COPING: Community of Publishing in Nursing *Volume 14, Nomor 4, Agustus 2026 (429-437)*
p-ISSN 2303-1298, e-ISSN 2715-1980 DOI: https://doi.org/10.24843/coping.2026.v14.i04.p01

PENGARUH KOMUNIKASI TERAUPETIK TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA *SINGLE PARENT* DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GERUNGGANG KOTA PANGKALPINANG TAHUN 2025

Aulia Safitri*[1], Ardiansyah[1], Yuliani[1]
[1]Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Institut Citra Internasional
*korespondensi penulis, e-mail: auliasafitriici@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang sering dialami oleh lansia dan dapat berdampak pada kesehatan fisik maupun psikososial. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan untuk menurunkan tingkat kecemasan adalah melalui komunikasi terapeutik. Komunikasi terapeutik merupakan proses komunikasi yang terencana, bertujuan, dan berfokus pada kesembuahan pasien. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh komunikasi terapeutik terhadap tingkat kecemasan pada lansia *single parent*. Penelitian ini menggunakan desain penelitian pra-eksperimen dengan pendekatan *one group pre-test* dan *post-test*, peneliti terlebih dahulu mengukur tingkat kecemasan pada lansia (*pretest*), kemudian memberikan intervensi berupa komunikasi terapeutik, dan selanjutnya dilakukan pengukuran kembali tingkat kecemasan (*posttest*) dengan menggunakan alat ukur Hamilton *Anxiety Rating Scale* (HARS). Penelitian ini menggunakan 30 sampel yaitu lansia *single parents.* Uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk menunjukkan data *pre-test* (p=0,013) dan *post-test* (p=0,023) tidak berdistribusi normal. Analisis selanjutnya menggunakan One Way ANOVA dan Post Hoc Bonferroni. Hasil analisis data menggunakan Anova menunjukkan bahwa komunikasi terapeutik berpengaruh secara signifikan (p < 0,05). Uji lanjut Post Hoc Bonferroni menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna pada skor kecemasan antara pengukuran sebelum dan sesudah intervensi komunikasi terapeutik dengan durasi 15 menit, 30 menit, dan 45 menit, di mana durasi intervensi yang lebih lama memberikan penurunan tingkat kecemasan yang lebih besar dilakukan 3 kali setiap 5 hari sekali. Oleh karena itu, disarankan agar komunikasi teraupetik dapat diterapkan dalam praktik keperawatan sebagai intervensi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan tingkat kecemasan pada lansia.

Kata kunci: Kecemasan; Komunikasi Teraupetik; Lansia

ABSTRACT

Anxiety is a common psychological issue among the elderly that can impact both physical and psychosocial health. Therapeutic communication - a planned, purposeful communication process focused on patient recovery is one intervention that can be used to reduce anxiety levels. This study aimed to determine the effect of therapeutic communication on anxiety levels in elderly single parents. A pre-experimental design with a one-group pre-test and post-test approach was employed; anxiety levels were measured initially (pre-test), followed by the therapeutic communication intervention, and a subsequent measurement (post-test) using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). The study involved a sample of 30 elderly single parents. A Shapiro-Wilk normality test indicated that the pre-test (p=0.013) and post-test (p=0.023) data were not normally distributed. Subsequent analysis utilized One-Way ANOVA and Post Hoc Bonferroni tests. The ANOVA results demonstrated that therapeutic communication had a significant effect (p < 0.05). The Post Hoc Bonferroni test revealed significant differences in anxiety scores between pre- and post-intervention measurements across durations of 15, 30, and 45 minutes (administered three times, every five days), with longer intervention durations resulting in greater reductions in anxiety levels. Therefore, it is recommended that therapeutic communication be implemented in nursing practice as a non-pharmacological intervention to help reduce anxiety levels among the elderly.

Keywords: Anxiety; Elderly, Therapeutic Communication

This is an Open Access article, distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License.
Copyright © 2026 by the author(s).

PENDAHULUAN

Penuaan merupakan proses alami yang dialami oleh setiap individu sepanjang kehidupannya. Proses penuaan menyebabkan terjadinya berbagai perubahan, baik secara biologis maupun psikologis. Lansia merupakan kelompok usia yang memiliki kebutuhan khusus dalam pemenuhan kesehatan fisik dan psikososial. Peningkatan jumlah penduduk lansia dari tahun ke tahun menunjukkan bahwa perhatian terhadap kesehatan lansia tidak hanya perlu difokuskan pada masalah fisik, tetapi juga pada kondisi psikologis, termasuk kecemasan. Berdasarkan data yang tercantum dalam penelitian ini, pada tahun 2024 jumlah penduduk lansia di Indonesia mencapai sekitar 33 juta jiwa atau sekitar 12% dari total penduduk Indonesia, sehingga peningkatan kualitas kesehatan lansia menjadi salah satu hal yang penting untuk diperhatikan.

Pada kelompok lansia, masalah psikologis dapat semakin kompleks ketika individu harus menjalani kehidupan tanpa pasangan atau berstatus *single parent*. Lansia *single parent* dapat menghadapi berbagai perubahan dalam kehidupan, seperti kehilangan pasangan hidup, perubahan peran dalam keluarga, kesepian, keterbatasan fisik, kekhawatiran terhadap penyakit dan kematian, ketergantungan kepada orang lain, serta tekanan ekonomi dan sosial. Kondisi tersebut dapat menyebabkan munculnya perasaan takut, khawatir, gelisah, dan tidak aman. Dalam penelitian ini, kecemasan pada lansia *single parent* dipandang sebagai kondisi psikologis yang dapat dipengaruhi oleh kehilangan pasangan, kesepian, keterbatasan fisik, kurangnya dukungan sosial dan emosional, serta kekhawatiran terhadap kemandirian dan kondisi kehidupan di masa tua.

Kondisi tersebut menjadi perhatian di wilayah kerja Puskesmas Gerunggang Kota Pangkalpinang. Berdasarkan data yang tercantum dalam penelitian, pada tahun 2024 terdapat 2.653 lansia berusia 60-70 tahun di wilayah kerja Puskesmas Gerunggang dan sebanyak 398 lansia di antaranya berstatus *single parent*. Keberadaan jumlah lansia *single parent* tersebut menunjukkan bahwa kelompok ini merupakan populasi yang perlu mendapatkan perhatian dalam pelayanan kesehatan, khususnya pelayanan yang berkaitan dengan kesehatan psikologis. Faktor kehilangan pasangan, beban ekonomi, kesepian, serta kurangnya interaksi sosial dapat menjadi kondisi yang meningkatkan kerentanan terhadap kecemasan pada lansia *single parent*.

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dipilih dalam penelitian ini adalah komunikasi terapeutik. Komunikasi terapeutik merupakan bentuk komunikasi profesional yang memiliki tujuan khusus untuk membantu proses penyembuhan dan memenuhi kebutuhan klien. Komunikasi ini dilakukan secara terencana dan sistematis oleh tenaga kesehatan dengan menggunakan teknik komunikasi tertentu. Berbeda dengan komunikasi sosial yang berlangsung secara umum, komunikasi terapeutik diarahkan untuk membangun hubungan profesional antara perawat dan klien sehingga klien dapat menyampaikan perasaan, pikiran, masalah, serta kebutuhan yang dialaminya.

Secara teoritis, komunikasi terapeutik dilakukan melalui hubungan yang terencana dan sistematis. Tahapannya meliputi fase orientasi, fase kerja, dan fase terminasi. Pada fase orientasi, perawat membangun hubungan saling percaya, mengenali masalah dan menetapkan tujuan. Pada fase kerja, perawat membantu klien mengungkapkan perasaan dan pikirannya, mendengarkan secara aktif, membantu mengidentifikasi masalah, serta mendukung klien dalam menemukan cara menghadapi masalah. Selanjutnya, pada fase terminasi dilakukan evaluasi terhadap pencapaian tujuan komunikasi. Tahapan tersebut sesuai dengan kebutuhan lansia *single parent* yang membutuhkan ruang untuk menyampaikan perasaan dan memperoleh dukungan emosional.

Pemilihan komunikasi terapeutik juga didukung oleh beberapa penelitian terdahulu. Penelitian Indri *et al* (2023) mengenai pengaruh komunikasi terapeutik pada lansia di Puskesmas Kassi-

Kassi Kota Makassar menunjukkan bahwa komunikasi terapeutik berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lansia. Komunikasi terapeutik membantu lansia memperoleh informasi dan pemahaman yang lebih jelas mengenai kondisi yang menjadi kekhawatiran mereka. Hubungan komunikasi yang positif juga dapat menumbuhkan rasa percaya, menciptakan kedekatan emosional, dan mendorong lansia untuk mengungkapkan perasaan maupun pikiran yang membebaninya sehingga dapat membantu menurunkan kecemasan.

Penelitian Patasik *et al* (2023) yang berjudul Hubungan Komunikasi Terapeutik dengan Kecemasan Lansia di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi juga menunjukkan adanya hubungan antara penerapan komunikasi terapeutik dengan tingkat kecemasan pada lansia. Komunikasi yang dilakukan secara efektif mampu membangun rasa percaya, menciptakan hubungan yang hangat dan mendalam, serta memberikan rasa aman kepada lansia. Kondisi tersebut dapat meningkatkan kepercayaan diri lansia dalam menjalani kehidupan sehari-hari sehingga kecemasan yang dirasakan dapat berkurang. Temuan tersebut semakin memperkuat bahwa komunikasi terapeutik dapat digunakan sebagai salah satu intervensi keperawatan dalam membantu mengatasi kecemasan pada lansia.

Selain itu, penelitian Marlina *et al* (2025) mengenai hubungan komunikasi terapeutik model PACE terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien lansia di Rumah Sakit Rawalumbu menunjukkan bahwa komunikasi yang efektif dapat membuat lansia merasa lebih nyaman, tenang, dan tidak terlalu khawatir terhadap kondisi yang dihadapinya. Penerapan komunikasi terapeutik model PACE dapat meningkatkan pemahaman pasien serta membangun hubungan yang konstruktif antara perawat dan pasien. Dalam penelitian tersebut, komunikasi yang memberikan informasi secara jelas dan sesuai dengan kondisi pasien membantu lansia memahami situasi yang dihadapi sehingga mereka merasa lebih tenang dan percaya diri.

Urgensi penelitian ini terletak pada kebutuhan untuk memberikan perhatian yang lebih besar terhadap kesehatan mental lansia *single parent* sebagai kelompok yang memiliki kerentanan psikososial. Komunikasi terapeutik dapat menjadi salah satu alternatif intervensi keperawatan nonfarmakologis yang berfokus pada hubungan interpersonal, empati, dukungan, dan pemberian rasa aman. Melalui komunikasi terapeutik, lansia diberikan kesempatan untuk mengekspresikan rasa takut, khawatir, dan gelisah yang dialaminya. Sikap perawat yang menerima, menghargai, dan tidak menghakimi diharapkan dapat menciptakan rasa aman dan nyaman sehingga respon psikologis yang berkaitan dengan kecemasan dapat berkurang.

Berdasarkan temuan dari survei pendahuluan yang dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Gerunggang kota Pangkalpinang pada tanggal 18 Juli 2025, wawancara awal yang dilakukan peneliti terhadap 8 orang lansia bahwa 7 diantaranya menunjukkan tanda-tanda kecemasan, gejala yang diamati meliputi perasaan cemas, kekhawatiran yang berlebihan, serta kesulitan berkonsentrasi. Informasi ini diperoleh melalui wawancara dengan lansia. Urgensi penelitian ini terletak pada kebutuhan untuk mengembangkan intervensi yang lebih efektif dalam mengatasi kecemasan pada lansia *single parent*, yang merupakan kelompok yang sering kali terabaikan dalam penelitian kesehatan mental. Dengan memahami pengaruh komunikasi terapeutik, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi dalam upaya peningkatan kualitas hidup serta kesehatan mental lansia di Puskesmas Gerunggang Kota Pangkalpinang. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh komunikasi terapeutik terhadap tingkat kecemasan pada lansia *single parent* yang tinggal di wilayah kerja Puskesmas Gerunggang Kota Pangkalpinang Tahun 2025.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan *repeated measures (one*

grouppretest-posttest design with multiple intervention durations). di mana subjek diberikan perlakuan untuk melihat pengaruhnya terhadap variabel yang diteliti, sehingga dapat menunjukkan adanya hubungan sebab-akibat (Nursalam, 2018). Penelitian ini menggunakan 30 responden lansia *single parent*. Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Isaac dan Michael. Teknik sampel dalam penelitian ini diterapkan teknik *non probability sampling* dengan pendekatan *purposive sampling*, yaitu metode pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yang ditetapkan oleh peneliti. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik observasi dengan mengamati langsung fenomena di lapangan, serta data primer dengan wawancara secara langsung menggunakan kuesioner 14 pertanyaan menggunakan Kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Analisa data dilakukan dengan uji univariat dan bivariat dengan menggunakan Uji Anova dan Post Hoc dengan alpha <0,05.

Kriteria inklusi meliputi lansia *single parent* berusia 60-70 tahun, mengalami kecemasan ringan/sedang, tinggal di wilayah kerja Puskesmas Gerunggang, dan bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi meliputi lansia yang tidak bersedia menjadi responden, sedang sakit sehingga tidak dapat mengikuti penelitian, dan tidak mengalami kecemasan. Dalam pelaksanaannya, peneliti terlebih dahulu mengukur tingkat kecemasan pada lansia (*pretest*), kemudian memberikan intervensi berupa komunikasi terapeutik, dan selanjutnya dilakukan pengukuran kembali tingkat kecemasan (*posttest*). Intervensi komunikasi terapeutik diberikan sebanyak tiga kali dengan interval lima hari. Pertemuan pertama dilakukan selama 15 menit, pertemuan kedua selama 30 menit, dan pertemuan ketiga selama 45 menit. Intervensi dilaksanakan melalui fase orientasi, fase kerja, dan fase terminasi. Tingkat kecemasan responden diukur menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) sebelum dan sesudah pemberian intervensi.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1.
Kategori Usia Pada Lansia *Single Parent* di Wilayah Puskesmas Gerunggang Kota Pangkalpinang Tahun 2025

Usia (tahun)	Frekuensi	Persentase (%)
60	12	40
61	6	20
62	3	10
63	3	10
64	3	10
65	2	6,7
66	1	3,3
Total	**30**	**100**

Berdasarkan Tabel 1, data usia responden menunjukkan bahwa usia paling banyak di 60 tahun sebanyak 12 orang (40%) dan paling sedikit di 66 tahun sebanyak 1 orang (3.3%).

Tabel 2.
Kategori Nilai Rata-Rata Tingkat Kecemasan *Pretest* pada Lansia *Single Parent* di Wilayah Kerja Puskesmas Gerunggang Kota Pangkalpinang Tahun 2025

Variabel	N	*Mean ± SD*	*Min*	*Max*
Tingkat Kecemasan *Pretest*	30	16,17 ± 2,350	13	20

Berdasarkan Tabel 2, nilai *mean* tingkat kecemasan sebelum diberikan intervensi komunikasi teraupetik adalah 16,17 dengan nilai SD sebesar 2,350.

Tabel 3.
Kategori Nilai Rata-Rata Tingkat Kecemasan *Posttest* pada Lansia *Single Parent* di Wilayah Kerja Puskesmas Gerunggang Kota Pangkalpinang Tahun 2025

Variabel	N	*Mean ± SD*	*Min*	*Max*
Tingkat Kecemasan *Posttest*	30	9,30 ± 2,548	6	15

Berdasarkan Tabel 3, nilai *mean* tingkat kecemasan setelah diberikan intervensi komunikasi teraupetik adalah 9,30 dengan nilai SD sebesar 2,548.

Tabel 4.
Hasil Uji Normalitas menggunakan Shapiro Wilk

No	Variabel	*p-value*
1.	Tingkat Kecemasan *Pretest*	0,013
2.	Tingkat Kecemasan *Posttest*	0,023

Berdasarkan Tabel 4, uji normalitas data menggunakan uji Shapiro-Wilk pada tingkat kecemasan *pretest* dan *posttest* menunjukkan bahwa nilai *p-value* untuk tingkat kecemasan *pretest* sebesar 0,013 dan *posttest* sebesar 0,023. Nilai *p-value* pada kedua variabel tersebut lebih kecil dari 0,05 (p< 0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua data tersebut tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis selanjutnya menggunakan uji Anova dan Uji Post Hoc Test untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan intervensi komunikasi terapeutik.

Tabel 5.
Hasil Uji Anova Pengaruh Komunikasi Terapeutik terhadap Tingkat Kecemasan Lansia *Single Parent* di Wilayah Kerja Puskesmas Gerunggang Kota Pangkalpinang Tahun 2025

Sumber Variasi	*Sum of Squares*	df	*Mean Square*	*F*	*Sig.*
Dalam Kelompok	930,956	2	465,478	88,614	0,000
Antar Kelompok	457,000	87	5,253		
Total	1387,956	89			

Berdasarkan Tabel 5, kategori hasil uji One Way ANOVA diperoleh nilai F = 88,614 dengan nilai signifikansi (p) = 0,000 (p < 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan skor kecemasan lansia berdasarkan durasi intervensi komunikasi terapeutik (15 menit, 30 menit, dan 45 menit).

Tabel 6.
Hasil Uji Post Hoc Bonferroni Tingkat Kecemasan Lansia *Single Parent* di Wilayah Kerja Puskesmas Gerunggang Kota Pangkalpinang Tahun 2025

Kelompok I	Kelompok J	*Mean Difference*	*Sig.*
15 menit	30 menit	4,300	0,000
	45 menit	7,867	0,000
30 menit	15 menit	-4,300	0,000
	45 menit	3,567	0,000
45 menit	15 menit	-7,867	0,000
	30 menit	-3,567	0,000

Hasil uji lanjut Post Hoc Bonferroni menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan skor kecemasan antara intervensi komunikasi terapeutik 15 menit dan 30 menit (p = 0,000), 15 menit dan 45 menit (p =0,000), serta 30 menit dan 45 menit (p = 0,000). Perbedaan terbesar

terdapat antara kelompok 15 menit dan 45 menit, yang menunjukkan bahwa durasi komunikasi terapeutik yang lebih lama memberikan penurunan skor kecemasan yang lebih besar.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perubahan tingkat kecemasan pada 30 lansia *single parent* setelah diberikan komunikasi terapeutik. Nilai rata-rata tingkat kecemasan sebelum intervensi sebesar 16,17 ± 2,350, sedangkan setelah intervensi menurun menjadi 9,30 ± 2,548. Dengan demikian, terjadi penurunan rata-rata skor kecemasan sebesar 6,87 poin. Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna berdasarkan durasi komunikasi terapeutik 15 menit, 30 menit, dan 45 menit dengan F = 88,614 dan p = 0,000 (p < 0,05). Hasil *Post Hoc Bonferroni* juga menunjukkan perbedaan bermakna pada durasi 15 menit dibandingkan 30 menit (MD = 4,300; p = 0,000), 15 menit dibandingkan 45 menit (MD = 7,867; p = 0,000), serta 30 menit dibandingkan 45 menit (MD = 3,567; p = 0,000). Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin lama durasi komunikasi terapeutik yang diberikan, semakin besar penurunan skor kecemasan pada responden.

Secara faktual, kecemasan pada lansia merupakan masalah yang bersifat multifaktorial. *Rapid systematic review* yang dilakukan Whitmore et al. (2024) terhadap 27 penelitian menunjukkan bahwa kecemasan pada lansia berkaitan dengan berbagai faktor kesehatan, psikologis, fisik, lingkungan, dan sosial. Faktor yang berulang kali ditemukan antara lain masalah kesehatan, gangguan fungsi fisik, depresi, isolasi sosial, dan gangguan tidur. Kondisi tersebut relevan dengan karakteristik lansia *single parent* dalam penelitian ini karena kehidupan tanpa pasangan dapat meningkatkan kemungkinan munculnya kesepian, kekhawatiran, serta berkurangnya dukungan emosional.

Dari perspektif teori keperawatan, komunikasi terapeutik merupakan komunikasi yang dilakukan secara terencana dan memiliki tujuan untuk membantu klien mengatasi masalah yang dihadapi. Komunikasi terapeutik bukan sekadar percakapan biasa, tetapi merupakan proses profesional yang memungkinkan perawat membangun hubungan saling percaya, mendengarkan secara aktif, memberikan dukungan, membantu klien mengungkapkan perasaan, serta memberikan informasi yang sesuai dengan kebutuhan klien. Dalam konteks lansia *single parent*, proses tersebut menjadi penting karena lansia membutuhkan kesempatan untuk menyampaikan kekhawatiran dan memperoleh respons yang dapat memberikan rasa aman.

Secara psikososial, komunikasi terapeutik dapat membantu mengurangi kecemasan melalui terbentuknya hubungan interpersonal yang suportif. Lansia yang merasa didengarkan dan diterima cenderung lebih mudah mengungkapkan masalah yang menjadi sumber kecemasannya. Hal ini sejalan dengan penelitian *Sun et al* (2024) yang menemukan bahwa kecemasan sosial pada lansia berhubungan dengan meningkatnya kesepian melalui penyempitan jaringan sosial, sedangkan dukungan sosial dapat membantu mengurangi dampak tersebut. Dengan demikian, komunikasi terapeutik dapat dipandang sebagai salah satu bentuk interaksi interpersonal yang berpotensi memperkuat dukungan emosional dan mengurangi perasaan terisolasi pada lansia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Baharuddin *et al* (2023) pada 60 lansia di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar. Penelitian tersebut menggunakan desain *quasi experiment pre-posttest without control* dan menemukan adanya pengaruh komunikasi terapeutik terhadap kecemasan lansia dengan p = 0,000. Peneliti menyimpulkan bahwa komunikasi terapeutik dapat digunakan sebagai salah satu terapi alternatif untuk membantu mengatasi masalah psikologis pada lansia.

Temuan penelitian ini juga konsisten dengan penelitian Patasik *et al* (2023) pada lansia di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi. Penelitian terhadap 55 lansia menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara komunikasi terapeutik dan kecemasan dengan uji *Chi-Square* memperoleh p = 0,000. Penelitian tersebut menegaskan bahwa komunikasi terapeutik dapat memberikan dampak positif dalam membantu menurunkan kecemasan, khususnya pada lansia yang hidup sendiri. Penelitian Marlina *et al* (2023) yang membahas komunikasi terapeutik model PACE juga mendukung hasil penelitian ini. Model PACE menekankan *pacing, accepting, connecting,* dan *empathy* sebagai bagian dari komunikasi terapeutik dalam membangun hubungan yang nyaman dengan pasien lansia. Pendekatan tersebut relevan dengan hasil penelitian ini karena komunikasi yang dilakukan secara empatik dan berorientasi pada kebutuhan lansia dapat membantu menciptakan rasa aman serta mengurangi kekhawatiran selama proses interaksi.

Penelitian lainnya dari Deviantony *et al* (2024) bertujuan mengetahui efektivitas komunikasi terapeutik dalam menurunkan tingkat kecemasan pada lansia. Penelitian tersebut menekankan bahwa komunikasi terapeutik diperlukan untuk membangun hubungan perawat dan lansia sehingga lansia merasa lebih nyaman dalam menghadapi masalah psikologis, termasuk kecemasan. Hasil penelitian mendukung penggunaan komunikasi terapeutik sebagai pendekatan keperawatan untuk membantu mengurangi kecemasan pada lansia. Penelitian Afriaadi, Zulfitri, dan Rustam (2024) pada 82 lansia di ruang rawat inap RSUD Arifin Achmad menunjukkan bahwa komunikasi terapeutik masih belum optimal, terutama pada tahap orientasi dan tahap kerja. Penelitian ini penting sebagai pendukung bahwa kualitas komunikasi perawat pada lansia perlu diperhatikan karena lansia yang menjalani perawatan dapat mengalami masalah psikologis seperti kecemasan, stres, sensitif, putus asa, dan depresi.

Berdasarkan analisis peneliti, penurunan skor kecemasan dalam penelitian ini kemungkinan tidak hanya disebabkan oleh lamanya komunikasi, tetapi juga oleh kualitas interaksi yang terjadi selama komunikasi terapeutik. Pada lansia *single parent*, kesempatan untuk berbicara secara langsung dengan tenaga kesehatan dapat memberikan ruang untuk mengungkapkan perasaan kesepian, kekhawatiran terhadap kesehatan, ketakutan menghadapi masa tua, serta permasalahan kehidupan yang selama ini mungkin tidak tersampaikan. Oleh karena itu, durasi komunikasi yang lebih panjang dapat memberikan kesempatan yang lebih besar bagi perawat untuk melakukan eksplorasi masalah, memberikan dukungan, melakukan klarifikasi, dan membantu lansia menemukan cara menghadapi masalahnya.

Hasil Post Hoc Bonferroni memperlihatkan bahwa perbedaan terbesar terdapat pada durasi 15 menit dibandingkan 45 menit, dengan *mean difference* sebesar 7,867 dan p = 0,000. Temuan ini menunjukkan adanya kecenderungan bahwa komunikasi terapeutik yang diberikan dengan durasi lebih panjang menghasilkan penurunan skor kecemasan yang lebih besar. Namun, hasil tersebut sebaiknya dipahami sebagai temuan penelitian ini dan tidak langsung diartikan bahwa durasi yang lebih lama selalu lebih efektif pada semua lansia, karena respon terhadap komunikasi juga dapat dipengaruhi oleh karakteristik individu, kondisi psikologis, kemampuan berkomunikasi, dan dukungan sosial.

Berdasarkan keseluruhan hasil tersebut, komunikasi terapeutik dapat menjadi salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang relevan untuk membantu menurunkan kecemasan pada lansia *single parent*. Kelebihannya adalah intervensi dapat dilakukan tanpa alat khusus, dapat diterapkan dalam pelayanan keperawatan maupun komunitas, dan berfokus pada kebutuhan psikososial lansia. Hasil penelitian ini juga memberikan implikasi bagi pelayanan di Puskesmas Gerunggang agar komunikasi terapeutik tidak hanya digunakan ketika lansia mengalami masalah fisik, tetapi juga dapat diintegrasikan dalam pelayanan kesehatan lansia sebagai pendekatan untuk mendukung kesehatan mental.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan ada pengaruh komunikasi teraupetik terhadap tingkat kecemasan pada lansia *single parent* di wilayah kerja Puskesmas Gerunggang Kota Pangkalpinang Tahun 2025. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi perawat dan tenaga kesehatan di Puskesmas untuk mengintegrasikan komunikasi terapeutik sebagai intervensi nonfarmakologis dalam pelayanan kesehatan mental lansia, khususnya lansia *single parent*. Komunikasi terapeutik dapat diterapkan secara terstruktur melalui pendekatan yang empatik, mendengarkan aktif, memberikan kesempatan lansia mengungkapkan perasaan, dan membangun rasa aman. Temuan penelitian terdahulu juga mendukung penerapan komunikasi terapeutik dalam membantu menurunkan kecemasan pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

Afriadi, P., Zulfitri, R., & Rustam, M. (2024). Gambaran komunikasi terapeutik perawat pada pasien lanjut usia (lansia) yang dirawat inap. *Jurnal Kesehatan Tambusai, 5*(3), 6832–6839. https://doi.org/10.31004/jkt.v5i3.31143

Badan Pusat Statistik. (2024). *Statistik penduduk lanjut usia Indonesia tahun 2024*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.

Badan Pusat Statistik Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. (2024). *Profil penduduk lanjut usia Provinsi Kepulauan Bangka Belitung*. Pangkalpinang: BPS Provinsi Kepulauan Bangka Belitung.

Baharuddin, I. A., Siokal, B., & Ernasari. (2023). Pengaruh komunikasi terapeutik terhadap kecemasan lansia. *Window of Nursing Journal, 4*(1), 9–16. https://doi.org/10.33096/won.v4i1.617

Deviantony, F., Kurniyawan, E. H., Yulfansha, A. M., Salasabila, A. N., Zalsabilla, A. R., Dewi, E. I., & Fitria, Y. (2024). The effect of therapeutic communication on the anxiety level of the elderly. *International Health Sciences Journal, 2*(1), 1–12. https://doi.org/10.61777/ihsj.v2i1.46

Dinas Kesehatan Kota Pangkalpinang. (2024). *Profil kesehatan Kota Pangkalpinang tahun 2024*. Pangkalpinang: Dinas Kesehatan Kota Pangkalpinang.

Hamilton, M. (1959). The assessment of anxiety states by rating. *British Journal of Medical Psychology, 32*(1), 50–55.

Keliat, B. A., Akemat, Helena, N., & Nurhaeni, H. (2016). *Keperawatan kesehatan jiwa komunitas: CMHN (Basic Course)*. Jakarta: EGC.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Situasi lanjut usia di Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.

Marlina, I., Indrawati, L., & Meliyana, E. (2025). Hubungan komunikasi terapeutik perawat model PACE (Pacing, Accepting, Connecting, Emphaty) menurunkan tingkat kecemasan pasien lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan, 13*(2), 245–253. https://doi.org/10.32831/jik.v13i2.823

Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Nursalam. (2018). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis* (Edisi 4). Jakarta: Salemba Medika.

Patasik, A. S., Simamora, R. S., & Deniati, K. (2024). Hubungan komunikasi terapeutik dengan kecemasan lansia di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi tahun 2023. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan, 14*(1), 90–96. https://doi.org/10.52643/jbik.v14i1.3286

Potter, P. A., & Perry, A. G. (2017). *Fundamentals of nursing* (9th ed.). St. Louis: Elsevier.

Stuart, G. W. (2016). *Principles and practice of psychiatric nursing* (10th ed.). St. Louis: Elsevier.

Townsend, M. C. (2015). *Psychiatric mental health nursing: Concepts of care in evidence-based practice* (8th ed.). Philadelphia: F.A. Davis Company.

World Health Organization. (2024). *Ageing and health*. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization. (2024). *Mental health of older adults*. Geneva: World Health Organization.