

Arumsari, Niken Ayu. (2014). Pengaruh *Reminiscence Therapy* terhadap Tingkat Stress pada Lansia di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta

Pembimbing:

Sutantri, S. Kep., Ns., M.Sc

INTISARI

Latar Belakang: Data dari Kementrian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat (2010) menunjukkan bahwa prevalensi jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia yang berusia 60 tahun keatas berjumlah sekitar 7,18%. Pada tahun 2020 diperkirakan jumlah lansia di Indonesia akan meningkat sebesar 28,8 juta (11,34%) dengan usia harapan hidup 71 tahun. Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) merupakan propinsi dengan lansia terbanyak yaitu sekitar 9,36% dari total penduduk di Indonesia. Orang-orang yang berusia lanjut merupakan populasi rentan yang mudah mengalami stress. *Reminiscence Therapy* adalah suatu metode yang berhubungan dengan memori, berguna untuk meningkatkan kesehatan mental dan kualitas hidup lansia.

Tujuan penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk menurunkan tingkat stress pada lansia di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimental, dengan menggunakan rancangan penelitian yang bersifat quasi eksperimen dengan rancang *pretest-posttest with control group design* dengan jumlah sampel berjumlah 38 orang lansia yang terbagi atas dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis yang akan dilakukan dengan uji statistik *Paired Sample T-Test* dan *Independent Sample T-Tes*.

Hasil Penelitian: Tingkat stress lansia pada kelompok intervensi mengalami penurunan yang signifikan setelah mendapatkan intervensi berupa *Reminiscence Therapy* sebanyak 3,47 poin ($p=0,005$), dan pada kelompok kontrol terdapat peningkatan yang bermakna sebanyak 2,32 poin ($p=0,004$). Hasil uji statistik kedua kelompok setelah *posttest* didapatkan bahwa ada perbedaan yang bermakna dengan nilai p value 0,000.

Kesimpulan: *Reminiscence Therapy* berpengaruh secara signifikan dapat meningkatkan menurunkan tingkat stress pada lansia di PSTW Unit Budi Luhur, Kasongan, Bantul, Yogyakarta