

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia memiliki periode pada perkembangan yang terjadi pada kehidupannya. Perkembangan itu sendiri merupakan pembagian rentang kehidupan kedalam sejumlah periode yang merupakan suatu konstruksi sosial. Terdapat beberapa periode yang terjadi pada manusia itu sendiri yaitu yang pertama periode sebelum lahir atau *prenatal* yang terjadi ketika didalam kandungan (9 bulan), yang kedua merupakan periode bayi baru lahir atau *new born* periode pada masa usia 0-2 minggu, ketiga pada usia 2 minggu-2 tahun terdapat periode bayi atau *babyhood*, keempat memasuki periode *early childhood* atau biasa disebut dengan masa kanak-kanak yang terjadi pada usia 2-6 tahun, periode kelima pada manusia yaitu periode kanak-kanak akhir atau disebut juga sebagai *later childhood* yang terjadi pada perkembangan manusia di usia 6-12 tahun, keenam yaitu periode puber atau *puberty* pada usia 11 atau 12-15 atau 16 tahun, ketujuh periode remaja atau *adolescence* usia 15 atau 16 -21 tahun, pada periode kedelapan diusia 21-40 tahun terjadi "*early adulthood*" atau biasa disebut masa dewasa awal, pada dewasa madya atau dalam Bahasa Inggris disebut sebagai "*middle adulthood*" yang terjadi pada usia 40-60 tahun di periode kesembilan dalam proses pertumbuhan manusia dan pada periode kesepuluh yang merupakan periode terakhir pada perkembangan manusia yaitu periode usia lanjut atau

disebut juga *later adulthood*, pada usia 60 tahun sampai meninggal dunia.¹

Dalam periode perkembangan terdapat sepuluh masa periode perkembangan yang terjadi pada manusia. Periode pertama diawali dengan periode didalam kandungan dan diakhiri oleh periode usia lanjut atau lansia. Lansia merupakan masa periode terakhir yang dialami oleh manusia, belum tentu semua manusia akan mengalami masa periode tersebut. Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas yang merupakan akhir masa perkembangan manusia yang mengalami kemunduran, akibatnya para lansia sudah tidak bisa berkembang lagi bahkan sifatnya kembali seperti semula yang berarti sifat dan perilaku mereka kembali seperti anak-anak. Kedewasaan bukanlah penyakit tetapi siklus progresif yang mengakibatkan penurunan perlindungan tubuh dari peningkatan dari dalam dan luar tubuh. Kemunduran ini akan terjadi secara perlahan dan bertahap sehingga mereka sampai pada proses penuaan.²

Dalam UUD 1945, keadaan sosial daerah setempat semakin baik sehingga masa depan masyarakat semakin luas, hal ini berdampak baik sehingga jumlah lanjut usia semakin bertambah. Berdasarkan hasil survei BPS atau disebut juga sebagai Badan Pusat Statistik periode 1971-2019 struktur kependudukan Indonesia terus berubah dan mulai bergerak kearah usia yang lebih tua (BPS Susenas). Sedangkan informasi pada tahun 2019 menunjukkan peningkatan jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia yaitu sebanyak 18 juta orang tua pada tahun 2010 atau sekitar 7,56% dari total

¹ Hurlock, Elizabeth.B, "*Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*", (Jakarta: Erlangga, 1980).

² Siti Nur, "*Keperawatan Gerontik*", (Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016), h. 3.

penduduk Indonesia, pada tahun 2019 terjadi peningkatan menjadi 25,9 juta orang tua atau sekitar 9,7% dari populasi keseluruhan lansia di Indonesia.³ Jumlah penduduk lansia di tahun 2020 berjumlah 16,07 atau sekitar 5,95% dari populasi manusia di Indonesia.⁴

Berdasarkan hasil sensus penduduk pada tahun 2020, Banten memiliki jumlah penduduk mencapai 11,9 juta jiwa dengan ketentuan laki-laki berjumlah 6,07 juta jiwa dan perempuan dengan jumlah 5,83 juta jiwa.⁵ Dari keseluruhan jumlah jiwa tersebut terdapat 951,322 jiwa lansia yang terdapat di provinsi Banten.⁶ Pada tahun 2019 Terdapat fakta berupa berita yang diberikan kepada tempo.co bahwa sebanyak 26 ribu dari 700 ribu lebih lansia pada saat itu lansia yang terlantar. Terdapat 3000 lansia terlantar yang ada di Kota Serang ini merupakan data 2019 yang dikemukakan oleh Dinas Sosial (Dinsos) Provinsi Banten.

Dari data yang telah dikemukakan tersebut dan kurang lebih 3000 lansia terlantar di Kota Serang dengan fakta yang terjadi pada lansia yang sedikit demi sedikit mengalami kemunduran, hal ini membuat peneliti ingin melihat seberapa besar potensi lansia di Kota

³ Olvia Nursaadah, "*PUSPENSOS (Pusat Penyuluhan Sosial)*", <https://puspensos.kemensos.go.id/permasalahan-lansia-di-indonesia-upaya-penanganannya>, (diakses pada 04 Oktober 2021).

⁴ Puput Mutiara, "*Pemerintah Daerah Didorong Lebih Perhatikan Lansia*", <https://kemenkopmk.go.id/pemerintah-daerah-didorong-lebih-perhatikan-lansia>, (diakses pada 05 Februari 2021).

⁵ Viva Dimas, "*Sensus Penduduk 2020*", <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/07/14/sensus-penduduk-2020-jumlah-penduduk-banten-sebesar-119-juta>", (diakses pada 14 Juli 2021 pukul 12.00 WIB).

⁶ Viva Adi, "*Ini Wilayah Dengan Penduduk Lansia Terbanyak pada 2021*", <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/05/30/ini-wilayah-dengan-penduduk-lansia-terbanyak-pada-2021>, (diakses pada tanggal 30 Mei 2022 pada pukul 13.40 WIB).

Serang yang berada didalam panti jompo yang mengalami stres, sehingga dilakukannya penelitian dalam mengukur tingkat stres yang sedang dialami oleh lansia. Manusia pada periode akhir biasanya mengalami kemunduran yang mengakibatkan tidak memiliki pilihan untuk banyak bergerak terutama ketika mereka terserang penyakit. Hal ini membuat resiko ketergantungan lansia kepada orang yang lebih muda cukup tinggi, hal seperti inilah yang dapat menyebabkan suatu permasalahan kekerasan terhadap orangtua yang akhirnya para lansia tersebut ditelantarkan atau tidak diurus begitu saja. Berdasarkan hasil sebuah penelitian yang mengatakan bahwa lansia yang berada di Indonesia, mereka berada dalam kelompok yang lemah secara finansial dan sebanyak 6,3% dari orang tua yang hidup sendiri, hal ini jelas akan beresiko buruk pada lansia dikarenakan kemunduran serta perubahan sosial mental orang tua yang akan lebih sering terus menurun. Dari hasil eksplorasi yang diarahkan oleh Bernard et.al di Makassar, terdapat 100 responden dengan susunan 70% diantaranya tidak aktif dalam kegiatan kemasyarakatan karena keterbatasan ruang sosial, sedangkan ketika mereka ikut aktif pada kegiatan sosial mereka akan merasakan kualitas kehidupan yang lebih tinggi.⁷

UPTD Perlindungan Sosial Pada Dinas Sosial Provinsi Banten adalah merupakan sebuah lembaga untuk membantu Walikota dalam melaksanakan urusan pemerintahan dalam bidang sosial yang menjadi kewenangan daerah dan tugas pembantuan yang ditugaskan kepada daerah. Didalam lembaga Dinas Sosial terdapat Balai Perlindungan Sosial (BPS) yang merupakan Unit Pelaksana Teknis

⁷ Olvia Nursaadah, “*PUSPENSOS (Pusat Penyuluhan Sosial)*”, <https://puspensos.kemensos.go.id/permasalahan-lansia-di-indonesia-upaya-penanganannya>, (diakses pada 04 Oktober 2021).

Dinas (UPTD) yang memiliki tugas dan tanggung jawab memberikan pelayanan dan perlindungan sosial kepada lanjut usia (lansia) terlantar, balita terlantar, wanita korban tindak kekerasan (WKTK), dan tuna grahita.⁸ Dengan adanya Lembaga tersebut, memudahkan peneliti untuk mendeteksi gejala apa saja yang dirasakan oleh lansia yang berada didalam panti jompo dengan membuat satu kelompok besar lansia untuk mengukur tingkat stres yang sedang dialami lansia.

Dengan usia yang sudah tua, lebih mudah untuk para lansia dapat terserang penyakit yang berupa sakit fisik dan psikis. Faktor usia yang terbilang beragam dan telah melewati masa monopause, dengan sedikitnya aktivitas didalam panti mengakibatkan kejenuhan dan menyebabkan banyak pikiran-pikiran yang muncul terutama pikiran negatif yang membuat mereka mengalami stres. Rumitnya persoalan hidup, yang umumnya mencakup masalah mental, membutuhkan respons dan penanganan yang cerdas. Disini peneliti melakukan bimbingan yang baik dan benar dalam menghadapi lansia agar mereka kembali merenungkan rutinitas atau berfikir realistis dalam kehidupan sehari-hari yang mereka alami, agar mereka fokus hidup dimasa sekarang sehingga para lansia tidak memikirkan kehidupan yang lalu dengan penyesalan dan keinginan untuk terus Bersama oleh orang yang telah tiada misalnya pasangan mereka yang sudah meninggal dunia.⁹

Dari beberapa pemaparan diatas, bahwa setiap manusia lanjut usia akan mengalami gejala-gejala kesehatan, dari banyaknya gejala kesehatan yang dialami lansia tersebut, peneliti memfokuskan untuk

⁸ Data diambil dari Profil Balai Perlindungan Sosial Provinsi Banten, (Banten: Pemerintahan Provinsi Dinas Sosial, 2016), h. 1

⁹ Ningsih, "*Latar Belakang Praktikum Bimbingan Konseling*", (Repository UIN Suska, 2019).

membahas kesehatan lansia yang terjadi pada psikis lansia. Karena, pada saat ini, para lansia akan bersikap seperti anak-anak, baik tingkah laku maupun sifatnya, dari semua kemunduran yang dialami lansia, banyak orang yang kurang sabar dalam menangani mereka, padahal para lansia harus lebih bisa mendapatkan perhatian lebih agar mereka tidak mudah frustrasi pada kehidupan yang sedang mereka jalani. Beberapa lansia akan kaget dengan perubahan-perubahan yang mereka alami, beberapa orang diantaranya menjadi takut tua karena takut dengan kematian. Dalam beberapa aspek kesehatan fisik yang dialami lansia, beberapa diantaranya timbul dari pikiran-pikiran lansia tersebut yang mengakibatkan stres mudah terjadi. Parahnya lagi jika seorang lansia yang sudah memiliki kemunduran ini, lalu kehidupan mereka tidak dirawat dan dijaga dengan baik, maka kefrustasian akan mudah menghampirinya, terlebih banyak sekali lansia yang ketika mereka sedang mengalami stres atau tertekan mereka banyak yang mengalami sulitnya berkomunikasi sehingga perilaku yang diberikan oleh lansia kebanyakan selalu ingin mengurung diri di dalam kamar atau sulit bersosialisasi.

Dalam setiap perubahan yang terjadi pada lansia, maka mereka akan memiliki reaksi yang berbeda-beda pada kondisi yang mereka rasakan. Banyak dari mereka yang bisa menanganinya, namun banyak juga yang masih bingung bahkan sampai timbul sebuah kekhawatiran yang dapat menimbulkan stres pada lansia itu sendiri. Mereka pada umumnya mengerti segala hal yang terjadi pastinya karena pengaruh usia, namun ada beberapa lansia ini yang pasrah dan menyerah diri, karena baginya segala yang ia rasakan dan alami sekarang sudah termasuk kehendak Allah SWT. adapula yang merasa bingung, khawatir sehingga mereka mudah cemas. Seperti

lansia dengan inisial A8 yang memiliki gejala seperti badannya mudah berkeringat, sulit untuk tidur dimalam hari, badan terasa pegal-pegal, sifatnya seperti anak kecil, mudah merasakan sedih, yang terkadang merasa khawatir terhadap apa yang dirasakan oleh lansia tersebut sehingga lansia tersebut selalu mengeluhkan banyak hal yang sedang dirasakannya kepada perawat, dengan kekhawatiran ini dan pertimbangan yang difikirkan oleh lansia tersebut maka lansia dengan inisial A8 mengambil tindakan untuk tidak keluar dari kamar dan lebih memilih untuk memfokuskan diri kepada Allah SWT dikarenakan perubahan dari proses penuaan yang dirasakannya yang mendorong lansia tersebut untuk dekat dengan Tuhan-Nya.¹⁰

Pada lansia dengan inisial A14 yang memiliki gejala suka berhalusinasi sehingga sering membuat cerita palsu yang diyakini terjadi yang menyebabkan pertengkaran antara lansia dengan petugas wisma, hal ini membuat lansia tersebut tidak nyaman berada didalam panti jompo dan mengurung diri didalam kamar sehingga memilih untuk bersosialisasi secukupnya.¹¹

Lansia di Panti Jompo ini memiliki masalah yang sangat beragam, sehinggann beberapa lansia timbul prilaku yang berbeda-beda. Mulai dari mengurung diri dikamar, tidak mau makan, tidak bersosialisasi, mudah menangis karena sakit atau perubahan fisik yang kian parah, mudah marah serta tersinggung, dan prilaku-prilaku lainnya. Prilaku yang ditimbulkan pada lansia tidak semata-mata muncul karena keinginan sendiri. Para lansia inipun mempunyai pengalaman beragam yang bermula kasus perceraian, diusir dan

¹⁰ Hasil wawancara dari narasumber A8 di Panti Jompo, pada 17 Oktober 2019, pukul 10.00 WIB.

¹¹ Hasil wawancara dari narasumber A14 di Panti Jompo, pada 18 Oktober 2019, pukul 10.00 WIB.

diperlakukan tidak baik oleh anaknya, tidak memiliki keluarga (hidup sebatang kara), tidak bisa menyesuaikan dirinya didalam panti, kesepian karena anak dan keluarga sibuk dan masih banyak latar belakang lainnya.¹²

Dari beberapa kejadian yang terjadi pada lansia ini merupakan bentuk awal terjadinya stres yang bermula dari masalah kecil sehingga memperoleh tekanan hidup, hal ini terjadi karena permintaan dan kesulitan, tantangan, bahaya atau kecemasan terhadap risiko hidup yang semakin sulit untuk diatasi. Pada dasarnya masalah sering terjadi dalam kehidupan kita tergantung pada perkembangan karakter dan bagaimana cara pandang seseorang dalam mengelolanya. Jika stres ditangani dengan melakukan tindakan yang salah, maka akan berdampak bagi kesehatan yang amat buruk. Penyakit serius seperti penyakit jantung, pembuluh darah, liver, diabetes meletus dan lain-lain ini merupakan dampak besar yang dialami tubuh karena keadaan stres psikologis yang tidak ditangani dengan benar. Hal yang akan terjadi selanjutnya jika tekanan stres yang ekstrim dan terus-menerus dapat menyebabkan penyakit fisik dan disfungsi, yang dengan demikian dapat mengurangi efisiensi kerja dan koneksi relasional yang buruk.¹³

Pada penelitian ini, peneliti menerapkan sebuah terapi tawa dengan menggunakan pendekatan konseling realitas pada para lansia yang sedang mengalami stres pada masa hidupnya saat ini. Hal ini bertujuan untuk membantu para lansia agar fokus dan berfikir realistis dalam hidup yang sedang dialaminya saat ini, tidak selalu

¹² Wawancara dengan Responden, di UPTD Perlindungan Sosial Pada Dinas Sosial Provinsi Banten, Pukul 10.00, Pada tanggal 16 Oktober 2019.

¹³ Rasmun, "*Stres, Koping dan Adaptasi Teori dan Pohon Masalah Keperawatan*" (Jakarta, Sagung Seto, 2004), h. 13.

teringat dan berfikir ingin hidup seperti dahulu sebelum mereka mengalami kehidupan yang mereka alami saat ini, kebanyakan dari lansia selalu ingin hidup dimasa lalu. Akibat berbadai kemunduran fisik dan psikis yang dialami lansia yang terkadang akan mengakibatkan terganggunya Kesehatan mental pada lansia. WHO “*World Wellbeing Association*” menyatakan lebih dari 20% orang dewasa berusia 60 tahun ke atas mengalami efek buruk dari masalah mental atau neurologis (kecuali nyeri otak). Sementara masalah mental dan neurologis yang paling terkenal dikelompok lama adalah demensia 5%, kesuraman 7%, masalah ketegangan 3,8%, masalah penggunaan narkoba 1% dan sekitar seperempat kematian akibat melukai diri sendiri terjadi pada individu yang berusia 60 tahun atau lebih.¹⁴

Salah satu upaya untuk mengatasi stress pada lansia yaitu dengan menerapkan terapi tawa dengan pendekatan konseling realitas untuk membantu mereka dalam meminimalisir tingkat stres yang terjadi di Panti Jompo, sehingga para lansia akan semakin berfikir realistis terhadap kehidupan yang sedang lansia alami dan menerima segala yang terjadi dalam kehidupannya. Sesuai dengan upaya untuk menanggapi pertanyaan ini, pencipta tertarik untuk mengarahkan eksplorasi lebih lanjut dan menempatkannya sebagai skripsi berjudul: **Pengaruh Terapi Tawa Untuk Mengurangi Tingkat Stres Lansia** (Studi Kasus UPTD Perlindungan Sosial Pada Dinas Sosial Provinsi Banten).

¹⁴ Liya Solikhah, “*PUSPENSOS*”, <https://puspensos.kemensos.go.id/mengenal-kesehatan-mental-pada-lanjut-usia>, (diakses pada 29 November 202

B. Batasan Masalah

Dalam pembahasan ini, peneliti mengkaji dampak dari terapi tawa untuk mengurangi tingkat stres lansia dengan menggunakan pendekatan konseling realitas yang berlokasi di UPTD Perlindungan Sosial Pada Dinas Sosial Provinsi Banten, dengan kondisi mereka yang sudah berumur (lansia), ditambah dengan latar belakang kehidupan yang mereka alami banyak problem yang terjadi pada mereka, mulai dari fisik dan psikis yang mengalami kemunduran, lebih sering terkena penyakit, susah tidur, tidak nafsu makan, emosi tidak stabil dan gejala lainnya. Selanjutnya agar uraian dalam penelitian ini tidak meluas, maka untuk mengkaji eksplorasi secara terkoordinasi dan tidak lepas dari pokok bahasan, peneliti hanya mengkaji tentang keadaan lansia yang berada di panti jompo dengan mengukur tingkatan stres rendah, sedang dan tinggi yang dialami lansia akibat dari dampak negatif yang timbul akibat stres yang menyebabkan kondisi psikisnya tidak seimbang dan selalu berfikir negative dengan menggunakan pendekatan konseling realitas dan menurunkan tingkatan stress tersebut dengan cara menggunakan terapi tawa. Penelitian ini berlokasi di UPTD Perlindungan Sosial Pada Dinas Sosial Provinsi Banten.

C. Rumusan Masalah

Dari penjelasan pembahasan diatas yang berada pada latar belakang masalah, maka penelitian ini terkait dengan pengaruh terapi tawa untuk mengurangi tingkat stress lansia dengan menggunakan pendekatan konseling realitas. Maka dapat di rumuskan pada pokok permasalahan penelitian diantaranya :

1. Bagaimana kondisi stres lansia sebelum diterapkannya terapi tawa?
2. Bagaimana kondisi stres lansia setelah diterapkannya terapi tawa?
3. Adakah pengaruh terapi tawa untuk mengurangi tingkat stres lansia di UPTD?

D. Tujuan Penelitian

Bersumber pada latar belakang yang peneliti lakukan, masalah pokok dirumuskan sebagai berikut:

1. Mengetahui kondisi stres lansia sebelum diterapkannya terapi tawa di UPTD
2. Mengetahui kondisi stres lansia setelah diterapkannya terapi tawa di UPTD
3. Mengetahui pengaruh terapi tawa untuk mengurangi tingkat stres lansia di UPTD

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Secara spekulatif, eksplorasi ini seharusnya bermanfaat bagi para sarjana dan pembaca, terutama bagi mahasiswa yang mempelajari Bimbingan Konseling Islam untuk memberikan gambaran bagaimana mengurangi tekanan di masa lalu. Juga dapat memberikan data dan kontribusi terhadap hipotesis yang telah digambarkan.

2. Manfaat praktis

Terdapat 3 bagian pada Manfaat praktis dari penelitian ini, yaitu untuk:

a. Perawat

Sebagai perawat medis dapat memberikan bimbingan kepada lansia yang menunjukkan sikap mengurung diri didalam kamar atau sulit bersosialisasi untuk bisa menangani serta mengurangi tingkat stres pada lansia, agar lansia tersebut bisa hidup tenang tanpa was-was didalam panti jompo.

b. Masyarakat

Jika terjadi sesuatu dengan lansia yang mengalami berbagai keluhan, semoga penelitian ini akan berdampak bagi masyarakat sehingga yang dilakukan pada peneliti dapat mengurangi tingkatan stres pada para lansia dengan baik, tentunya dengan bantuan serta perhatian penuh dari keluarga dan lingkungan. Sehingga jika ada lansia yang memiliki gejala selalu mengurung diri didalam kamar atau bahkan sampai sulit bersosialisasi, maka kita mudah mendeteksi bahwa hal tersebut merupakan gejala yang timbul akibat stres yang dialami oleh lansia tersebut.

c. Peneliti

Sebagai bahan pembelajaran dan pengaplikasian sebuah teori yang dipelajari di bangku kuliah yang disandingkan langsung dengan praktek di lapangan. Dengan demikian hasil dari penelitian bisa dijadikan analisis apakah teori yang dipakai sebanding dengan pembelajaran yang dikaji semasa waktu perkuliahan.

F. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Pada penelitian ini, diperoleh beberapa sumber dari penulis-penulis terdahulu yang memiliki judul sama namun dalam sudut pandang yang berbeda yang digunakan sebagai acuan untuk menyelesaikan skripsi yang penulis kerjakan. Berikut adalah kutipan peneliti-peneliti terdahulu:

Margaretha Rahman, memiliki proposal berjudul "Pengaruh Terapi Tawa Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lansia" di Tresna Wherda Panti, Wilayah Gorontalo. Didalamnya membahas terkait terapi tawa yang dijadikan kaidah ilmu dalam meningkatkan struktur layanan pada lansia dan kebijakan baru di Panti Tresna Wherda di Provinsi Gorontalo untuk mengatasi kecemasan yang terjadi pada lansia. Pada pra-percobaan penulis mengimplementasikan metode pendekatan One Group Pretest and Posttest Design dengan instrument yang digunakan merupakan kuisioner TMAS "*Taylor Manifest Anxiety Scale*" dan analisa data pada peneliti ini menerapkan uji statistik Wilcoxon Signed Rank.

Christianto Milhaline, "Pengaruh Terapi Tawa Terhadap Penurunan Skor Depresi pada Lanjut Usia (LANSIA)" di Panti Graha Werdha Marie Joseph, Kota Pontianak. Hasil dari penelitian tersebut mengungkapkan bahwa terapi tawa lebih mendukung untuk menurunkan gejala depresi pada usia renta dengan pengobatan yang berguna dan hemat biaya. Walaupun banyak faktor yang mempengaruhi tingkat konsentrasi dan fokus para lansia, namun terapi tawa tetap dilaksanakan sehingga dampak positif dapat dirasakan oleh para lansia.

Mentari Rakhmawati Putri, "Efektivitas Terapi Tawa Untuk Menurunkan Stres Akulturatif Pada Mahasiswa Thailand" di

Yogyakarta. Penelitian yang dilakukan bertujuan mengidentifikasi apakah terapi tawa dapat berpengaruh terhadap pengurangan stres dalam kategori akulturatif pada mahasiswa Thailand yang berada di Yogyakarta. Sampel pada penelitian ini berjumlah 29 individu yang dipisahkan menjadi dua kelompok, yaitu 14 anggota dalam kelompok eksperimen dan 15 anggota dalam kelompok control. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah “*two group pretest posttest*” atau pengelompokan sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi tawa pada lansia. Akumulasi data dalam penelitian ini memakai skala stres akulturatif model likert yang disusun oleh peneliti. Mode analisis data menggunakan prosedur dari *Independent Sample t Test* dalam menguji perbedaan skor data pretest, posttest dan follow up pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil analisis pretest-posttest membuktikan nilai p sebesar 0.000 ($p < 0.05$) dan follow up 0.070 ($p > 0.05$), ini menunjukkan ada perbedaan besar dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah terapi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi tawa sangat membantu dalam mengurangi stres akulturatif pada mahasiswa Thailand di Yogyakarta.

Dyah Ayu Retno Kapitasari, “Efektivitas Pemberian Terapi Tertawa Dan Terapi Spiritual Terhadap Perubahan Tingkat Depresi Pada Lansia” di PSTW Magenta. Penelitian ini menjelaskan bahwa kesulitan, kelemahan, perasaan sedih dan hal negatif yang terkait dengan penderitaan dapat berupa serangan yang ditunjukkan pada diri sendiri / oranglain, hal ini merupakan dampak nyata dari depresi yang dirasakan oleh lansia. perasaan ingin bunuh diri, adanya pemikiran ingin menciderai oranglain dan mengurung diri di kamar adalah faktor dari seseorang yang sedang mengalami depresi.

Beberapa lansia yang depresi sehingga merasakan kehilangan nafsu makan, kehilangan minat, gangguan tidur dan lain-lain harus segera ditangani, agar depresi yang dialami oleh lansia dapat berkurang. Dengan menggunakan terapi tawa dan terapi spiritual merupakan bentuk dari upaya peneliti dalam mengurangi depresi yang dialami lansia. Adanya penerapan terapi tawa dan terapi spiritual ini bertujuan untuk meninjau adakah pengaruh dari kedua terapi tersebut terhadap perubahan tingkat depresi pada lansia di PSTW Magenta. Jenis penelitian ini adalah penelitian "*Quasy Eksperimental*" dengan strategi "*pre post test control group design*". Populasi penelitian adalah 26 lansia dengan spesifikasi 13 lansia terapi tertawa dan 13 lansia terapi spiritual. Tehnik sampling yang digunakan adalah "*purposive sampling*". Pengumpulan data menggunakan kuisioner "*Geriatric Depression*" Scale (GDS). Analisa data menggunakan uji *Wilcoxon* dan *Mann Whitnay*. Hasil analisa statistic uji *Wicoxon* pada populasi terapi tertawa diperoleh nilai $p\ value = 0,014 < a = 0,05$ yang menjelaskan ada pengaruh pemberian terapi tertawa terhadap perubahan tingkat depresi pada lansia, sementara itu untuk hasil yang didapatkan terapi spiritual adalah nilai $p\ value = 0,003 < a = 0,05$ yang menunjukkan adanya pengaruh dari pemberian terapi spiritual terhadap perubahan tingkat depresi pada lansia. Sedangkan untuk hasil uji *Mann Whitnay posttest* didapatkan nilai $p\ value = 0,043 < a = 0,05$ yang menjelaskan perbedaan yang jelas sehingga H_1 diterima. Hal ini mendapat kesimpulan bahwa pemberian terapi tawa dan terapi spiritual terdapat hasil yang berbeda. Dari hasil penelitian, terapi spiritual dinilai lebih berpengaruh daripada terapi tawa, ini dikarenakan lansia memiliki kepercayaan yang begitu besar terhadap

Maha Pencipta untuk mendapatkan jawaban atas masalah yang sedang dihadapi.

Sri Nurhayati Manabung, “Pengaruh Terapi Tawa Terhadap Penurunan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi” Di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo. Penelitian ini menggunakan metode “*quasi eksperimen pre-test*” dan “*post-test design*” dengan sampel 18 orang responden. Pengumpulan eksemplar dilakukan secara “*purposive sampling*”. Hasil penelitian ketika belum diberikan terapi tertawa menunjukkan hasil 77,8% didapatkan mahasiswa yang mengalami stres sedang dan 22,2% mengalami stres berat. Sedangkan setelah diberikan terapi tertawa didapatkan mayoritas responden mengalami stres ringan yaitu 72,2%, dan yang mengalami stres sedang 27,8%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh dari terapi tertawa yang dilakukan peneliti terhadap penurunan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Program Sru di Ilmu Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo dengan nilai signifikan value yaitu 0,000 ($<0,05$).

Dari berbagai penulis yang memaparkan skripsi diatas dapat disimpulkan bahwa dengan penggunaan terapi tawa terhadap lansia dapat bermanfaat untuk mengurangi kecemasan atau depresi yang sedang dialami lansia sehingga bisa digunakan kepada para lansia untuk meningkatkan mutu dari pelayanan lansia dan bisa menjadi rencana terbaru bagi para lansia yang berada di panti-panti. Namun perbedaan yang berada pada penelitian ini terdapat lokasi yang berbeda-beda sehingga dampak dari terapi tawa juga menghasilkan perbedaan yang dipengaruhi lingkungan dan individu lansia itu sendiri dan sudut pandang yang diambil oleh penulis. Penulis

memfokuskan pada gejala yang ditimbulkan oleh lansia dengan mengurung diri didalam kamar yang menyebabkan lansia tersebut sulit untuk bersosialisasi. Maka skripsi yang akan dibahas oleh peneliti menjelaskan pengaruh terapi tawa terhadap pengurangan tingkat stres pada lansia dengan menggunakan pendekatan konseling realitas. Dari penelitian terdahulu dapat diambil kesimpulan bahwa terapi tawa bisa berpengaruh dengan baik tergantung pada lingkungan dan individu yang dialami lansia tersebut. Pada skripsi yang dibuat penulis ini dapat dibandingkan oleh penelitian terdahulu bahwa tingkatan stres yang terjadi serta lingkungan dan pemahaman lansia dalam menjalani terapi tawa ini dapat beragam atau bahkan tidak berhasil pada sikap atau karakter lansia yang lain. Maka dari itu peneliti menggunakan pendekatan konseling realitas pada lansia guna memberikan kesadaran penuh akan kehidupan yang sedang mereka jalani saat ini dan tidak teepaku pada kehidupan masalalu.

G. Sistematika Pembahasan

Bab Pertama, Pendahuluan. Pada bagian Bab ini merupakan suatu pengantar untuk sampai pada pembahasan yang meliputi Latar Belakang, Batasan Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Penelitian Terdahulu yang Relevan dan Sistematika Pembahasan.

Bab Kedua, Kajian Teori. Pada bagian Bab ini merupakan pemaparan definisi mengenai Konseling Realitas, Terapi Tawa, Stres, Lansia, Kerangka Pemikiran dan Hipotesis Penelitian.

Bab Ketiga, Metode Penelitian. Pada bagian Bab merupakan pemaparan mengeni Metode Penelitian dan Jenis Penelitian, Waktu dan Tempat Penelitian, Populasi, Sampel dan Teknik Sampling,

Variabel Penelitian, Definisi Operasional Variabel, Teknik Pengumpulan Data, Pengembangan Instrumen, Uji Instrumen dan Teknik Analisis Data.

Bab Keempat, Pembahasan Hasil Penelitian. Pada pembahasan yang berada di bab keempat ini akan membahas mengenai Gambaran Umum Tempat Penelitian, Hasil Penelitian dan Keadaan Lansia Setelah Penelitian.

Bab Kelima, Penutup. Pada bab penutup yang meliputi kesimpulan dan saran.