



PENGARUH TERAPI *REMINISCENCE* TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN DAN PENINGKATAN PENGETAHUAN PADA LANSIA DENGAN PENYAKIT PENYERTA DALAM MENGHADAPI MASA *NEW NORMAL COVID 19*

Oleh

Marizki Putri¹⁾, Rista Nora²⁾

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat

E-mail: marizkiputri33@gmail.com

Abstrak

Elderly is a natural process that cannot be avoided, runs continuously and continuously. Lack of knowledge about dealing with the new normal period of the pandemic Covid-19 can lead to various kinds of speculation about the spread of the Corona virus, causing anxiety that can lower the immune system of the elderly. The purpose of this study was to see the effect of therapy on reminiscence decreasing anxiety levels and increasing knowledge in the elderly within the face of the period of comorbidities new normal Covid 19. The design of this study was a quasi-experimental approach with the "approach One Group Pre-test-posttest Design". The sampling technique in this study was purposive random sampling, with a total sample of 52 people, the samples in this study were the elderly with comorbidities. The results of this study are that there are differences in the mean before and after being given therapy Reminiscence, both anxiety and knowledge levels of the elderly. The mean of anxiety before was 2.87 while after being given therapy was 2.00. the average knowledge before 5.06 while after being given therapy was 11.08. after the test statistic paired sample t test obtained value of p 0:00, which means there are significant before and sesudah therapy is given Reminiscence to the elderly. therapy Reminiscence is a therapy that can be done either as a group or individually, with the aim of reducing negative behavior in the elderly, and increasing their knowledge.

Keyword: Keywords anxiety, Elderly, Therapy *Reminiscence*, Knowledge

PENDAHULUAN

Prevalensi jumlah lansia di Indonesia setiap tahunnya selalu meningkat. Pada tahun 2020 diperkirakan mencapai 28,8 juta jiwa atau 11,34 persen dari total jumlah penduduk Indonesia. 35% lansia tahun 2020 meninggal karena terinfeksi covid 19. Lansia merupakan proses alamiah sesuai dengan peningkatan usia seseorang. dengan kategori umur ≥ 60 tahun. (Effendi, 2017). Semakin meningkatnya jumlah lanjut usia di Indonesia akan menimbulkan permasalahan yang cukup kompleks baik dari masalah fisik maupun psikososial yang paling banyak terjadi pada lansia seperti, kesepian, perasaan sedih, depresi dan kecemasan.

Kecemasan atau ansietas termasuk salah satu masalah kesehatan jiwa yang paling sering muncul, ditambah bila lanjut usia tersebut

mempunyai riwayat penyakit penyerta seperti, hipertensi, diabetes, jantung atau penyakit degeneratif. Menurut Efendi (2017) menua bukan suatu penyakit, namun merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan. Menua adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis. Kegagalan ini berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup serta peningkatan kepekaan secara individual. Kecemasan (ansietas/*anxiety*) adalah gangguan alam perasaan (*affective*) yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas (*Reality*



Testing Ability/RTA, masih baik), kepribadian masih tetap utuh (tidak mengalami keretakan kepribadian/*splitting of personality*), perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal (Hawari, 2013).

Menurut hasil penelitian Dani (2020) saat ini sebagian besar lansia (73%) mengatakan cemas terhadap masa pandemi covid 19, dimana lansia harus hidup berdampingan dengan virus tersebut yang saat ini disebut dengan masa new normal, new normal itu sendiri adalah Lansia harus melakukan perubahan pola hidup dengan tatanan dan adaptasi kebiasaan yang baru agar dapat hidup produktif dan terhindar dari penularan COVID-19. Kedisiplinan dalam menerapkan prinsip pola hidup yang lebih bersih dan sehat merupakan kunci dalam menekan penularan COVID-19 pada masyarakat. Untuk menekan angka kejadian penularan covid 19 ini salah satunya adalah meningkatkan pengetahuan. Akibat kurangnya pengetahuan lansia dalam menghadapi masa *new normal* dan pandemic Covid-19 dapat menimbulkan berbagai macam spekulasi tentang penyebaran virus Corona, sehingga menimbulkan kecemasan yang dapat menurunkan sistem imun tubuh seseorang. Dengan menurunnya sistem imun seseorang maka virus tersebut mudah menyerang seseorang dan dapat mengancam nyawa seseorang, sehingga pemerintah perlu memberikan informasi yang baik tentang pandemic Covid-19.

Faktor yang menyebabkan seseorang merasa cemas akan pandemic ini adalah informasi yang kurang tepat yang didapatkan seseorang tentang penyakit tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh Yanan Wang, et al, (2020) yang berjudul "*Study on the Public Psychological States and Its Related Factors During the Outbreak of COVID-19 in Some Regions of China*" menunjukkan hasil bahwa (93,67%) responden China mengalami cemas tinggi, (5,67%) cemas ringan dan (0,67%) cemas sedang. Dilihat dari jenis kelamin,

subjek perempuan lebih tinggi mengalami kecemasan daripada laki-laki.

Mengatasi dampak dari kecemasan dan kurangnya pengetahuan pada pasien lansia dengan penyakit penyerta diperlukan upaya manajemen stress, salah satunya dapat dilakukan dengan *reminiscence therapy*. Terapi *reminiscence* merupakan terapi pengalaman masa lalu, perasaan, pikiran yang menyenangkan untuk memfasilitasi kualitas hidup atau kemampuan beradaptasi terhadap perubahan. Terapi *reminiscence* terdiri dari 5 sesi. Menurut Utami (2015) menyebutkan dalam penelitiannya bahwa Terapi *reminiscence* efektif dilakukan untuk mengurangi kecemasan lansia dan dapat meningkatkan pengetahuan lansia dengan nilai *p value* 0.000.

Dari penjelasan diatas peneliti tertarik mengangkat masalah tentang Pengaruh Terapi *Reminiscence* Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Dan Peningkatan Pengetahuan Pada Lansia Dengan Penyakit Penyerta Dalam Menghadapi Masa *New Normal Covid 19*.

LANDASAN TEORI

A. Lansia

1. Pengertian

Lansia merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan. Lansia adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis (Effendi, 2009).

Lansia adalah seseorang yang telah berusia >60 tahun dan tidak berdaya mencari nafkah sendiri untuk memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari (Ratnawati, 2017).

Kedua pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa lansia adalah seseorang yang telah berusia > 60 tahun, mengalami penurunan kemampuan beradaptasi, dan tidak berdaya untuk



memenuhi kebutuhan sehari-hari seorang diri.

2. Klasifikasi Lansia

Klasifikasi lansia menurut Burnside dalam Nugroho (2012)

- Young old* (usia 60-69 tahun)
- Middle age old* (usia 70-79 tahun)
- Old-old* (usia 80-89 tahun)
- Very old-old* (usia 90 tahun ke atas)

B. Kecemasan

1. Definisi :

Kecemasan adalah perasaan was-was, kuatir atau tidak nyaman seakan-akan terjadi sesuatu yang dirasakan sebagai ancaman. Ansietas berbeda dengan rasa takut. Takut merupakan penilaian intelektual terhadap sesuatu yang berbahaya, sementara ansietas adalah respons emosional terhadap penilaian tersebut

2. Klasifikasi Kecemasan Adalah :

- Cemas ringan

Berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lahan persepsinya. Ansietas dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan serta kreativitas

- Cemas sedang

Memungkinkan seseorang untuk memusatkan perhatian pada hal penting dan mengesampingkan yang lain sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah.

- Cemas berat

Ansietas ini sangat mengurangi lahan persepsi seseorang. Seseorang cenderung untuk memusatkan perhatian pada hal kecil saja dan mengabaikan hal lain. Individu tidak mampu berfikir berat lagi dan membutuhkan banyak pengarahan/tuntutan

- Panik

Berhubungan dengan terperangah, ketakutan dan teror. Lahan persepsi sudah terganggu sehingga individu tidak dapat mengendalikan diri lagi dan tidak dapat

melakukan apa-apa walaupun sudah diberi pengarahan/tuntutan.

C. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2014). Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behaviour*).

D. Terapi *Reminiscence*

1. Pengertian Terapi Kelompok *Reminiscence*

Terapi *Reminiscence* Kelompok adalah terapi yang memberikan perhatian terhadap kenangan terapeutik lansia yaitu pengalaman yang menyenangkan, paling berkesan atau keberhasilan dan kesuksesan yang pernah dicapai oleh lansia pada masa lalunya, kemudian lansia dimotivasi untuk mengingat kembali pengalaman tersebut dan disampaikan kepada anggota kelompok.

2. Tujuan Terapi Kelompok *Reminiscence*

Menurut Fontaine dan Fletcher (2003)

Terapi *Reminiscence* bertujuan untuk meningkatkan harga diri dan membantu individu mencapai kesadaran diri dan memahami diri, beradaptasi terhadap stress dan melihat bagian dirinya dalam konteks sejarah dan budaya. Sedangkan menurut Nussbaum, Pecchioni, Robinson & Thompson (2000, dalam Fontaine & Fletcher, 2003) Terapi *Reminiscence* bertujuan untuk menciptakan kebersamaan kelompok dan meningkatkan keintiman sosial.

Terapi Kelompok *Reminiscence* mempunyai potensi untuk menurunkan isolasi sosial, memperbaiki fungsi kognitif dan depresi, dan meningkatkan harga diri, perasaan berharga, keterampilan sosial dan



kepuasan hidup). Secara terperinci tujuan Terapi Kelompok *Reminiscence* adalah :

1. Meningkatkan harga diri.
2. Meningkatkan perasaan berharga.
3. Meningkatkan kemampuan komunikasi.
4. Meningkatkan keintiman sosial.
5. Menciptakan kebersamaan kelompok.
6. Menurunkan isolasi sosial (meningkatkan sosialisasi)
7. Meningkatkan kepuasan hidup.

3. Indikasi Terapi Kelompok *Reminiscence*

Indikasi medis untuk pelaksanaan Terapi *Reminiscence* adalah lansia dengan depresi, demensia dan gangguan kognitif yaitu Alzheimer (RIPFA, 2006). Indikasi keperawatan untuk Terapi Kelompok *Reminiscence* ini adalah lansia dengan diagnosa keperawatan :

- a. Harga diri rendah.
- b. Ketidakberdayaan.
- c. Keputusanasaan.
- d. kecemasan
- e. Isolasi sosial.

4. Tipe Terapi Kelompok *Reminiscence*

Tipe Terapi Kelompok *Reminiscence* dalam modul ini adalah tipe *simple* atau positif *reminiscence* yaitu anggota kelompok menyampaikan pengalaman dan perasaan masa lalunya yang menyenangkan atau paling berkesan pada usia anak, remaja, dewasa, pengalaman bersama keluarga dan di rumah.

5. Tempat dan Waktu Pelaksanaan Terapi Kelompok *Reminiscence*

Terapi Kelompok *Reminiscence* ini dilaksanakan di ruang khusus (aula pertemuan) atau diruangan yang nyaman dan kondusif bak itu dirumah klien maupun di posyandu lansia. Jumlah sesi dalam Terapi Kelompok *Reminiscence* ini sebanyak 5 sesi dan dilaksanakan dalam 9 kali pertemuan. Sesi 1 sampai 4 dilaksanakan masing-masing 2 kali pertemuan dan sesi 5 hanya 1 kali pertemuan. Waktu untuk setiap pertemuan selama 75 menit atau maksimal 90 menit. Dalam setiap minggu

dilakukan 3 kali pertemuan dengan selang waktu 1 hari untuk setiap pertemuan. Pada modul Terapi Kelompok *Reminiscence* ini klien diberikan terapi setiap 2 hari sekali, atau dengan kata lain 1 kali pertemuan dilaksanakan setiap 2 hari.

METODE

1. Jenis Penelitian

Desain Penelitian ini adalah *quasi eksperimen* dengan pendekatan “*One Group Pra-test-posttest Design*”. Untuk mengetahui Pengaruh Terapi *Reminiscence* Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Dan Peningkatan Pengetahuan Pada Lansia Dengan Penyakit Penyerta Dalam Menghadapi Masa *New Normal Covid 19*.

2. Lokasi penelitian

Tempat Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Nan Balimo Kota Solok. Waktu penelitian ini dari bulan April - Desember 2021

3. Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah lansia dengan penyakit penyerta Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan *purposive random sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 52 orang

4. Cara analisis data

Model analisis data yang dilakukan adalah analisis univariat dan bivariat. Data disajikan dalam bentuk data numeric untuk analisa univariat. Data yang telah dianalisis disajikan dalam bentuk tabel standar tedensi yang terdiri dari nilai mean, standar deviasi . Sedangkan analisis bivariat sebelumnya peneliti melakukan uji normalitas dengan melihat nilai *kolmogorof smirnov* baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol. Dalam analisis bivariat dilakukan dengan Melihat pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pada masing – masing kelompok baru dilakukan dengan uji *paired t test*.



HASIL PENELITIAN

A. Uji Normalitas dan Homogenitas Hasil Penelitian

Sebelum melakukan pengujian statistik terlebih dahulu peneliti melakukan uji normalitas dan homogenitas terhadap masing – masing variabel diantaranya kecemasan dan pengetahuan, terdistribusi normal dan homogen dengan nilai ($p > 0,05$)

B. Pengaruh Terapi *Reminiscence* Terhadap Tingkat Kecemasan dan Peningkatan Pengetahuan Pada Lansia Dengan Penyakit Penyerta Dalam Menghadapi Masa New Normal Covid 19

Hasil analisis untuk melihat pengaruh masing –masing variabel yaitu tingkat kecemasan dan peningkatan pengetahuan lansia dengan penyakit penyerta dalam menghadapi masa *new normal* covid 19 sebelum dan sesudah diberikan intervensi diuji dengan menggunakan uji *Paired Sample T Test*. Hasil secara lengkap dapat dilihat pada tabel 5.2

Tabel 5.2
Pengaruh Terapi *Reminiscence* Terhadap Tingkat Kecemasan dan Peningkatan Pengetahuan Pada Lansia Dengan Penyakit Penyerta Dalam Menghadapi Masa New Normal Covid 19 (N=52)

Pengaruh Terapi <i>Reminiscence</i>	Kelompok	Mean	SD	SE	95% CI Interval Of The Difference		t	df	P value
					Lower	Upper			
Tingkat kecemasan lansia dengan penyakit penyerta dalam menghadapi masa new normal	Sebelum	2.87							
	Sesudah	2.00	0.715	0.099	0.66	1.064	8.730	51	0.000
Peningkatan Pengetahuan lansia dengan penyakit penyerta dalam menghadapi masa new normal	Sebelum	0.865							
	Sesudah	5.06	1.809	0.251	-6.523	-5.515	23.98	51	0.000
	Selisih	-	6.019						

Tabel 5.2 diatas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rerata tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi *reminisce* yaitu 2.87 sebelum dan sesudah 2.00, dan terdapat pengaruh antara sebelum dan sesudah diberikan terapi *reminisce* dengan nilai

p value 0.000, nilai standar deviasinya adalah 0.715, dan nilai t 8.730.

Terdapat perbedaan nilai rerata peningkatan pengetahuan lansia sebelum dan sesudah diberikan terapi *reminisce* nilai mean sebelum 5.06 dan sesudah 11.08, standar deviasi sebelum 1.809, dengan nilai p value 0.000 yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan terapi *reminisce*.

Pembahasan

1. Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Dengan Penyakit Penyerta Dalam Menghadapi Masa New Normal Covid 19 Sebelum dan Sesudah diberikan Terapi *Reminiscence*

Rata – rata tingkat kecemasan lansia adalah sebelum diberikan terapi 2.87 dengan nilai standar deviasi 0.595 dengan nilai minimal 1 dan nilai maksimal 4, sedangkan setelah diberikan terapi nilai rerata 2.00, dengan nilai standar deviasi 0.594 dan nilai minimal 1 sedangkan nilai maksimal adalah 4. Sedangkan setelah dilakukan analisa data dengan menggunakan uji komputerisasi didapatkan perbedaan rerata tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi *reminisce* yaitu 2.87 sebelum dan sesudah 2.00, dan terdapat pengaruh antara sebelum dan sesudah diberikan terapi *reminisce* dengan nilai p value 0.000, nilai standar deviasinya adalah 0.715, dan nilai t 8.730.

Dari hasil penelitian diatas dapat dilihat bahwa adanya perbedaan rerata tingkat kecemasan baik sebelum dan sesudah diberikan terapi. Kecemasan lansia merupakan rasa kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar yang berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti, tidak berdaya, serta objek yang tidak spesifik. Menurut Kusumawardani (2021), Kecemasan juga dimanifestasikan secara langsung melalui perubahan fisiologis seperti (berkeringat, detak jantung meningkat, nyeri abdomen, gemetar dan sesaka nafas) sedangkan secara perubahan perilaku biasanya ditandai dengan bicara cepat dan reaksi terkejut.



Sedangkan menurut Stuart (2010) Kecemasan merupakan suatu perasaan dimana seseorang merasa tidak aman dan terancam atas suatu hal atau keadaan. Upaya untuk mengatasi kecemasan dapat dilakukan dengan cara farmakologi, non farmakologi atau keduanya. Contoh terapi non farmakologi antara lain, dengan teknik relaksasi, terapi musik, terapi mural dan aromaterapi (Mottaghi, 2011). Salah satu terapi non farmakologi untuk mengurangi tingkat kecemasan adalah dengan melakukan terapi *reminiscence* (Meléndez, et al. 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Yanan Wang, et al, (2020) yang berjudul “*Study on the Public Psychological States and Its Related Factors During the Outbreak of COVID-19 in Some Regions of China*” menunjukkan hasil bahwa (93,67%) responden China mengalami cemas tinggi, (5,67%) cemas ringan dan (0,67%) cemas sedang. Disamping itu, hasil survey menunjukkan bahwa ada (82,83%) subjek mengalami depresi tinggi, (14,33%) depresi ringan, (2,5%) depresi sedang dan (0,33%) mengalami tekanan psikologi yang parah.

Dari hasil sebaran kuisioner didapatkan bahwa kecemasan yang ditemukan pada lansia menunjukkan gejala sedang sampai berat sebelum diberikan terapi, diantaranya sulit tidur, khawatir, nafsu makan menurun, serta takut melakukan kegiatan tau takut beraktifitas. Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Guslinda (2020) tentang faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan lansia pada masa pandemik covid 19, didapatkan hasil bahwa 30% responden lansia mengalami kecemasan dimasa covid 19. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jonathan (2021) tentang hubungan tingkat pengetahuan dan tingkat kecemasan lanjut usia terhadap covid – 19 didapatkan hasil bahwa 63% mengalami kecemasan tanpa gejala sedangkan 24%, mengalami kecemasan ringan, dan 10% mengalami kecemasan berat.

Salah satu dampak kecemasan bai lansia adalah adanya perubahan perilaku. Perubahan perilaku yang biasa terjadi pada lansia adalah menarik diri dari lingkungan, sulit fokus, susah makan, mudah tersinggung. Lanjut usia memiliki kemungkinan yang lebih tinggi untuk mengalami gangguan kecemasan dari pada depresi, kesepian dan perasaan sedih. Kecemasan usia lanjut adalah kekhawatiran tentang kesehatan fisik selama pandemi penyakit Covid-19. Perubahan perilaku ini dapat berkurang setelah dilakukan terapi pada lansia, salah satunya adalah terapi *reminisce*. Setelah diberikan terapi *reminisce* kepada lansia, tingkat kecemasan lansia menurun dari sedang dan berat bahkan panik, ke ringan dan sedang. Jadi dapat disimpulkan bahwa terapi ini sangat efektif dilakukan kepada lansia untuk menghadapi *masa new normal covid 19*, artinya lansia tidak perlu cemas lagi, walupun sebagian besar mengalami penyakit penyerta degenarif.

2. Peningkatan Pengetahuan Pada Lansia Dengan Penyakit Penyerta Dalam Menghadapi Masa New Normal Covid 19 Sebelum dan Sesudah diberikan Terapi *Reminiscence*

Rerata tingkat pengetahuan lansia sebelum diberikan terapi adalah 5.06, dengan nilai standar deviasi 1.819, sedangkan nilai minimal 1 dan nilai maksimalnya 8. Setelah diberikan terapi nilai rerata adalah 11.08, dengan nilai standar deviasi adalah 0.788 sedangkan nilai minimal 9 dan nilai maksimal 12. Terdapat perbedaan nilai rerata peningkatan pengetahuan lansia sebelum dan sesudah diberikan terapi *reminisce* nilai mean sebelum 5.06 dan sesudah 11.08, standar deviasi sebelum 1.809, dengan nilai p value 0.000 yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan terapi *reminisce*.

Lansia atau lanjut usia adalah perubahan yang dialami oleh seluruh aspek kehidupan, termasuk kesehatan lansia. Kesehatan lansia disebabkan oleh sistem imunitas yang sudah mulai menurun baik itu menyerang sistem yang



ada di tubuh lansia, maupun menyerang sendi. Menurunnya sistem pertahanan yang terdiri atas bulu gerak, leukosit, antibody dan reflek batuk. Semua ini berakibat lansia menjadi lebih rentan terhadap infeksi (eberson, 2020). Salah satu infeksi yang paling berbahaya bagi lansia adalah *covid 19*. *Pandemic covid 19* ini berdampak terhadap berbagai aspek kehidupan. *Coronavirus (covid 19)* adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai dengan berat. Rahman (2020) menyebutkan bahwa lansia merupakan yang paling rentan terinfeksi kasus ini, salah satu pencegahannya dengan menjaga kebersihan tangan baik itu mencuci tangan dengan sabun, maupun mencuci tangan dengan menggunakan *handsanitizer*.

Dani (2020) menyebutkan dalam hasil penelitiannya bahwa kurangnya pengetahuan tentang *pandemic Covid-19* dapat menimbulkan berbagai macam spekulasi tentang penyebaran virus Corona, sehingga menimbulkan kecemasan yang dapat menurunkan sistem imun tubuh lansia. Dengan menurunnya sistem imun seseorang maka virus tersebut mudah menyerang seseorang dan meningkatnya tekanan darah dapat mengancam nyawa seseorang, sehingga pemerintah perlu memberikan informasi yang baik tentang *pandemic Covid-19*. Faktor yang menyebabkan seseorang merasa cemas akan pandemik ini adalah informasi yang kurang tepat yang didapatkan seseorang tentang penyakit tersebut.

Setelah dilakukan penelitian pada lansia didapatkan peningkatan nilai rerata pengetahuan. Sehingga lansia tidak perlu lagi takut untuk keluar rumah untuk tetap melakukan kontrol ke puskesmas atau ke pelayanan kesehatan tentang penyalit penyertanya yang sedang diderita oleh lansia. Penyakit penyerta paling tinggi di tempat penlitian adalah diabetes dan hipertensi.

PENUTUP

Kesimpulan

1. Terdapat peningkatan nilai rata – rata sesudah diberikan tindakan Terapi

Reminiscence Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Dan Peningkatan Pengetahuan Pada Lansia Dengan Penyakit Penyerta Dalam Menghadapi Masa *New Normal Covid 19*

2. Terdapat pengaruh antara sebelum dan sesudah diberikan tindakan *Reminiscence* dengan nilai $p < 0.005$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 di tolak.

Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas ada beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan yaitu sebagai berikut :

1. Aplikasi keperawatan

- a) Perawat jiwa diharapkan mampu menjadikan program kesehatan jiwa sebagai salah satu upaya untuk melatih kemampuan – kemampuan yang telah dipelajari dan dimiliki terutama dalam mengurangi atau mencegah terjadinya kecemasan pada lansia dengan penyakit penyerta dalam menghadapi *masa new normal covid 19*
- b) Pemberian tindakan keperawatan baik itu secara mandiri atau kelompok dapat dimaksimalkan dimasa *pandemic covid 19*.

2. Puskesmas

- a. Pemberian tindakan keperawatan atau terapi kelompok maupun individu dan mneingkatkan lagi penyuluhan kesehatan serta promosi kesehatan kepada lansia ini dapat dilakukan oleh perawat, staf ahli, lebih ditingkatkan lagi sehingga lansia dengan penyakit penyerta dapat kembali beraktifitas dengan baik ataupun kembali kontrol ke puskesmas untuk mengetahui penyalitnya.
- b. Menetapkan program pelayanan kesehatan atau psikoterapi sebagai program utama dalam



- program pokok puskesmas
- 3. Pengembangan Keilmuan**
Hasil penelitian ini hendaknya digunakan sebagai *evidence based* dalam mengembangkan program atau metode untuk mengurangi atau mencegah perilaku kekambuhan baik secara individu maupun kelompok, sehingga menjadi modalitas terapi keperawatan jiwa yang efektif dalam mengatasi masalah kesehatan jiwa dan meningkatkan derajat kesehatan jiwa dimasyarakat.
- 4. Penelitian Berikutnya**
- Perlu nya penelitian lebih lanjut pada individu dengan masalah perilaku kekambuhan dengan desain longitudinal untuk mengetahui pencapaian kemampuan dalam mengontrol perilaku setelah dilakukan metode lainnya.
 - Perlu dilakukan penelitian tentang efektifitas pelaksanaan FPE terhadap kemampuan keluarga.
 - Perlu dilakukan penelitian lain tentang cara meningkatkan pengetahuan lansia dan mengurangi kecemasan lansia tentang hidup dimasa new normal.

DAFTAR PUSTAKA

- Bhambhani, H. P., Rodrigues, A. J., Jonathan, S. Y., Carr, J. B., & Gephart, M. H. (2021). Hospital volumes of 5 medical emergencies in the COVID-19 pandemic in 2 US medical centers. *JAMA Internal Medicine*, 181(2), 272-274.
- Efendi, Ferry & Makhfud. (2017). Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktik dalam Keperawatan. Jakarta : Salemba Medika.
- Fontaine, K. L., & Fletcher, J. S. (2003). Mental health nursing: Prentice Hall.
- Frisch, N. C. & Frisch, L. E. 2006. Psychiatric Mental Health Nursing. (3th ed). New York : Thomson Delmar Learning
- uslinda, G., Fridalni, N., & Minropa, A. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Lansia pada Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Keperawatan*, 12(4), 1079-1088.
- Kusumawardani, P. A., Cholifah, S., & Setiawan, H. (2021). Peningkatan Peran Kader Lansia dalam Meningkatkan Kesehatan Lansia di masa pandemi covid-19 Desa Penatarsewu Kecamatan Tanggulangin Sidoarjo. *Proceeding of The URECOL*, 24-27.
- Hawari, Dadang. 2011. Manajemen Stres Cemas dan Depresi. Jakarta: Balai Penerbit FKUI Herlambang, Susatyo. (2012). Cara Mudah Memahami Manajemen Kesehatan dan Rumah Sakit. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- uang, C. Wang, Y. Li, X. , Renc, L. Zhao, J. Zan, G.Li., Fan, G., Etc. 2020. Clinical Features Of Patient Infected With 2019 Novel Coronavirus In Wuhan, China. *The Lancet*.
- alendez, K., Smits, H., Knoop, A. J., Korst, M. B., Samson, T., Scholten, E. T., ... & Rutten, M. (2020). COVID-19 on chest radiographs: a multireader evaluation of an artificial intelligence system. *Radiology*, 296(3), E166-E172.
- Nugroho , Wahyudi. (2015). Keperawatan Gerontik dan Geriatrik & Geriatric Edisi 3 Jakarta : Salemba Medika
- otoatmodjo, Soekidjo. (2010). Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____ (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Puput Mega, M. (2020). Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Panti Asuhan Pancasila Yayasan Sumber Pendidikan Mental Agama Allah (Spmaa)



-
- Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan. *Jurnal Surya*, 1(2), 1-9.
- [14] Rahayuni, N., Putu, N., Sani Utami, P. A., & Swedarma, K. E. (2015). Pengaruh terapi reminiscence terhadap stres lansia di banjar luwus baturiti tabanan bali. *Jurnal keperawatan sriwijaya*, 2(2), 130-138.
- [15] atnawati, Emmelia. (2017). Asuhan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta : Penerbit Pustaka Baru Press.
- [16] Rahman, M. S., Azad, M. A. K., Hasanuzzaman, M., Salam, R., Islam, A. R. M. T., Rahman, M. M., & Hoque, M. M. M. (2021). How air quality and COVID-19 transmission change under different lockdown scenarios? A case from Dhaka city, Bangladesh. *Science of The Total Environment*, 762, 143161.
- [17] Sirait, H. S., Dani, A. H., & Maryani, D. R. (2020). Hubungan Pengetahuan Tentang Covid-19 Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 165-169.



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN