

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN TINGKAT STRESS PADA LANSIA DI DESA KERTAHARJA KECAMATAN TANJUNGPURTA

Mona Yulianti¹, Sulastrri Nurlaela Kodariah², Balkis Fitriani Faozi³

^{1,3} Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sebelas April

² Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sebelas April

Informasi Artikel

Riwayat artikel:

Diterima, 23 September 2024

Direvisi, 30 Oktober 2024

Disetujui, 20 November 2024

Kata Kunci:

Dukungan Keluarga

Lansia

Tingkat Stres

ABSTRAK

Lansia adalah seseorang yang mengalami kemunduran fisik, sosial dan mental, serta tidak mampu melakukan aktivitas sehari-hari. Stres pada lansia adalah suatu respon fisiologis dan psikologis terhadap tekanan dan ancaman yang dirasakan melebihi kapasitas individu untuk mengatasinya. Dukungan keluarga adalah dukungan interpersonal yang melindungi seseorang dari stres yang buruk. Tujuan penelitian mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stress pada lansia di Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungpurta Tahun 2024. Desain Penelitian menggunakan jenis penelitian kuantitatif menggunakan rancangan *cross sectional*. Teknik pengumpulan sampel menggunakan total sampling dengan sampel sebanyak 55 responden. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner dukungan keluarga dan *depression anxiety and stress scale 42* Teknik analisa univariate dan bivariat menggunakan *spearman rank*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat stress pada lansia di Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungpurta Tahun 2024 dengan *p-value* 0,001 ($p < 0,05$). Dukungan keluarga sangat berperan penting untuk mengurangi stres pada lansia, dukungan keluarga dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu kunjungan keluarga, sosial ekonomi dan psikososial. Tingkat stres pada lansia dipengaruhi beberapa faktor yaitu faktor lingkungan, penyakit dan faktor keluarga. Penelitian ini diharapkan menjadi referensi pembelajaran maupun penelitian selanjutnya serta dapat mensosialisasikan pentingnya mengunjungi posyandu lansia.



Copyright © 2024 JIKSA. All rights reserved.

Korespondensi:

Sulastrri Nurlaela Kodariah,
Program Studi Ilmu Keperawatan,
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sebelas April,
Jalan Cipadung No 54 Kotakaler Sumedang.
Email: sulastrinurlaela12@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Lansia adalah fase ketika seseorang telah dewasa dan mengalami penurunan kemampuan tubuh untuk menghadapi tekanan lingkungan, serta disertai dengan menurunnya fungsi biologis, psikologis, sosial, dan ekonominya. Istilah “lansia” mengacu pada tahap akhir dari proses penuaan. Seiring bertambahnya usia, seseorang mengalami kemunduran fisik, mental, dan sosial, serta tidak mampu melakukan aktivitas sehari-hari (tahap penurunan). Terdapat beberapa tugas perkembangan, diantaranya menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan, menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan pendapatan yang berkurang, menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup, membina hubungan dengan orang yang seusia, membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan dan menyesuaikan diri dengan peran sosial.

Risiko biologi terkait usia pada lansia adalah terjadinya berbagai penurunan fungsi biologi akibat proses menua (Stanhope, 2016). Di sisi lain, risiko sosial, ekonomi, dan lingkungan pada lansia adalah apabila lansia hidup dalam lingkungan yang memicu stres, mengalami penurunan pendapatan akibat pensiun, atau berhenti dari pekerjaannya. Di samping itu, risiko perilaku atau gaya hidup, seperti pola hidup

tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan konsumsi makanan yang tidak sehat dapat memicu terjadinya penyakit dan kematian. Hal ini didukung oleh teori *functional consequences* yang mengungkapkan bahwa penurunan berbagai fungsi tubuh merupakan konsekuensi dari bertambahnya usia (Miller, 2012).

Menurut perkiraan WHO pada tahun 2030 jumlah lansia di seluruh dunia diperkirakan akan mencapai 1,4 miliar orang dan akan meningkat menjadi 2,1 miliar orang pada tahun 2050 (Geriatri, 2024). Jumlah lansia di Indonesia diperkirakan mencapai 33,69 juta jiwa pada tahun 2025 dan meningkat menjadi 48,19 juta jiwa pada tahun 2035. Pada tahun 2023, jumlah penduduk Indonesia diperkirakan sebanyak 33,1 juta. Saat ini, populasi di Jawa Barat menunjukkan bahwa pada tahun 2023, sekitar 11,21% dari penduduknya akan berusia lanjut. Peningkatan jumlah lansia di Indonesia perlu mendapatkan perhatian dan peningkatan yang lebih baik dari sisi layanan sosial, layanan kesehatan, dan kesejahteraan mereka (BPS, 2018).

Menurut *World Health Organization* (WHO), stres pada lansia adalah suatu respons fisiologis dan psikologis terhadap tekanan atau ancaman yang dirasakan yang melebihi kapasitas individu untuk mengatasinya. Stres pada lansia memiliki dampak yang signifikan pada kesehatan fisik dan mental. Stres pada lansia akan berdampak juga kepada emosi dan pikiran seseorang. Lansia lebih rentan terkena infeksi dan penyakit lainnya karena sistem kekebalan tubuh yang melemah, meningkatnya risiko gangguan kecemasan dan stres pada lansia, stres kronis mempengaruhi fungsi kognitif dan mempercepat penurunan kognitif serta menyebabkan penurunan kualitas hidup secara keseluruhan pada lansia

Keluarga adalah sekumpulan orang yang tinggal dalam satu rumah, terikat oleh ikatan suami-istri, dan mempunyai hubungan darah. Adapun tugas keluarga terhadap lansia adalah merawat lansia dan memastikan lansia tidak terlalu bergantung pada orang lain serta mampu menolong dirinya sendiri. Hal ini sesuai dengan kedudukan dan peran lansia dalam keluarga, apalagi mereka sangat dihargai di masyarakat, dan lansia dipandang sebagai sosok yang perlu dihormati dan dihargai (Chandra, 2013). Dukungan keluarga merupakan bentuk hubungan interpersonal yang melindungi seseorang dari stres yang buruk. Ikatan kekeluargaan yang erat membantu menangani masalah yang dihadapi lansia karena keluarga merupakan suatu sumber dukungan sosial yang memberikan arti penting bagi kehidupan lansia (Felpina et al, 2016). Ada 4 bentuk dukungan lansia yang dapat diberikan keluarga yaitu dukungan emosional, penghargaan, informasi dan instrumental.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada lansia yang tinggal di Desa Kertaharja, yang dilakukan dengan mewawancarai 5 orang lansia terdapat 3 orang (60%) lansia yang mengalami stres serta mengungkapkan keluhan seperti sulit tidur, sering gelisah dan merasa tidak berarti hal ini disebabkan oleh kurangnya perhatian dan kepedulian anggota keluarganya. Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres pada lansia di Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024. Tujuan khusus pada penelitian ini adalah mengetahui gambaran dukungan keluarga pada lansia Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024, mengetahui gambaran tingkat stres pada lansia Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024, mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres pada lansia di Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di wilayah Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang berada di wilayah Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta. Sampel dalam penelitian ini adalah total lansia yang berada di wilayah Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta sebanyak 55 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Desain penelitian ini menggunakan kuesioner yang telah disediakan oleh peneliti. Dalam pertanyaan kuesioner pada dukungan keluarga terdapat 20 pertanyaan dan kuesioner pada tingkat stress ada 21 pertanyaan yang terdiri dari 12 pertanyaan negatif dan 9 pertanyaan positif. Penelitian ini dilakukan dalam satu waktu yang telah ditentukan oleh peneliti. Analisis data penelitian ini meliputi analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan *Spearman Rank*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga Pada Lansia Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024

Dukungan Keluarga	Frekuensi	Presentase (%)
Kurang	4	7,3
Cukup	49	89,1
Baik	2	3,6
Total	55	100

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat peneliti simpulkan bahwa distribusi frekuensi dukungan keluarga pada lansia Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024 dalam kategori cukup sebanyak 89,1% yang artinya sebagian besar lansia mendapatkan dukungan keluarga dalam kategori cukup.

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Pada Lansia Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024

Tingkat Stres	Frekuensi	Presentase (%)
Ringan	1	1,8
Sedang	42	76,4
Berat	12	21,8
Total	55	100

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat peneliti simpulkan bahwa distribusi frekuensi tingkat stres pada lansia Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024 dalam kategori sedang sebanyak 76,4 % yang artinya sebagian besar lansia mengalami tingkat stres pada tingkat sedang.

Tabel 3
Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024

Dukungan Keluarga	Tingkat Stres						Total	<i>p-value</i>
	Ringan		Sedang		Berat			
	f	%	f	%	f	%	f	%
Kurang	0	0	2	3,6	2	3,6	4	7,3
Cukup	1	1,8	38	69,1	10	18,2	49	89,1
Baik	0	0	2	3,6	0	0	2	3,6
Total	1	1,8	42	76,4	12	21,8	55	100

Berdasarkan hasil analisis hubungan antara hubungan keluarga dengan tingkat stres pada lansia Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024 menunjukkan bahwa 2 orang lansia (3,6%) dengan dukungan keluarga baik mengalami stres pada tingkat sedang. Pada dukungan keluarga cukup lansia mengalami stres pada tingkat ringan sebanyak 1 orang lansia (1,8%), 38 orang lansia (69,1%) mengalami dukungan keluarga cukup dengan stres pada tingkat sedang, 10 orang lansia (18,2%) mengalami dukungan keluarga cukup dengan stres pada tingkat berat. Sedangkan pada dukungan keluarga kurang terdapat 2 orang lansia (3,6%) yang mengalami stres pada tingkat sedang, 2 orang lansia (3,6%) mengalami dukungan keluarga kurang dengan stres pada tingkat berat.

3.2. Pembahasan

a. Gambaran Dukungan Keluarga Pada Lansia Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti didapatkan dukungan keluarga pada lansia Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024 dengan cara menyebarkan kuesioner ke 55 responden, dalam kategori baik sebanyak 2 lansia (3.6%), kategori cukup sebanyak 49 lansia (89.1%) dan dalam kategori kurang sebanyak 4 lansia (7.3%). Jadi, mayoritas responden mengalami dukungan keluarga dalam kategori cukup. Dukungan keluarga mengacu pada sikap, perilaku dan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarga lainnya. Para lansia pada umumnya menghadapi kelemahan, keterbatasan dan kecacatan, serta kualitas hidup mereka menurun seiring dengan bertambahnya usia.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa lansia menerima dukungan keluarga yang cukup seperti mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari anggota keluarganya, selalu mengantar lansia ke pusat pelayanan kesehatan dan mencari informasi tentang masalah kesehatan serta berdiskusi mencari solusi dari setiap akar permasalahan yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari sehingga tidak menyebabkan stres yang berat pada lansia (Asda, jati, & Freitas, 2019).

b. Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh penelitian didapatkan tingkat stres pada lansia Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024 pada kategori sedang sebanyak 42 lansia (76.4%). Stres pada usia lanjut dapat dijelaskan sebagai keadaan tidak seimbang, tekanan, atau gangguan yang tidak menyenangkan yang terjadi di seluruh tubuh dan dapat memengaruhi kehidupan seseorang, yang muncul ketika seseorang melihat ketidaksesuaian antara kondisi biologis, psikologis dan sosial yang terkait dengan pemikiran dan respons terhadap ancaman dan bahaya pada usia lanjut (Anas & Sugiyanto, 2019).

Stress di definisikan sebagai respon adaptif yang dipengaruhi oleh karakteristik individual atau proses psikologis sebagai akibat dari tindakan, situasi atau kejadian eksternal yang menyebabkan tuntutan fisik atau psikologis terhadap seseorang. Stress adalah fenomena yang mempengaruhi semua dimensi dalam kehidupan seseorang. Stress dapat mengganggu cara seseorang menyelesaikan masalah, berfikir secara umum, dapat mengganggu pandangan seseorang terhadap hidup dan status kesehatan (Sukma, 2023). Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa stres yang dialami lansia dalam tingkat sedang hal ini dilihat dari segi mental lansia dengan stres akan menjadi pemurung, pemarah sering merasa cemas dan lain sebagainya. Stres merupakan respon manusia untuk beradaptasi dan mengatur tekanan internal dan eksternal, peristiwa atau situasi yang buruk dapat menimbulkan stres.

c. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024

Berdasarkan hasil analisis bivariate menggunakan uji Rank Spearman diperoleh p-value 0,001 ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi 0,511 yaitu memiliki hubungan yang kuat, maka menunjukkan H_0 ditolak dan H_a diterima oleh karena itu dapat diartikan terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres pada lansia Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024. Hubungan yang di dapat adalah hubungan searah yang artinya semakin tinggi dukungan keluarga maka semakin rendah tingkat stres yang dialami. Hasil penelitian yang digambarkan dalam tabel tabulasi silang menunjukkan bahwa 1 lansia (1.8%) dengan dukungan keluarga cukup mengalami stres tingkat ringan, 2 lansia (3.6%) dengan dukungan keluarga kurang mengalami stres pada tingkat sedang, 38 lansia (69.1%) dengan dukungan keluarga cukup mengalami stres pada tingkat sedang, 2 lansia (3.6%) dengan dukungan keluarga baik mengalami stres pada tingkat sedang, 2 lansia (3.6%) dengan dukungan keluarga kurang mengalami stres pada tingkat berat dan 10 lansia (18.2%) dengan dukungan keluarga cukup mengalami stres pada tingkat berat.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian yang dilakukan di Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta pada tanggal 6 juni 2024 sampai 15 juni 2024, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Gambaran dukungan keluarga pada lansia di Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024 sebagian besar pada kategori cukup sebanyak 89.1%.
- b. Gambaran tingkat stres pada lansia di Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024 sebagian besar dalam kategori sedang sebanyak 76.4%.
- c. Terdapat hubungan yang signifikan anatara hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada lansia di Desa Kertaharja Kecamatan Tanjungkerta Tahun 2024 dengan p-value 0,001 ($p < 0,05$).

REFERENSI

- Anas, K. A., Sugiyanto. (2019). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Pada Lansia di Balai PSTW Unit Budhi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta.
- Asda, P., Jati, M. A. S., & Freitas, A. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Lansia Di Balai Sosial Tresna Werdha. Asda | Mikki: Majalah Ilmu Keperawatan Dan Kesehatan Indonesia
- BPS. (2019). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2019. Jakarta: Badan Pusat Statistik Indonesia.
- Chandra, A. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Andropause di Gebang Wilayah Kerja Puskesmas Patrang Kabupaten Jember.
- Geriatric. (2024) Jumlah Penduduk Lansia di Dunia Diperkirakan 1,4 Miliar Jiwa pada 2030 | Geriatric ID. Geriatric
- Miller, C. (2012). Nursing for wellness in older adult: Theory and practice (6th Ed.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins
- Sukma Manahapu, I Made Rantiasa, & Bayu Dwisetoyo. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Pada Lansia di Lingkungan V Kelurahan Bailang Kecamatan Bunaken . *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan*, 1(4), 68–76. <https://doi.org/10.61132/corona.v1i4.85>
- Stanhope, M. &. (2016). Public health nursing population centered health care in the community (9th Ed.). Missouri: Elsevier.