

## Hubungan Antara Lingkungan Sosial Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda

Heru Setiawan<sup>1\*</sup>, Nida Amalia<sup>2</sup>

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

\*Kontak Email : [Herukesmas15@gmail.com](mailto:Herukesmas15@gmail.com)

Diterima:26/07/19

Revisi:30/07/19

Diterbitkan: 19/12/19

### Abstrak

**Tujuan penelitian** :Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara lingkungan sosial dengan tingkat stres pada lansia di Panti Werdha Tresna Puri Samarinda.

**Metode Penelitian**: Metode yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional,yaitu mempelajari faktor-faktor yang akan terjadi.

**Hasil penelitian**: Setelah dilakukan uji statistik menggunakan uji alternative. Sehingga di dapat  $p$  value sebesar 0,501 nilai ini lebih besar nilai taraf signifikan yaitu 0,05Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara Lingkungan sosial dengan tingkat stress pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda.

**Manfaat**: di harapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi mahasiswa dan dapat menambah wawasan terkait tingkat stres pada lansia di panti sosial.

### Abstract

**Purpose of study** :To find out whether there is a relationship between the social environment and the stress level in the elderly at Panti Werdha Tresna Puri Samarinda.

**Methodology** :The method used is quantitative research with a cross sectional approach, which is to study the factors that will occur

**Results**::After doing a statistical test using an alternative test. So that the  $p$  value of 0.501 can be obtained this value is greater than the significant level of 0.05.

**Applications** : this research is expected to be useful for students and can add insight related to stress levels in the elderly in social institutions.

**Kata kunci** : *Lingkungan Sosial, Stres, Lansia*

## 1. PENDAHULUAN

Lanjut usia adalah seseorang yang telah memasuki umur 60 tahun keatas, Proses penuaan adalah siklus kehidupan yang di tandai dengan tahap penurunan berbagai fungsi organ tubuh, yang di tandai dengan semakin rentannya tubuh terhadap berbagai serangan penyakit yang dapat menyebabkan kematian misalnya pada sistem kardiovaskuler dan pembuluh darah, pernafasan, pencernaan, endokrin dan lain sebagainya. Seiring meningkatnya usia sehingga terjadi perubahan dalam struktur dan fungsi sel, jaringan, serta sistem organ. Fifik dan psikis yang pada akhirnya akan berpengaruh pada ekonomi dan sosial lansia.

WHO (2009) menyatakan masa lansia di bagi menjadi empat golongan, yaitu usia pertengahan (*middle age*) 45-59 tahun, lanjut usia (*elderly*) 60-74 tahun, lanjut usia tua (*old*) 75-90 tahun dan usia sangat tua (*very old*) di atas 90 tahun. Dan menurut Setyonegoro lanjut usia (*geriatric age*) dibagi menjadi 3 batasan umur, yaitu *young old* (usia 70-75 tahun), *old* (usia 75-80 tahun), dan *very old* (usia > 80 tahun). Berdasarkan b erbagai pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwalansia merupakan seseorang yang berusia di atas 60 tahun.

Data Badan Pusat Statistik Nasional mencatat angka harapan hidup Indonesia kisaran 2010-2015 berada pada angka 71,1 tahun (BPJS,2015) kendali tersebut membawa dampak terhadap peningkatan jumlah populasi lanjut usia (lansia) dunia. Data sensus penduduk tahun 2010, di dapatkan proporsi lanjut usia di Indonesia sebesar 7,59%. Artinya terdapat 18,04 juta jiwa lansia di Indonesia. Undang-undang nomor 36 tahun 2009 pasal 138 ayat 1 menetapkan bahwa upaya pemeliharaan kesehatan bagi lanjut usia harus di tujukan untuk menjaga agar tetap hidup sehat dan produktif secara sosial maupun ekonomis.

Jumlah lanjut usia di Samarinda tepatnya dipanti Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda, terdapat 97 orang lansia diantaranya 55 orang laki-laki 42 orang perempuan terbagi atas 15 wisma dengan, 1 wisma terdiri dari 6 sampai 10 orang lansia dengan 1 orang penanggung jawab atau pengasuh. Stress yang di alami lansia membuat mereka merasa tertekan dan kesulitan menghadapi masa tua mereka tanpa di dampingi keluarga inti. Banyak penyebab yang membuat lansia merasa stress, salah satunya mereka melakukan kegiatan yang membosankan di panti tersebut.

Stres merupakan sesuatu yang menyangkut interaksi antara individu dan lingkungan, yaitu interaksi antara stimulasi respon. Sehingga dapat di katakan stres merupakan konsekuensi setiap tindakan dan situasi lingkungan yang menimbulkan tuntutan psikologis dan fisik pada seseorang<sup>(5)</sup> Stres adalah suatu respon adaptif individu pada berbagai tekanan atau tuntutan eksternal dan menghasilkan gangguan fisik, emosional, dan perilaku.

Menurut (Fraser, 1992) stres disebabkan kombinasi dari lingkungan eksternal dan faktor psikologis. Artinya pada saat individu merasakan bahwa ia dapat berhadapan dengan stressor, secara adaptif kondisi mental atau fisik akan berubah untuk menyesuaikan dengan stimulus tersebut (stressor) yang disebut stress. Menurut kamus lengkap psikologi, stres adalah suatu keadaan tertekan baik secara fisik maupun secara psikologis dan memberikan tekanan dan ketegangan dalam bicara.

Stres juga tidak hanya terjadi karena peristiwa (stressor) yang bersifat negative, tetapi stres dapat juga disebabkan oleh peristiwa (stressor) yang bersifat positif, seperti pernikahan, atau kombinasi dari peristiwa-peristiwa negatif dan positif. WHO menyebutkan terdapat 450 juta orang mengalami gangguan kejiwaan (stres) dan terdapat 10% dari semua total penduduk di Indonesia mengalami stress.

Menurut (sanjaya, 2012) menyebutkan bahwa Lingkungan/intraksi sosial yang baik memungkinkan lansia untuk mendapatkan perasaan memiliki suatu kelompok sehingga dapat berbagi keluh kesah, berbagi perhatian, dan dapat melakukan aktivitas secara bersama-sama yang kreatif dan inovatif<sup>(7)</sup> Pengaruh lingkungan sosial terhadap stres pada lansia dapat menimbulkan berbagai masalah baik secara fisik, mental, serta perubahan kondisi sosial yang dapat mengakibatkan penurunan pada peran-peran sosialnya.

## 2. METODOLOGI

Metode penelitian ini merupakan untuk mengkaji hubungan antara variabel didalam suatu peneliti, rancangan peneliti dapat menjadi salah satu petunjuk peneliti untuk mencapai tujuan penelitian dan sebagai penentu bagi peneliti didalam semua proses penelitian.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau memaparkan peristiwa yang terjadi pada setiap variabel peneliti dan kemudian menganalisis hubungan antara variabel, dengan rancangan cross sectional study yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran/observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat. Peneliti ini menggambarkan tentang hubungan lingkungan sosial pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda.

Ada pun sampel dalam penelitian adalah lansia yang ada di panti. Jumlah populasi dalam penelitian adalah 97 orang dan sampel sebanyak 48 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sampel random sampling. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner yang diambil dari DASS. Uji statistik ini untuk melihat hubungan interaksi sosial dengan tingkat stres pada lansia di panti sosial, data dianalisis dengan menggunakan uji chi-square. Setelah dilakukan uji statistik menggunakan uji alternative. Sehingga di dapat *p* value sebesar 0,501 nilai ini lebih besar nilai taraf signifikan yaitu 0,05. Sehingga dapat di simpulkan bahwa tidak hubungan antara lingkungan sosial dengan tingkat stress pada lansia

Lovi bond dalam Psychology Foundation of Australia (2014) mengatakan bahwa, DASS berisi 14 item untuk setiap skala, Skor depresi, kecemasan, dan stress di hitung dengan menjumlahkan skor untuk item yang relevan. Item skala depresi adalah 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21, 24, 26, 31, 34, 37, 38, 42. Item skala kecemasan adalah 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20, 23, 25, 28, 30, 36, 40, 41. Item skala stre sadalah 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, 22, 27, 29, 32, 33, 35, 39 (Lovibond & Lovibond dalam Psychology Foundation of Australia).

**2.1 Gambaran umum dan lokasi penelitian**

Lokasi penelitian dilaksanakan di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Kota Samarinda tepatnya di jl. Mayor Jendral Sutoyo, Sungai Pinang dalam, Kec. Sungai Pinang, Kalimantan Timur, Kota Samarinda. Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda terdapat 97 orang lansia di antaranya laki-laki 55 dan wanita sebanyak 42. Terbagi kedalam 15 wisma dengan 1 wisma terdiri dari 6 sampai 8 orang lansia dengan 1 orang penanggung jawab atau pengasuh.

**2.2 Analisis univariat**

Karakteristik Responden Analisa dalam penelitian ini menggambarkan distribusi frekuensi dari jenis kelamin dan umur. data jenis kelamin responden pada Panti Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda frekuensi jenis kelamin yaitu perempuan sebanyak 22 lansia (45.8%) dan pada laki-laki sebanyak 26 lansia (54.2%).

Table 1 Menunjukkan bahwa sebagian umur responden dengan umur lasia yang berusia 60 tahun sebanyak 7 orang (14%), lansia yang berusia 61 tahun sebanyak 1 orang (2%). lansia yang berusia 62 tahun sebanyak 1 orang (2%), lansia yang berusia 63 tahun sebanyak 2 orang (4%), lansia yang berusia 64 tahun sebanyak 2 orang (4%), lansia yang berusia 65 tahun sebanyak 2 orang (4%), lansia yang berusia 66 tahun sebanyak 1 orang (2%), lansia yang berusia 67 tahun sebanyak 4 orang (8%), lansia yang berusia 68 tahun sebanyak 2 orang (4%), lansia yang berusia 69 tahun sebanyak 5 orang (10%), lansia yang berusia 70 tahun sebanyak 4 orang (8%), lansia yang berusia 71 tahun sebanyak 5 orang (10%), lansia yang berusia 72 tahun sebanyak 2 orang (4%), lansia yang berusia 74 tahun sebanyak 4 orang (8%), lansia yang berusia 76 sebanyak 2 orang (4%), lansia yang berusia 77tahun sebanyak 1 orang (2%), lansia yang berusia 78 tahun sebanyak 1 orang (2%), dan lansia yang berusia 79 tahun sebanyak 2 orang (4%).

Table 1 karakteristik berdasarkan umur

Umur	Frekuensi	Presentase
60	7	14%
61	1	2%
62	1	2%
63	2	4%
64	2	4%
65	2	4%
66	1	2%
67	4	8%
68	2	2%
69	5	10%
70	4	8%
71	5	10%
72	2	4%
74	4	8%
76	2	4%
77	1	2%
78	1	2%
79	2	4%
Total	48	100%
Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase
Perempuan	22	45.8%
Laki-laki	26	54,2%

Table 2 variabel penelitian lingkungan sosial

Pada Table 2 Menunjukkan bahwa pada variabel lingkungan sosial dengan pembagian pada lansia yaitu baik sebanyak 16 orang (33.3%), sedangkan tidak baik sebanyak 32 orang (66.7%).

	Frekuensi	Persentase
--	-----------	------------

Baik	16	33.3%
Tidak baik	32	66.7%

Table 3 variabel penelitian stress

Pada **Table 3** Menunjukkan bahwa pada variable stress pada lansia adalah ringan 6 lansia (12,5%), sedang sebanyak 29 lansia (60,4%), dan berat sebanyak 13 lansia (27,1%).

	Frekuensi	Persentase
Ringan	6	12,5%
Sedang	29	60,4%
Berat	13	27,1%

### 2.3 Analisis Bivariat

Variabel	Stres						Total		P
	Ringan		Sedang		berat		N	%	
	N	%	N	%	N	%			
Lingkungan social									
Baik	3	18.8%	10	62.5%	3	18.8%	16	100,0%	0,501
tidak baik	3	9.4%	19	59.4%	10	31.2%	32	100,0%	

Hubungan lingkungan sosial dengan tingkat stress pada lansia

Pada **Table 4**. Lanjut usia memiliki lingkungan sosial baik dengan tingkat stress sebanyak 3 (18.8%), lanjut usia memiliki lingkungan sosial baik dengan tingkat stress sebanyak 10 (62.5%), lanjut usia memiliki lingkungan sosial tidak baik dengan tingkat stress sebanyak 3 (9.4%), lanjut usia memiliki lingkungan sosial tidak baik dengan tingkat stress sedang sebanyak 19 (59.4%), lanjut usia memiliki lingkungan sosial tidak baik dengan tingkat stress sebanyak 10 (31.2%).

Setelah dilakukan uji statistik menggunakan uji alternative. Sehingga di dapat *p*value 0,501 nilai ini lebih besar nilai taraf signifikan yaitu 0,05. Sehingga di simpulkan bahwa tidak hubungan antara lingkungan sosial dengan tingkat stress pada lansia.

### 3 HASIL DAN DISKUSI

Lingkungan sosial adalah interaksi di antara masyarakat dengan lingkungan, ataupun lingkungan yang juga terdiri dari mahluk sosial atau manusia. Lingkungan sosial inilah yang kemudian membentuk suatu sistem pergaulan yang memiliki peranan besar di dalam membentuk kepribadian seseorang, dan kemudian terjadilah sebuah interaksi di antara orang atau juga masyarakat dengan lingkungannya.

Stres ialah reaksi kompleks organisme terhadap pengaruh atau dampak non-spesifik dari lingkungan (pengaruh atau dampak) di sebut sensor atau stimulus tubuh dalam menghadapi stres dalam tiga tahap yaitu: reaksi atau alarm (tanggapan terhadap bahaya) ,tahap adaptasi gejala-gejala semua menghilang, dan tahap kelelahan.

Ada pun sampel dalam peneliti adalah lansia yang ada di Panti jumlah populasi dalam penelitian adalah 97 orang dan sampel sebanyak 48 orang. Teknik pengambilan menggunakan sampel random sampling. Instrumen ini berupa kuesioner yang di ambil dari DASS. Uji statistik ini untuk melihat hubungan intraksi sosial dengan tingkat stres pada lansia di panti sosial, data dianalisis dengan menggunakan uji chi-square. Setelah uji statistik menggunakan uji alternative. Sehingga di

dapat  $p$  Value sebesar 0.501 nilai itu lebih besar nilai signifikan yaitu 0,05 di simpulkan tidak ada hubungan antara lingkungan sosial dengan tingkat stres pada lansia.

#### 4 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang di peroleh dari penelitian ini.Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antaraLingkungan sosial dengan tingkat stress pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. Kemudian saran bagi Panti Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda,menambah penelitian ini sebagai wawasan pengetahuan dan menjadi bahan pembelajaran bagi semua pihak,bagi universitas muhammadiyah kalimantan timur diharapkan dari hasil penelitian ini supaya dapat digunakan data dasar untuk acuan dan pedoman dalam melakukan penelitian stres,bagi peneliti agar menjadi inspirasi dalam melakukan penelitian serta perlu adanya penelitian mendalam untuk mengetahui hubungan lingkungan sosial dengan tingkat stres pada lansia.

#### REFERENSI

- Consatantinides, 2006. Teori Proses Menua, dalam: R. Boedhi-Darmojo (Penyunting),Geriatri,Balai Penerbit FKUI, Jakarta.
- Badan Pusat Statistik Nasional , 2015. *Pedoman Pendataan Survei Penduduk Antar Sensus 2015*. nasional : Badan Pusat Statistik
- Badan Pusat Statistik Jakarta Pusat , 2010. Statistik Indonesia Tahun 2010. Jakarta Pusat : Badan Pusat Statistik
- Darmojo, R.B, & Martono, H.H. (2004). Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut). Jakarta: Balai Penerbit FKUI
- Hawari, Dadang (2013). Stress, Cemas, dan Depresi. Jakarta : FK UI
- World Health Organization. (2004). The World Health Organization Quality of Life(WHOQOL)-BREF. [http://www.who.int/substance\\_abuse/research\\_tools/en/indonesian\\_whoqol](http://www.who.int/substance_abuse/research_tools/en/indonesian_whoqol). Pdf.Tanggal 23 Desember 2016.
- Sanjaya. 2012. Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kesepian Pada Lansia. Jurnal Keperawatn Holistik
- Kurniasari, ND. (2014). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan stres pada Lansia di Dusun Kalimantan, Abarketawang, Gamping, Sleman, Yogyakarta. Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Fraser, T.M., 1992. Stres dan Kepuasan Kerja. Jakarta : PT. Sapdodadi
- Relawati, A. (2010). Hubungan Antara Tingkat stres Dengan Interaksi Sosial Pada Lansia Di Panti Wredha Dharma Bhakti Sukarta. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Sari, Retno. Hubungan Bentuk Interaksi Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia. Diakses tanggal 1 Agustus 2018. Panti Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda,2019
- Akhmadi. (2009). Permasalahan lanjut usia (Lansia). Retrieved February 10, 2010.
- Destur. 2015. Pengertian dan Klasifikasi Lansia (Lanjut Usia). Diakses tanggal 22 Februari 2016
- Sugiyono. 2012. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Lumonga, Lubis (2009). Depresi/stres Tinjauan Psikologis. Jakarta : Kencana Prenada Media Grup
- Notoatmodjo, S. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- Prihatnanto, Febri. (2013). “Hubungan Antara Tingkat stres Dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia Di Desa Gedongan”. Skripsi. Kabupaten Sukoharjo. Surakarta : Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Suardiman, S P (2011) Psikologi stres Usia Lanjut. Yogyakarta : Gadjah Mada University
- Lovibond. (1995). The Structure Of Negative Emotional States: Comparison Of The Depression Anxiety Stress Scales (Dass) With The Beck Depression And Anxiety Inventories. Australia.