

## Hubungan Tingkat Stress dengan Tingkat Kemandirian pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda

Vanessa Medyana<sup>1\*</sup>, Rusni Masnina<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.

\*Kontak Email: [vanessamedyanaa10@gmail.com](mailto:vanessamedyanaa10@gmail.com)

Diterima: 08/09/20

Revisi: 17/09/20

Diterbitkan: 26/08/21

### Abstrak

**Tujuan studi:** Tujuan dari telaahan ini yaitu untuk mengetahui apakah ada Hubungan antara Tingkat Stress dengan Tingkat Kemandirian Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda.

**Metodologi:** Penelitian ini memakai desain penelitian *cross sectional*. Pengambilan sampling dalam penelitian ini sendiri menggunakan metode *purposive sampling* dengan jumlah sampel 69 orang dan teknik pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner.

**Hasil:** Didapatkan hasil uji statistik dengan nilai  $p=0,363$  yang berarti  $p>\alpha$  (0,05), dapat diartikan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat stress dengan tingkat kemandirian pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda.

**Manfaat:** Hasil penelitian ini bisa di manfaatkan sebagai memotivasi buat meningkatkan penelitian tentang kesehatan stress pada lansia.

### Abstract

**Purpose of study:** The purpose of this study is to find out whether there is a relationship between the level of stress and the level of independence of the elderly at the Tresna Werdha Nirwana Social Home, Puri Samarinda.

**Methodology:** This study uses a research cross sectional design. Sampling in this study itself using purposive sampling method with a sample size of 69 people and data collection techniques using a questionnaire.

**Results:** The statistical test results were obtained with a value of  $p = 0.363$  which means  $p > \alpha$  (0.05), which means that there is no relationship between stress levels and independence levels in the elderly at the Tresna Werdha Nirwana Social Home, Puri Samarinda.

**Applications:** The results of this study can be used as motivation to increase research on stress health in the elderly.

**Kata kunci:** *Tingkat Stress, Kemandirian, Lansia*

### 1. PENDAHULUAN

Masa usia lanjut yaitu masa akhir dari peredaran hidup manusia. Dikatakan lanjut usia jika berusia lebih dari 65 tahun. Berumur lain suatu penyakit, tetapi meyerupai bagian dalam dari suatu proses kehidupan dengan pertanda penurunan kemampuan badan untuk penyesuaian pada stress lingkungan (Effendi dan Makhfudli, 2012).

Nasional (BAPPENAS) memprediksi di tahun 2050 akan ada 80 juta usia lanjut di Indonesia dengan komposisi umur 60-69 tahun total 35,8 juta, umur 70-79 tahun total 21,4 juta dan 80 tahun lebih ada 11,8 juta (Wardhana, 2017).

Alur menua untuk orang berumur yaitu suatu cara berkurang penyusutan daya jaringan perlu memulihkan diri ataupun mengubah diri serta menjaga bentuk dan manfaat normalnya sehingga tak mampu menetap pada luka (tergolong kontaminasi) selanjutnya memulihkan kehancuran yang cedera. Menua berupa pergantian seluruh struktur pada badan manusia. Pergantian di seluruh struktur pada badan manusia tercantum ialah contohnya pada struktur saraf. Pergantian itu bisa berdampak timbulnya penyusutan dengan peran kerja otak. Beban otak pada lanjut umur rata-rata 30-70 tahun (Fatimah, 2016).

Perubahan tubuh yang berlangsung pada lanjut umur melekat melalui perubahan psikososial. Lanjut umur yang bugar menurut psikosial bisa dilihat dari keahlian penyesuaian tertuju pada penurunan badan kemasyarakatan serta sentimentalnya juga menanggapi kesenangannya ketentraman lalu kesejahteraan hidup. Kekhawatiran menjadi tua dan tidak bisa bermanfaat lagi menghadirkan deskriptif yang negatif mengenai alur menua (Fatmah, 2013).

Memasuki era lanjut umur pastinya terus-menerus diwarnai pada penyusutan maupun perginya bermacam-macam manfaat dipunyai yang dapat mengakibatkan orang berumur menjadi kecanduan yang kuat terhadap orang-orang diantaranya termasuk dalam memenuhi kebutuhan aktivitas sehari-harinya. Kemandirian pada lanjut umur diukur dari keahliannya perlu melaksanakan kegiatan tiap hari secara mandiri. Aktivitas yang dapat dilakukan lansia tiap hari yaitu makan mandi berpindah ke kamar mandi dan berpakaian.

Adanya kecanduan ketika melaksanakan aktivitas tiap hari oleh lanjut umur bisa diakibatkan dari seluruh akibat contohnya gangguan psikologis seperti mudah lupa dan tidak mengingat dengan kegiatan yang sudah dilakukan sebelumnya, selain itu

gangguan fungsi psikososial seperti lansia mudah stress, cemas dan depresi yang terlihat dari ketakutan mereka dalam melakukan aktivitas dan memilih untuk di dalam kamar. Kecanduan lanjut umur di individu lain yang ada disekelilingnya menciptakan lanjut umur bisa merasa tak dipakai serta terpatok semua aktivitasnya, dengan begitu bisa menimbulkan tekanan mental tersendiri untuk orang berumur (Nugroho, 2014).

Untuk pengukuran kesehata psikososial ini akan menggunakan skala DASS yaitu skala yang dirancang untuk mengukur tiga jenis masalah psikososial ialah depresi, kecemasan dan stres pada seseorang. Dan yang terakhir untuk mengukur tingkat kemandirian seseorang pada skripsi ini menggunakan skala indeks barthel ialah sebuah media ukur yang cukup biasa perlu memperhitungkan perawatan diri, juga menilai keseharian seseorang berfungsi secara tertentu kegiatan sehari-hari juga pergerakan.

Selain permasalahan kesehatan psikososial pada lansia seperti mudah stress, cemas dan depresi yang ditandai dengan gampang marah, cepat tersinggung dan memilih untuk berdiam diri di kamar, selain itu ada permasalahan yang sama pentingnya yaitu penurunan fungsi kognitif ditandai dengan gejala lansia sangat susah mengingat kegiatan yang sudah dilakukan dan melupakan kegiatan yang sudah direncanakan oleh panti.

Pada tempat penelitian yaitu Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda dapat menampung 110 orang lansia yang rata-rata penghuni panti berusia 60-90 tahun lebih. Pada panti tersebut memiliki beberapa bilik untuk tempat tinggal para lansia dan berbagai fasilitas yang disiapkan dari pihak panti untuk para lansia tersebut, termasuk fasilitas untuk kesehatan para lansia. Dari hasil pengamatan melalui observasi dengan menggunakan kuesioner DASS 42 di Panti Tresna Werdha Nirwana Puri dari 10 lansia didapatkan sebanyak 4 lansia mendapatkan skor 12 untuk depresi yang berarti lansia tersebut depresi ringan, sebanyak 8 lansia mendapatkan skor 11 untuk kecemasan yang berarti lansia tersebut mengalami kecemasan sedang dan sebanyak 7 lansia mendapatkan skor 18 untuk stress yang berarti lansia tersebut mengalami stress ringan. Sedangkan didapatkan menggunakan kuesioner MMSE dari 10 lansia lansia yang aktivitas dibantu oleh orang lain dan 3 lansia yang aktif dan beraktivitas dengan mandiri.

## 2. METODOLOGI

Telaah ini memakai metode *cross sectional* telah ini dibuat dengan mengambil data kuesioner tingkat stress dengan kemandirian pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia yang ada di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. Adapun *sample* dalam penelitian ini yang akan digunakan berjumlah 69 lansia. Teknik pengambilan *sample* adalah *purposive sampling*. Selanjutnya instrument yang digunakan berupa kuesioner stress menggunakan skala ordinal dan kemandirian juga menggunakan skala ordinal. Pengelolaan data meliputi *Editing, Coding, Tabulating, Entry data, Cleaning*. Selanjutnya ada dua analisis data meliputi analisis univariat dengan distribusi frekuensi dan analisis bivariat.

## 3. HASIL DAN DISKUSI

### 3.1 Karakteristik Responden

Tabel 1 Karakteristik pada lansia berdasarkan umur di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda

Umur	Frekuensi	(%)
45-59 tahun	2	2.9
60-74 tahun	45	65.2
75-90 tahun	22	31.9
Jumlah	69	100

Pada Tabel 1 total dari 69 responden umur sebagian besar berumur 60-74 tahun berjumlah 45 orang (65,2%), kemudian yang berumur 75-90 tahun sebanyak 22 orang (31,9%), dan yang berumur 45-59 tahun berjumlah 2 orang (2,9%)

Tabel 2 Karakteristik pada lansia berdasarkan jenis kelamin di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda

Jenis Kelamin	Frekuensi	(%)
Perempuan	35	50.7
Laki-laki	34	49.3
Jumlah	69	100

Pada **Tabel 2** total dari 69 responden jenis kelamin sebagian jenis kelamin perempuan sejumlah 35 orang (50,7%) dan laki-laki sejumlah 34 orang (49,3%)

**3.2 Analisa Univariat**

Tabel 1 Analisa univariat variabel Tingkat stress pada lansia di Pantii Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda

Tingkat Stress	Frekuensi	(%)
Sangat Berat	0	0
Berat	1	1.4
Sedang	10	14.5
Ringan	6	8.7
Normal	52	75.4
<b>Jumlah</b>	<b>69</b>	<b>100</b>

Dari **Tabel 1** diatas menunjukkan bahwa tingkat stress sebagian besar lansia normal tidak stress sejumlah 52 orang (75,4%), stress ringan sejumlah 6 orang (8,7%), stress sedang sejumlah 10 orang (14,5%), stress berat sejumlah 1 orang (1,4%) dan stress sangat berat tidak ada.

Tabel 2 Analisa Univariat Variabel Kemandirian pada lansia di Pantii Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda.

Kemandirian Lansia	Frekuensi	(%)
Ketergantungan Total	6	8.7
Ketergantungan Berat	2	2.9
Ketergantungan Sedang	4	5.8
Ketergantungan Ringan	35	50.7
Mandiri	22	31.9
<b>Jumlah</b>	<b>69</b>	<b>100</b>

Dari **Tabel 2** diatas memunjukkan bahwa kemandirian yang mengalami ketergantungan total sejumlah 6 orang (8,7%), yang mengalami ketergantungan berat sejumlah 2 orang (2,9%), yang mengalami ketergantungan sedang sejumlah 4 orang (5,8%), kemudian yang mengalami ketergantungan ringan 35 orang (50,7%) dan mandiri sejumlah 22 orang (31,9%)

**3.3 Analisa Bivariat**

Tabel 3 Hasil analisa Hubungan tingkat stress dengan tingkat kemandirian lansia di pantii Sosial Tresna Nirwana Puri Samarinda

Stress	Kemandirian										Total	P	
	Ketergantungan												
	Total		Berat		Sedang		Ringan		Mandiri				
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%			
<b>Sangat Berat</b>	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,363
<b>Berat</b>	0	0	0	0	0	0	1	2.9	0	0	1	1.4	

<b>Sedang</b>	3	50.0	0	0	1	25.0	6	17.1	0	0	1	14.5
<b>Ringan</b>	0	0	0	0	0	0	4	11.4	2	9.1	6	8.7
<b>Normal</b>	3	50.0	2	100	3	75.0	24	68.6	20	90.0	52	75.4
<b>Total</b>	6	100	2	100	4	100	35	100	22	100	69	100

Dari [Tabel 3](#) diatas tentang hubungan tingkat stress dengan tingkat kemandirian lansia di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda dilakukan dengan menggunakan rumus *Chi Square* total dari 69 responen diatas hasil penelitian menjelaskan bahwa hasil uji statistik diperoleh nilai  $p = 0,363 > \alpha 0,05$  yang berarti dapat di simpulkan bahwa tidak ada hubungan atara tingkat stress dengan tingkat kemandirian lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda.

### 3.4 Pembahasan

#### 1. Karakteristik Responden

##### a. Umur

Didapatkan setengah tinggi berusia 60-74 tahun sejumlah 45 orang (65,2%), kemudian berumur 75-90 tahun sejumlah 22 orang (31,9%) dan berumur 45-59 tahun sebanyak 2 orang (2,9%). Semakin besar umur individu maka lebih beresiko mendapatkan kasus kesehatan karena timbulnya aspek-aspek penuaan lanjut umur akan menjalani perubahan bagus dari segi fisik, ekonomi, psikososial, kognitif dan spiritual ([Maryam,2009](#)).

Antara lain data dari organisasi kesehatan dunia menyebut angka kesempatan hidup warga indonesia disetiap tahun selalu melonjak. Jika tahun 2015 angka kesempatan hidup umur lebih dari 60 tahun sampai 20,7 juta orang kemudia meningkat menjadi 36 juta orang ([WHO, 2015](#)).

Dengan ini sejalan pada telaah yang diciptakan dari ([Safitri M, Zulfitri R, Utami S, \(2018\)](#) dengan judul hubungan Kondisi Kesehatan Psikososial Lansia Dengan Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Aktifitas Sehari-Hari Di Rumah. Telaah ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Lima Puluh. Telaah ini merupakan telaah kuantitatif sama menggunakan metode telaah gambaran korelasi beserta pendekatan *cross sectional*. Populasi oleh telaah ialah semua lansia yang ada di wilayah kerja Puskesmas Lima Puluh. Pengambilan *sample* memakai teknik *proportionate purposive sampling* dengan jumlah sample 96 responden. Alat pengumpulan data yang dipakai pada studi ini adalah lembar kuesioner. Analisa bivariat dipakai buat mengetahui apakah ada hubungan yang signifikan antara 2 variabel yaitu kondisi kesehatan psikososial dengan tingkat kemandirian dalam kegiatan tiap hari dengan memakai uji *Chi square* ditemukan *p value* 0.001 (<0.05) yang artinya ada hubungan.

##### b. Jenis Kelamin

Didapatkan sebagian berjenis kelamin perempuan sejumlah 35 orang (50,7%) dan laki-laki sejumlah 34 orang (49,3%). Pada penelitian ini ditemukan bahwa perempuan lebih banyak dari pada laki-laki. Data dari ([Population Reference Berau 2011](#)) juga menunjukkan bahwa usia harapan hidup perempuan lebih panjang dibandingkan laki-laki, maka jumlah penduduk lanjut usia perempuan lebih panjang dibandingkan laki-laki.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian ([Nur Azmi, Darwin Karim, FANAuli 2018](#)) sebagian besar lanjut umur yang terletak di wilayah kerja Puskesmas Tembilahan Hulu berjenis kelamin perempuan ialah berjumlah 193 orang (70,7%). jumlah lansia wanita lebih besar dari pada jumlah lanjut umur pria.

#### 2. Analisa Univariat

##### a. Variabel Independen (Tingkat Stress)

Didapatkan tingkat stress sebagian besar lansia nomal tidak stress sejumlah 52 orang (75,4%), stress ringan sejumlah 6 orang (8,7%), stress sedang sejumlah 10 orang (14,5%), stress berat sejumlah 1 orang (1,4%) dan stress sangat berat tidak ada.

Stres ialah reaksi badan yang tidak terkusus terhadap tiap ketentuan beban kelebihan. Seperti dengan cara respon badan yang berkaitan mendalami beban pekerjaan yang terpenuhi. Jika dia dapat membereskan diartikan tak ada hambatan di fungsi organ tubuh, hingga dikatakan yang berkaitan tak merasakan stress. Namun kebalikannya kalau ternyata ia mengalami hambatan saat satu maupun lebih organ tubuh maka yang berkaitan tak juga bisa melakukan peran pekerjaannya dengan bagus, lalu ia dimaksud mengalami distres ([Hawari, 2011](#)).

Hasil telaah yang dilakukan oleh ([Boyke Pangeman, Dyah Widodo, Esti Widiani 2019](#)) dengan judul hubungan Tingkat Stress Dengan Kemandirian Aktifitas Dalam Pemenuhan Kebutuhan Sahari-Hari Pada Lanjut Usia Di Dusun Pakan Desa Purworejo Kecamatan Ngantang Kabupaten Malang nyaris semua dikelompokkan stress sedang yakni sejumlah 25 orang (80,6%) stress atas lanjut umur dikelompokkan sedang dikarnakan telah berumur tak mampu melaksanakan kejadian yang melebihi dari tenaga fisiknya, mempunyai persoalan pribadi, beserta umumnya dikira spele bagi masing-masing orang

namun urusan sendiri tercantum bisa mengakibatkan kekhawatiran pada diri sendiri. Stressor internal ialah dari diri berupa pikiran negatif, kepercayaan sendiri, juga perilaku yang dipunya.

Asumsi peneliti dengan bertambahnya usia atau semakin tuanya usia pada seseorang akan menjalani perubahan baik secara fisik maupun psikologi ataupun psikososial, dampak stres sendiri yang bisa terjadi kurang konsentrasi, emosi juga mempengaruhi lansia mudah marah, kecemasan yang berlebih, sedih, bisa menyebabkan stress bisa mengaiklan secara sederhana stress pada lansia menggambarkan kejadian yang sering berlangsung.

#### **b. Variabel Dependen (kemandirian)**

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kemandirian. Berdasarkan data-data yang didapat kemudian diklasifikasikan menjadi data ordinal yaitu pada yang mengalami ketergantungan total sebanyak 6 orang (8,7%), yang mengalami ketergantungan berat sebanyak 2 orang (2,9%), yang mengalami ketergantungan sedang sebanyak 4 orang (5,8%), yang mengalami ketergantungan ringan 35 orang (50,7%) dan mandiri sebanyak 22 orang (31,9%).

Hal ini dikarenakan lansia yang setidaknya memiliki satu penyakit kronis masih mampu mandiri dalam memenuhi kebutuhan aktivitas sehari-harinya. Terutama ketika ada *support* sistem berupa keluarga atau orang sekitar, menurut (Maryam dalam Safitri M, 2017) bahwa kemandirian ialah keahlian maupun kejadian dimana seorang berupaya mengerjakan ataupun menangani seorang diri tanpa bergantung pada orang lain. Kemandirian lanjut umur bisa dipantau dari seberapa mampu ia melaksanakan kegiatan sehari-hari semacam makan, mandi, berpakaian dan lainnya.

Berdasarkan (Maryam *et al.* 2018) Setiap orang saat menjalankan kehidupan sehari-hari diupayakan perlu menjalankan secara sendiri. Kemandirian tersebut menggambarkan kondisi tanpa bimbingan, penjagaan maupun pertolongan orang lain saat melaksanakan kegiatan sehari-hari. Kebanyakan lanjut umur yang masih mandiri diakibatkan karena bermacam-macam aspek kondisi kaya kondisi kesehatan orang berumur yang masih bagus, suport keluarga yang bagus, lanjut umur yang kebanyakan lagi dibawah 80 tahun.

Hasil telaah yang didukung ialah studi (Seran 2016) mengatakan sebesar 21 responden (60,0%) masih mandiri total. Penelitian Akbar, Brune Indah Yulitasari (2016) juga menunjukkan hasil ditemukan sebagian besar responnden memiliki *activity daily living* pada katagori mandiri yakni sebesar 42 responden (53,2%), serta 37 responden (46,8%) lainnya mengalami *activity daily living* dalam katagori ketergantungan ringan. Responden dengan *activity daily living* mandiri ialah responden yang bisa melaksanakan kelima macam kegiatan dalam kehidupan tiap hari yang menyangkup: kemampuan ke toilet, berpakaian, makan, mandi, serta berpindah tempat.

Menurut asumsi peneliti sebagian besar lansia mandiri karena dukungan dari pengasuh dan panti, dengan mengadakan kegiatan yang bermanfaat, sehingga lansia selalu termotivasi agar selalu bergerak mengikuti kegiatan yang ada.

### **3. Analisa Bivariat**

#### **a. Hubungan tingkat stress dengan tingkat kemandirian lansia di UPTD panti sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda**

Hasil penelitian ini diperkuat dengan adanya data yang tersedia pada lampiran yang menjelaskan bahwa lanjut umur yang merasakan stress sangat berat dengan ketergantungan total ada 1 (16,7%), dengan ketergantungan berat ada 0 (0%), dengan ketergantungan sedang ada 0 (0%), dengan ketergantungan ringan ada 1 (2,9%) dan dengan kemandirian ada 0 (0%) dengan total 2 (2,9%) responden dari 69 (100%) responden. Lansia yang mengalami stress berat dengan ketergantungan total ada 0 (0%), dengan ketergantungan berat ada 0 (0%), dengan ketergantungan sedang ada 0 (0%), dengan ketergantungan ringan ada 4 (11,4%) dan dengan kemandirian ada 1 (4,5%) dengan total 5 (7,2%) responden dari 69 (100%) responden. Lansia yang merasakan stress sedang dengan ketergantungan total ada 4 (66,7%), dengan ketergantungan berat ada 0 (0%), dengan ketergantungan sedang ada 0 (0%), dengan ketergantungan ringan ada 7 (20,0%) dan dengan kemandirian ada 3 (13,6%) dengan total 14 (20,3%) responden dari 69 (100%) responden. Lansia yang mengalami stress ringan dengan ketergantungan total ada 3 (0%), dengan ketergantungan berat ada 0 (0%), dengan ketergantungan sedang ada 0 (0%), dengan ketergantungan ringan ada 11 (31,4%) dan dengan kemandirian ada 3 (13,6%) dengan total 14 (20,3%) responden dari 69 (100%) responden. Dan terakhir lansia yang tidak mengalami stress namun mengalami ketergantungan total ada 1 (16,7%), dengan ketergantungan berat ada 2 (100%), dengan ketergantungan sedang ada 4 (100%), dengan ketergantungan ringan ada 12 (34,3%) dan dengan kemandirian ada 15 (68,2%) dengan total 34 (49,3%) responden dari 69 (100%) responden. Analisis hubungan tingkat stress dengan tingkat kemandirian lansia di UPTD panti social tresna werdha nirwana puri Samarinda Tahun 2020 (n=69). Analisis hubungan tingkat stress dengan tingkat kemandirian lansia di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda dilakukan dengan menggunakan rumus Chi Square dengan taraf signifikasi  $\alpha = 5\%$  dengan nilai  $p = 0,363 > \alpha 0,05$ , sehingga  $H_0$  gagal ditolak. Artinya tidak terdapat hubungan yang signifikasi (bermakna) secara statistik antara tingkat stress dengan tingkat kemandirian lansia di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda.

Hal ini tidak sejalan dengan penelitian (Marini, dkk. 2015) berlandaskan hasil uji statistik memakai *Pearsonchi-square* membuktikan terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan kemandirian pada lansia, dengan nilai  $p =$

0,035 ( $p < 0,05$ ). Dalam riset pada orang tua lanjut umur di desa Tombasian Atas Kecamatan Kaawangkoan, sebagian besar orang tua lanjut usia merasakan stress ringan dan dikelompokkan mandiri dengan jumlah responden 43 orang (93,4%) serta dikelompokkan semi mandiri dengan jumlah responden 2 orang (4,34%) kelompok tidak mandiri 1 orang (2,1%) serta yang mengalami stress sedang sejumlah 14 orang (23,2 %). Adapun hasil analisa dari Enawan, dkk. (2018) data dapat dilihat bahwa dari 34 responden dengan kemandirian emosi baik mayoritas dijumpai tingkat stress normal sejumlah 15 responden (44,1%) Sedangkan dari 36 responden kemandirian emosi yang kurang dijumpai 16 responden (44,4%) mengalami stress sedang. Hasil uji *Chi-Square* diperoleh nilai  $p = 0,004$ . Nilai tersebut lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$ , dengan demikian  $H_0$  diterima artinya ada hubungan.

Menurut penelitian oleh (Marzieh, dkk. 2019) dengan judul *The Effect of Orientation Program based on Activities of Daily Living on Depression, Anxiety, and Stress in the Elderly* didapatkan hasil tidak ada perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok intervensi dan kontrol sehubungan dengan variabel stress ( $P = 0,28$ ), kecemasan ( $P = 0,29$ ) dan depresi ( $P = 0,77$ ) sebelum intervensi. Temuan ini menggambarkan konsistensi kedua kelompok tentang ketiga variabel. Pada kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara rerata stress, kecemasan dan depresi pada tiga tahap sebelum, satu bulan setelah, dan dua bulan setelah intervensi ( $P > 0,05$ ), sedangkan pada kelompok intervensi terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata parameter ini sebelum dan satu bulan setelah intervensi ( $P < 0,05$ ). Ada juga perbedaan yang signifikan antara mean dari tiga variabel sebelum dan dua bulan setelah intervensi ( $P < 0,05$ ). Pada kelompok intervensi membandingkan rata-rata dua variabel stress dan kecemasan satu bulan dan dua bulan setelah intervensi tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan ( $P > 0,05$ ) yang menunjukkan kestabilan intervensi. Namun pada variabel depresi, rata-rata depresi dua bulan setelah intervensi lebih tinggi dari pada tahap sebelumnya (0,16), yang mengalami peningkatan yang signifikan ( $P < 0,05$ ).

#### 4. KESIMPULAN

Berlandaskan tujuan penelitian yang sudah terbuat hingga dapat disimpulkan, antara lain: Karakteristik berdasarkan 69 orang berdasarkan umur didapatkan sebagian besar responden berumur 60-74 tahun sejumlah 45 orang (65,2%), bersumber pada tipe kelamin didapatkan sebagian responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 35 orang (50,7%) Hasil tingkat stress berdasarkan data-data didapatkan sebagian besar responden lansia normal tidak stress sebanyak 52 orang (75,4), stress ringan sebanyak 6 orang (8,7%), stress sedang sebanyak 10 orang (14,5%), stress berat sebanyak 1 orang (1,4%) dan stress sangat berat sebanyak 0 orang (0%). Hasil kemandirian lansia didapatkan sebagian besar responden lansia memiliki tingkat kemandirian ketergantungan ringan sebanyak 35 orang (50,7%), mandiri sebanyak 22 orang (31,9%), total sebanyak 6 orang (8,7%), sedang sebanyak 4 orang (5,8%), dan berat sebanyak 2 orang (2,9%). Hasil uji statistik analisa bivariat didapatkan hubungan tingkat stress dengan tingkat kemandirian lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda dengan  $p$  value 0,363 ( $> 0,05$ ) yang berarti tidak ada hubungan signifikan antara tingkat stress dengan tingkat kemandirian lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda.

#### SARAN DAN REKOMENDASI

Dijadikan sebagai bahan tambahan referensi bacaan dan menambah serta menaikkan ilmu pengetahuan dan wawasan juga pengalaman dalam memaparkan ilmu Keperawatan. Bagi penelaah diharapkan agar dapat melakukan penelitian secara maksimal untuk menjangkau jumlah *sample* yang ideal tidak melakukan kesalahan serta memperluas sarana penelitian tidak cuman sebatas pada kemandirian. Penelitian dapat membahas aspek-aspek yang mempengaruhi kemandirian lansia seperti sarana dan tenaga kesehatannya.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada proyek KDM (Kerjasama Dosen Mahasiswa). Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur (UMKT), yang memberikan dukungan untuk menyelesaikan skripsi mahasiswa dan penerbitan.

#### REFERENSI

- Akbar, Akbar (2016) *Hubungan Activity Daily Living Dengan Tingkat Stress Pada Lansia Di Semampir Argorejo Sedayu Bantul Yogyakarta* Skripsi thesis, Universitas Alma Ata Yogyakarta.
- Boyke Pangemanan, Dyah Widodo, Esti Widiani. (2019) *Jurnal Keperawatan Nursing News Volume 4, Nomor 1, Hubungan Tingkat Stres Dengan Kemandirian Aktivitas Dalam Pemenuhan Kebutuhan Sehari-Hari Pada Lanjut Usia (Lansia)*
- Effendi, F., Makhfudli. 2012. *Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan Praktik dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Enawan Selantoro, Nuri Nazari, Cut Siti Humaira (2018) *Hubungan Kemandirian Lansia Dengan Stress Di UPTD Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang Ulee Kareng Kota Banda Aceh* Jurnal Aceh Medika ISSN 2548-9623 Universitas Abulyatama, Aceh Besar.

- Fatmah., 2013. Masalah Gizi Usia Lanjut: Upaya Penelitian & Pengembangan. dalam Memanusiakan Lanjut Usia Penuaan Penduduk & Pembangunan di Indonesia . Yogyakarta: SurveyMeter.
- Fatimah.2016.Merawat Manusia Lanjut Usia. Jakarta : Trans Info Media. Friedman,M. 2002. Family nursing ; thory and assement. conenectiont: Appleton-Centu.
- Hawari (2011). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia : Aplikasi Konsep& Proses Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Jumita et al. (2015).*Anomili Jiwa, Cara Mudah Mengetahui jiwa Dan Perilaku TidakNormal Lainnya*. Yogyakarta: C.V Andi Offset.
- Kushariyadi, (2011).*Asuhan Keperawatan Pada Klien lanjut Usia*.Jakarta : Salemba Medika.
- Kusumawati & Hartono.(2010). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*.Jakarta : Salemba Medika.
- Marini Melisa Koampa Hendro Bidjuni Franly Onibala. (2015)ejournal Keperawatan (e-Kp) Volume 3 Nomor 2,Mei. *Hubungan Antara Tingkat stress Dengan Tingkat Kemandirian Pada Orang Tua Lanjut Usia Di Desa Tombasian Atas Kecamatan Kawangkoan Barat Jurnal Keperawatan*
- Maryam, S & dkk. (2009). *Mengenal Usia Lanjut Dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Maryam et al. (2018).*Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktik dalamKeperawatan*.Jakarta : Salemba Medika.
- Marzieh Piadehkouhsar, MS, Fazlollah Ahmadi, PhD,Masoud Fallahi Khoshknab, PhD, and Ali Akbar Rasekhi, PhD. (2019) The Effect of Orientation Program based on Activities of Daily Living on Depression, Anxiety, and Stress in the Elderly Int J Community Based Nurs Midwifery. Jul; 7(3): 170–180.
- Nur Azmi, Darwin Karim, FA Nauli (2018) – Jurnal Online Mhs Bid Ilmu Keperawatan,*Gambaran kualitas hidup lansia dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas sidomulyo kecamatan tampan Pekanbaru*
- Nugroho,W. (2014). Keperawatan Gerontik & geniatrik.Edisi – 3.Jakarta : EGC
- Population Reference Berau. (2011).World Population Data Sheet
- Safitri., M., Zulfitri., R & Utami., S (2018). *Hubungan kondisi kesehatan psikososial lansia dengan tingkat kemandirian lansia dalam aktivitas sehari hari di rumah*.
- Seran. 2016. *Hubungan Antara Nyeri Gout Arthritis Dengan Kemandirian Lansia di Puskesmas Towuntu Timur*
- Wardhana (2017) *Keperawatan Lanjut Usia*. Edisi-1.Yogyakarta : GrahaIlmu
- WHO.*World Health Statistics 2015: World Health Organization; 2015*.