

SYSTEMATIC REVIEW: PELAYANAN INTERVENSI KEPERAWATAN JIWA PADA LANSIA DI MASYARAKAT

MENTAL HEALTH NURSING INTERVENTION TO ELDERLY IN COMMUNITY : SYSTEMATIC REVIEW

Erwin Yektiningsih

STIKes Pamenang

Korespondensi Penulis : erwiny.parefortune@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang : Perbaikan pelayanan kesehatan telah memberikan pengaruh terhadap menurunnya angka kematian bayi dan anak, yang berdampak pada meningkatnya usia harapan hidup, sehingga terjadi peningkatan proporsi lansia di masyarakat dengan memberikan pelayanan keperawatan jiwa pada lansia di komunitas melalui berbagai pendekatan bisa di upayakan untuk meningkatkan derajat kesehatan.

Tujuan : Sistematis review ini bertujuan untuk mengidentifikasi pelayanan intervensi keperawatan jiwa pada lansia yang dapat diaplikasikan di pelayanan kesehatan masyarakat.

Metode : Sistematis review ini dimulai dengan mengidentifikasi literatur pada artikel ilmiah yang telah dipublikasikan antara tahun 2014-2020 di database internasional di *PubMed*, *Scient Direct*, di *Google Scholar*. Pencarian juga dilakukan melalui google search dan juga portal *e-resource* di Indonesia. Seleksi dilakukan dengan *PRISMA flowdiagram*. Setelah diperoleh 14 artikel yang relevan untuk dianalisis menjadi sistematis review.

Hasil : Lansia dapat diberikan intervensi keperawatan jiwa di masyarakat seperti upaya mengatasi stress (olah raga, *SGT*, *reminiscence group therapy*, *art therapy*), terapi kelompok teraupetik (*singing grup*, *Assertive community treatment*, *laughter therapy program*, terapi *beapreasi*, latihan keseimbangan, *relaksasi progresif*, *dzikir*, permainan halma), sehingga di harapkan lansia dapat meningkatkan kesejahteraan psikologi untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia dengan dukungan penuh dari masyarakat.

Kesimpulan: Berdasarkan fakta tersebut dapat di terapkan secara efektif untuk penatalaksanaan kesehatan jiwa pada lansia di lingkup masyarakat secara empiris reliabel dan handal.

Kata kunci : keperawatan jiwa, lansia, masyarakat

Abstract

Background: Health services improvement has been giving to impact infant and child mortality decrease, increasing life expectancy, that's resulting increase proportion of the elderly in community with providing mental health nursing for elderly in the community services by various approaches can be attempted to improve health status.

Objective: This systematic review aims to identify mental health nursing intervention services for the elderly that can be applied in public health services.

Method: This systematic review was begun by identifying literature that scientific articles published between 2014-2020 in the international database on PubMed, Scient Direct. So Searching was done by the international database as google scholar google search and also e-resource portals in Indonesia. The selection was done by PRISMA flow diagram. The relevant articles 14 were obtained for analysis into a systematic review.

Results: Elderly can be given by mental health nursing interventions in the community such as efforts to cope with stress (exercise, SGT, reminiscence group therapy, art therapy), therapeutic group therapy (singing group, Assertive community treatment, laughter therapy program, beapreasi therapy, balance training, relaxation). progressive, dhikr, halma games), that elderly was hoped to improve psychological well-being to increase the health status of elderly with full support from the community.

Conclusion: Based on these facts, it can be applied effectively for mental health management in the elderly in the community, empirically reliable and reliable..

Keywords: mental health nursing, elderly, community

Pendahuluan

Perbaikan pelayanan kesehatan telah memberikan pengaruh terhadap menurunnya angka kematian bayi dan anak, meningkatnya usia harapan hidup, sehingga terjadi peningkatan proporsi lansia di masyarakat (Rusdi, 2013) Menurut WHO lansia adalah kelompok penduduk yang berumur 60 tahun atau lebih. Secara global pada tahun 2013 proporsi dari populasi penduduk berusia lebih dari 60 tahun adalah 11,7% dari total populasi dunia dan diperkirakan jumlah tersebut akan terus meningkat seiring dengan peningkatan usia harapan hidup. Data WHO menunjukkan pada tahun 2000 usia harapan hidup orang didunia adalah 66 tahun, pada tahun 2012 naik menjadi 70 tahun dan pada tahun 2013 menjadi 71 tahun. Jumlah proporsi lansia di Indonesia juga bertambah setiap tahunnya. Data WHO pada tahun 2009 menunjukkan lansia berjumlah 7,49% dari total populasi, tahun 2011 menjadi 7,69% dan pada tahun 2013 didapatkan proporsi lansia sebesar 8,1% dari total populasi (WHO, 2013). Menjadi lansia merupakan suatu permasalahan tersendiri dan setiap orang mungkin menghindarinya karena merasa tidak nyaman dengan gejala penuaan proses degenerasi telah membuat lansia mengalami berbagai masalah kesehatan & penyakit yang berefek pada kesehatan jiwanya (Rusdi, 2013). Kesehatan mental atau kesehatan jiwa merupakan aspek penting dalam mewujudkan kesehatan secara menyeluruh. Kesehatan mental juga penting diperhatikan selayaknya kesehatan fisik. There is no health without mental health (WHO, 2013)

Permasalahan kesehatan jiwa dapat menyebabkan penderitaan yang berkepanjangan bagi individu, keluarga, masyarakat, dan negara salah satu strategi yang harus dilakukan adalah dengan memasukkan layanan kesehatan jiwa ke pelayanan primer (Fauzia and Paramita, 2016). Layanan kesehatan jiwa bersifat berkesinambungan dari komunitas ke rumah sakit dan sebaliknya, serta strategi menggerakkan dan memberdayakan masyarakat untuk hidup sehat, memfasilitasi

percepatan pencapaian derajat kesehatan setinggi-tingginya bagi seluruh penduduk dengan mengembangkan kesiap-siagaan di tingkat desa dengan masyarakat yang sadar mau dan mampu mencegah dan mengatasi berbagai ancaman yang sadar, mau dan mampu mencegah mengatasi berbagai ancaman terhadap kesehatan masyarakat (Keliat, Budi Anna, dkk 2010).

Keperawatan kesehatan komunitas sebagai tindakan untuk meningkatkan dan mempertahankan kesehatan dari populasi dengan menginterpretasikan ketrampilan dan pengetahuan yang sesuai dengan keperawatan dan kesehatan masyarakat dilakukan komperenhensif pada seluruh kelompok melalui pendekatan ilmu kesehatan masyarakat dan teori keperawatan professional yang bertujuan meningkatkan derajat kesehatan pada seluruh komunitas (Efendi, 2016) gangguan kesehatan mental di komunitas tidak bisa kita remehkan, karena jumlah kasusnya saat ini masih cukup mengkhawatirkan. Terdapat sekitar 450 juta orang menderita gangguan mental dan perilaku di seluruh dunia. Diperkirakan satu dari empat orang akan menderita gangguan mental selama masa hidup mereka (Ayuningtyas and Rayhani, 2018).

Sistem kesehatan di dunia dianggap belum cukup menanggapi beban gangguan mental, sehingga terdapat kesenjangan antara kebutuhan akan perawatan dan persediaannya yang sangat besar. Sekitar 85% orang dengan gangguan mental parah di negara berkembang tidak mendapat pengobatan atas gangguannya. Sejalan dengan ini juga diketahui bahwa pengeluaran setahun bagi kesehatan mental masih rendah yaitu kurang dari US\$ 2 per orang, serta tenaga kesehatan mental yang kurang dari 1 per 100.000 populasi (WHO, 2013; Ayuningtyas & Rayhani, 2018).

Telah banyak studi penelitian menggunakan intervensi pelayanan intervensi keperawatan jiwa masyarakat pada lansia untuk meningkatkan derajat kesehatannya dengan memberikan intervensi keperawatan komperenhensif yang sesuai di komunitas namun perlu di kaji lebih dalam mengenai berbagai intervensi keperawatan jiwa yang

sesuai di dapat di aplikasikan efektif di masyarakat, maka tujuan dari *sistematik review* ini adalah untuk mengetahui,” Apa saja pelayanan intervensi keperawatan jiwa pada lansia di masyarakat ?”.

Metode

2.1 Pertanyaan Penelitian Pertanyaan penelitian pada review

Pertanyaan penelitian pada review ini adalah,” Apa saja pelayanan intervensi keperawatan jiwa pada lansia di masyarakat ?”

2.2 Identifikasi jurnal yang relevan dari judul / abstrak

Identifikasi jurnal dilakukan dengan mencari artikel jurnal yang telah dipublikasikan pada tahun 2014-2020 di databes internasional, seperti PubMed, Scient Direct, Google Scholar. Pencarian di dilakukan dengan menggunakan kata kunci, “pelayanan kesehatan jiwa masyarakat pada lansia”, community mental nursing health elderly” Referensi yang dipilih untuk sintesis harus memenuhi kriteria inklusi yaitu pelayanan kesehatan terhadap intervensi keperawatan jiwa pada lansia di lingkungan masyarakat.

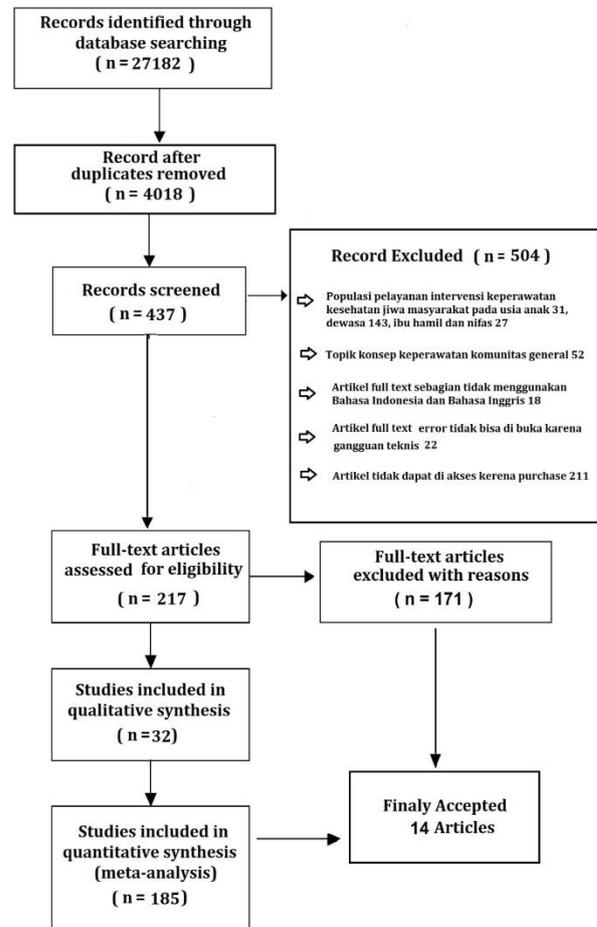
2.3. Skrining dan Eligibilitas kelayakan

Artikel diperoleh sebanyak 3128 judul artikel di PubMed, 8454 judul artikel di Scient Direct, 15600 judul artikel di Google Scholar. Daftar artikel yang relevan dengan pertanyaan penelitian berhasil diidentifikasi. Setelah di skrining melalui abstrak diperoleh 437 artikel relevan dengan pelayanan intervensi keperawatan jiwa pada lansia di masyarakat. Seleksi dilanjutkan dengan memilih jurnal yang relevan dengan pelayanan intervensi keperawatan jiwa pada lansia di masyarakat, 217 artikel layak (eligible) di dapatkan 32 kualitatif sedangkan 185 artikel quantitative, tetapi yang di keluarkan karena termasuk kriteria ekslusi 171 artikel dan memiliki artikel duplikasi 4018 artikel. Pada tahap akhir ini hanya di dapatkan 14 artikel berisikan pelayanan intervensi jiwa masyarakat pada lansia

2.4. Seleksi dan pemilihan dokumen

Seleksi dan pemilihan dokumen dilakukan dengan diagram alur PRISMA dapat dilihat pada gambar 1. Ringkasan hasil penelitian tentang pelayanan intervensi

keperawatan jiwa pada lansia di masyarakat dianalisa dari tahun 2014 – 2020.



Gambar 1 Diagram alur PRISMA untuk mengidentifikasi literatur pelayanan intervensi keperawatan jiwa pada lansia di masyarakat dari tahun 2014 - 2020

Tabel 1 Ringkasan hasil penelitian tentang pelayanan intervensi keperawatan jiwa pada lansia di masyarakat dari tahun 2014 – 2020

N O	Authors & year	Purpose	Method (design)	Sample	Intervention	Data Analysis	Major Findings
1	2	4	5	6	7	8	9
1	Eriyono Budi Wijoyo, dkk (2020) Indonesia	Optimilisasi integritas diri melalui terapi kelompok teraueptik lansia	diskriptif	N=1 orang pada lansia	Terapi individu dan terapi kelompok teraueptik (TKT) berjumlah 6 sesi dengan 4 kali pertemuan	studi kasus	Lansia dapat beradaptasi dengan perubahan sehingga merasakan sejahtera dan tenang dalam menghadapi hidup pada aspek: biologis, seksual, kognitif, sosial, spitual.
2.	Kurniawan, Ihsan (2019) Indonesia	Hubungan olahraga, stress dan pola makan dengan tingkat hipertensi di posyandu Lansia di Kelurahan Siderejo I kecamatan medan kota	analitik desain cross sectional	N= 45 orang pada lansia	kuesioner dan lembar observasi	SPSS Statistics menggunakan uji Chi-Square dan Fisher's Exat Tes	Ada hubungan hubungan olahraga dengan Tingkat Hipertensi. Hasil terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian stres dengan penyakit hipertensi Ada Hubungan Pola Makan Dengan Tingkat Hipertensi
3	Wulansari, dkk (2019) Indonesia	Pengaruh terapi beapreasi (kombinasi senam otak dengan relaksasi benson) terhadap kualitas tidur pada lanjut usia dengan insomnia	quasi experiment pre-test post-test with control group	N= 128 responden yang terbagi kedalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol,	Penilaian Kualitas tidur diukur dengan kuesioner PSQI (the pittsburgh sleep quality index) kemudian dilakukan 2 kali pengukuran yaitu sebelum dan sesudah diberikan terapi Beapreasi	SPSS Statistics menggunakan uji wilcoxon untuk mengetahui pengaruh terapi beapreasi terhadap kualitas tidur dari lansia yang mengalami insomnia dari setiap kelompok. Dan uji Mann-whitney untuk mengetahui perbedaan tingkat depresi sesudah intervensi antara kelompok kontrol dan intervensi	Hasil penelitian ada pengaruh yang bermakna dari pemberian terapi beapreasi terhadap peningkatan kualitas tidur. Intervensi terapi Beapreasi dapat meningkatkan kualitas tidur pada lansia insomnia
1	2	4	5	6	7	8	9

4	Dyah Putri Aryati, dkk (2019) Indonesia	Application of intervention strategy through group processes for care of stress in javanese elderly	diskriptif	N=30 lansia	Pengukuran tingkat stress menggunakan kuesioner DASS-42, dan perubahan koping lansia Jawa terhadap stress digunakan kuesioner Ways of Coping Lazarus dan Folkman. Kemudian responden dilakukan intervensi keperawatan musik campursari selama 7 hari durasi 30 menit dan SGT (Supportive Group Therapy) selama 4 minggu sebanyak 4 sesi	naratif	Hasil dari pemberian intervensi keperawatan (musik campursari dan SGT) menunjukkan adanya penurunan tingkat stres dan perubahan koping pada lansia
5	Stefanus Mendes Kiki, dkk (2018) Indonesia	Peningkatan kualitas hidup lanjut usia (lansia) di kota Depok dengan latihan keseimbangan	quasi experiment pre and post with control group design	N=30 lansia kelompok kontrol dan 30 lansia kelompok perlakuan	Instrumen di gunakan Mini State Mental Exam (MMSE) Instrumen kualitas hidup pada lansia menggunakan WHOQOL-BREF terdapat 4 item: fisik, psikologis, hubungan sosial dan lingkungan Latihan keseimbangan terdapat 8 gerakan yang dimodifikasi dari National Health Services United Kingdom (NHS-UK) dan Center for Disease Control and prevention (CDC)	SPSS Statistics menggunakan Paired t-test (dependent t-test) untuk membandingkan kualitas hidup pre dan post tindakan. Dan uji t-independent (pooled t-test) digunakan menganalisa beda mean pre dan post	Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan keseimbangan berpengaruh signifikan, meningkatkan kualitas hidup lansia (kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial dan lingkungan)
6	Yusriana (2018) Indonesia	Kombinasi teknik relaksasi progresif dan tidur sehat untuk meningkatkan kualitas tidur	quasi experiment dengan pendekatan Evidence Based Practise	N= 56 orang lansia.	Sedangkan untuk mengukur kualitas tidur lansia menggunakan instrumen Pittsburgh Sleep Quality	naratif	Hasil intervensi ini menunjukkan pengaruh dalam meningkatkan kualitas tidur lansia

		lansia	(EBP)		Index (PSQI) Tindakan intervensi adalah teknik relaksasi progresif		
7	Ulfah Agus Sukrillah, dkk (2017) Indonesia	Penatalaksanaan non-farmakologis reminiscence group therapy sebagai upaya untuk menurunkan tingkat depresi pada lansia	diskriptif	N= kader posyandu lansia sejumlah 25 orang	metode pelatihan dan partisipatif (pendampingan) ke lansia dengan tindakan intervensi reminiscence group therapy	naratif	Kader posyandu lansia menunjukkan peningkatan pengetahuan (90%) dan keterampilan (80%).
1	2	4	5	6	7	8	9
8	Dewa Gede Agung Setiana, dkk (2017) Indonesia	Pengaruh art therapy (terapi menggambar) terhadap stres pada lansia	Quasi experiment pre and post with control group design and post test nonequivalent control group	N= 36 responden dengan simple random sampling	Instrumen menggunakan DASS 42 Intervensi digunakan art therapy (menggambar)	SPSS Statistics menggunakan t- test paired & t- test independent	Hasil penelitian terdapat pengaruh art therapy (terapi menggambar) terhadap stres pada lansia
9	Olivia Dwi Kumala, dkk (2017) Indonesia	Efektivitas Pelatihan Dzikir dalam Meningkatkan Ketahanan Jiwa pada Lansia Penderita Hipertensi	Quasi experiment desain control one group pretestposttest	N= 8 lansia	Intervensi digunakan pelatihan Dzikir	SPSS Statistics menggunakan wilcoxon rank test	Hasil penelitian terdapat adanya perbedaan tingkat ketenangan jiwa yang signifikan sebelum menerima pelatihan dan setelah diberi pelatihan.
10.	Goren Amir Montgomery William, dkk (2016) Amerika	Impact of caring for persons with Alzheimer's disease or dementia on caregivers' health outcomes: findings from a community based survey in Japan	analitik desain	N= 55060 responden, di bandingkan non-caregiver (n = 53758), caregiver (n = 1302)	Instrumen Baseline comorbidities, Sociodemographics, health characteristics and behaviors, Comorbidities, Depression, Work productivity, HRQoL, Healthcare resource utilization,	SPSS Statistics menggunakan Chi-square tests dan t tests (means)	Pasien lansia demensia di Jepang mengalami HRQoL yang secara signifikan lebih buruk dan risiko komorbiditas yang lebih besar mengalami penurunan produktivitas.
11	Fitria Andiny, dkk (2016) Indonesia	Halma Traditional Game Prevent to Cognitive Impairment Progressivity on Elderly with Dementia	quasi experiment pre and post with control group design	N= 18 lansia simple random sampling.	Instrumen penelitian untuk penilain kognitif menggunakan Montreal Cognitive Asestment-INA (MoCA-INA) Tindakan intervensi permainan	SPSS Statistics menggunakan uji statistic Karakteristik Lansia Paired T-Test dan Independent T-Test	Hasilnya menunjukkan bahwa halma merupakan terapi yang efektif secara perlahan-lahan mengurangi progressivitiy dari penurunan kognitif lansia dengan demensia.

					Halma		
1 2	Simon Coulton, Stephen Clift,dkk (2015) ▪ British	Effectiveness and cost-effectiveness of community singing on mental health-related quality of life of older people: randomised controlled trial	randomized controlled trial design dengan control group	N=258 lansia, dibagi dua grup perlakuan singing group 131 lansia , sedangkan kontrol melakukan aktivitas sehari-hari 127 lansia	Tindakan kelompok intervensi singing group dengan genre bervariasi lama 14 minggu selama 90 menit dan grup kontrol tetap melakukan aktivitas sehari-hari kemudian di ukur instrument mental health-related quality of life assessed by the York SF12	Cost-effectiveness acceptability curve comparing the probability of cost-effectiveness for intervention and control at different QALY valuations.	singing group kelompok komunitas tampaknya memiliki pengaruh yang signifikan berpengaruh pada kualitas hidup, kegelisahan dan gangguan mental yang berhubungan dengan kesehatan mental depresi, dan itu mungkin merupakan intervensi yang berguna dipertahankan dan meningkatkan kesehatan mental lansia.
1 3	Stobbe, Jolanda, André, Wierdsma, dkk (2014) ▪ Netherlands	The effectiveness of assertive community treatment for elderly patients with severe mental illness: a randomized controlled trial	randomized controlled trial design dengan control group	N=62 lansia rawat jalan dengan severe mental illness (SMI), dengan random sampling dengan dibagi dua grup 32 perlakuan Assertive community treatment (ACT) dan sisanya sebagai grup kontrol dan treatment as usual (TAU) sebanyak 30	Di beri tindakan kelompok intervensi (ACT) dengan kelompok kontrol TAU kemudian di Observasi dengan instrument The Dutch version of the Health of the Nation Outcome Scales for elderly people (HoNOS65+) di gunakan untuk menilai the severity of psychosocial problems sebanyak 12 item dan Dartmouth Assertive Community Treatment Scale (DACTS), kemudian hasil di bandingkan antara kelompok intervensi dan kontrol	SPSS Statistics dengan uji menggunakan Chi-Square	Hasil menunjukkan bahwa ACT untuk pasien lanjut usia dengan SMI dalam masa pengobatan rawat jalan di komunitas di katakan berhasil.
1 4	Ghodsbin Fariba, Sharif Zahra Ahmadi, dkk (2014) ▪ Iran	The Effects of Laughter Therapy on General Health of Elderly People Referring to Jahandidegan Community Center in Shiraz, Iran, 2014: A Randomized Controlled	randomized controlled trial design dengan control group	N=72 lansia, dibagi dua grup 36 perlakuan , sedangkan kontrol 36	Di beri tindakan kelompok intervensi Laughter Therapy secara teratur selama 2 sesi lama 90 menit / minggu selama 6 minggu sedangkan kelompok kontrol dengan publik health kemudian di ukur dengan	SPSS software, version 21. Non-parametric tests including Wilcoxon and Mann-Whitney, dengan normality Kolmogorov-Smirnov	Hasil statistically significant correlation antara laughter therapy program and factors general health, somatic symptoms, insomnia and anxiety. Namun, tidak ada korelasi yang signifikan secara statistik antara laughter therapy dengan faktor social dysfunction and depression , sehingga dapat disimpulkan laughter therapy dapat

		Trial Fariba			instrument General Health Questionnaire (GHQ-28) and demographic questionnaire		meningkatkan general health dan substansi-substansinya pada lansia yan berada di komunitas
--	--	--------------	--	--	--	--	--

Pembahasan

Kesehatan mental merupakan komponen mendasar dari definisi kesehatan. Kesehatan mental yang baik memungkinkan orang untuk menyadari potensi mereka, mengatasi tekanan kehidupan yang normal, bekerja secara produktif, dan berkontribusi pada komunitas mereka (WHO, 2013). Para lansia, bersifat kronis dan multipatologis, serta dalam penanggannya memerlukan waktu lama dan membutuhkan banyak biaya cukup besar karena pandangan atau persepsi yang salah dari keluarga, masyarakat tersebut tentang lansia maka seringkali keadaan fisik, mental, maupun kebutuhan usia lanjut tidak terpenuhi dengan baik (K, Iwan, 2019)

Upaya memberikan pelayanan kesehatan baik fisik dan jiwa diberikan kepada seluruh lapisan masyarakat merupakan hak asasi manusia yang melibatkan peran dari berbagai sector di masyarakat termasuk seluruh jajaran pemerintah dan lapisan masyarakat, tokoh agama, tokoh adat, tokoh masyarakat, organisasi masyarakat, organisasi profesi, dan dunia usaha dan swasta (Pusat Komunikasi Publik Sekretariat Jenderal Kementerian Kesehatan RI, 2014)

Permasalahan yang sering di lami oleh lansia seperti permasalahan jiwa psikosial adanya stress, dimensia, depresi, gangguan tidur, penurunan fisik dapat mempengaruhi kesejahteraan hidup (Wijoyo and Daulima, 2020). Lansia yang berada di lingkungan masyarakat untuk meningkatkan kualitas hidup lansia dari segi kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial dan lingkungan diperlukan pendekatan intervensi keperawatan seperti latihan keseimbangan berpengaruh signifikan terhadap kualitas hidup lansia (Kiik, Sahar and Permatasari, 2018). Dukungan sosial dalam kegiatan terapi aktifitas kelompok terapeutic dapat mendukung beradaptasi dengan perubahan sehingga merasakan sejahtera dan tenang dalam menghadapi hidup pada aspek: biologis, seksual, kognitif, sosial, spitual (Wijoyo and Daulima, 2020). Terdapat beberapa pendekatan intervensi kesehatan jiwa dapat

dilakukan secara individual dan kelompok (Stuart, 2016).

Dampak penurunan fisik pada lansia merupakan suatu proses menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti diri dan mempertahankan , Salah satu penyebab peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi adalah stres. Stres merupakan suatu tekan fisik maupun psikis yang tidak menyenangkan Stres dapat merangsang kelenjar anak ginjal melepaskan hormon adrenalin dan memacu jantung berdenyut lebih cepat dan kuat, sehingga tekanan darah akan meningkat. (Keliat, B.A, 2015).

Lansia dengan hipertensi kronis dapat menimbulkan komplikasi pada organ tubuh yaitu otak, mata, jantung, pembuluh darah arteri, serta ginjal. Sebagai dampak terjadinya komplikasi hipertensi berfek kualitas hidup penderita menjadi rendah dan kemungkinan terburuknya adalah terjadinya kematian. Untuk mencegah komplikasi hipertensi pada lansia di masyarakat maka diperlukan preventive seperti kegiatan olahraga secara teratur yang bersifat rekreasi, sehingga tidak menimbulkan rasa jenuh untuk lansia. dengan gerakan tertentu yang melibatkan otot tubuh akan dapat menjaga kekuatan otot, fungsi persendian, pembuluh darah tetap elastis dan tetap terbuka, sehingga memperlancar aliran darah ke bagian-bagian tubuh kita, membantu melatih pengembangan paru-paru (Kurniawan, 2019).

Lansia dengan pendekatan spiritual yang khususnya beragama Islam dengan terapi dzikir dapat berefek ke ketenangan jiwa yang berefek terhadap penurunan stressor sehingga mempengaruhi kestabilan tekanan darah (Kumala, Kusprayogi and Nashori, 2017).

Terapi kelompok terapeutic (TKT) pada lansia diharapkan dengan dukungan sosoal dario lingkungan sekitarnya dapat beradaptasi dengan perubahan sehingga merasakan sejahtera dan tenang dalam menghadapi hidup pada aspek: biologis, seksual, kognitif, sosial, spitual (Wijoyo and

Daulima, 2020). Lansia yang berada di komunitas yang mengalami stress dapat dilakukan tindakan keperawatan jiwa didukung oleh beberapa penelitian dari Aryati and Widyastuti (2019) mengatakan bahwa hasil dari pemberian intervensi keperawatan Supportive Group Therapy (SGT) di kombinasikan dengan musik campursari terdapat efek dapat penurunan tingkat stress . Pendapat tersebut didukung oleh Dewa Gede, Agung Agus S, Cristin Wiyani (2017) mengatakan bahwa hasil penelitian terdapat pengaruh art therapy (terapi menggambar) terhadap stres pada lansia.

Tindakan keperawatan jiwa pada lansia dengan *Singing group* di kelompok komunitas tampaknya memiliki pengaruh yang signifikan berpengaruh pada kualitas hidup, kegelisahan dan gangguan mental yang berhubungan dengan kesehatan mental depresi, dan itu mungkin merupakan intervensi yang berguna untuk dipertahankan dan meningkatkan kesehatan mental lansia (Coulton *et al.*, 2015). Pendapat tersebut didukung oleh Sukrillah *et al.*, (2018) menjelaskan bahwa hasil tindakan keperawatan *reminiscence group therapy* dapat meningkatkan koping untuk menurunkan tingkat depresi pada lansia.

Peran Caregiver sebagai pendamping orang terdekat yang memberikan asuhan keperawatan sehari-hari yang berada di lingkungan dekat lansia dengan Dimensia di komunitas dapat berefek meringankan gangguan jiwanya seperti gangguan interaksi sosial, depresi dari pada lansia yang hidup sendiri tanpa caregiver lebih rentan terkena gangguan jiwa (Goren *et al.*, 2016). Pendapat tersebut didukung oleh Andiny *et al.*, (2016) menjelaskan bahwa bahwa permainan halma merupakan terapi yang efektif secara perlahan-lahan mengurangi progressivitiy dari penurunan kognitif pada lansia dengan demensia.

Lansia yang berada di komunitas yang mengalami permasalahan tidur dapat di tangani dengan tindakan keperawatan jiwa seperti Kombinasi teknik relaksasi progresif dan tidur sehat (Yusriana, 2018) dan beapreasi (kombinasi senam otak dengan relaksasi benson) (Wulansari, Mustain and Ismiriyam, 2019). Di dukung Ghodsbin and Ahmadi (2014) mengatakan bahwa hasil penelitian disimpulkan *laughter therapy program* terdapat hubungan bermakna pada *factors general health, somatic symptoms , insomnia and anxiety, laughter therapy* dapat

meningkatkan *general health* pada lansia yan berada di komunitas, namun tidak ada korelasi signifikan antara *laughter therapy* dengan faktor social *dysfunction* and depression..

Lansia di komunitas dengan status sehat maupun sakit yang mendapatkan terapi pengobatan fisik secara tidak langsung dapat mempengaruhi psikologisnya dikarenakan terdapat efek saling terkaitan antara kesehatan mental terhadap imunitas tubuh (Coulton *et al.*, 2015). Maka kegiatan intervensi kesehatan jiwa yang dilakukan secara kelompok dapat berpengaruh pada peran dukungan sosial lingkungan sekitarnya seperti ACT *Assertive community treat- ment* (ACT) untuk pasien lanjut usia rawat jalan dengan SMI (dengan *severe mental illness*) dalam masa pengobatan rawat jalan di komunitas di katakan berhasil menciptakan saling memperkuat hubungan dukungan sosial (Stobbe *et al.*, 2014). .

Hal paling menarik dari seluruh penelitian ini berdasarkan 14 hasil penelitian di atas kesehatan jiwa pada lansia secara emosional, psikologis dan social terlihat dari hubungan interpersonal yang berkaitan dengan perilaku dan koping yang efektif, dapat membantu dirinya menentukan bagaimana berespon dan bersikap yang tepat terhadap segala situasi yang terjadi (Ghodsbin and Ahmadi, 2014) .

Intervensi keperawatan jiwa melatih kemampuan terapi perilaku dan suatu proses dimana lansia di komunitas dapat di gunakan sehingga mengatasi gangguan emosional dan kejiwaannya

Kesimpulan

Meningkatkan status kesehatan lansia dengan memberikan pelayanan intervensi keperawatan kesehatan yang komperenhenisif baik fisik dan kesehatan jiwa lansia dengan berbagai pendekatan bisa di upayakan yaitu upaya mengatasi stress (olah raga, SGT, *reminiscence group therapy*, art therapy), terapi kelompok teraupeutik (*singing grup*, *Assertive community treatment*, *laughter therapy program*, latihan keseimbangan, dzikir, permainan halma), meningkatkan kualitas tidur lansia dengan tindakan relaksasi progresif dan terapi beapreasi. Beberapa tindakan keperawatan jiwa pada lansia yang telah di bahas di atas dapat di terapkan dalam pelayanan keperawatan kesehatan jiwa komunitas sehingga di diharapkan dapat meningkatkan jumlah lansia harapan hidup,

dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku positif lansia, dapat meningkatkan mutu dan derajat kesehatan lansia dengan dukungan penuh dari masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Andiny, F. et al. (2016) 'Permainan halma mencegah progresifitas kerusakan kognitif pada lansia demensia', *Jurnal Keperawatan*, IX(2), pp. 71–75.
- Aryati, D. P. and Widayastuti, R. H. (2019) 'Aplikasi strategi intervensi melalui proses kelompok dalam penatalaksanaan stres pada lansia Jawa', *JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 3(2), p. 205. doi: 10.30595/jppm.v3i2.4794.
- Ayuningtyas, D. and Rayhani, M. (2018) 'Analisis situasi kesehatan mental pada masyarakat di indonesia dan strategi penanggulangannya', *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), pp. 1–10.
- Coulton, S. et al. (2015) 'Effectiveness and cost-effectiveness of community singing on mental health-related quality of life of older people: randomised controlled trial', pp. 250–255. doi: 10.1192/bjp.bp.113.129908.
- Dewa Gede, Agung Agus S, Cristin Wiyani, R. E. (2017) 'Pengaruh art therapy (terapi menggambar) terhdap stress pada lansia', *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 13(2), pp. 192–202.
- Efendi, F. M. (2016) *Keperawatan kesehatan komunitas*. Jakarta Indonesia: Salemba Medika.
- Fauzia, Y. and Paramita, A. (2016) 'Pelayanan kesehatan mental dalam hubungannya dengan disabilitas dan gaya hidup masyarakat Indonesia (analisis lanjut Riskesdas 2007 dan 2013) (mental health services disability and life style of Indonesian)', *Buletin penelitian sistem kesehatan*, 19(1 Januari), pp. 99–107.
- Ghodshbin, F. and Ahmadi, Z. S. (2014) 'O riginal A rticle The Effects of Laughter Therapy on General Health of Elderly People Referring to Jahandidegan Community Center in Shiraz', *IJCBNM*, 3(1), pp. 31–38.
- Goren, A. et al. (2016) 'Impact of caring for persons with Alzheimer ' s disease or dementia on caregivers ' health outcomes : findings from a community based survey in Japan', *BMC Geriatrics*. *BMC Geriatrics*, 16(122), pp. 1–12. doi: 10.1186/s12877-016-0298-y.
- K, Iwan, D. (2019) 'Gambaran persepsi masyarakat tentang manfaat posyandu Lansia di kelurahan naioni rw 04 kecamatan alak kota kupang', *CHMK Health Journal*, 3(1), pp. 25–30.
- Keliat, B.A, dkk (2015) *Standar asuhan keperawatan jiwa diagnosa sehat, resiko dan gangguan*.
- Keliat, Budi Anna, Panjaitan, Ria utami, Riasmini, M. (2010) *Manajemnt keperawatan jiwa komunitas desa siaga:CMHN(Intermediate Course)*. 1st edn. Jakarta Indonesia: EGC.
- Kumala, O. D., Kusprayogi, Y. and Nashori, F. (2017) 'Efektivitas pelatihan dzikir dalam meningkatkan ketenangan jiwa pada lansia penderita hipertensi', *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), pp. 55–66. doi: 10.15575/psy.v4i1.1260.
- Kurniawan, I. (2019) 'Hubungan Olahraga , Stress dan Pola Makan dengan Tingkat Hipertensi di Posyandu Lansia di Kelurahan Siderejo I Kecamatan Medan Kota Artikel Info Diterima : November 2018 Revisi : Desember 2018 Online : Januari 2019', *Journal of health science and pysiotherapy*, 1(1), pp. 10–17.
- Pusat Komunikasi Publik Sekretariat Jenderal Kementerian Kesehatan RI (2014) *Stop Stigma dan Diskriminasi Terhadap Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ)*. Availableat:<http://www.depkes.go.id/article/print/201410270011/stop-stigma-dan-diskriminasi-terhadap-orang-dengan-gangguan-jiwa-odgi.html>.
- Rusdi, E. R. (2013) 'Hubungan Peran Kader Dengan Pelaksanaan Kegiatan Posyandu Lansia (.Stobbe, J. et al. (2014) 'The effectiveness of assertive community treatment for elderly patients with severe mental illness : a randomized controlled trial'.
- Sukrillah, U. A. et al. (2018) 'Penatalaksanaan non-farmakologis reminiscence group therapy sebagai upaya untuk menurunkan tingkat depresi pada lansia', *Link*, 13(2), p. 38. doi: 10.31983/link.v13i2.2925.
- WHO (2013) *Mental Health Action Plan 2013 – 2020*. Geneva: World Health Organization.
- Wijoyo, E. B. and Daulima, N. H. . (2020) 'Optimalisasi integritas diri melalui terapi kelompok teraupetikLansia: studi kasus', *Jurnal JKFT*, 5(2), p. 26. doi: 10.31000/jkft.v5i2.3919.
- Wulansari, W., Mustain, M. and Ismiriyam, F. V. (2019) 'Pengaruh terapi beap्रेसasi (kombinasi senam otak dengan relaksasi Benson) terhadap kualitas tidur pada lanjut usia dengan insomnia', *Jurnal Perawat Indonesia*, 3(1), p. 8. doi: 10.32584/jpi.v3i1.199.
- Yusriana (2018) 'Kombinasi teknik relaksasi progresif dan tidur sehat untuk meningkatkan kualitas tidur lansia', *Menara Ilmu*, XII(80), pp. 137–145.