

Komunikasi terapeutik
sesuai dengan masalah dan perkembangan lanjut usia



PENDAHULUAN

- KOMUNIKASI TERAPEUTIK ADALAH PROSES KOMUNIKASI YANG BERTUJUAN UNTUK MENDUKUNG INDIVIDU DALAM MENCAPAI KESEHATAN MENTAL DAN EMOSIONAL YANG LEBIH BAIK.
- DALAM KONTEKS LANSIA, KOMUNIKASI TERAPEUTIK MEMAINKAN PERAN PENTING KARENA LANSIA SERING MENGALAMI PERUBAHAN FISIK, MENTAL, DAN EMOSIONAL YANG SIGNIFIKAN.
- KESULITAN BERADAPTASI DENGAN PERUBAHAN INI, SERTA PENINGKATAN RISIKO KESEPIAN DAN ISOLASI, MENJADI MASALAH UTAMA YANG PERLU DITANGANI DENGAN PENDEKATAN YANG TEPAT.
- BAGAIMANA KOMUNIKASI TERAPEUTIK DAPAT MEMBANTU LANSIA DALAM MENGHADAPI PERUBAHAN DAN MASALAH YANG TERJADI SEIRING DENGAN PERKEMBANGAN USIA?

PENGERTIAN KOMUNIKASI TERAPEUTIK

- Komunikasi terapeutik adalah komunikasi yang bertujuan untuk mendukung pemulihan dan perbaikan kondisi mental serta fisik individu melalui hubungan yang mendukung dan empati.
- termasuk teknik seperti mendengarkan aktif, memberikan afirmasi, dan menjalin hubungan saling percaya.

Masalah-Masalah Umum pada Lansia

- penurunan fungsi fisik termasuk kelemahan panca indera
- Masalah dalam mengelola emosi: Sering kali, perubahan emosional membuat mereka lebih mudah tersinggung atau moody.
- Perubahan perilaku: Lansia mungkin menjadi lebih pendiam atau enggan berinteraksi sosial.
- Kesulitan mendengar: Penurunan pendengaran membuat lansia sulit memahami percakapan.
- Penurunan daya ingat: Lansia mungkin lupa akan hal-hal baru yang dikataka

MANFAAT KOMUNIKASI TERAPEUTIK BAGI LANSIA

- Komunikasi terapeutik membantu lansia mengatasi rasa kesepian, meningkatkan kesehatan mental, dan mendorong mereka untuk lebih aktif berpartisipasi dalam kehidupan sehari-hari. Ini juga memperkuat hubungan antara lansia dan tenaga kesehatan atau keluarga yang mendampingi.
- Tantangan dalam Penerapan Komunikasi Terapeutik Beberapa tantangan yang mungkin dihadapi adalah perbedaan persepsi, gangguan pendengaran, dan resistensi atau keengganan lansia untuk terbuka.
- Dibutuhkan kesabaran dan kepekaan agar komunikasi dapat berjalan lancar.

Teknik-Teknik Komunikasi Terapeutik untuk Lansia

- ▶ Mendengarkan Aktif: Memberikan perhatian penuh pada apa yang disampaikan lansia tanpa interupsi.
- ▶ Menyediakan Dukungan Emosional: Memberikan perhatian dengan empati pada perasaan dan emosi mereka.
- ▶ Teknik Refleksi: Mengulang atau merangkum apa yang dikatakan lansia untuk menunjukkan bahwa mereka didengarkan.
- ▶ Menghindari Bahasa yang Tidak Tepat: Menggunakan bahasa yang jelas, sopan, dan mudah dimengerti agar lansia merasa nyaman.



Prinsip-Prinsip Dasar Komunikasi dengan Lansia

- ▶ Sabar dan Tidak Terburu-buru: Lansia mungkin membutuhkan lebih banyak waktu untuk memahami atau merespons pesan yang disampaikan.
- ▶ Jelas dan Sederhana: Gunakan bahasa yang mudah dipahami dan hindari istilah teknis atau jargon.
- ▶ Jaga Nada Suara yang Ramah: Nada suara yang lembut dan ramah akan membuat mereka merasa nyaman dan tidak terintimidasi.
- ▶ Perhatikan Bahasa Tubuh: Komunikasi non-verbal, seperti kontak mata dan ekspresi wajah yang hangat, dapat membantu menciptakan suasana komunikasi yang positif.

Strategi Khusus dalam Berkomunikasi dengan Lansia

- Gunakan Kalimat Pendek dan Pertanyaan Terbuka: Kalimat sederhana memudahkan lansia untuk memahami pesan, dan pertanyaan terbuka membantu mereka merasa dihargai.
- Beri Waktu untuk Merespon: Hindari memotong pembicaraan atau terburu-buru dalam memberi tanggapan.
- Ulangi atau Parafrase Jika Diperlukan: Jika mereka terlihat kurang memahami, cobalah untuk mengulangi atau menjelaskan kembali.
- Posisi Fisik yang Sejajar: Berbicara dari posisi yang sejajar dengan lansia, seperti duduk, menunjukkan rasa hormat dan mendukung koneksi.

Mengatasi Tantangan dalam Komunikasi dengan Lansia

- Gangguan Pendengaran: Berbicaralah dengan lebih keras namun tidak berteriak, atau gunakan alat bantu dengar jika perlu.
- Gangguan Penglihatan: Gunakan isyarat verbal, perkenalkan diri setiap kali berkomunikasi, dan hindari lingkungan yang terlalu gelap.
- Penurunan Kognitif: Jika lansia memiliki demensia atau Alzheimer, komunikasi harus lebih berfokus pada kesederhanaan dan kesabaran yang lebih tinggi.

KESIMPULAN

- Komunikasi terapeutik yang efektif dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dan sosial lansia, terutama yang mengalami masalah perkembangan usia.
- Teknik komunikasi harus disesuaikan dengan kondisi lansia, menggunakan pendekatan yang empatik dan menyesuaikan tempo serta metode komunikasi untuk memudahkan pemahaman.

DISKUSI

- KASUS 1: Pak Bejo 72thn , seorang lansia, mengalami demensia ringan dan sering kesulitan mengingat informasi baru. Setiap kali anaknya Tomy menyampaikan rencana acara keluarga, Pak Bejo selalu bertanya ulang atau lupa tanggalnya. Ini kadang membuat Tomy merasa frustrasi.
- KASUS 2: Seorang nenek 68 thn bernama Bu Wahyu sering merasa kesulitan mendengar ketika anaknya berbicara terlalu cepat atau dengan suara yang pelan. Karena itu, Bu Wahyu sering salah paham atau tidak merespons saat diajak bicara.
- KASUS 3: Pak Slamet 69 thn sering kesulitan menyampaikan apa yang dia rasakan, terutama saat sakit atau merasa tidak nyaman. Hal ini kadang membuat keluarga kesulitan memahami kebutuhannya.
- KASUS 4: Pak Budi sering bingung tentang hari dan jam, bahkan sering lupa apakah sudah makan atau belum. Hal ini membuatnya sering merasa cemas, takut akan melewatkan waktu makan atau merasa tersesat waktu.
- KASUS 5: Bu Ratih 70 thn , yang biasanya ramah dan senang berbicara, kini jarang berinteraksi dengan keluarga. Dia tampak lebih pendiam, sering duduk menyendiri, dan jarang memulai percakapan. Keluarga merasa sedih melihat perubahan ini.

