

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Demensia adalah istilah umum untuk penurunan proses berpikir (kognitif) dan perilaku yang disebabkan oleh penurunan fungsi tubuh. Pada penderita demensia, penurunan fungsi tidak hanya berkaitan dengan memori atau daya ingat, tetapi juga dapat memengaruhi proses kognitif dan kepribadian. Demensia merupakan salah satu masalah kesehatan yang terus meningkat dan menjadi perhatian di berbagai negara. Penderita demensia dapat menunjukkan gangguan memori, penurunan kemampuan berpikir, penurunan pemahaman, serta kesulitan dalam mengambil keputusan (Al-Finatunni'mah & Nurhidayati, 2020). Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia demensia menjadi salah satu masalah Kesehatan dunia dan menjadi kematian nomor tujuh tertinggi. Menurut KEMENKES Penderita demensia terus bertambah dimana setiap tiga detik bertambah 1 jiwa penderita demensia. serta kurang lebih terdapat 10 juta kasus penderita demensia bertambah setiap tahunnya dengan total penderita mencapai 55 juta diseluruh dunia. Penderita demensia di Indonesia mengalami peningkatan yang signifikan, jumlah penderita demensia pada tahun 2016 di estimasikan 1,2 juta yang akan diperkirakan menjadi 2 juta penderita ditahun 2030 dan akan menyentuh diangka 4 juta jiwa ketika menjelang tahun 2050 (Kemenkes, n.d.).

Kondisi ini berlangsung lama sehingga seiring berjalannya waktu dapat menyebabkan penurunan kemampuan individu secara bertahap. Individu dengan demensia cenderung mengalami perubahan perilaku dan emosi, seperti mudah marah, kebingungan, gelisah, serta kesulitan melakukan aktivitas sehari-hari, termasuk makan, mandi, dan kegiatan mandiri lainnya. Akibatnya, individu dengan demensia menjadi sangat bergantung pada orang lain dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Lansia merupakan kelompok yang rentan mengalami demensia karena pertambahan usia berkaitan dengan penurunan fungsi kognitif. Lansia umumnya merujuk pada individu yang telah berusia 60

tahun ke atas dan dapat mengalami perubahan fisik maupun penurunan fungsi kognitif secara bertahap (Putry, 2021).

Dengan meningkatnya penderita demensia setiap tahunnya. Secara langsung akan berdampak besar terhadap kebutuhan pendampingan jangka Panjang bagi penderitanya dan seiring bertambahnya populasi lansia dengan demensia yang mengalami kehilangan kemandirian akan menambah beban perawatan bagi lingkungan terdekat terutama pihak keluarga yang menjadi peran utama dalam menghadapi situasi perawatan lansia dengan demensia. dalam hal ini pertumbuhan *Caregiver* informal ditengah Masyarakat akan mengalami peningkatan yang signifikan dimana anggota keluarga akan secara aktif berperan penuh untuk mendampingi anggota keluarga yang terdiagnosis demensia serta menghadapi perubahan fisik maupun emosional. Perawatan lansia dengan demensia yang dilakukan oleh anggota keluarga dapat disebut sebagai informal *Caregiver*, yaitu individu yang memberikan perhatian dan bantuan kepada anggota keluarga yang membutuhkan (A'yun & Darmawanti, 2022a). Peran tersebut umumnya dijalankan sebagai bentuk tanggung jawab dan kasih sayang. *Caregiver* Informal biasanya tidak memperoleh pelatihan khusus di bidang kesehatan maupun imbalan finansial selama menjalankan perannya (Adrian, 2026). *Caregiver* lansia dengan demensia sering menghadapi tantangan akibat perubahan suasana hati dan perilaku lansia. Situasi tersebut dapat berdampak pada kesehatan fisik dan mental *Caregiver* serta hubungan dengan anggota keluarga lainnya (Putri, 2013). Peran, tugas, dan tanggung jawab yang berlebihan dapat menjadi beban karena perubahan perilaku lansia dengan demensia membuat *Caregiver* merasa terikat pada rutinitas perawatan. Oleh karena itu, masalah psikososial pada *Caregiver* perlu memperoleh perhatian agar mereka dapat menghadapi perubahan situasi secara lebih baik.

Tantangan yang dialami oleh setiap *Caregiver* dalam merawat lansia dengan demensia sering menyebabkan permasalahan psikologis akibat dari situasi merawat yang berat. Ketika dalam merawat lansia dengan demensia dilakukan dengan secara terus menerus tanpa adanya pertukaran peran akan berdampak pada mental dan fisik dari *Caregiver*. *Caregiver* burden merupakan keadaan tidak nyaman yang dialami *Caregiver* ketika merawat lansia dengan demensia.

Beban tersebut dapat berdampak pada kondisi kesehatan *Caregiver*, termasuk kelelahan fisik, tekanan psikologis, dan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Perawatan lansia dengan demensia juga membutuhkan waktu jangka panjang serta pengaturan perawatan yang konsisten. Ketersediaan *Caregiver* sangat dibutuhkan karena *Caregiver* membantu lansia memenuhi kebutuhan, menjalankan aktivitas, dan mengawasi kegiatan sehari-hari. Beban yang dirasakan *Caregiver* selama mendampingi pasien dapat berkaitan dengan kebutuhan untuk meluangkan waktu, biaya, dan energi. Kondisi tersebut dapat menimbulkan ketidaknyamanan, stres psikologis, dan kelelahan fisik. *Caregiver* juga dapat mengalami rasa malu, tegang, tertekan, atau bersalah karena merasa belum mampu memberikan perawatan secara optimal. Tekanan ini dapat semakin meningkat ketika lansia dengan demensia menunjukkan perubahan perilaku, misalnya bepergian tanpa tujuan (Triyono et al., 2018).

Perilaku ini sering terjadi pada penderita demensia yang membuat *Caregiver* menjadi stress karena perilaku ini dapat menyebabkan penderita demensia menjadi tersesat, menyebabkan kecelakaan, dan jika perilaku ini terjadi di waktu malam hari dikhawatirkan menjadi target dalam kejahatan. Faktor terjadinya perilaku tersebut disebabkan oleh penyimpangan memori yang membuat penderita menjadi lupa ingatan ketika sedang melakukan suatu hal. kedua Faktor lingkungan yang terlalu ramai dan berisik membuat penderita ingin pergi dari situasi tersebut. Serta terdapat Faktor kelebihan energi. selanjutnya perilaku berulang merupakan salah satu kondisi yang sering membuat *Caregiver* demensia menjadi jenuh dan lelah karena penderita sering menanyakan hal yang sama secara berulang, dan merubah posisi barang yang sudah disusun. Perilaku selanjutnya adalah sundowning masalah ini yang membuat *Caregiver* menjadi lelah dan stress karena penderita demensia melewati tidur di malam hari dan mulai tidur pada siang hari sedangkan *Caregiver* harus menjalankan tanggung jawabnya di waktu siang hari. berikutnya terdapat perilaku yang berkaitan dengan emosional seperti mudah marah dan mudah tersinggung dengan contoh perilaku berteriak, dan mengucapkan kata-kata kasar, sehingga pada kondisi ini membuat *Caregiver* menjadi lelah karena harus mengambil hati agar dapat membuat situasi menjadi

kondusif. serta perilaku inkontinensia merupakan perilaku yang menyebabkan penderita demensia sulit untuk mengontrol diri seperti menahan buang air kecil dan buang air besar. (Atkins, 2013)

Tekanan pengasuhan dapat memengaruhi kesehatan *Caregiver*, misalnya melalui kelelahan fisik dan mental, perubahan pola makan, serta berkurangnya waktu untuk diri sendiri. *Caregiver* juga dapat mengalami tekanan emosional karena sebagian besar aktivitas hariannya digunakan untuk merawat anggota keluarga. Kondisi psikologis *Caregiver* memiliki peran penting dalam pelaksanaan perawatan sehingga *Caregiver* membutuhkan strategi coping yang efektif untuk mengelola tekanan yang dihadapi (Khairunnisa et al., 2026). Strategi coping merupakan upaya untuk menghadapi situasi tertekan dan mengelola emosi negatif, seperti sedih, takut, dan marah. Merawat lansia dengan demensia tidak hanya berarti membantu aktivitas fisik, tetapi juga menghadapi perubahan perilaku, kehilangan ingatan, hingga respons lansia yang tidak dapat diprediksi. Situasi tersebut membuat *Caregiver* rentan mengalami kelelahan fisik maupun mental. Hal ini dirasakan oleh *Caregiver* informal ibu RA yang merawat ibu kandungnya terdiagnosis demensia sejak 2022. Melalui preliminary Tekanan psikologis yang dirasakan RA adalah seperti kondisi ibu yang sulit ditebak terkadang kabur, dan juga mengucapkan tuduhan kepada RA yang berperan sebagai anak sekaligus *Caregiver* informal. Pada situasi tersebut ada dimana RA tidak mampu menahan emosinya sehingga melukai dirinya sendiri, kemudian RA dibantu oleh kakaknya untuk dikonsultasikan ke psikolog “*kalo paling tertekan itu kalo ibu saya udah nuduh nuduh... karena kan saya anak terakhir ya.... Abang saya laki semua jadi paling sering sama saya... saya sempet capek banget sampe mukul mulut saya sampe berdarah darah tuh...terus dibawah sama kakak saya ke psikolog dikemang*”RA,29062026.

Maka dari itu jika melihat situasi dan kondisi yang dialami oleh *Caregiver* lansia dengan demensia dapat membuat tekanan psikologis dan fisik bagi pendampingnya sehingga untuk mengatasi situasi tersebut butuh strategi coping yang efektif. Agar kondisi psikologis *Caregiver* dalam merawat lansia dengan demensia dapat membantu untuk mensejahterakan emosionalnya ketika

kelelahan mental dan fisik selama merawat lansia dengan demensia. Strategi coping adalah sebuah respon atau tindakan dari kognitif dan perilaku yang dilakukan individu untuk mengatasi tekanan yang dinilai sebagai sumber stres. Coping dapat membantu individu menghadapi emosi negatif dan mengelola beban stres. Strategi coping dapat dibedakan menjadi problem focused coping dan emotion focused coping. Problem focused coping dilakukan melalui upaya langsung untuk mengatasi masalah, misalnya mencari informasi mengenai penanganan lansia dengan demensia atau menyusun jadwal harian. Sementara itu, emotion focused coping dilakukan untuk mengelola respons emosional, misalnya dengan mencari dukungan sosial agar *Caregiver* tidak merasa menghadapi tekanan seorang diri (Maryam, 2017).

Urgensi utama dalam penelitian terletak pada beban yang dialami oleh *Caregiver* informal keluarga, dimana terdapat perubahan situasi yang semula memiliki hubungan saling melengkapi dalam kehidupan, kemudian mengalami perubahan menjadi mengasuh anggota keluarga yang mengalami penurunan kondisi Kesehatan yang disebabkan oleh demensia. Perubahan peran menjadi seorang *Caregiver*, bukan sekedar menjalankan tugas mengasuh, namun di sisi lain terdapat beban emosional yang dialami karena merasakan dan melihat secara langsung terhadap perubahan dan penurunan kondisi Kesehatan pada anggota keluarga. Beban yang dialami oleh *Caregiver* informal dalam merawat lansia dengan demensia tidak sama dengan beban yang dialami oleh formal *Caregiver* atau perawat profesional. *Caregiver* informal lebih rentan mengalami stress karena memiliki hubungan batin terhadap orang yang diasuhnya sehingga rasa sedih dapat membuat tekanan mental, selain itu *Caregiver* informal tidak dibekali dengan pengetahuan medis sehingga mengalami kesulitan ketika menghadapi perubahan kondisi pada lansia dengan demensia. Terkadang pada situasi tertentu terdapat *Caregiver* informal yang rela memutuskan untuk meninggalkan pekerjaannya hanya untuk memprioritaskan merawat anggota keluarga, pada situasi ini menjadi sumber stress bagi *Caregiver* informal karena kehilangan sumber pendapatan. Dengan demikian penelitian ini dilakukan untuk mengeksplorasi secara mendalam mengenai strategi coping yang

dilakukan oleh *Caregiver* informal untuk tetap bertahan disituasi sulit dan mengekang.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa *Caregiver* yang merawat lansia dengan demensia dapat mengalami beban fisik maupun psikologis akibat tuntutan perawatan sehari-hari. Penelitian Jumiarti (2023) menggambarkan beban *Caregiver* yang mendampingi lansia dengan demensia di panti, terutama ketika *Caregiver* harus menghadapi perubahan perilaku dan kebutuhan perawatan yang berkelanjutan. Penelitian ini berbeda karena berfokus pada *Caregiver* informal di lingkungan keluarga. Perbedaan karakteristik tersebut penting karena *Caregiver* informal perlu menyeimbangkan peran perawatan dengan tanggung jawab personal, rumah tangga, maupun pekerjaan.

1.2 Rumusan Masalah

Terdapat rumusan masalah yang tersedia berdasarkan latar belakang yang disajikan sebagai berikut:

Bagaimana Strategi coping yang dialami *Caregiver* informal dalam merawat lansia dengan demensia untuk menghadapi tekanan tersebut?"

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman strategi coping yang dialami *Caregiver* informal dalam merawat lansia dengan demensia serta memahami strategi coping yang digunakan untuk menghadapi tekanan tersebut

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara akademis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi mengenai pengalaman *Caregiver* informal, khususnya terkait tekanan pengasuhan dan strategi coping dalam merawat lansia dengan demensia

1.4.2 Manfaat Praktis

Memberikan pandangan terhadap keluarga bahwa perilaku lansia dengan demensia tidak sebagai beban atau gangguan, melainkan sebagai bentuk tanggung jawab dengan kesabaran dalam merawat lansia dengan demensia. Sehingga keluarga dapat memberikan suasana rumah yang lebih harmonis, serta dapat dijadikan Pelajaran untuk menyeimbangkan antara tanggung jawab merawat dan menjaga kesehatan mental. melalui hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar penilaian apakah cara merawat sudah cukup efektif atau masih memerlukan dukungan dari pihak lain.

