

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. LATAR BELAKANG

Manula atau manusia lanjut usia atau disebut juga lansia akan mengalami penurunan fungsi kognitif dan psikomotor. Fungsi kognitif meliputi proses belajar, persepsi, pemahaman, pengertian, perhatian dan lain-lain sehingga menyebabkan reaksi dan perilaku lansia menjadi makin lambat. Sementara fungsi psikomotorik (kognitif) meliputi hal-hal yang berhubungan dengan dorongan kehendak seperti gerakan, tindakan, koordinasi, yang berakibat bahwa lansia menjadi kurang cekatan. Dengan adanya penurunan kedua fungsi tersebut, lansia juga mengalami perubahan aspek psikososial yang berkaitan dengan keadaan kepribadian lansia.

Dikutip dalam situs Departemen Kesehatan, menurut Kedokteran Olahraga manula sangat tergantung pada kondisi fisik individu. Jika dia baru berusia 50 tahun, namun secara fisik sudah renta seperti penurunan massa otot, yang berakibat tubuhnya jadi mengecil, respons tubuh berkurang, jalan tertatih-tatih, dia bisa dikategorikan sebagai manula. Ada tiga tahapan manula menurut kedokteran olahraga, yaitu umur 50-60 tahun, umur 61-70 tahun, dan 71 tahun keatas. Berikut adalah ciri- ciri manula secara fisik adalah:

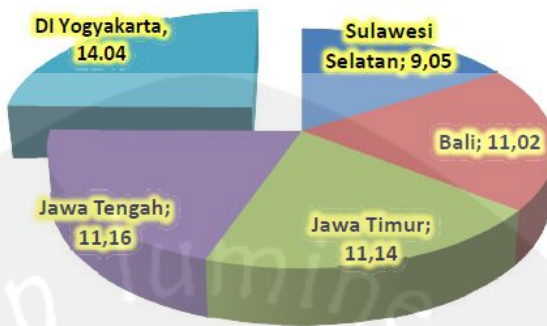
- a. Keterbatasan fungsi tubuh yang berhubungan dengan makin meningkatnya usia, seperti kurangnya pendengaran dan jarak pandang.
- b. Adanya akumulasi dari penyakit-penyakit degeneratif.

- c. Setelah orang memasuki masa lansia umumnya mulai dihinggapinya adanya kondisi fisik yang bersifat patologis berganda (multiple pathology) misalnya tenaga berkurang, energi menurun, kulit keriput, gigi rontok, tulang rapuh, dsb. Sedangkan ciri - ciri manula secara psikososial dinyatakan krisis apabila:
- a. Ketergantungan pada orang lain (sangat memerlukan pelayanan orang lain).
 - b. Mengisolasi diri atau menarik diri dari kegiatan kemasyarakatan karena berbagai sebab, diantaranya setelah menjalani masa pensiun, setelah sakit cukup berat dan lama, setelah kematian pasangan hidup dan lain-lain.
 - c. Hal-hal yang dapat menimbulkan gangguan keseimbangan (homeostasis) sehingga membawa lansia kearah kerusakan / kemerosotan (deteriorisasi) yang progresif terutama aspek psikologis yang mendadak, misalnya bingung, panik, depresif, apatis dsb. Hal itu biasanya bersumber dari munculnya stressor psikososial yang paling berat, misalnya kematian pasangan hidup, kematian sanak keluarga dekat, terpaksa berurusan dengan penegak hukum, atau trauma psikis.

Akibat berbagai macam perilaku dan keadaan para lansia tersebut, dan kurangnya waktu dari pihak keluarga untuk memberi perhatian, biasanya keluarga akan memilih menempatkan manula di panti wreda agar bisa mendapat perhatian lebih. Panti wreda adalah tempat di mana berkumpulnya orang-orang lanjut usia yang baik secara sukarela ataupun diserahkan oleh pihak keluarga untuk diurus segala keperluannya, tempat ini ada yang dikelola oleh pemerintah maupun pihak swasta. Namun keputusan keluarga untuk menempatkan orang lanjut usia di panti

wreda belum tentu dapat diterima oleh manula tersebut. Manula yang tinggal di Panti wreda akan mengalami suatu perubahan sosial dalam kehidupannya sehari-hari. Apabila manula tersebut tidak segera mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru yang ada di Panti wreda dan berusaha menjalin hubungan dengan orang lain yang seusia, ketegangan jiwa atau stres akan muncul yang juga dapat memperparah penyakit fisik yang diderita. Stres yang berkepanjangan dapat memperbesar penyakit fisik maupun mental dan tidak menutup kemungkinan lansia akan mengalami keputusasaan. Keadaan fisik yang mulai melemah, suasana hati yang berubah, serta keadaan tempat tinggal yang baru membuat lansia merasa kebingungan menyesuaikan kondisi di sana sehingga mengalami depresi yang ditunjukkan dengan merasa sendiri, selalu menangis, merasa takut hingga sikap tidak mau makan. Kecenderungan mengalami depresi meningkat sejalan bertambahnya usia. Kaum lansia merupakan salah satu kelompok orang yang rentan mengalami depresi sepanjang hidupnya. Sekitar 1-5% populasi lansia mengalami gangguan depresi. Angka ini bertambah besar sampai 13.5% pada lansia yang mengalami gangguan medis dan harus mendapatkan perawatan di rawat inap. Adapun prevalensi depresi pada lansia yang menjalani perawatan di RS dan panti perawatan sebesar 30-45 persen (Kompas, 2008).

Menurut BPS SUSENAS 2007, Yogyakarta merupakan salah satu provinsi dengan presentase lansia tertinggi dan lansia berjenis kelamin perempuan lebih besar daripada pria.



Gambar 1.1 Persentase Lansia Tertinggi Tahun 2007
Sumber: BPS-SUSENAS, 2007

Tabel 1.1 Jumlah penduduk lanjut usia menurut jenis kelamin dan Kelompok umur, tahun 2009

KELOMPOK UMUR	L+P	L	P
60-64	6.243.457	2.955.574	3.287.883
65-69	5.581.535	2.566.946	3.014.589
70-74	4.225.860	1.877.101	2.348.759
75-79	2.623.171	1.135.227	1.487.944
80-84	1.272.510	535.198	737.312
85-89	471.876	180.354	291.522
90-94	111.435	35.741	75.694
95-99	16.448	4.367	12.081
100+	1.249	274	975
Jumlah LU	20.547.541	9.290.782	11.256.759

Sumber: U.S. Census Bureau, International Data Base, 2009

Panti wreda atau panti jompo merupakan rumah baru atau lingkungan baru bagi para manula yang dititipkan sanak saudara atau keluarganya. Untuk itu perlu perhatian khusus pada ruang-ruang yang berada pada panti wreda, terutama untuk ruang tidur manula. Sehingga dapat mencegah penyakit fisik atau psikis mereka bertambah parah ataupun untuk mencegah penyakit yang tidak diinginkan.

Salah satu tampilan fisik dari ruang tidur yang menonjol adalah cahaya buatan yang digunakan pada malam hari atau lampu yang digunakan sehingga dapat

membantu manula melakukan aktifitasnya di dalam ruang tersebut. Selain itu yang paling menonjol dan mudah dikenali oleh manula adalah warna dinding interior kamar mereka. Saat ini cahaya dan warna tidak hanya berfungsi sebagai unsur yang membantu seseorang dalam melakukan aktifitas dan memudahkan dalam mengenali sebuah obyek, namun cahaya dan warna saat ini telah memiliki peran dalam dunia kesehatan.

Ahli biologi dan psikolog telah lama mengetahui bahwa cahaya mempengaruhi suasana hati. Namun, ada sebuah studi baru yang menunjukkan bahwa cahaya juga mungkin memainkan peran dalam modulasi ketakutan dan kecemasan. Menurut Brian Wiltgen, asisten profesor psikologi Universitas Virginia, Cahaya memainkan peran penting dalam modulasi denyut jantung, irama sirkadian, siklus tidur dan bangun, sistem pencernaan, hormon, suasana hati, dan proses tubuh lainnya. Studi menunjukkan bahwa cahaya mempengaruhi pembelajaran, memori, kecemasan dan juga dapat memodulasi respons terhadap ketakutan. Sebuah penelitian yang dilakukan juga di VU University Medical Center di Amsterdam, Belanda, mengungkapkan terapi cahaya bermanfaat bagi manusia lanjut usia atau manula untuk mengatasi gejala depresi. Selama ini cahaya terang di malam hari disebut-sebut sebagai salah satu pemicu stres dan gangguan tidur. Sebaliknya bagi lansia, cahaya terang justru digunakan sebagai terapi untuk mengatasi gejala depresi. Selain menjaga *mood* atau suasana hati, cahaya terang pada lansia juga bisa memperbaiki pola tidur sekaligus meningkatkan produksi hormon serotonin. Hormon ini berhubungan dengan kemampuan seseorang untuk mengendalikan stres.

Cahaya adalah energi berbentuk gelombang elektromagnetik yang kasat mata dengan panjang gelombang sekitar 380–750 nm. Paket cahaya yang disebut spektrum kemudian dipersepsikan secara visual oleh indera penglihatan sebagai warna. Sehingga warna dapat didefinisikan sebagai suatu spektrum yang terdapat di dalam cahaya, di mana identitas dari warna ditentukan oleh panjang gelombang cahaya tersebut. Dengan kata lain cahaya dan warna sangat berkaitan satu sama lain.

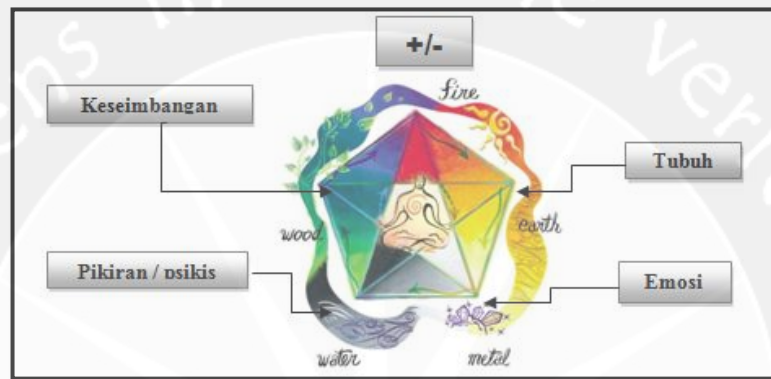
Dalam kehidupan sehari-hari dikenal dua pencahayaan, yakni pencahayaan alami dan pencahayaan buatan. Pencahayaan buatan adalah pencahayaan yang dihasilkan oleh sumber cahaya selain cahaya alami, secara umum cahaya tersebut berasal dari hasil karya manusia berupa lampu yang berfungsi menyinari ruangan sebagai pengganti jika sinar matahari tidak ada. Perkembangan cahaya buatan dimulai dari cahaya obor dari kayu cemara, lampu minyak tanah, lilin, lampu gas sampai pada lampu listrik. Setelah listrik ditemukan, mungkin lampu-lampu jenis lain ada yang sudah tidak dipergunakan lagi. Penerangan dibutuhkan agar mata merasa nyaman bila melihat dan beraktivitas. Tingkat kenyamanan ini relatif bagi setiap orang. Ada orang yang merasa nyaman dengan penerangan yang relatif sedikit (gelap) dan ada pula yang merasa nyaman bila ruangnya terang benderang dengan cahaya. Bila dirasa kurang terang, kebanyakan solusi yang dipakai adalah menambah pencahayaan buatan dengan memasang lampu.

Ada berbagai jenis lampu yang dapat digunakan sesuai kebutuhan dan keinginan penggunaannya. Namun bagaimana pun jenis lampu yang digunakan, efek yang diciptakan juga akan tergantung dengan warna pada ruang tersebut. Selain

memberikan efek terhadap kualitas ruang tersebut, keberadaan warna di alam telah terbukti memberikan pengaruh pada semua makhluk hidup yang ada di dalamnya. Sebagai contoh, warna merah dan biru adalah dua warna yang paling optimal dalam mempercepat laju fotosintesis pada tumbuhan. Pada hewan, warna membantu membedakan bahan makanan mentah atau matang. Selain berpengaruh pada reaksi biologis makhluk hidup, warna juga memberi berbagai pengaruh pada kondisi psikologis manusia. Menurut Hartini (2007), warna memiliki berbagai karakteristik energi yang berbeda-beda apabila diaplikasikan pada tubuh. Pembelajaran mengenai pengaruh warna terhadap perilaku, emosi dan fisik manusia ini dikenal dengan sebutan psikologi warna. Menurut ilmuwan dari Thomas Jefferson University Philadelphia, meditasi atau terapi warna biru dapat menyingkirkan masalah depresi. Tidak hanya itu, terapi warna biru juga bisa mengobati rasa mengantuk yang berlebihan dan nafsu makan yang tidak terkontrol, seperti yang dikutip dari *Geniusbeauty*. Ada kombinasi warna tertentu yang dapat menyebabkan pikiran kita stress dan depresi namun ada pula yang dapat mengatasi masalah psikologis.

Psikologi warna banyak diterapkan dalam perancangan interior suatu ruangan. Menurut John Pile yang dikutip dari buku warna (Darmaprawira, W.A.Sulamsi, 2002) mengatakan bahwa penggunaan warna adalah fokus utama dalam desain interior dan merupakan suatu faktor penting penentu kesuksesan suatu proyek. Pemilihan warna yang salah dalam suatu ruangan, dapat menimbulkan perasaan yang kurang nyaman atau bahkan membawa dampak buruk bagi kondisi psikologis seseorang, khususnya bagi orang-orang dengan kebutuhan khusus, seperti

penderita cacat mental atau autisme. Setiap warna memiliki potensi untuk memberikan efek yang positif maupun negatif pada seseorang. Penggunaan warna berkaitan dengan kondisi psikologis seseorang akan mempengaruhi tubuh, pikiran, emosi dan keseimbangan dari ketiganya dalam diri manusia.



Gambar 1.2 Pengaruh Warna Terhadap Tubuh
Sumber: Warna, 2002

Di Yogyakarta sendiri terdapat beberapa panti wreda yang dikelola oleh pemerintah dan swasta. Salah satu panti wreda berbeda dengan panti lainnya adalah Panti Wreda Hanna yang terletak di Jalan Surokarsan B1 MG-2/267, Wirogunan, Mergangsan, Yogyakarta. Panti wreda Hanna yang berdiri sejak tahun 1991 hanya menerima dan merawat manula wanita. Saat ini ada 41 orang manula yang dirawat oleh panti wreda Hanna. Kamar pasien yang tersedia di panti wreda Hanna berjumlah 23 kamar dan memiliki beberapa model yang berbeda, mulai dari luas ruang, jumlah penghuni per kamar, dan warna dinding interior. Luasan kamar yang berbeda-beda disebabkan pembangunan panti yang bertahap. Adanya penggunaan lampu yang digunakan saat ini adalah jenis lampu TL/Fluorecent putih. Penggunaan

jenis lampu tersebut oleh pengelola berdasarkan melihat penggunaan jenis lampu yang digunakan pada umumnya. Sedangkan untuk warna dinding kamar panti biasanya tergantung dari sumbangan atau keputusan pengelola.

Hal ini membuktikan masih kurangnya kepedulian serta pengetahuan tentang pengaruh jenis lampu dan warna ruang terhadap kesehatan fisik dan psikis bagi manula. Selain itu melihat pengaruh cahaya dan warna terhadap seseorang, tentunya penggunaan cahaya dan warna yang sesuai dengan keinginan dan kebutuhan penggunaanya dapat memberikan kepuasan serta kenyamanan. Manula memiliki banyak perbedaan dengan manusia yang lebih muda, mulai dari segi biologis hingga psikologis, dan tentunya memiliki standar kebutuhan akan sesuatu berbeda dengan manusia yang lebih muda. Sehingga tingkat kepuasan dan kenyamanan manula tidak dapat disamakan dengan tingkat kepuasan dan kenyamanan manusia umumnya. Adapun ketidakpuasan dan ketidaknyaman terhadap sesuatu yang memiliki peranan penting dalam mempengaruhi kegiatan rutin atau aktifitas sehari-hari tentu saja dapat mempengaruhi fisik dan psikis seseorang, terutama bagi manula yang dapat dikatakan berkebutuhan khusus dan rentan terhadap berbagai penyakit.

1.2. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian yang dibahas pada latar belakang permasalahan diatas, maka rumusan permasalahan yang diangkat menjadi bahan penelitian ini adalah “Bagaimana preferensi manula terhadap jenis lampu, suhu warna lampu dan warna dinding pada ruang tidur”. Adapun sebagai studi kasus diambil Panti Wreda Hanna Yogyakarta.

1.3. TUJUAN DAN SASARAN

1.3.1. Tujuan

Dari latar belakang yang ada, penelitian ini bertujuan untuk:

- a. Mengetahui dan mengidentifikasi preferensi manula terhadap jenis lampu, suhu warna lampu dan warna dinding pada ruang tidur serta faktor preferensi itu sendiri.
- b. Untuk mendapatkan tolak ukur penggunaan jenis lampu, suhu warna lampu dan warna dinding bagi manula terutama untuk ruang tidur di panti wreda.

1.3.2. Sasaran

- a. Mengetahui jenis dan suhu warna lampu yang dapat digunakan untuk ruang tidur manula pada panti wreda Hanna Yogyakarta.
- b. Melakukan identifikasi dan mengetahui karakter warna dinding yang berpotensi digunakan untuk ruang tidur.
- c. Menemukan preferensi manula terhadap jenis lampu, color temperatur, dan warna dinding untuk ruang tidur pada panti wreda.

1.4. MANFAAT PENELITIAN

Hasil dari penelitian mengenai studi preferensi manula terhadap terhadap jenis lampu, suhu warna lampu, dan warna dinding pada ruang tidur dengan studi kasus Panti Werdha Hanna Yogyakarta ini diharapkan memberikan manfaat antara lain sebagai berikut:

- a. Bermanfaat untuk menambah ilmu pengetahuan bagi siapa saja yang membutuhkan informasi mengenai preferensi manula terhadap jenis lampu, suhu warna lampu, dan warna dinding yang tepat untuk ruang tidur manula.
- b. Memberi kontribusi dan manfaat bagi pengelola panti wreda untuk memperbaiki dan meningkatkan pelayanan fasilitas bagi manula.
- c. Menciptakan dan memberikan ruang yang relevan dengan kebutuhan manula.
- d. Dapat memberi masukan atau ide bagi peneliti-peneliti lainnya terutama bagi para arsitek dalam mendesain sebuah ruang tidur di panti wreda, juga bagi peneliti dan bidang profesi lainnya yang berkaitan dengan bidang ilmu dari judul penelitian.

1.5. BATASAN MASALAH

Supaya tidak menyimpang dari tujuan penelitian dan permasalahan menjadi jelas, maka pada penelitian permasalahan dibatasi pada:

- a. Studi preferensi manula terhadap tata cahaya buatan berupa jenis lampu dengan lumen yang sama antara lampu Pijar dan lampu TL dengan warna lampu kuning dan putih yang digunakan pada ruang tidur.
- b. Studi preferensi manula terhadap warna dinding interior ruang tidur dengan menggunakan kriteria warna untuk ruang pasien pada rumah sakit.
- c. Manula berjenis kelamin wanita dengan rentang umur 65-80 tahun yang masih dapat berkomunikasi.

1.6. KEASLIAN PENELITIAN

Penulis memilih Panti Werdha Hanna Yogyakarta sebagai lokus penelitian, dan preference manula sebagai fokus dari penelitian. Adapun penelitian-penelitian lain yang ditemukan penulis memiliki kesamaan dengan judul penelitian yang diangkat adalah sebagai berikut:



Tabel 1.2 Keaslian penelitian

No.	Judul	Penulis	Fokus	Lokus	Metodelogi
1.	Improving the mood of elderly with coloured lighting (sumber: http://mmi.tudelft.nl/sites/default/files/2011_Lighting_Ami_position_paper_AK_camera_ready.pdf , diakses tanggal 14 Februari 2013)	Andre Kuijsters, Judith Redi, Boris de Ruyter, and Ingrid Heynderickx	Meningkatkan mood manula	Care Centres for Elderly, Belanda	Ekperimental sungguhan, deskriptif
2.	Bright light and night work: effects on selective and divided attention in elderly persons (sumber: Lighting Res. Technol. 2011; 43: 473–486, diakses tanggal 18 Februari 2013)	V Kretschmer, B Griefahn MD and K-H Schmidt PhD	Efek cahaya terang terhadap kemampuan kerja manula pada malam hari	Leibniz Research Centre for Working Environment and Human Factors, Technical University Dortmund, Dortmund, Germany	Kuesioner, eksperimental
3.	Psychophysiological, performance and subjective correlates of different lighting conditions (sumber: Lighting Res. Technol. 2009; 41: 349–360, diakses tanggal 18 Februari 2013)	L Izso´ DSc, E La´ng PhD, L LauferMA, S SupliczMS and A´ Horva´ th MS	Sistem pencahayaan yang mempengaruhi psychophysiological manula dalam melakukan pekerjaan sehari-hari.	The Indoor Ambient Environment Laboratory at the Budapest University of Technology and Economics	Developmental research, Eksperimen sungguhan,
4	Effect of Light and Color on Subjective Evaluative Impressions by the Elderly: Implications for Creating Nurturing and Aesthetically Pleasing Interior Environments. (sumber: International Journal of Health & Wellness; 2011, Vol. 1 Issue 1, p1-11, 11p, 6 Charts, diakses tanggal 18 Februari 2013)	Hegde, Asha L	Implikasi untuk Menciptakan Lingkungan Interior yang menyenangkan	Texas State University-San Marcos, Texas, USA	Deskriptif, Developmental research
5.	Colour perception among the very elderly related to visual and cognitive function (Sumber: Scandinavian Journal of Caring Sciences; 2002; 16; 91–102, diakses tanggal 18 Februari 2013)	Helle Wijk, Stig Berg, Birgitta Bergman, Anne Borjesson Hanson, Lars Sivik and Bertil Steen	Mengetahui kemampuan visual dan kognitif melalui persepsi warna	Goteborg, Sweden	Developmental research, case study and field research, Eksperimen sungguhan

1.7. SISTEMATIKA PENULISAN

BAB 1 PENDAHULUAN

Bab ini memuat latar belakang penelitian, rumusan permasalahan, tujuan dan sasaran penelitian, manfaat penelitian, batasan masalah, keaslian penelitian, dan kerangka penelitian.

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

Bab ini memuat data-data sekunder yang dikumpulkan dari buku-buku, surat kabar, jurnal dan sumber lainnya yang terpercaya. Berkaitan langsung dan dianggap relevan dengan penelitian ini.

BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN

Bab ini berisi metode, proses atau tahapan-tahapan dalam penelitian untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

BAB 4 ANALISIS DAN PEMBAHASAN

Bab ini berisi hasil pengolahan data yang telah dikumpulkan untuk dianalisis dan di bahas.

BAB 5 KESIMPULAN

Bab ini berisi mengenai kesimpulan dari pokok-pokok hasil penelitian dan uraian singkat hasil analisis yang dilakukan, serta saran yang berisi tindak lanjut dari hasil penelitian yang telah dilakukan.