

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN TINGKAT STRESS PADA LANSIA USIA 60-74 TAHUN DI DUSUN GEBANG MALANG DESA BANDUNG KECAMATAN DIWEK KABUPATEN JOMBANG

The Correlation Of Family Social Support With Stress Level For The Elderly As Old As 60-74 Years At Gebang Malang Sub Village , Bandung Village , Diwek Sub District ,In Jombang District

Anton Fatoni¹, Shanti Rosmaharani,² Rifa'i³

- 1. Program Sarjana Keperawatan, STIKES PEMKAB Jombang*
- 2. Program Sarjana Keperawatan, STIKES PEMKAB Jombang*
- 3. Program Sarjana Keperawatan, STIKES PEMKAB Jombang*

ABSTRAK

Pendahuluan : Lansia yang dalam kehidupannya sering mengalami perubahan dapat memicu terjadinya stress. Perubahan yang sering dirasakan lansia adalah pemarah, pemurung, cemas, gelisah, sedih, pesimis, menangis, suasana hati berubah-ubah, harga diri menurun, merasa tidak aman atau mudah tersinggung, sehingga dukungan dari keluarga sangat dibutuhkan untuk meminimalkan terjadinya stress. Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui Hubungan dukungan sosial keluarga dengan tingkat stress pada Lansia usia 60-74 tahun di Dusun Gebang Malang Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang. **Metode :** Desain penelitian menggunakan analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah Semua lansia di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang sejumlah 45 orang. Besar sampel yang di gunakan sebanyak 40 responden. Teknik sampling adalah *simple random sampling*. Variabel penelitian terdiri dari variabel independen yaitu dukungan sosial keluarga dengan menggunakan kuesioner dan variabel dependen yaitu tingkat stress pada Lansia usia 60-74 tahun dengan menggunakan kuesioner. Selanjutnya di uji analisis menggunakan uji statistik *rank spearman* dengan $\alpha = 0,05$. **Hasil :** Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar (55%) responden dukungan sosial keluarga adalah tinggi sejumlah 22 orang. sebagian besar (57,5%) responden tingkat stresnya normal sejumlah 23 orang. Hasil dari uji *rank spearman* didapatkan $0,000 < 0,005$. **Pembahasan :** Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukan bahwa ada Hubungan dukungan sosial keluarga dengan tingkat stress pada Lansia usia 60-74 tahun di Dusun Gebang Malang Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang. Perlunya dukungan sosial keluarga untuk meminimalkan terjadinya stress pada lansia dan memotivasi lansia agar lebih aktif meningkatkan aktifitas yang positif seperti kegiatan keagamaan serta keluarga ikut aktif mengantarkan lansia pergi keposyandu lansia.

Kata Kunci : dukungan sosial keluarga, stress, lansia

ABSTRACT

Introduction : *The elderly in the life often changes can make stress . the changes which are often experienced by the elderly are angry, sad, nervous , pessimism , cry, the condition of heart always changes, self regard decreases, feel unsafe , or easily offended. So that family support is very needed to minimize stress happen. This research aimed to know the correlation of family social support with the stress level for the elderly as old as 60-74 years at Gebang Malang Sub Village , Bandung Village , Diwek Sub District , In Jombang District. The research design used a correlation analytic with cross sectional approach. The population in this research was all elderly at Bandung Village , Diwek Sub district in Jombang District as many as 45 people. The number of samples that was used as many as 40 respondents. The sampling technique was simple random sampling. The research variables consisted of independent variable, namely family social support with using a questionnaire and dependent variable was stress level for the elderly as old as 60-74 years with using a questionnaire. Furthermore, it was tested by statistical analysis with using Spearman rank statistical test with $\alpha = 0.05$. The results of this research showed that the majority (55%) of respondents -family social support was high as many as 22 people. the majority (57.5%) of respondents - stress level was normal as many as 23 people. Spearman rank test result was obtained from $0.000 < 0.005$. The conclusion of this research showed that there was a correlation of family social support with stress level for the elderly as old as 60-74 years at Gebang Malang Sub village , Bandung Village , Diwek Sub district , In Jombang District. It needs family support to minimize stress happen for the elderly and motivate the elderly in order to be more active to increase positive activity such*

as religious activity as well as family takes active role to escort the elderly to go to the elderly treatment center.

Keywords: *Family Social support, Stress, The elderly*

PENDAHULUAN

Pada hakekatnya menjadi tua merupakan proses alamiah yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya yaitu masa anak, masa dewasa dan masa tua. Tiga tahap ini berbeda baik secara biologis maupun psikologis. Memasuki masa tua berarti mengalami kemunduran secara fisik maupun psikis. Kemunduran fisik ditandai dengan kulit yang mengendur, rambut memutih, penurunan pendengaran, penglihatan memburuk, gerakan lambat, kelainan berbagai fungsi organ vital, sensitivitas emosional meningkat dan kurang gairah. Proses menua merupakan suatu proses biologis yang tidak dapat dihindarkan yang akan dialami setiap orang.

Faktor dukungan keluarga merupakan faktor yang dapat menentukan tingkat stres lansia dimana semakin tinggi support sistem keluarga maka semakin kecil stres yang dialami lansia, sedangkan faktor perasaan terbuang juga dapat meningkatkan stres lansia dimana dengan dititipkannya mereka di panti mereka merasa seakan terbuang (Rosmiaty, 2006).

Seseorang yang mengalami stres dapat dilihat dari perubahan-perubahan yang terjadi pada kondisi fisiknya. Keluhan yang sering dirasakan pada orang yang mengalami stres adalah pmarah, pemurung, cemas, gelisah, sedih, depresi, pesimis, menangis, *mood* atau suasana hati sering berubah-ubah, harga diri menurun atau merasa tidak aman, mudah tersinggung, mudah menyerah pada orang dan mempunyai sikap bermusuhan, mimpi buruk, serta mengalami gangguan konsentrasi dan daya ingat (Hawari 2013). Dukungan keluarga yang diberikan sesuai dengan apa yang dibutuhkan oleh lansia. Dukungan anggota keluarga memberikan contoh yang baik pada lansia, seperti melakukan atau menyarankan perilaku yang sehat. Anggota keluarga terlalu menjaga atau mendukung lansia dalam melakukan sesuatu yang diinginkannya (Azizah, 2011).

Pada masa ini masih banyak penduduk muda yang dapat mendukung penduduk tua. Pada saat ini, rasio ketergantungan lanjut usia

telah meningkat dari 12,12 tahun 2005 menjadi 13,52 tahun 2007 dan 13,57 pada tahun 2009 (SUSENAS 2009). Hal ini berarti tahun 2005, 12 lanjut usia didukung oleh 100 orang usia muda (15-44 tahun) sedangkan pada tahun 2009 meningkat menjadi 13 lanjut usia yang didukung oleh 100 orang usia muda (Komisi Nasional Lanjut Usia, 2010).

Pada tahun 2000 jumlah lansia di Indonesia diproyeksikan sebesar 7,28% dan pada tahun 2020 menjadi sebesar 11,34 (BPS, 1992, dalam Maryam dkk, 2008). Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2007 jumlah Lanjut Usia (Lansia) di Jatim mnencapai 4.209.817 jiwa atau (11,14%) dari jumlah penduduk di Jatim yang tercatat 37.794.003 jiwa.

Prevalensi kejadian stres pada lansia karena dukungan keluarga di Indonesia mencapai 8,34 % (BPS, 2007). Di Jawa Timur jumlah angka kejadian stresnya sebanyak 7,18 %, stres menjadi salah satu problem gangguan mental yang sering ditemukan pada lanjut usia (Kaplan, 2010). Jumlah lansia di kabupaten sebanyak 90.866 juta jiwa untuk lansia laki-laki, sedangkan lansia perempuan mencapai 28.703 juta jiwa (Dinkes, 2012). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Jombang pada tahun 2014 didapatkan bahwa data jumlah lansia tertinggi di Puskesmas Cukir Jombang sejumlah 10.930 orang, Puskesmas Perak sejumlah 9.736 orang, Puskesmas Mojowarno sejumlah 9.618 orang, Puskesmas Bareng sejumlah 9.570 orang, Puskesmas Bandar Kedungmulyo sejumlah 8.885 orang (Dinas Kesehatan Jombang, 2014).

Berdasarkan studi pendahuluan hubungan dukungan sosial keluarga dengan tingkat stress pada Lansia usia 60-74 tahun di Dusun Bandung Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang didapatkan data dari wawancara responden yang diantarkan keluarga untuk periksa kesehatan rutin ke puskesmas dan diantarkan keluarga untuk ke posyandu sejumlah 4 responden dan lansia yang takut tidur sendiri pada malam hari dan membutuhkan keluarga untuk menemani tidur sejumlah 4 responden serta lansia yang

takut akan kematian yang mendadak sebanyak 2 responden.

Menurut Ambarwari (2010) bahwa dukungan keluarga dapat memperkuat setiap individu, menciptakan kekuatan keluarga, memperbesar penghargaan terhadap diri sendiri, mempunyai potensi sebagai strategi pencegahan yang utama bagi seluruh keluarga dalam menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari.

Keluarga merupakan sistem pendukung utama yang memberikan perawatan langsung setiap keadaan sehat dan sakit terhadap penderita. Dukungan keluarga adalah bantuan yang berupa perhatian emosi, bantuan instrumental, maupun penilaian yang diberikan oleh sekelompok anggota keluarga yang bertujuan meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikisnya serta merupakan salah satu bentuk dukungan sosial. Hal ini sesuai dengan pendapat Friedman (2010) adapun dukungan sosial keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap penderita. Keluarga berfungsi sebagai sistem pendukung bagi anggotanya dan anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung, selalu siap memberikan pertolongan dengan bantuan jika diperlukan. Menurut Setiadi (2008), dukungan keluarga merupakan salah satu unsur dari dukungan sosial dapat diberikan dalam bentuk, yaitu: dukungan informasi, dukungan penilaian, dukungan instrumental, dan dukungan emosi.

Menurut Lieberman (1992) dalam Azizah (2011) mengemukakan bahwa secara teoritis dukungan keluarga dapat menurunkan kecenderungan munculnya kejadian yang dapat menyebabkan stres. Apabila kejadian stres terjadi, interaksi dengan adanya anggota keluarga dapat memodifikasi dan mengubah persepsi lansia untuk mengurangi potensi stres. Dukungan keluarga dapat mengubah respon lansia terhadap kejadian stres dan mempengaruhi strategi untuk mengatasi stres.

Dukungan keluarga merupakan salah satu bentuk dari terapi keluarga yang termasuk pada penatalaksanaan stres pada lansia. Karena melalui keluarga berbagai masalah-masalah kesehatan itu bisa muncul sekaligus dapat diatasi. Jadi dengan adanya dukungan keluarga yang mempunyai ikatan

emosional setidaknya akan memberikan kekuatan pada lansia untuk menjalani hari tua yang lebih baik. Karena itu perlu dukungan dari berbagai pihak, mulai dari instansi pemerintah hingga tingkatan keluarga untuk ikut peduli terhadap kehidupan lansia baik itu melalui posyandu lansia, meningkatkan peran lansia dalam organisasi, pembinaan hubungan antargenerasi, maupun pelatihan keterampilan bagi para lansia. Karena didalam kelompok, para lansia dapat berdiskusi tentang kesehatan, bertukar pikiran, serta senam bersama (Amareta, 2008).

Santrock (2004) mengemukakan bahwa lansia yang berhubungan dekat dengan keluarganya mempunyai kecenderungan lebih sedikit untuk stres dibanding lansia yang hubungannya jauh, oleh karena itu lansia yang berada di lingkungan keluarga atau tinggal bersama keluarga serta mendapat dukungan dari keluarga akan membuat lansia merasa lebih sejahtera. Sedangkan peran perawatnya adalah memberi pendidikan dan konseling serta memberikan motivasi pada keluarga, merawat orang tua lanjut usia dengan anggota keluarga yang bermasalah, mengkaji kebutuhan/ permasalahan keluarga dan berupaya menanggulangnya (Ali, 2005).

Berdasarkan data diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan dukungan sosial keluarga dengan tingkat stress pada Lansia usia 60-74 tahun di Dusun Gebang Malang Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang".

METODE PENELITIAN

Desain penelitian adalah korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini Semua lansia di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang sejumlah 45 orang. Sampel pada penelitian ini adalah 40 orang. Dalam penelitian, peneliti menggunakan *simple random sampling*. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 22-29 April 2016. Variable dalam penelitian adalah variable independen yaitu dukungan social keluarga, dan variable dependen yaitu tingkat stress pada Lansia usia 60-74 tahun adalah kuesioner.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan dukungan sosial keluarga di Dusun Gebang Malang Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang tanggal 22-29 April 2016.

No	Dukungan sosial keluarga	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tinggi	22	55
2	Sedang	18	45
3	Rendah	0	0
	Total	40	100

Sumber : Data primer 2016

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat stress di Dusun Gebang Malang Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang tanggal 22-29 April 2016.

No	Tingkat stress	Frekuensi	Persentase (%)
1	Normal	23	57,5
2	Ringan	17	42,5
3	Sedang	0	0
4	Berat	0	0
5	Sangat berat	0	0
	Total	40	100

Sumber : Data primer 2016

Tabel 3. Tabulasi silang hubungan dukungan sosial keluarga dengan tingkat stress pada Lansia usia 60-74 tahun di Dusun Gebang Malang Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang tanggal 22-29 April 2016

Dukungan social keluarga	Tingkat stress					
	Ringan		Normal		Total	
	Σ	%	Σ	%	Σ	%
Sedang	14	77,8	4	22,2	18	100
Tinggi	3	13,6	19	86,4	22	100
Total	17	42,5	23	57,5	40	100

Sumber : Data primer 2016

Tabel 1. menunjukkan bahwa sebagian besar (55%) responden dukungan sosial keluarga adalah tinggi sejumlah 22 orang.

Tabel 2. menunjukkan bahwa sebagian besar (57,5%) responden tingkat stresnya normal sejumlah 23 orang.

Tabel 3. menunjukkan bahwa keluarga yang memberi dukungan sosial keluarga tinggi maka lansia mengalami tingkat stress normal sejumlah 19 responden dengan persentase (86,4%).

Hasil uji statistik *rank spearman* diperoleh angka signifikan atau nilai *probabilitas* (0,000) jauh lebih rendah standart signifikan dari 0,05 atau ($\rho < \alpha$), maka data H_0 ditolak dan H_1 diterima yang

berarti ada hubungan dukungan sosial keluarga dengan tingkat stress pada Lansia usia 60-74 tahun di Dusun Gebang Malang Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang .

Dukungan sosial keluarga

Tabel 1. menunjukkan bahwa sebagian besar (55%) responden dukungan sosial keluarga adalah tinggi sejumlah 22 orang.

Dukungan keluarga merupakan hal yang penting untuk seseorang. Dalam penelitian ini dukungan keluarga sebagian besar tinggi. Hal inilah yang membuat para lansia dalam bisa menahan atau mengendalikan stress yang dialami jika menghadapi suatu masalah yang berat.

Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap keluarga yang sakit ataupun keluarga yang sehat. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan. Menurut Friedman (1998) dalam Akhmadi (2009). Menurut Setiadi (2008), dukungan keluarga merupakan salah satu unsur dari dukungan sosial dapat diberikan dalam bentuk, yaitu: dukungan informasi, dukungan penilaian, dukungan instrumental, dan dukungan emosi.

Tabel 4.7. menunjukkan bahwa sebagian besar (75%) responden status pernikahan punya pasangan sejumlah 30 orang.

Menurut Johson (2010) pasangan suami istri adalah hubungan suami istri sebagai dasar bagi pembimbing keluarga, dan beberapa sanak saudara yang menjadi bagian keluarga karena adanya hubungan dengan suami atau istri.

Menurut peneliti lansia mempunyai pemahaman yang baik tentang adanya dukungan keluarga dikarenakan pasangannya selalu mencari solusi dalam menghadapi masalah dalam kehidupan sehari-hari sehingga tidak sampai menyebabkan stress pada lansia.

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya (92,5%) responden pendidikan SD sejumlah 37 orang.

Responden yang berpendidikan dasar masih bisa berfikir yang lebih dewasa bahwa responden merasa ada dukungan dari keluarga untuk terus mengendalikan stress atau mengatasi stress saat menghadapi suatu masalah terutama masalah yang terjadi pada lansia seperti kecemasan, insomnia, lupa ingatan, depresi.

Semakin tinggi tingkat pendidikan kemungkinan akan mendapatkan dukungan sosial dari orang yang berada disekitarnya. Konsep dasar pendidikan adalah suatu proses belajar yang berarti didalam pendidikan itu terjadi proses pertumbuhan, perkembangan atau perubahan ke arah yang lebih dewasa lebih baik, dan lebih matang pada diri individu, kelompok atau masyarakat (Kodriati, 2010). Dalam hal ini kemampuan kognitif yang membentuk cara berfikir seseorang termasuk kemampuan untuk memahami faktor-faktor yang berhubungan

dengan penyakit dalam upaya menjaga kesehatan dirinya (Rahayu, 2008).

Tingkat stres

Tabel 4.9 menunjukkan bahwa sebagian besar (57,5%) responden tingkat stresnya normal sejumlah 23 orang sedangkan tingkat stres ringan sejumlah 17 orang (42,5%).

Hal ini sesuai dengan pendapat yang dinyatakan oleh Mardiana (2015) bahwa stres merupakan suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh setiap orang. Stres memberikan dampak secara total pada individu seperti dampak: fisik, sosial, intelektual, psikologis, dan spiritual.

Menurut peneliti masih ada sebagian kecil responden yang tingkat stress ringan pada lansia dikarenakan pada waktu memasuki masa usia lanjut, terjadi berbagai perubahan baik yang bersifat fisik, mental, maupun sosial. Jadi, memasuki usia lanjut tidak lain adalah upaya penyesuaian terhadap perubahan-perubahan tersebut. Sebagai proses alamiah, perkembangan manusia sejak periode awal hingga masa usia lanjut merupakan kenyataan yang tidak bisa dihindari. Perubahan-perubahan menyertai proses perkembangan termasuk ketika memasuki masa usia lanjut. Ketidaksiapan dan upaya melawan perubahan-perubahan yang dialami pada masa usia lanjut justru akan menempatkan individu usia ini pada posisi serba kalah yang akhirnya hanya menjadi sumber akumulasi stress dan frustrasi.

Adapun perubahan fisik yang menjadi indikator penentu dalam tingkat stres individu, dalam hal ini lansia antara lain: panas, dingin, nyeri, masuknya organisme, trauma fisik, kesulitan eliminasi, dan kekurangan makan. Perubahan mental atau psikologis yang menjadi indikator antara lain: kritik yang tidak dapat dibenarkan, kehilangan, ketakutan, serta krisis situasi. Sedangkan perubahan sosial sebagai stresor dan penentu tingkat stres pada lansia antara lain: isolasi atau ditinggalkan, status sosial dan ekonomi, perubahan tempat tinggal atau tempat kerja, dan bertambahnya anggota keluarga.

Tabel 4.1. menunjukkan bahwa seluruhnya (100%) responden berumur 60-74 tahun sejumlah 40 orang.

Stress pada usia lansia adalah kondisi tidak seimbang, terjadi menyeluruh pada

tubuh yang tercipta bila orang yang bersangkutan melihat ketidaksepadanan antara keadaan dan sistem sumber daya biologis, psikologis dan sosial, dimana terjadi penurunan kemampuan mempertahankan hidup yang akhirnya mengakibatkan kematian (Setiabudi, 2010).

Usia lanjut mempengaruhi stress, hal ini dikarenakan pada lansia terjadi penurunan kemampuan memperahankan hidup, menyesuaikan diri terhadap lingkungan, fungsi badan dan kejiwaan secara alami. Selain itu pada usia lanjut kondisi tubuh tidak seimbang terjadi menyeluruh pada tubuh yang tercipta bila orang yang bersangkutan melihat ketidaksepadanan antara keadaan dan sistem sumber daya biologis, psikologis dan sosial, dimana terjadi penurunan kemampuan mempertahankan hidup.

Tabel 4.4. menunjukkan bahwa hampir seluruhnya (80%) responden bekerja sejumlah 32 orang.

Lingkungan pekerjaan juga dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung (Mubarak, 2010).

Menurut peneliti responden yang bekerja masih bisa memiliki teman atau orang yang bisa diajak untuk berkomunikasi terutama ketika ada masalah yang harus dihadapi sehingga kejadian stress bisa di minimalkan. Dengan adanya pekerjaan sebagian waktu responden dihabiskan untuk bekerja sehingga ada kegiatan positif yang dilakukan dan responden merasa dirinya berguna serta produktif.

Hubungan dukungan sosial keluarga dengan tingkat stress pada Lansia usia 60-74 tahun

Tabel 4.10 menunjukkan bahwa dari 40 responden dukungan sosial keluarga tinggi dengan tingkat stress normal sejumlah 19 responden dengan persentase (86,4%).

Hasil uji statistik *rank spearman* diperoleh angka signifikan atau nilai *probabilitas* (0,000) jauh lebih rendah standart signifikan dari 0,05 atau ($\rho < \alpha$), maka data H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada hubungan dukungan sosial keluarga dengan tingkat stress pada Lansia usia 60-74 tahun di Dusun Gebang Malang Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang .

Dukungan keluarga bukanlah satu satunya faktor yang mempengaruhi stress pada lansia. Terdapat faktor- faktor lainnya yang berasal dari individu itu sendiri, misalnya penyakit, menopause, keadaan emosi, dan faktor yang berasal dari luar lansia yaitu perubahan lingkungan yang dapat mempengaruhi stress pada lansia (Azizah 2011). Secara teoritis dukungan keluarga dapat menurunkan kecenderungan munculnya kejadian yang dapat menyebabkan stress. Apabila kejadian stress terjadi, interaksi dengan adanya anggota keluarga dapat memodifikasi dan mengubah persepsi lansia untuk mengurangi potensi stress. Dukungan keluarga dapat mengubah respon lansia terhadap kejadian stress dan mempengaruhi strategi untuk mengatasi stress.

Hal ini selaras dengan pernyataan Santrock (2006) dalam Azizah (2011) mengemukakan bahwa dukungan keluarga dapat membantu lansia mengatasi masalah secara efektif, meningkatkan kesehatan fisik dan mental. Hal ini diperkuat oleh Potter & Perry (2005, hh. 23 & 502) yang menyatakan bahwa keluarga memainkan peran penting dalam menciptakan dan mempertahankan konsep diri anggotanya. Salah satu reaksi responden dan keluarga terhadap perubahan konsep diri bergantung pada dukungan yang tersedia. Seseorang yang memiliki sistem pendukung yang baik cenderung lebih nyaman dan tenang menjalani kehidupan.

Dukungan keluarga bagi lanjut usia sangat penting , karena dukungan keluarga yang baik telah terbukti meningkatkan derajat kekebalan terhadap stress dan bertindak sebagai suatu pelindung bagi lanjut usia yang bersangkutan dari akibat stress. Kejadian stress pada penelitian ini berada pada kategori sebagian besar normal dan sebagian kecil ringan. Keadaan tersebut menunjukkan bahwa responden tidak mengalami stress dalam kehidupannya apabila keluarga memberikan dukungan dan perhatian dengan baik.

Faktor lainnya yaitu masih mempunyai pekerjaan dimana lansia tersebut yang sehari-harinya melakukan kegiatan atau bekerja dan sudah beraktifitas seperti biasanya. Dengan bekerja lansia akan mendapatkan uang dan bisa mencukupi kebutuhan hidup sehari-hari sehingga tidak mudah mengalami stress.

Tabel 4.6. menunjukkan bahwa seluruhnya (100%) responden mendapatkan sumber informasi dari petugas kesehatan sejumlah 38 orang.

Menurut peneliti responden yang stressnya normal dikarenakan responden sudah mendapatkan informasi dari petugas kesehatan tentang masalah kesehatan yang dihadapi lansia, petugas kesehatan juga memberikan informasi agar segera menyelesaikan masalah yang dihadapi agar tidak sampai terjadi stress pada lansia. Selain itu dukungan sosial keluarga juga mempengaruhi lansia tidak mengalami stress.

(Azwar, 2011) mengemukakan penyampaian informasi sebagai tugas pokoknya, media massa membawa pula pesan-pesan yang berisi sugesti yang dapat mengarahkan pemikiran seseorang dan membantu untuk mengetahui hal-hal atau informasi yang baru.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dukungan sosial keluarga sebagian besar adalah tinggi di Dusun Gebang Malang Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang (55%)

Tingkat stress pada lansia sebagian besar adalah normal di Dusun Gebang Malang Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang (57,5%).

Ada hubungan dukungan sosial keluarga dengan tingkat stress pada Lansia usia 60-74 tahun di Dusun Gebang Malang Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang ($\rho = 0,000 < \alpha = 0,05$).

Dengan adanya penelitian ini diharapkan bagi kader posyandu lansia bisa memberikan informasi tentang pentingnya melakukan pencegahan stress dengan cara mengaktifkan program rutin posyandu, senam lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Rosmiaty, 2006. *Faktor stress lansia*. <http://journal.respati.ac.id/index.php>. Diakses 17/12/2015.
- Hawari. 2013. *Manajemen Stress Cemas dan Depresi*. Jakarta. FKUI.
- Azizah, L. 2011. *Dukungan keluarga menurunkan kecenderungan stress*. <http://journal.respati.ac.id/index.php>. Diakses 08/12/2015.

- Maryam, 2008. *Data Lansia di Indonesia tahun 2008*. <http://repository.usu.ac.id/bitstream>. Diakses 12/12/2015
- Biro Pusat Statistik, 2007. *Prevelensi kejadian stress lansia*. <http://repository.poltekkesmajapahit.ac.id/index.php>. Diakses 15/12/2015.
- Dinas Kesehatan Jombang. 2014. *Jumlah lansia di Jombang*.
- Dinkes, 2012. *Angka kejadian stress*. <http://repository.poltekkesmajapahit.ac.id>. Diakses 15/12/2015.
- Ambarwari. 2010. *Dukungan keluarga memperkuat individu*. <http://repository.poltekkesmajapahit.ac.id/index.php>. Diakses 15/12/2015.
- Setiadi. 2008. *Konsep dan Proses Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta. Graha.
- Amareta, 2008. *Dukungan keluarga bentuk penatalaksanaan stress lansia*. <http://repository.poltekkesmajapahit.ac.id/index.php>. Diakses 15/12/2015.
- Santrock. 2004. *Dukungan keluarga membuat lansia merasa lebih sejahtera*. <http://repository.poltekkesmajapahit.ac.id/index.php>. Diakses 15/12/2015
- Ali. 2005. *Peran perawat*. <http://repository.poltekkesmajapahit.ac.id/index.php>. Diakses 15/12/2015
- Ahmady. 2009. *Dukungan keluarga*. <http://repository.usu.ac.id/bitstream>. Diakses 17/12/2015.
- Setiabudi, 2010. *Stress pada lansia*. <http://journal.respati.ac.id/index.php>. Diakses 17/12/2015.
- Azwar, Saifudin. 2011. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta Pustaka Pelajar.
- Mubarok. 2010. *Promosi Kesehatan Sebuah Pengantar Proses Belajar Mengajar Dalam Pendidikan*. Yogyakarta. Graha Ilmu.
- Mardiana. 2010. *Stress*. <http://repository.poltekkesmajapahit.ac.id/index.php>. Diakses 15/12/2015.