

**FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRES PSIKOLOGIS PADA
LANSIA DI PANTI WERDHA PANGESTI LAWANG**

SKRIPSI

**Oleh :
ANESIAN DJATA
NIM 2015610009**



**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADDEWI
MALANG
2020**

Ringkasan

Di kalangan lansia, terutama yang tinggal di panti jompo, stres psikologis merupakan masalah yang meluas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi berat mental lansia lansia di

Panti Jompo Pangesti Lawang. Analisis cross sectional digunakan dalam pengaturan pemeriksaan. Penghuni Lansia Panti Jompo Pangesti Lawang menjadi populasi penelitian, yang mencakup total 51 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan simple random sampling. Usia, pekerjaan, iklim, kesejahteraan nyata, dan dukungan keluarga adalah variabel yang tidak terpengaruh dalam penelitian ini. Variabel dependen adalah stress mental. Survei dan DASS digunakan sebagai alat estimasi. Menggunakan tes relapse strategies, informasi dianalisis. Hasil penelitian didapatkan tidak ada hubungan kesehatan fisik ($p=0,141$), lingkungan ($p=0,482$) dan dukungan keluarga ($p=0,483$) dengan stress psikologis lansia. Dan ada dua faktor yang mempengaruhi stress psikologis lansia, yaitu usia ($p=0,038$; $OR=0,164$) dan pekerjaan ($p=0,005$; $OR=0,029$). Usia adalah faktor tetap yang tidak dapat diubah karena terus bertambah tua. Untuk mengantisipasi masalah tekanan mental pada lansia yang tinggal di panti jompo, bagaimanapun, membantu lansia melalui kegiatan yang dapat menghasilkan pendapatan harus diselesaikan.

Kata kunci: faktor-faktor; lansia; stress psikologis

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Ketika seseorang berusia 60 tahun atau lebih, mereka mencapai kelompok usia yang ditandai dengan perubahan fisik dan fisiologis tubuh, termasuk denyut

nadi yang cepat (Bantuan Pemerintah Republik Indonesia, 2018). Masa remaja, kedewasaan, dan kehidupan selanjutnya adalah tiga periode kehidupan di mana seseorang secara alami berkembang. Banyak sel, jaringan, organ, dan komponen struktural tubuh berubah dalam fisiologi dan desain seiring bertambahnya usia. karena menggunakan teknik ini akan memperburuk kesehatan emosional dan fisik seseorang. Tanda-tanda kerusakan yang signifikan termasuk kulit bebas, rambut perak, gangguan pendengaran dan penglihatan, pertumbuhan apatis, dan kerusakan beberapa organ utama. Tanda-tanda penuaan meliputi penurunan mental, peningkatan kesadaran keluarga, penurunan gairah seksual, dan kecenderungan mencekik orang lain (Kaunang et al., 2019).

Sekitar 901 juta orang berusia di atas 60 tahun hidup di dunia, menurut perkiraan BKKBN untuk tahun 2019. Pada tahun 2019, terdapat sekitar 27,5 juta orang lanjut usia di Indonesia, atau 10,3% dari total populasi. Menurut Focal Estimation Organization (2019), Kota Malang memiliki 53.800 lansia atau 10,68% dari total penduduk, sedangkan Lokal Jawa Timur memiliki 2.971.004 lansia atau 13,06% dari total penduduk (BPS, 2019).

Masa depan yang sangat jauh (UHH) akan berdampak pada masalah atau penyakit yang tidak terduga pada lansia. Menurut Naphtali et al., hipertensi dan masalah kesehatan mental adalah salah satu komplikasi terkait usia yang sering dihadapi oleh lansia. Menurut penelitian tahun 2017 ini, kesejahteraan nyata lansia memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan emosional, perubahan, dan keterbatasan penggunaan lima kemampuan mereka. Lansia lebih rentan terhadap stres, harga diri yang buruk, dan rasa tidak berharga sebagai konsekuensinya.

Reaksi fisiologis, psikologis, dan perilaku yang dikenal sebagai stres adalah hasil dari upaya tubuh untuk beradaptasi dan mengelola tekanan internal dan eksternal (stresor). Semua bidang kehidupan seseorang dapat dipengaruhi oleh stres, termasuk kondisi mental, tingkah laku, hubungan interpersonal, dan kesehatan fisik, termasuk rasa lapar dan kondisi medis seperti gastritis. Setiap organ yang terpengaruh dan dikendalikan akan bekerja kurang efektif saat berada di bawah tekanan mental. menggunakan otak: Rahman (2016) menegaskan bahwa stres merusak kesehatan melalui perubahan reseptor otak, yang pada gilirannya mengganggu homeostasis tubuh.

Wawasan dari WHO (RI Service of Wellbeing, 2019) menunjukkan bahwa lebih dari 50 juta orang lanjut usia mengalami stres dan keputusasaan secara global. Menurut informasi dari Dinas Kesehatan Republik Indonesia (2019), 4,5 persen atau sebanyak 873.000 orang lansia di Jawa Timur dilaporkan mengalami stres berat pada tahun 2019. Terdapat 6,6 juta lansia di Indonesia yang mengalami depresi secara teratur. Stres, atau 8% dari populasi senior, merupakan faktor lain.

Usia, iklim, pekerjaan, penurunan kesehatan fisik, dan kurangnya dukungan keluarga akibat tinggal di rumah singgah merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi tekanan mental pada lansia. Proses penuaan, misalnya, mengakibatkan kesehatan fisik dan mental seseorang memburuk, yang meningkatkan kekhawatiran mereka akan kesejahteraan dan kerentanan terhadap stres. variabel ekologis, seperti bantuan bersama antara orang tua dan pengasuh mereka. Misalnya, tidak bekerja mengakibatkan tidak dibayar, yang mengakibatkan kebutuhan mereka tidak terpenuhi dan ketergantungan pada rumah singgah adalah masalah yang berhubungan dengan kata. Karena tidak ada

perhatian atau dukungan dari keluarga, lansia di pengungsian akan merasa sendiri. Hal ini membuat mereka tidak bahagia dan sering memikirkan kerabat mereka (Kaunang et al., 2019).

Orang lanjut usia akan terpengaruh oleh ketegangan mental, yang akan mengubah perilaku mereka dan kesejahteraan mental, tubuh, dan sosial mereka. Reseptor otak merasakan stres karena otak mengontrol dan mengarahkan semua organ tubuh. Menurut Honorable et al. (2017), akibat buruk dari stres mental antara lain sakit otak, bingung, tidak stabil, tidur tidak menentu, merasa lelah, berdebar-debar, masalah tidur (sulit tidur), dan bangun terlalu pagi.

Masuk akal, menurut penelitian Rahman (2016), bahwa faktor-faktor seperti usia, lingkungan rumah singgah, pekerjaan, kesehatan yang menurun, dan kurangnya dukungan keluarga dapat menyebabkan ketegangan yang cukup besar. Lansia yang tinggal di panti asuhan memiliki tekanan yang membuat mereka khawatir akan keselamatan mental mereka karena kesehatan mereka yang menurun, dan keluarga mereka tidak memberikan perawatan atau bantuan yang mereka butuhkan untuk menghadapi usia lanjut mereka. Menurut penelitian tahun 2017 oleh Bangsawan et al., sumber utama stress hingga 67,2 persen lansia adalah kurangnya dukungan keluarga, yang menyebabkan hilangnya kesehatan fisik.

Berdasarkan pemeriksaan dasar yang dilakukan di Panti Jompo Pangesti Lawang pada 8 November 2019, ditemukan 59 orang lanjut usia yang mendapatkan perhatian khusus. Hasil pertemuan dengan 10 orang lansia mengungkapkan bahwa 7 orang di antaranya sering lemah dan sering berkhayal karena tidak mengunjungi keluarga mereka pada bulan sebelumnya, sedangkan tiga orang lainnya justru memiliki penampilan fisik yang baru dan sering

tersenyum saat berkolaborasi. Berdasarkan fenomena apabila stres psikologis tidak ditangani akan menyebabkan lansia mudah mengalami gangguan jiwa. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “faktor yang mempengaruhi stres psikologis pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang”.

1.2. Rumusan Masalah

Faktor apa saja yang berpengaruh terhadap berat mental lansia di Panti Jompo Pangesti Lawang?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mencari penyebab stres psikologis yang dirasakan oleh lansia penghuni Panti Jompo Pangesti Lawang menjadi tujuan utama penelitian ini.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Penentuan usia lanjut usia di Panti Jompo Pangesti Lawang.
2. Mencirikan suasana Panti Jompo Pangesti Lawang.
3. Sebutkan tanggung jawab pegawai Lansia Panti Jompo Pangesti Lawang.
4. Menentukan bagaimana fisik lansia penghuni Panti Jompo Pangesti Lawang.
5. Identifikasi lansia di Panti Jompo Pangesti Lawang yang mendapat dukungan keluarga.
6. Mengkaji elemen kunci yang mempengaruhi tekanan psikologis lansia di Panti Jompo Pangesti Lawang.

1.4. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Memberikan informasi mengenai faktor-faktor seperti kesehatan dan dukungan keluarga yang berpengaruh terhadap tekanan mental pada lansia penting bagi para ilmuwan.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini dibagi menjadi 3, yakni untuk:

a. Bagi Panti Jompo

sebagai saran bagi mereka yang mencari lansia untuk selalu memperhatikan kebutuhan mereka untuk meringankan tekanan psikologis yang mereka hadapi.

b. Bagi lansia

Sebagai penyemangat bagi para lansia untuk sering mengikuti acara-acara yang diadakan panti asuhan dalam upaya mengurangi stress psikologis.

c. Bagi Peneliti

Selain pelatihan untuk meningkatkan kesiapsiagaan, keterampilan, wawasan, dan pengetahuan, merupakan pengalaman pengantar bagi peneliti yang akan memperdalam pemahaman tentang penyebab yang menimbulkan stres psikologis pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustianto. 2015. *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Arikunto, S. 2015. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Azizah. L. M. 2011. *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Azwar, S. 2013. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bangsawan M., Murhan A. & Widodo. 2017. Dukungan Keluarga Dan Koping Stres Pada Lansia Yang Mengalami Masalah Kesehatan Fisik Di Satu Desa Pada Kabupaten Lampung Selatan. *Jurnal Keperawatan 13* (2). Poltekkes Tanjungkarang.
https://www.researchgate.net/publication/334744704_Dukungan_Keluarga_dan_Koping_Stres_pada_Lansia_yang_Mengalami_Masalah_Kesehatan_Fisik_di_Satu_Desa_pada_Kabupaten_Lampung_Selatan/fulltext/5d3f171192851cd04690c522/334744704_Dukungan_Keluarga_dan_Koping_Stres_pada_Lansia_yang_Mengalami_Masalah_Kesehatan_Fisik_di_Satu_Desa_pada_Kabupaten_Lampung_Selatan.pdf?origin=publication_detail. Diakses pada tanggal 08 November 2019. Pukul 08:11 WIB.
- BPS. 2019. *Proyeksi Penduduk Kabupaten/ Kota Provinsi Jawa Timur 2010-2020*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- BKKBN. 2019. *Info Demografi Volume 1 Tahun 2019*. Jakarta: FE Universitas Indonesia.
- Carolin. 2013. *Tingkat Stres Manusia*. Jakarta : EGC.
- Kaunang F. D., Buanasari A., & Kallo V. 2019. Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia. *e-journal Keperawatan (e-Kp)* 7 (2). Universitas Sam Ratulangi.
<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/download/24475/24153>. Diakses pada tanggal 08 November 2019. Pukul 08:15 WIB.
- Kemenkes RI. 2018. *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2018*. Jakarta: Badan Pusat Statistik dan Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI. 2019. *Gambaran Kesehatan Indonesia Tahun 2018*. Jakarta: Kementerian Indonesia

- Mangoenprasodjo, S.A. 2011. *Mengisi Hari Tua dengan Bahagia*. Jakarta: Pradipta Publishing.
- Maryam, R. 2013. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*, Jakarta: Salemba Medika.
- Naftali A.R., Ranimpi Y. Y., & Anwar M. A. 2017. Kesehatan Spiritual dan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian. *Buletin Psikologi* 25 (2). Universitas Kristen Satya Wacana. <https://jurnal.ugm.ac.id/buletinpsikologi/article/download/28992/pdf>. Diakses pada tanggal 08 November 2019. Pukul 08:34 WIB.
- Nugroho, W. 2014. *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. Jakarta: ECG.
- Nursalam. 2016. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Potter, P., A. & Perry, A., G. 2013. *Fundamental Keperawatan Buku 1 Ed. 7*. Jakarta: Salemba Medika.
- Rahman, S. 2016. Faktor-Faktor Yang Mendasari Stres Pada Lansia. *Jurnal Penelitian Pendidikan* 16 (1). Universitas Pendidikan Indonesia. <https://ejournal.upi.edu/index.php/JER/article/view/2480>. Diakses pada tanggal 08 November 2019. Pukul 11:20 WIB.
- Stanley, M. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik terjemahan Nety Juniarti, Sari Kurnianingsih*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono, 2017. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.
- WHO. 2018. *EU- Wide Stress Testing 2018*. European Union: EU Agencies Network
- Yulianti, D. 2014. *Manajemen Stres*. Jakarta: EC