berkomunikasi menggunakan komunikasi terapeutik. Selain itu petugas kesehatan selalu memberikan motivasi untuk lansia. Adapun faktor yang mempengaruhi penurunan kecemasan pada lansia yaitu faktor lingkungan yang nyaman di Sentra Terpadu Pangudi Luhur faktor tersebut memberikan dampak baik bagi kesehatan fisik maupun mental pada lansia

Hal ini di dukung bahwa lansia yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 51 responden (85.0%). Pengaruh komunikasi terapeutik perawat berada dikategori baik sehingga lansia termotivasi tinggi. Komunikasi yang terjalin baik akan menimbulkan kepercayaan sehingga terjadi hubungan yang lebih hangat.[7]

**4. Hubungan Komunikasi dengan Kecemasan Lansia di Sentra Terpadu Padungi Luhur Tahun 2023**

Tabel 4 Hubungan Komunikasi dengan Kecemasan Lansia di Sentra Terpadu Padungi Luhur Tahun 2023

| Komunikasi Terapeutik | Kecemasan Lansia di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Tahun 2023 |             |           |             |           |             |           |              | P value |
|-----------------------|---|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|--------------|---------|
|                       | Ringan  |             | Sedang    |             | Berat     |             | Total     |              |         |
|                       | N   | %           | N         | %           | N         | %           | N         | %            |         |
| Kurang baik           | 2   | 3,6         | 6         | 10,9        | 9         | 16,4        | 17        | 30,9         | 0,000   |
| Cukup                 | 3   | 5,5         | 9         | 16,4        | 5         | 9,1         | 17        | 30,9         |         |
| Baik                  | 16  | 29,1        | 2         | 3,6         | 3         | 5,5         | 21        | 38,2         |         |
| <b>Total</b>          | <b>21</b>   | <b>38,2</b> | <b>17</b> | <b>30,9</b> | <b>17</b> | <b>30,9</b> | <b>55</b> | <b>100,0</b> |         |

Berdasarkan tabel 4.4 diatas dapat diketahui bahwa dari 55 responden (100%) lansia yang mengalami kecemasan menyatakan komunikasi terapeutik baik dengan kecemasan ringan sebanyak 16 responden (29,1%). Responden yang menyatakan komunikasi terapeutik kurang baik dengan kecemasan berat sebanyak 9 responden (16,4%), Responden yang menyatakan komunikasi terapeutik cukup dengan kecemasan sedang 9 (16,4%).

Bedasarkan hasil output uji statistik dengan tingkat signifikan 95% atau  $\alpha$  5% (0,05) hasil uji *Ci Square* diperoleh p value (0,000) < nilai  $\alpha$  (0,05) sehingga dapat disimpulkan dari hasil H0 ditolak. Demikian dapat diartikan bahwa terdapat Hubungan Komunikasi Terapeutik dengan Kecemasan lansia di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi Tahun 2023

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian dahulu bahwa hasil bivariat menggunakan uji *chi-square* responden yang mengatakan komunikasi terapeutik perawat baik terbanyak dengan kecemasan ringan pada keluarga

sebanyak 15 responden (48,4%) dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa pada dasarnya komunikasi terapeutik bertujuan membantu memahami keluarga, mencapai hubungan baik perawat dan keluarga, dan membantu keluarga memahami tujuan dari

tindakan perawatan yang dilakukan. Perawat yang dapat menjalankan perannya dengan baik tentunya dapat memberikan kenyamanan bagi pasien maupun keluarga pasiennya sehingga akan mengurangi tingkat kecemasan. [8]

Berhubungan juga dengan teori peneliti dahulu Komunikasi terapeutik merupakan komunikasi yang direncanakan secara sadar, bertujuan dan kegiatannya dipusatkan untuk kesembuhan pasien dan membina hubungan yang terapeutik antara perawat dan klien. Komunikasi terapeutik juga dapat dipersepsikan sebagai proses interaksi antara klien dan perawat yang membantu klien mengatasi stress sementara untuk hidup harmonis dengan orang lain.[9]

Berdasarkan analisa peneliti bahwa petugas kesehatan Sentra Terpadu dalam menerapkan komunikasi terapeutik dapat mempengaruhi tingkat kecemasan lansia. Maka dari itu komunikasi terapeutik dapat membina hubungan saling percaya terhadap lansia, karena itu lansia akan merasa percaya diri dalam kehidupannya sehingga berdampak positif yang membuat kecemasan lansia

menurun. Jika lansia mendapatkan perlakuan kurang baik dalam pelayanan khususnya dalam menerapkan komunikasi terapeutik akan membuat kecemasan lansia semakin meningkat.

### KESIMPULAN

Bedasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan pada bab sebelumnya tentang “ Hubungan Komunikasi Terapeutik dengan Kecemasan Lansia di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi 2023” maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik berdasarkan jenis kelamin terbanyak yaitu perempuan, umur terbanyak yaitu 60-74 tahun, pendidikan terbanyak yaitu SMP.
2. Komunikasi terapeutik petugas kesehatan Sentra Terpadu Paangudi Luhur Bekasi mayoritas melakukan komunikasi terapeutik dengan baik. Hal ini menunjukkan petugas kesehatan selalu mengikuti kegiatan webinar selain itu petugas kesehatan selalu memberikan dampak positif melalui motivasi kepada lansia oleh karena itu lansia menyatakan bahwa komunikasi terapeutik yang diterapkan oleh petugas kesehatan sangat baik.
3. Kecemasan pada lansia di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi 2023 mayoritas masuk dalam kategori ringan. Hal ini menunjukkan bahwa petugas kesehatan dapat menerapkan komunikasi terapeutik dengan baik, begitu pun lingkungan Sentra Terpadu sangat nyaman sehingga kecemasan lansia di Sentra Terpadu pangudi luhur dalam kategori ringan.
4. Adanya Hubungan Komunikasi Terapeutik dengan Kecemasan Lansia di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi 2023. komunikasi merupakan hal yang

sangat penting dalam proses pemberian asuhan keperawatan. Komunikasi yang terjalin baik akan menimbulkan kepercayaan sehingga terjadi hubungan yang lebih hangat dan mendalam yang dapat mengurangi kecemasan pada lansia.

### DAFTAR PUSTAKA

- [1] S. Lestari, E. D. S, and J. Santoso, “Keberadaan penduduk lanjut usia dalam peta penduduk Kabupaten Banyumas tahun 2020,” *Pengemb. Sumber Daya Perdesaan dan Kearifan Lokal Berkelanjutan IX*, pp. 391–400, 2021.
- [2] S. N. Fitri, D. rosella Komalasari, and arin supriyadi Wijianto, “Physio journal,” pp. 41–48, 2022.
- [3] A. L. Kio and I. K. A. Priastana, “Studi Literatur: Penerapan Komunikasi Terapeutik Terhadap Psikologis Lansia,” *J. Ilm. PANNMED (Pharmacist, Anal. Nurse, Nutr. Midwivery, Environ. Dent.,* vol. 16, no. 2, pp. 290–294, 2021, doi: 10.36911/pannmed.v16i2.1135.
- [4] F. Husna and N. Ariningtyas, “Tingkat Kecemasan Lansia Berdasarkan Depression Anxiety Stress Scale 42 (Dass 42) Di Posyandu Lansia Mekar Raharja Dusun Lemah Dadi Bangunjiwo, Kasihan Bantul,” *J. Kesehat. Samodra Ilmu*, vol. 10, no. 1, pp. 36–44, 2019.
- [5] R. Rindayati, A. Nasir, and Y. Astriani, “Gambaran Kejadian dan Tingkat Kecemasan pada Lanjut Usia,” *J. Kesehat. Vokasional*, vol. 5, no. 2, p. 95, 2020, doi: 10.22146/jkesvo.53948.
- [6] Nurhusna and Y. Oktariana, “Analisis Penerapan Komunikasi Teraupetik Perawat Pelaksana Terhadap Kecemasan Keluarga Pasien Yang Di Rawat Di Ruang Intensive Care Unit (Icu) Rsud Raden Mattaher,” *Semin. Nas. Keperawatan*, vol. 4, no. 1, pp. 128–134, 2018.
- [7] I. A. Baharuddin, B. Siokal, I. Keperawatan, F. K. Masyarakat, U. M. Indonesia, and E. P. K. K, “Pengaruh Komunikasi Terapeutik terhadap Kecemasan pada Lansia,” vol. 4, no. 1,

- pp. 9–16, 2023.
- [8] F. Tridiyawati, L. Idealistiana, and Rofita, “Hubungan Komunikasi Terapeutik Perawat Terhadap Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien,” *Kesehat. Masy.*, vol. 3, no. 2, pp. 109–113, 2020.
- [9] M. Riadi, “Komunikasi terapeutik.” juni 15 2020, 2020.