

Penelitian Dosen

TINGKAT PENGETAHUAN LANSIA TERHADAP STRES AKIBAT PENURUNAN FUNGSI FISIK DI PANTI WERDA KRISTEN HANA, TANGERANG, BANTEN, 2014

Labora Sitinjak, S.Kp., M.Kep

Dosen Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya, Jakarta

Email: laborasitinjak@yahoo.com

Abstrak

Tingkat pengetahuan Pengetahuan (*knowledge*) adalah hasil pengindraan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan sebagainya). Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui telinga dan mata. Stres merupakan istilah yang berasal dari bahasa latin "*stingere*" yang berarti "keras" (*stricus*). Istilah ini mengalami perubahan seiring dengan perkembangan penelaahan yang berlanjut dari waktu ke waktu dari *straise*, *strest*, *stresce*, dan stres. Abad ke-17 istilah stres diartikan sebagai kesukaran, kesusahan, kesulitan, atau penderitaan. Pada abad ke-18 istilah ini digunakan dengan lebih menunjukkan kekuatan, tekan, ketegangan atau usaha yang keras berpusat pada benda dan manusia, terutama kekuatan mental manusia. Lansia adalah bagian dari proses tumbuh kembang. Manusia tidak secara tiba-tiba menjadi tua, tetapi berkembang dari bayi, anak-anak, dewasa dan akhirnya menjadi tua. Hal ini normal, dengan perubahan fisik dan tingkah laku yang dapat diramalkan yang terjadi pada semua orang pada saat mereka mencapai usia tahap perkembangan kronologis tertentu. Lansia merupakan suatu proses alami yang ditentukan oleh Tuhan Yang Maha Esa, semua orang akan mengalami proses menjadi tua dan masa tua merupakan masa hidup manusia yang terakhir. Di masa ini seseorang mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial secara bertahap. Penelitian ini adalah untuk mencari gambaran tingkat pengetahuan Lansia terhadap stres akibat penurunan fungsi fisik. Sampel dalam penelitian ini adalah > 20% dari populasi yakni 24 orang. Metode pengumpulan data dilakukan secara *cross sectional*. Hasil yang didapatkan adalah bahwa dari 24 responden menjawab pertanyaan dengan benar tentang pengertian stres sebanyak 72 (100%) dan salah 0 (0%), tentang tahapan stres sebanyak 70 (97%) benar dan salah 2 (3%), tentang pencegahan stres sebanyak 71 (99%) benar dan salah 1 (1%) dan tentang cara mengatasi stres sebanyak 72 (100%) benar dan salah 0 (0%). Dengan demikian tingkat pengetahuan Lansia rata-rata baik.

Kata kunci: Tingkat pengetahuan, stres, Lansia.

Latar Belakang

Beberapa jenis permasalahan yang dialami lanjut usia antara lain secara fisik, mental, sosial dan psikologis. Hal ini akan mengakibatkan gangguan dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari. Perbaikan perawatan dan penyediaan fasilitas kesehatan serta semakin baiknya gizi masyarakat selama tiga dekade terakhir berdampak pada meningkatnya usia harapan hidup penduduk Indonesia yang membawa konsekuensi meningkatnya jumlah lanjut usia dari

tahun ke tahun. Dengan semakin panjangnya usia harapan hidup, akan berimplikasi pada permasalahan sosial yang berkaitan dengan kondisi fisik, psikologis, sosial dan ekonomi di mana jumlah lanjut usia terlantar semakin meningkat.

Stres merupakan istilah yang berasal dari bahasa latin "*stingere*" yang berarti "keras" (*stricus*). Istilah ini mengalami perubahan seiring dengan perkembangan penelaahan yang berlanjut dari waktu ke waktu dari *straise*, *strest*,

stresce dan stres. Abad ke -17 istilah stres diartikan sebagai kesukaran, kesusahan, kesulitan atau penderitaan. Pada Abad ke -18 istilah ini digunakan dengan lebih menunjukkan kekuatan, tekanan, ketegangan, atau usaha yang keras berpusat pada.

Penderita stres sekarang ini semakin banyak, pernyataan dari dr. Ratna Mardiyanti dokter jiwa dari rumah sakit Soeherdjan, sekitar 1,33 juta penduduk DKI Jakarta diperkirakan mengalami gangguan kesehatan mental atau stres. Gangguan stres itu disebabkan berbagai hal, terutama karena masalah pekerjaan dan tata ruang kota yang buruk di DKI Jakarta. Angka tersebut mencapai 14% dari total penduduk dengan tingkat stres akut (stres berat) mencapai 1-3%. Data dinas kependudukan dan catatan sipil DKI Jakarta menunjukkan jumlah penduduk DKI Jakarta saat ini mencapai 9,5 juta jiwa. Jumlah penduduk yang stres mencapai 1,33 juta (14% dari 9,5 juta), sementara stres berat mencapai 95.000-285.000 orang (1-3% dari 9,5 juta). http://eprints.undip.ac.id/33160/1/BAB_1.pdf.

diambil pada hari Kamis, 6 Juni 2013, Pk 22 WIB.

Dalam penelitian ini yang menjadi sasaran atau target penelitian adalah masyarakat Lansia di Panti Werda Kristen Hana Tangerang Banten, dengan menetapkan responden sesuai dengan tata cara penetapan sampel. Peneliti tertarik melakukan penelitian ini di Panti Werda Kristen Hana Tangerang Banten, karena pada saat peneliti berkunjung di Panti Werda Kristen Hana Tangerang Banten, bulan Desember 2014 yang lalu menemukan banyak lansia dengan tekanan darah tinggi dan penurunan fungsi fisik. Dari data-data tersebut maka peneliti akan membuat penelitian tentang tingkat pengetahuan Lansia terhadap stres akibat penurunan fungsi fisik di Panti Werda Kristen Hana Tangerang Banten.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode survei deskriptif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* dan mengambil 20% dari

populasi yakni 93 orang jadi sampel adalah 24 orang, dengan kriteria: Lansia, dengan batas usia menurut WHO yakni : 60 - > 90 tahun, Bisa membaca dan menulis, tidak sakit berat, bersedia menjadi responden

Variabel independen pada penelitian ini adalah pengertian, penyebab, tahapam, cara mencegah dan cara mengatasi stres., sedangkan variabel dependennya adalah tingkat pengetahuan lansia terhadap stres akibat penurunan fungsi fisik. Diukur dengan menggunakan angket/kuisoner dengan ketentuan pilihan setuju dan tidak setuju atau menggunakan skala Guttman.

Kemudian hasil presentase dimasukan ke dalam standar kriteria objektif yang dibagi dalam tiga kategori penilaian: Baik kalau jawaban yang benar: 11-15, Cukup kalau jawaban yang benar: 6-10, Kurang kalau jawaban yang benar: 1-5

Analisa jenis data yang digunakan dalam adalah jenis Analisa Deskriptif (*Analisis Univariante*).

Hasil Penelitian

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Lansia terhadap pengertian stres di Panti Werda Kristen Hana Tangerang Banten

| Hasil | Frekuensi | Persen |
|-------|-----------|--------|
| Benar | 72 | 100% |
| Salah | 0 | 0% |
| Total | 72 | 100% |

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 24 responden 100 % menjawab benar. Artinya Tingkat Pengetahuan Lansia terhadap pengertian stres adalah baik (100%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Lansia terhadap penyebab stres di Panti Werda Kristen Hana Tangerang Banten

| Hasil | Frekuensi | Persen |
|-------|-----------|--------|
| Benar | 72 | 100% |

| | | |
|-------|----|------|
| Salah | 0 | 0% |
| Total | 72 | 100% |

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 24 responden 100 % menjawab benar. Artinya Tingkat pengetahuan Lansia terhadap penyebab stres adalah baik (100%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Lansia terhadap Tahapan stres di Panti Werda Kristen Hana Tangerang Banten

| Hasil | Frekuensi | Persen |
|-------|-----------|--------|
| Benar | 70 | 97% |
| Salah | 2 | 3% |
| Total | 72 | 100% |

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 24 responden 97 % menjawab dengan benar, sedangkan 3% menjawab tidak benar. Artinya Tingkat Pengetahuan Lansia terhadap Tahapan stres adalah baik (97%).

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Lansia terhadap pencegahan stres di Panti Werda Kristen Hana Tangerang Banten

| Hasil | Frekuensi | Persen |
|-------|-----------|--------|
| Benar | 71 | 99% |
| Salah | 1 | 1% |
| Total | 72 | 100% |

Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 24 responden 99 % menjawab dengan benar, sedangkan 1% menjawab tidak benar. Artinya Tingkat Pengetahuan Lansia terhadap pencegahan stres adalah baik (99%)

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Lansia terhadap mengatasi stres di Panti Werda Kristen Hana Tangerang Banten

| Hasil | Frekuensi | Persen |
|-------|-----------|--------|
| Benar | 72 | 100% |
| Salah | 0 | 0 |
| Total | 72 | 100% |

Tabel 5 menunjukkan bahwa dari 24 responden 100 % menjawab dengan benar. Artinya Tingkat Pengetahuan Lansia terhadap cara mengatasi stres adalah baik.

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Lansia terhadap mengatasi stres di Panti Werda Kristen Hana Tangerang Banten

| Variabel | Hasil | |
|----------------|-----------|--------|
| | B | S |
| Pengertian | 72 (100%) | 0 (0%) |
| Peyebab | 72 (100%) | 0 (0%) |
| Tahapan | 70 (97%) | 2 (3%) |
| Pencegahan | 71 (99%) | 1 (1%) |
| Cara mengatasi | 72 (100%) | 0 (0%) |
| Total | 353 | 3 |

Tabel 6 menunjukkan bahwa dari 24 responden menjawab pertanyaan dengan benar terhadap pengertian stres sebanyak 72 (100%) dan salah 0 (0%), terhadap tahapan stres sebanyak 70 (97%) benar dan salah 2 (3%), terhadap pencegahan stres sebanyak 71 (99%) benar dan salah 1 (1%) dan terhadap cara mengatasi stres sebanyak 72 (100%) benar dan salah 0 (0%).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya mengenai tingkat pengetahuan Lansia terhadap stres akibat penurunan fungsi fisik di Panti Werda Kristen

Hana Tangerang Banten, maka kesimpulan yang ditarik peneliti adalah sebagai berikut:

1. Tingkat pengetahuan Lansia terhadap stres akibat penurunan fungsi fisik di Panti Werda Kristen Hana Tangerang Banten, menunjukkan bahwa dari 24 responden, menjawab pertanyaan dengan benar yakni sebanyak 72 (100 %). Artinya Lansia memiliki pengetahuan yang baik terhadap pengertian stres.
2. Tingkat pengetahuan Lansia terhadap stres akibat penurunan fungsi fisik di Panti Werda Kristen Hana Tangerang Banten, menunjukkan bahwa dari 24 responden menjawab pertanyaan dengan benar yakni sebanyak 72 (100%). Artinya lansia memiliki pengetahuan yang baik terhadap penyebab stres.
3. Tingkat pengetahuan Lansia terhadap stres akibat penurunan fungsi fisik di Panti Werda Kristen Hana Tangerang Banten, menunjukkan bahwa dari 24 responden menjawab pertanyaan dengan benar yakni sebanyak 70 (97 %). Artinya lansia memiliki pengetahuan yang baik terhadap tahapan stres.
4. Tingkat pengetahuan Lansia terhadap stres akibat penurunan fungsi fisik di Panti Werda Kristen Hana Tangerang Banten, menunjukkan bahwa dari 24 responden 71 (99%). Artinya lansia memiliki pengetahuan yang baik terhadap pencegahan stres.
5. Tingkat pengetahuan Lansia terhadap stres akibat penurunan fungsi fisik di Panti Werda Kristen Hana Tangerang Banten, menunjukkan bahwa dari 24 responden 72 (100%). Artinya lansia memiliki pengetahuan yang baik terhadap cara mengatasi stres.

Sumber

Anonim. 2013. *Jumlah penduduk DKI yang stres*. http://eprints.undip.ac.id/33160/1/BAB_1.pdf. diakses pada hari Kamis, 6 Juni 2013, Pk 22 WIB.

- Arikunto S. 2010. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azizah L.M. 2011. *Keperawatan lanjut usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Dalami, E. 2010. *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta Timur: CV Trans Info Media.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Potter & Perry, 1997. *Fundamental of nursing: Concepts, process, and practice*. E/4. Diterjemahkan oleh Asih Y. Dkk. 2005. *Buku ajar fundamental keperawatan: Konsep, proses dan praktik*. Vol 1. E/4. Jakarta: EGC.
- Soewadji, J. 2012. *Pengantar metodologi penelitian*. Jakarta: Mitra Wacana Media
- Yosep, I. 2011. *Keperawatan Jiwa*. Edisi Revisi. Bandung, Refika Aditama.