

BAB IV

PAPARAN DATA, TEMUAN PENELITIAN, DAN PEMBAHASAN

Penelitian mengenai problematika kesehatan mental pada orangtua lanjut usia yang dilaksanakan di Desa Pademawu Barat, Kecamatan Pademawu, Kabupaten Pamekasan. Desa Pademawu Barat merupakan salah satu desa yang ada di Kabupaten Pamekasan, Kecamatan Pademawu. Berikut profil Desa Pademawu Barat:

A. Paparan Data dan Temuan Penelitian

1. Profil Desa Pademawu Barat

Data Desa

Nama Kabupaten	: Pamekasan
Nama Kecamatan	: Pademawu
Nama Desa	: Pademawu Barat
Nama Kepala Desa	: KH. Yusuf Ihwani
Alamat	: Karang Dalem Pademawu Barat, Pademawu, Pamekasan

Data Penduduk

Laki-laki	: 3.058
Perempuan	: 3.293
Anak-anak	: 720
Remaja	: 972
Dewasa	: 821
Orang Tua	: 641

Penduduk Berdasarkan Agama

Islam	: 6.321
Kristen	: 30
Protestan	: -
Hindu	: -
Budha	: -

Penduduk Berdasarkan Pekerjaan

Petani	: 2642
Nelayan	: 30
Pedagang	: 574
Pegawai	: 439
TNI/POLRI	: 347
Wiraswasta	: 337
Buruh	: 190

Penduduk Berdasarkan Pendidikan

SD	: 700
SMP/MTs	: 520
SMA/MA	: 450
Sarjana/S1	: 485
Magister/S2	: 237
Doktor/S3	: 95

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan cara wawancara, observasi, dan dokumentasi. Penelitian yang diperoleh oleh peneliti di Desa Pademawu Barat mengenai Problematika

Kesehatan Mental Orang Tua Lanjut Usia maka peneliti dapat memaparkan dari hasil penelitian tersebut sebagai berikut:

2. Problematika Kesehatan Mental Pada Orang Tua Lanjut Usia di Desa Pademawu Barat

Problematika kesehatan mental yang biasa dialami oleh orang tua lanjut usia, salah satunya yaitu depresi, demensia, gangguan kecemasan, dan gangguan tidur. Problematika yang dialami orang tua lanjut usia tersebut sering kali tidak disadari oleh orang tua lanjut usia itu sendiri maupun keluarga atau kerabat terdekat dari lansia. Oleh karena itu perlu adanya pemahaman bagi keluarga mengenai hal-hal yang terjadi pada orang tua lanjut usia. Berikut hasil wawancara yang disampaikan oleh Anni selaku orang tua lanjut usia: “Saya sering terbangun tengah malam, kadang juga sampai tidak bisa tidur. Karena kondisi fisik saya yang sudah mengalami penyakit diabetes.”⁵¹

Pendapat lain juga diungkapkan oleh Mariatun selaku orang tua lanjut usia: “Saya lebih merasa mudah sekali tersinggung sama ucapan-ucapan orang sekitar, mudah merasa lelah juga. Jadi kadang sering mengalami gangguan tidur, akhir-akhir ini suka kebangun tengah malam.”⁵² Hal lain yang diungkapkan oleh Tatik selaku kerabat orang tua lanjut usia: “Sekarang ibuk itu sudah mulai mengalami kepikunan, sudah sulit juga untuk mengingat orang-orang terdekatnya. Saat ada kerabat yang lain menjenguk itu

⁵¹ Anni, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (28 Januari 2022)

⁵² Mariatun, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (30 Januari 2022)

pasti ibuk selalu bertanya siapa. Jangankan orang yang menjenguk, yang biasa membantu merawat saja kadang lupa itu siapa.”⁵³

Demikian pula pendapat juga disampaikan oleh Kom selaku orang tua lanjut usia, berikut wawancaranya: “Akhir-akhir ini saya lebih merasa sering lupa kalau mau ngelakuin sesuatu, merasa bingung awalnya mau ngelakuin apa tiba-tiba saya lupa merasa mau melakukan apa tapi lupa kalau sudah teralihkan.”⁵⁴

Pendapat juga disampaikan oleh Mina selaku orang tua lanjut usia, sebagai berikut:

“Saya akhir-akhir ini sering merasa cepat lelah, tidak bisa banyak-banyak ngelakuin aktivitas dirumah. Kalau lagi banyak yang ingin dilakukan ya saya lakukan sedikit sambil istirahat sebentar, kadang juga dibantu sama keluarga. Juga untuk melakukan aktivitas itu menjadi sedikit lebih lambat dari sebelumnya, ya karena sudah tidak bisa melakukan sesuatu yang berlebihan. Karena usia juga yang sudah semakin tua jadi tidak bisa melakukan banyak hal.”⁵⁵

Hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti mengenai problematika kesehatan mental yang dialami oleh orang tua lanjut usia sebagian besar mengalami gangguan tidur dan kemunduran kekuatan fisik. Beberapa orang tua lanjut usia juga sudah mulai mengalami gejala-gejala kepikunan. Gejala pikun yang mulai dialami oleh orang tua lanjut usia akan mempengaruhi daya ingat, daya berfikir, dan juga akan mempengaruhi kemampuan berinteraksi dengan orang lain. Kemunduran daya fisik yang juga

⁵³ Tatik, Kerabat Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (02 Februari 2022)

⁵⁴ Kom, Orangtua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (03 Februari 2022)

⁵⁵ Mina, Orangtua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (04 Februari 2022)

dialami oleh orang tua lanjut usia akan mempersulit untuk melakukan aktivitas sehari-harinya.⁵⁶

Kesehatan mental yang dialami oleh orang tua lanjut usia dapat mempengaruhi kesehatan fisiknya, begitu pula sebaliknya. Kesehatan fisik yang menurun dapat mengakibatkan timbulnya masalah kesehatan mental pada lansia. Kesehatan mental yang tidak stabil dapat menimbulkan sakit fisik yang berlebihan. Berikut penjelasan hasil wawancara yang disampaikan oleh Anni selaku orang tua lanjut usia: “Kalau penyakit fisik saya sudah cukup lama punya penyakit diabetes. Sudah 2 bulan ini diabetesnya semakin parah sampai harus di operasi. Sekarang tinggal jalani perawatannya saja.”⁵⁷

Pendapat juga disampaikan oleh Mariatun selaku orang tua lanjut usia, berikut wawancaranya: “Saya punya penyakit kolesterol, hampir 6 bulan sekali saya selalu cek kesehatan, tapi ya mayoritas orang tua lanjut usia seperti saya pasti mengalami sakit-sakitan pada bagian tubuhnya. Sudah lama saya sering mengeluh sakit di badan dan juga persendian.”⁵⁸

Pendapat juga disampaikan oleh Tatik selaku kerabat orang tua lanjut usia, berikut wawancaranya: “Kekebalan fisik orang tua yang sudah menurun tidak bisa banyak melakukan aktivitas sehari-hari. Orang tua hanya bisa berbaring dan terkadang agar tidak merasa bosan dan kesepian sering kali diajak duduk-duduk. saya

⁵⁶ Observasi, Problematika kesehatan mental orang tua lanjut usia (05 Februari 2022)

⁵⁷ Anni, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (28 Januari 2022)

⁵⁸ Mariatun, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (30 Januari 2022)

tidak bisa berjalan dengan normal dan harus selalu dipapah karena sakit tulang yang sudah lama diderita.”⁵⁹

Demikian pula pendapat yang disampaikan oleh Kom selaku orang tua lanjut usia: “Sudah sejak lama saya punya penyakit diabetes dan darah tinggi, hampir setiap tiga bulan itu saya selalu periksa apakah naik atau tidak. Jaga-jaga biar tidak tambah parah, mengontrol makanan itu juga penting.”⁶⁰

Pendapat juga disampaikan oleh Mina selaku orang tua lanjut usia: “Yang saya tau saya memang punya penyakit darah tinggi, saya tidak tahu apakah ada penyakit yang lainnya atau tidak, sudah lama juga saya tidak periksa kesehatan. Saya hanya menjaga sendiri makanan yang saya makan, apakah baik atau tidak.”⁶¹

Hasil observasi peneliti menemukan bahwa orang tua lanjut usia sudah mulai mengalami penurunan kesehatan dan kekuatan fisiknya, akibat adanya penyakit fisik yang dialami oleh orang tua lanjut usia sehingga orang tua dapat mengalami beberapa gangguan pada mental, seperti mengalami depresi, demensia, dan gangguan tidur.⁶²

⁵⁹ Tatik, Kerabat Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (02 Februari 2022)

⁶⁰ Kom, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (03 Februari 2022)

⁶¹ Mina, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (04 Februari 2022)

⁶² Observasi, Problematika kesehatan mental orang tua lanjut usia(05 Februari 2022)



Gambar 1

Gambar 2

Dari hasil dokumentasi diatas peneliti menemukan bahwa orang tua lanjut usia yang memiliki penyakit diabetes sedang dalam pengobatan intensif di rumah sakit dan dibantu dengan mengkonsumsi obat-obatan yang membantu proses penyembuhan.⁶³

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi ditemukan beberapa temuan penelitian mengenai problematika kesehatan mental pada orang tua lanjut usia sebagai berikut:

- a. Orang tua lanjut usia mengalami penurunan kesehatan fisik
- b. Ditemukan beberapa penyakit yang dialami orang tua lanjut usia seperti darah tinggi, diabetes, nyeri di persendian dll.

3. Peran keluarga dalam menghadapi orangtua lanjut usia di Desa Pademawu Barat

Bagi orang tua lanjut usia keluarga tidak hanya berperan merawat lansia ketika sedang sakit, keluarga juga dapat memberikan dorongan kepada orang tua lanjut usia untuk lebih

⁶³Dokumentasi, Probematika keshatan mental orang tua lanjut usia(05 Februari 2022)

bisa menjalankan hidupnya dengan lebih baik dan bermanfaat.⁶⁴ Peran keluarga serta komunikasi yang berjalan dengan baik antara keluarga dan orang tua lanjut usia dapat mempengaruhi kualitas hidup orang tua lanjut usia dengan baik.

Berikut hasil wawancara yang disampaikan oleh Anni selaku orang tua lanjut usia tersebut: “Komunikasinya baik-baik saja, hanya saja kadang ada sedikit salah paham jadi ribut-ribut dirumah.”⁶⁵ Hal yang hampir sama juga disampaikan oleh Mariatun selaku orang tua lanjut usia, berikut wawancaranya: “Komunikasinya baik seperti biasanya, banyak anggota keluarga yang ikut menemani saya. Tidak jarang anggota keluarga yang lainnya mengajak orang tua untuk ikut bersosialisasi, ikut berkumpul agar saya tidak merasa kesepian.”⁶⁶

Pendapat juga disampaikan oleh Tatik selaku kerabat orang tua lanjut usia, sebagai berikut: “Untuk komunikasinya masih bisa saat saya mengajak bicara orang tua pasti selalu merespon hanya saja kendalanya terkadang sering lupa dengan kerabat yang lainnya maupun keluarga sendiri.”⁶⁷

Pendapat juga disampaikan oleh Kom selaku orang tua lanjut usia, sebagai berikut: “Untuk komunikasi antar keluarga seperti biasanya saja, mungkin terkadang keluarga terdekat butuh kesabaran ekstra saat berbicara karena yang namanya orang tua

⁶⁴ Adi Husada Nursing Journal, Vol. 7 No. 2, Desember 2021, Hal. 90.

⁶⁵ Anni, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (28 Januari 2022)

⁶⁶ Mariatun, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (30 Januari 2022)

⁶⁷ Tatik, Kerabat Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (02 Februari 2022)

lansia seperti saya terkadang kurang mengerti akan hal-hal yang dibicarakan.”⁶⁸ Pendapat juga disampaikan oleh Mina selaku orang tua lanjut usia, berikut wawancaranya: “Komunikasi masih lancar seperti biasanya, ya kadang sedikit ada keributan karena beda pendapat dengan keluarga.”⁶⁹

Hasil observasi yang peneliti dapatkan, komunikasi yang terjalin antara orang tua lanjut usia dengan keluarga atau kerabat dapat dikatakan tidak menjadi masalah yang berlebihan. Saat mengalami kurangnya komunikasi, dapat mengakibatkan orang tua lanjut usia menjadi salah paham dengan percakapan yang terjadi. Jadi perlu adanya ketelatenan keluarga kepada orang tua lanjut usia agar tidak terjadi kesalahpahaman yang memancing keributan keluarga.⁷⁰

Keluarga merupakan salah satu faktor pendukung bagi orang tua lanjut usia. Peran keluarga dalam mempertahankan kesehatan lansia, memenuhi asupan lansia, dan merawat lansia. Berikut hasil wawancara yang disampaikan oleh Anni selaku orang tua lanjut usia tersebut: “Saya hanya tinggal berdua dengan anak perempuan saya, anak saya yang lain tidak tinggal bersama. Mereka sudah memiliki keluarga sendiri dan tinggal merantau jauh. Jadi untuk merawat dan membantu semua keperluan sehari-hari saya, dia sendiri yang melakukannya.”⁷¹

⁶⁸ Kom, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (03 Februari 2022)

⁶⁹ Mina, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (04 Februari 2022)

⁷⁰ Observasi, Peran keluarga dalam menghadapi orang tua lanjut usia(05 Februari 2022)

⁷¹ Anni, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (28 Januari 2022)

Pendapat juga disampaikan oleh Mariatun selaku orang tua lanjut usia, berikut wawancaranya: “Karena saya sudah tidak terlalu bisa melakukan banyak hal, keluarga pasti ikut membantu dan merawat saya. Anggota keluarga biasanya saling mengingatkan apa yang dibutuhkan oleh saya.”⁷² Hal yang lain juga diungkapkan oleh Tatik selaku kerabat orang tua lanjut usia: “Sudah pasti keluarga ikut merawat orang tua lansia, karena orang tua punya penyakit tulang dan terlebih lagi tidak dapat berjalan dengan normal. jadi anggota keluarga bergantian untuk mengurus keperluan-keperluan orang tua lanjut usia.”⁷³

Pendapat juga diungkapkan oleh Kom selaku orang tua lanjut usia, berikut wawancaranya: “Keluarga terdekat pastinya ikut merawat dan membantu saya melakukan pekerjaan-pekerjaan rumah yang tidak bisa saya lakukan sendiri.”⁷⁴ Pendapat juga disampaikan oleh Mina selaku orang tua lanjut usia, sebagai berikut: “Keluarga sering membantu melakukan kegiatan-kegiatan saya dirumah, kadang saat saya melupakan sesuatu pasti keluarga selalu mengingatkan apa yang saya lupakan.”⁷⁵

Dari hasil observasi yang peneliti dapatkan bahwasannya keluarga atau kerabat terdekat dari orang tua lanjut usia selalu merawat dan membantu beberapa keperluan yang dibutuhkan oleh orang tua lanjut usia. Keluarga tidak segan untuk selalu membantu

⁷² Mariatun, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (30 Januari 2022)

⁷³ Tatik, Kerabat Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (02 Februari 2022)

⁷⁴ Kom, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (03 Februari 2022)

⁷⁵ Mina, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (04 Februari 2022)

orang tua lanjut usia, karena kondisi lansia sendiri yang tidak memungkinkan untuk melakukannya sendiri baik dalam hal merawat dirinya maupun keperluan-keperluan dirinya yang lain.⁷⁶



Gambar 3



Gambar 4

Dari hasil dokumentasi diatas ditemukan bahwa keluarga berperan dalam menangani orang tua lanjut usia dengan cara mengajak berkomunikasi dengan anggota keluarga yang lain, berbaur dengan masyarakat sekitar agar tidak merasa bosan dan kesepian, serta mendampingi orang tua lanjut usia ketika lansia tersebut memerlukan sesuatu.⁷⁷

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi ditemukan beberapa temuan penelitian mengenai peran keluarga dalam menghadapi orang tua lanjut usia sebagai berikut:

- a. Keluarga berkomunikasi secara baik dengan orang tua lanjut usia
- b. Anggota keluarga selalu membantu beberapa kebutuhan yang diperlukan oleh orang tua lanjut usia

⁷⁶Observasi, Peran keluarga dalam menghadapi orang tua lanjut usia(05 Februari 2022)

⁷⁷ Dokumentasi, Peran keluarga dalam menghadapi orang tua lanjut usia(05 Februari 2022)

4. Aktivitas sehari-hari orangtua lanjut usia di Desa Pademawu Barat

Kemunduran fisik yang terjadi pada orang tua lanjut usia akan mempengaruhi aktivitas yang akan dilakukan. Beberapa lansia mengalami kemunduran fisik yang mengakibatkan sulit untuk melakukan suatu hal. Aktivitas fisik ringan yang hanya bisa dilakukan oleh orang tua lanjut usia yaitu seperti menyapu halaman rumah, memasak, berjalan di sekitar rumah. Berikut hasil wawancara yang disampaikan oleh Anni selaku orang tua lanjut usia tersebut: “Karena sudah menjalani operasi pada kaki karena diabetes jadi saya tidak bisa melakukan aktivitas apapun. Hanya bisa istirahat saja di tempat tidur.”⁷⁸ Pendapat juga disampaikan oleh Mariatun selaku orang tua lanjut usia, berikut wawancaranya:

“Saya biasanya hanya beraktivitas ringan saja di rumah, tidak terlalu banyak yang bisa dikerjakan hanya sesekali ikut memasak, menyapu halaman, atau mencuci piring. Karena kalau terlalu sering berjalan juga pasti nyeri persendian, jadi ya banyak istirahat saja. Saat waktu senggang saya hanya duduk-duduk di teras rumah sambil berusaha mendekatkan diri kepada Allah dengan selalu berdzikir.”⁷⁹

Pendapat yang lain disampaikan oleh Tatik selaku kerabat orang tua lanjut usia, sebagai berikut:

“Orang tua sudah tidak dapat berjalan dengan normal, tidak banyak aktivitas yang dapat dilakukan. Orang tua hanya bisa selalu berbaring di tempat tidur, bahkan untuk beribadah saja harus melakukannya sambil berbaring. Terkadang saya bisa untuk duduk di kursi tapi tidak bisa terlalu lama karena badan saya mudah sakit karena sudah tidak kuat.”⁸⁰

⁷⁸ Anni, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (28 Januari 2022)

⁷⁹ Mariatun, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (30 Januari 2022)

⁸⁰ Tatik, Kerabat Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (02 Februari 2022)

Hal yang lainnya diungkapkan oleh Kom selaku orang tua lanjut usia, berikut wawancaranya: “Saya biasanya sehari-hari hanya menemani cucu bermain, keluarga tidak mengizinkan saya terlalu banyak melakukan aktivitas yang membuat saya lelah. Karena saya sering merasa lelah jadi saya hanya sesekali saja ikut menemani anak memasak dan ikut membersihkan sedikit halaman yang kotor.”⁸¹

Pernyataan serupa juga diungkapkan oleh Mina selaku orang tua lanjut usia, berikut wawancaranya: “Saya lebih sering ikut mengobrol dengan keluarga, berkumpul bersama keluarga dan tetangga sekitar. Sesekali juga kalau cucu saya bermain pasti selalu saya temani bermain.”⁸²

Karena keterbatasan yang dialami oleh orang tua lanjut usia, tidak semua aktivitas dapat dilakukan sendiri. Perlu adanya keluarga untuk membantu aktivitas fisik yang dilakukan oleh lansia. Dampingan keluarga sangat diperlukan untuk melakukan aktivitas-aktivitas lansia yang tidak dapat dilakukan sendiri. Berikut hasil wawancara yang diungkapkan oleh Anni selaku orang tua lanjut usia, sebagai berikut: “Karena hanya saya yang tinggal bersama anak perempuan saya ya semua kegiatan yang tidak bisa dilakukan oleh orang tua dia yang harus mengerjakannya. Bersih-

⁸¹ Kom, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (03 Februari 2022)

⁸² Mina, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (04 Februari 2022)

bersih rumah, masak, mencuci pakaian, dan mencuci piring juga.”⁸³

Pendapat juga disampaikan oleh Mariatun selaku orang tua lanjut usia, berikut wawancaranya: “Iya keluarga sering membantu terlebih karena lansia seperti saya sudah tidak bisa melakukan aktivitas yang terlalu berlebihan jadi keluarga yang lain sering bergantian untuk merawat dan menemani saya sehari-hari.”⁸⁴

Pendapat juga disampaikan oleh Tatik selaku kerabat orang tua lanjut usia:

“Karena keterbatasan fisik dan gerak pada orang tua lanjut usia, hampir semua kebutuhan dibantu oleh keluarga terdekat. Keluarga secara bergantian merawat dan membantu mengurus semua keperluan yang dibutuhkan oleh orang tua lanjut usia. Untuk melakukan sesuatu harus selalu didampingi dan terus di papah agar tidak jatuh, jadi keluarga tidak bisa berada jauh dengan orang tua.”⁸⁵

Pernyataan juga disampaikan oleh Kom selaku orang tua lanjut usia, berikut wawancaranya: “Hampir semuanya pasti dibantu keluarga, keluarga banyak membantu aktivitas-aktivitas di rumah. Kadang saat lagi menyapu dan membersihkan rumah sampai berlebihan, pasti salah satu anggota keluarga menggantikan pekerjaannya.”⁸⁶ Pendapat juga diungkapkan oleh Mina selaku orang tua lanjut usia: “Untuk pekerjaan yang tidak bisa saya lakukan sendiri, keluarga pasti ikut membantu. Pekerjaan rumah

⁸³ Anni, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (28 Januari 2022)

⁸⁴ Mariatun, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (30 Januari 2022)

⁸⁵ Tatik, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (02 Februari 2022)

⁸⁶ Kom, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (03 Februari 2022)

yang memberatkan untuk dilakukan sendiri, saya pasti meminta bantuan anggota keluarga yang lain.”⁸⁷

Dari hasil observasi yang peneliti dapatkan kemunduran fisik yang alami oleh orang tua lanjut usia mengakibatkan lansia tidak dapat melakukan banyak aktivitas fisik. Aktivitas fisik ringan yang hanya bisa dilakukan oleh orang tua lanjut usia seperti menyapu halaman, memasak, mencuci piring, jalan-jalan di sekitar rumah, dan lainnya. Terlalu banyak melakukan aktivitas fisik juga tidak baik bagi kesehatan lansia, lansia yang mudah kelelahan jika dipaksa melakukan aktivitas yang berlebihan dapat mempengaruhi kesehatan lansia walaupun hanya dengan aktivitas yang ringan sekalipun.⁸⁸



Gambar 5



Gambar 6

Dari hasil dokumentasi diatas ditemukan bahwa aktivitas sehari-hari orang tua lanjut usia hanya duduk-duduk, menyapu. Orang tua lanjut usia tidak bisa melakukan aktivitas fisik yang

⁸⁷ Mina, Orang Tua Lanjut Usia, Wawancara Langsung (04 Februari 2022)

⁸⁸ Observasi, Aktivitas sehari-hari orang tua lanjut usia(05 Februari 2022)

terlalu berat dan berlebihan dikarenakan faktor usia dan penurunan fisik yang dialami oleh orang tua lanjut usia.⁸⁹

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi ditemukan beberapa temuan penelitian mengenai aktivitas sehari-hari orang tua lanjut usia sebagai berikut:

- a. Orang tua lanjut usia sudah tidak bisa beraktivitas secara berlebihan
- b. Aktivitas sehari-hari orang tua lanjut usia hanya duduk-duduk, menyapu halaman, jalan-jalan disekitar rumah

B. Pembahasan

1. Problematika kesehatan mental pada orang tua lanjut usia

Pribadi yang normal atau bermental sehat adalah pribadi yang menampilkan tingkah laku yang kuat dan bisa diterima masyarakat, sehingga ada relasi interpersonal dan intersosial yang memuaskan.⁹⁰ Lanjut usia adalah bagian dari proses tumbuh kembang. Manusia tidak secara tiba-tiba menjadi tua, tetapi berkembang dari bayi, anak-anak, dewasa, dan akhirnya menjadi tua.

Hal tersebut normal dengan perubahan fisik dan tingkah laku yang dapat diramalkan yang terjadi pada semua orang pada saat mereka mencapai usia tahap perkembangan kronologis tertentu. Lansia merupakan suatu proses alami yang ditentukan oleh Tuhan Yang Maha Esa. Semua orang akan mengalami proses menjadi tua dan masa tua merupakan masa

⁸⁹ Dokumentasi, Aktivitas sehari-hari orang tua lanjut usia (05 Februari 2022)

⁹⁰ Desyita Ayuma Wardani, "Konsep Diri Lanjut Usia Dalam Mempertahankan Kesehatan Mental Dan Sosial (Studi Kualitatif Di Griya Lansia Kabupaten Lumajang)" (Skripsi, Universitas Jember, Jember, 2018), 18

hidup manusia yang terakhir. Di masa ini seseorang mengalami kemunduran fisik, mental, dan sosial secara bertahap⁹¹

Pada saat peneliti melakukan observasi, peneliti menanyakan beberapa hal mengenai permasalahan apa saja yang biasanya dirasakan oleh orang tua lanjut usia. Dari pernyataan yang didapat, orang tua lanjut usia terkadang akan mengalami depresi, demensia, hingga gangguan tidur. Depresi yang terjadi biasanya disebabkan karena rasa kesepian dan kurangnya hubungan sosial yang setiap saat dirasakan oleh lansia. Pada saat peneliti melakukan wawancara, ditemukan bahwa terjadi permasalahan yang dialami oleh lanjut usia seperti penyakit diabetes, darah tinggi, demensia serta depresi yang ditimbulkan akibat stress yang berlebihan, kurangnya hubungan sosial, dan selalu merasakan kesepian, sehingga para lansia kebanyakan duduk sambil melamun.⁹²

Dari hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa orang tua lanjut usia mayoritas telah memiliki penyakit yang sudah lama diderita. Kekebalan fisik Orang tua lanjut usia yang mulai menurun bisa menjadi penyebab timbulnya penyakit-penyakit yang tidak dapat diketahui oleh orang tua lanjut usia itu sendiri.

2. Peran keluarga dalam menghadapi orang tua lanjut usia

Pada dasarnya setiap individu menginginkan kehidupan dan umur yang panjang, akan tetapi bagi usia lanjut yang diperlukan bukan hanya umur panjang, tetapi juga kondisi sehat yang memungkinkan untuk melakukan kegiatan secara mandiri, tetapi juga berguna dan memberikan

⁹¹ Ibid, hal 27

⁹² Hasil Observasi, Problematika Kesehatan Mental Orang Tua Lanjut Usia

manfaat bagi keluarga dan kehidupan sosial. Orang lanjut usia akan menjadi tergantung pada orang yang memberikan mereka kasih sayang, dan bingung harus membuat rencana hidup yang baru. Adaptasi yang berhasil tergantung pada dukungan dari keluarga.⁹³

Dari hasil observasi yang peneliti lakukan peran keluarga dalam menghadapi orang tua lanjut usia masih dapat dikatakan normal dan baik-baik saja. Dapat berkomunikasi dengan baik, dan memiliki hubungan yang baik. Namun tidak dapat dipungkiri bahwa orang tua lanjut usia pasti memiliki masalah tersendiri dalam keluarga masing-masing, masalah yang terdapat pada orang tua lanjut usia seperti kurangnya fungsi pendengaran dan emosi yang tidak stabil terkadang menyebabkan sedikit kesalahpahaman antara keluarga dan lansia.⁹⁴ Keluarga terlibat aktif dalam menghadapi orang tua yang sudah lanjut usia. Seperti mengingatkan waktu sholat, menerapkan pola makan yang sehat, serta membantu aktifitas yang sudah biasa dilakukan oleh orang tua lanjut usia sebelumnya.

Dari hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa keluarga atau kerabat terdekat dari orang tua lanjut usia selalu merawat dan membantu semua keperluan yang dibutuhkan oleh orang tua lanjut usia. Keluarga tidak segan untuk selalu membantu lansia, karena kondisi lansia sendiri yang tidak memungkinkan untuk melakukannya sendiri baik dalam hal merawat dirinya maupun keperluan-keperluan dirinya yang lain.

⁹³ Bintang Mara Setiawan, "Kesepian Pada Lansia Di Panti Werdha Sultan Falah Demak" (Skripsi, Universitas Negeri Semarang, Semarang, 2013), 23-24

⁹⁴ Hasil Observasi, Peran keluarga dalam menghadapi orang tua lanjut usia

3. Aktivitas sehari-hari orang tua lanjut usia

Masalah lanjut usia pada umumnya terkait masalah penurunan daya kesehatan seperti mengalami penurunan daya tahan fisik dan psikis. Penurunan ini diakibatkan oleh proses-proses penuaan. Sehingga berpengaruh kepada aktivitas sehari-hari orang tua lanjut usia yang melibatkan aktivitas fisik seperti menyapu, mencuci pakaian, dll. Selain mengganggu aktivitas sehari-hari, masalah kesehatan tersebut juga mempengaruhi kesehatan mental pada orang tua lanjut usia karena mereka pesimis, menderita insomnia, cemas, gelisah, takut dan khawatir.⁹⁵

Tidak banyak aktivitas yang dapat dilakukan oleh orang tua lanjut usia, kekuatan fisik yang mulai melemah membuat orang tua lanjut usia tidak dapat melakukan aktivitas yang berlebihan. Aktivitas yang berlebihan akan mempengaruhi kondisi kesehatan lansia. Kebanyakan dari lansia hanya dapat melakukan aktivitas yang ringan dan sederhana saja, seperti contohnya melakukan pekerjaan rumah, berbincang-bincang dan bercanda dengan keluarga.⁹⁶

Hasil temuan pada saat peneliti melakukan dokumentasi yaitu, aktivitas yang biasa dilakukan oleh orang tua lanjut usia seperti menyapu, berjalan, terkadang ada lansia yang hanya bisa duduk di teras rumah dikarenakan kondisi fisik yang sudah menurun akibat faktor usia dan penyakit yang dialaminya.⁹⁷

⁹⁵ Nusaibah Nur Furqani Z.A, "Kualitas Hidup Lansia (Studi Kasus Di Pondok Lansia Al-Ishlah Blimbing Malang)" (Skripsi, UIN Maulana Malik Ibrahim, Malang, 2018),6

⁹⁶ Hasil Observasi, Aktivitas Sehari-hari Orang Tua Lanjut Usia

⁹⁷ Hasil Dokumentasi, Aktivitas Sehari-hari Orang Tua Lanjut Usia

Dari hasil wawancara peneliti dapat disimpulkan bahwa kemunduran fisik yang alami oleh orang tua lanjut usia mengakibatkan lansia tidak dapat melakukan banyak aktivitas fisik. Aktivitas fisik ringan yang hanya bisa dilakukan oleh orang tua lanjut usia seperti menyapu halaman, memasak, mencuci piring, jalan-jalan di sekitar rumah, dan lainnya. Terlalu banyak melakukan aktivitas fisik juga tidak baik bagi kesehatan lansia, lansia yang mudah kelelahan jika dipaksa melakukan aktivitas yang berlebihan dapat mempengaruhi kesehatan lansia walaupun hanya dengan aktivitas yang ringan sekalipun.