

## HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN TINGKAT STRES PADA LANSIA DI POSYANDU BENDUNGAN RW 02 DESA LANDUNG SARI KECAMATAN DAU MALANG

---

Anggraini, P.<sup>1)</sup>, Farida Halis Dyah Kusuma<sup>2)</sup>, Esti Widiani<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

<sup>2)</sup> Dosen Program Studi Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

<sup>3)</sup> Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

Email : [jurnalpsik.unitri@gmail.com](mailto:jurnalpsik.unitri@gmail.com)

### ABSTRAK

Dalam berinteraksi individu harus pandai menyesuaikan diri, tetapi tidak semua individu mampu mengatasi perubahan-perubahan yang dialami, terutama pada lansia, seperti ketegangan atau stres. Untuk mengatasi ketegangan dan stres tersebut perlu dukungan sosial maupun keluarga agar lansia merasakan kenyamanan, tenang dan jauh dari ketegangan maupun stress. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan tingkat stres pada lansia pada lansia di Posyandu Bendungan RW 02 Desa Landung Sari Kecamatan Dau Malang. Pada penelitian ini menggunakan desain correlation dengan metode pendekatan cross sectional. Populasinya adalah semua lansia di Bendungan RW 02 Desa Landung Sari Kecamatan Dau Malang sebanyak 42 orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 38 orang. Pengambilan sampel dengan purposive sampling. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan uji statistik spearman's rho dengan derajat kemaknaan (0,05). Hasil penelitian sebagian besar (63,2%) dukungan sosial kepada responden masuk kategori baik sebanyak 24 orang, sebagian besar (71,1%) tingkat stress pada responden masuk kategori ringan sebanyak 27 orang. Spearman's rho diketahui terdapat hubungan yang sangat kuat antara "Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Pada Lansia Di Posyandu Bendungan RW 02 Desa Landung Sari Kecamatan Dau Malang". dengan nilai  $p_{value} : 0,00 < 0,05$ . Saran yang dapat direkomendasikan kepada institusi pendidikan, bagi institusi pendidikan adalah memberikan informasi kepada masyarakat tentang dukungan sosial dengan tingkat stres pada lansia pada lansia dan sebagai penambahan pustaka bagi institusi pendidikan.

**Kata kunci :** Dukungan Sosial, Tingkat Stres

## **RELATIONS SOCIAL SUPPORT TO THE LEVEL OF STRESS ON ELDERLY THE POSYANDU DAM RW 02 VILLAGE LANDUNG SARI KECAMATAN DAU POOR**

### **ABSTRACT**

*To interacting individual have to smart conform, but not all individuals able to overcome the changes that experienced, especially on elderly, as tension or stress. To overcome tension and stress it should be support social and family to make elderly feel easy, calm and far from tension and stress. the purpose of this study is to find the social support the stress on elderly are dam rw 02 village landung cider in dau unfortunate. To research it uses design correlation with the methods approach cross sectional. The population was all elderly on the dam rw 02 village landung sari kecamatan dau poor as many as 42 people. Sample in this research as many as 38 people. The sample collection with purposive sampling. The data collected were analyzed using statistical tests the spearman's rho with degrees significance in (0.05). The results of the study the majority (63,2 %) support social to respondents in the good as many as of the 24, the majority (71,1 %) the rate of stress among respondents in the light 27 person's. spearman' s rho known there are relations between well-versed strong, social support to the level of stress on elderly in elderly the posyandu dam rw 02 village landung sari kecamatan dau poor, with value p value: 0.00 & lt; 0.05. Advice that can be recommended to education institutions, to the institution education is to provide information to the public about social support to the level of stress on elderly in senior people and as the addition of library to the institution education.*

**Keywords :** *Social support, Stress*

### **PENDAHULUAN**

Lanjut usia adalah kelompok usia 60 tahun keatas yang rentan terhadap kesehatan fisik dan mental. Penuaan atau dikenal dengan *aging* berarti merupakan tahap lanjut dari proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stress lingkungan. Penurunan kemampuan berbagai organ, fungsi dan sistem tubuh bersifat alamiah/fisiologis. Pada umumnya tanda proses menua mulai tampak sejak usia 45 tahun dan

memimbulkan masalah di usia sekitar 60 tahun. tahun. (Merry, 2008).

Indonesia adalah termasuk negara yang memasuki era penduduk berstruktur lanjut usia (*aging structured population*) karena jumlah penduduk yang berusia 60 tahun ke atas sekitar 7,18%. Jumlah penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2006 sebesar kurang lebih dari 19 juta, dengan usia harapan hidup 66,2 tahun. Pada tahun 2010 jumlah lansia sebanyak 14,439.967 jiwa (7,18%) dan pada tahun 2010 mengalami peningkatan menjadi

23.992.553 jiwa (9,77%) sementara pada tahun 2011 jumlah lansia sebesar 20 juta jiwa (9,51%), dengan usia harapan hidup 67,4 tahun dan pada tahun 2020 diperkirakan sebesar 28,8 juta (11,34%), dengan usia harapan hidup 71,1 tahun (Depkes, 2012).

Lanjut usia tidak saja di tandai dengan kemunduran/perubahan fisik, tetapi dapat pula berpengaruh terhadap kondisi mental. Kemunduran/penurunan kondisi fisik lanjut usia berpengaruh pada kondisi psikis. Dengan berubahnya penampilan, menurunnya fungsi panca indra menyebabkan lanjut usia merasa rendah diri, mudah tersinggung dan merasa tidak berguna lagi. Kondisi kesehatan mental Lanjut usia pada umumnya tidak mampu melakukan aktivitas sehari-hari. Lansia merasa tidak senang dan bahagia dalam masa tuanya, karena berbagai kebutuhan hidup dasar tidak terpenuhi, dan merasa sangat sedih, sangat khawatir terhadap keadaan lingkungannya. Proses menua dapat dipengaruhi oleh herediter atau genetik, nutrisi, status kesehatan pengalaman hidup, lingkungan dan stres (Nugroho, 2008).

Banyak faktor yang mempengaruhi keadaan stres pada lansia, antara lain perubahan kondisi kesehatan fisik yang menurun. Perubahan fisik pada lansia meliputi sel berkurang jumlahnya, ukuran membesar, cairan tubuh menurun dan cairan intrasel menurun, katup jantung menebal dan kaku, kemampuan jantung memompa darah menurun (menurunnya kontraksi dan volume). Perubahan psikologis pada lansia short

*term memory*, frustrasi, kesepian, takut kehilangan kebebasan, takut menghadapi kematian, perubahan keinginan, depresi, dan kecemasan Selain itu, stress juga dapat menyebabkan seseorang menjadi lebih sensitif/peka terhadap depresi (Haryadi, 2012).

Pada kehidupan sehari-hari yang semakin maju, manusia harus selalu berinteraksi dengan lingkungan, termasuk dalam lingkungan tempat tinggal. Lingkungan luar inilah yang menjadikan lansia untuk dapat beradaptasi dengan cepat dengan lingkungannya Dalam berinteraksi lansia harus pandai menyesuaikan diri, tetapi tidak semua lansia mampu mengatasi perubahan-perubahan yang dialami, sehingga ada dampak lain yang di dapatkan oleh lansia, seperti ketegangan atau stres. Untuk mengatasi ketegangan dan stres tersebut perlu dukungan sosial maupun keluarga agar lansia merasakan kenyamanan, tenang dan jauh dari ketegangan maupun stress.

Menurut Oxman dan Hall (dalam Santrock, 2007) adanya dukungan sosial yang baik, dapat meningkatkan kesehatan fisik dan kesehatan mental bagi para lanjut usia. Sejalan dengan pendapat para ahli sebelumnya, Getz (dalam Santrock, 2007) mengungkapkan bahwa diantara banyaknya penyebab depresi pada lanjut usia, antara lain adalah tingkat kesehatan yang rendah, kehilangan karena kematian pasangan dan rendahnya dukungan sosial yang diterima oleh lanjut usia tersebut. Dukungan sosial yang baik telah terbukti menurunkan depresi ataupun stress parental dan bertindak sebagai suatu

pelindung bagi lanjut usia yang bersangkutan dari akibat negatif depresi, demikian diungkapkan oleh Fonda dan Norgard (dalam Santrock, 2009).

Ada tiga faktor yang mempengaruhi penerimaan dukungan sosial pada individu yaitu, keintiman, harga diri dan keterampilan sosial. Semakin intim seseorang maka dukungan yang diperoleh semakin besar. Harga diri karena dengan menerima bantuan orang lain diartikan bahwa individu yang bersangkutan tidak mampu lagi berusaha. Keterampilan rampilan sosial individu dengan pergaulan yang luas akan memiliki keterampilan sosial yang tinggi, sehingga akan memiliki jaringan sosial yang luas pula. Sedangkan individu yang memiliki jaringan individu yang (Reis dalam Suhita, 2005)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Posyandu Bendungan RW 02 Desa Landung Sari Kecamatan Dau Malang dari 5 orang lansia yang diwawancarai terdapat 1 orang lansia yang merasa tidak diambil peduli oleh anggota keluarganya dan tidak terlalu banyak bicara di lingkungan posyandu sehingga menyebabkan perasaan berdebar-debar, gelisah atau cemas, melamun secara berlebihan, mudah tersinggung, sehingga individu tersebut tidak terlalu bisa menyesuaikan diri hal ini dikarenakan tidak ada dukungan keluarga yang diberikan oleh lansia tersebut. Dengan adanya hal ini dapat diduga dukungan sosial dapat mempengaruhi pikiran lansia yang berdampak buruk pada kondisi jiwa

pada lansia sehingga mengakibatkan stress.

Berdasarkan masalah di atas, peneliti tertarik ingin melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Di Posyandu Bendungan RW 02 Desa Landung Sari Kecamatan Dau Malang”.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian dilakukan pada bulan September 2015 Lansia Di Posyandu Bendungan RW 02 Desa Landung Sari Kecamatan Dau Malang. Desain penelitian ini menggunakan desain *kolerasi* yang bertujuan mencari, menjelaskan hubungan, memperkirakan, dan menguji berdasarkan teori yang ada antara variable yang bersifat Cross Sectional. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 42 orang dan memilih sampel 38 orang dengan menggunakan teknik “*Purvosive Sampling*” yaitu cara pengumpulan sampel dengan berdasarkan jumlah populasi. Kriteria yang diambil dalam populasi ini terdiri dari lansia yang berumur 55 tahun ke atas, lansia yang tinggal dengan keluarga yang *extended family*, lansia dan keluarga bersedia menjadi responden, lansia dengan keluarga yang bisa membaca dan menulis, lansia dan keluarga lansia yang kooperatif dan komunikatif, lansia yang aktif di Posyandu Bendungan RW 02 Desa Landung Sari Kecamatan Dau Malang. Teknik yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini

adalah teknik kuesioner yaitu sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang diketahui. Data diolah dengan alat bantu perangkat komputer *software* SPSS 17 for windows. Data penelitian yang diperoleh berupa hasil jawaban kuisisioner dari responden lalu diubah dalam skor nilai. Kemudian pengolahan data dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu: *Editing, Coding, Scoring, Tabulasi, Spearman rank*. Selanjutnya data kedua variabel tersebut dianalisis dengan menggunakan uji korelasi *Spearman Rank* dengan menggunakan bantuan *software* SPSS versi 17 dengan taraf signifikan ( $\alpha = 0,05$ ) dengan interpretasi apabila  $\alpha < 0,05$  artinya  $H_0$  ditolak yaitu ada hubungan antara variabel dependen dengan independen. Apabila  $\alpha > 0,05$  artinya  $H_0$  diterima yaitu tidak ada hubungan antara variabel dependen dan variabel independen. Selanjutnya sebelum responden diberi lembar kuesioner (angket) untuk diisi, peneliti menjelaskan identitas peneliti, maksud, tujuan, dan manfaat penelitian serta membuat surat persetujuan menjadi responden yang ditandatangani oleh responden.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji statistik pada penelitian ini menggunakan teknik komputerisasi *SPSS 17 for windows*, dengan uji statistik yang digunakan adalah *Sperman Rank*.

Analisis dengan menggunakan teknik ini dengan tingkat signifikansi ( $\alpha$ ) sebesar 0,05 dan tingkat kesalahan 95%.

Tabel 1. Karakteristik Responden Di Posyandu Bendungan RW 02 Desa Landung Sari Kecamatan Dau Malang 2015

Karakteristik Responden	Jumlah	%
Umur	45-59 Tahun (Middle Age)	22 57,9
	60-70 Tahun (Elderly)	13 34,2
	75-90 Tahun (old)	3 7,9
	90 Tahun Ke Atas (very old)	0 0
Total	38	100
Jenis Kelamin	Laki-laki	11 28,9
	Perempuan	27 71,1
	Total	38 100
Pendidikan	SD	33 86,8
	SMP	5 13,2
	SMA	0 0
	Perguruan Tinggi	0 0
	Total	38 100
	PNS	0 0
Pekerjaan	Wiraswasta	0 0
	Karyawan Swasta	7 18,4
	Petani	6 15,8
	Ibu Rumah Tangga	25 65,8
	Total	38 100

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar (57,9%)

responden berusia antara 45-59 tahun sebanyak 22 orang, (71,1%) berjenis kelamin perempuan sebanyak 27 orang, (86,8%) bertingkat pendidikan SD sebanyak 33 orang, (65,8%) dari responden memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga sebanyak 25 orang.

Tabel 2. Data Khusus Dukungan Sosial Responden Di Posyandu Bendungan RW 02 Desa Landung Sari Kecamatan Dau Malang tahun 2015

Dukungan sosial	n	%
Sangat kurang	0	0
Kurang	0	0
Cukup	14	36,8
Baik	24	63,2
Total	38	100

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar (63,2%) dukungan sosial kepada responden masuk kategori baik sebanyak 24 orang.

Tabel 3. Data Khusus Stres Responden Di Posyandu Bendungan RW 02 Desa Landung Sari Kecamatan Dau Malang Tahun 2015

Stres	n	%
Berat	0	0
Sedang	0	0
Ringan	14	36,8
Total	38	100

Berdasarkan Tabel 3 dapat dilihat bahwa sebagian besar (71,1%) tingkat stress pada responden masuk kategori stress ringan sebanyak 27 orang.

## Dukungan Sosial

Menurut Johnson dan Jhonson (1991) dukungan sosial merupakan keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian, sehingga bisa meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan. Ahli lain mengungkapkan pendapat yang hampir serupa mengenai dukungan sosial, yaitu Sarafino (dalam Bart. S, 2004) yang menyatakan bahwa dukungan sosial adalah suatu kesenangan yang dirasakan sebagai perhatian, penghargaan dan pertolongan yang diterima dari orang lain atau suatu kelompok. Lingkungan yang memberikan dukungan tersebut adalah keluarga, kekasih atau anggota masyarakat. Sarafino berpendapat bahwa akan ada banyak efek dari dukungan sosial karena dukungan sosial secara positif dapat memulihkan kondisi fisik dan psikis seseorang, baik secara langsung maupun tidak langsung. Tipe-tipe dukungan sosial menurut House adalah dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif. Pengukuran dukungan sosial yang digunakan dalam penelitian adalah yang didasarkan pada kualitas dukungan sosial yang diterima, sesuai dengan penerimaan individu, atau sebagaimana yang dipersepsikan oleh individu yang bersangkutan (*perceived support*).

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa sebagian besar (63,2%) dukungan social kepada responden masuk kategori baik sebanyak 24 orang. Sebagian kecil

(36,8%) dukungan sosial pada responden masuk kategori cukup sebanyak 14 orang.

Menurut peneliti dukungan sosial yang diberikan kepada lansia tentunya akan berdampak positif pada lansia tersebut. Dengan adanya dukungan ini maka lansia merasakan penerimaan diri terhadap dirinya bahkan lansia merasa mendapatkan semangat dari lingkungannya.

Dukungan sosial pada responden ada yang baik dan ada yang cukup tentunya ada faktor yang mempengaruhinya. Salah satunya adalah jenis kelamin. Dari hasil penelitian, sebagian besar (71,1%) responden dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan sebanyak 27 orang, dan sebagian kecil (28,9%) responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 11 orang. Perempuan lebih mudah mendapatkan dukungan sosial di bandingkan dengan laki-laki. Perempuan memiliki hubungan yang luas dan mudah akrab dengan sosial. Hal ini dibenarkan oleh Kodriati (2004). Pada wanita diketahui memiliki hubungan sosial yang lebih luas dan lebih erat di bandingkan dengan kaum pria. Secara teori jenis kelamin adalah sesuatu yang di gunakan untuk mengidentifikasi perbedaan laki-laki dan perempuan.

Menurut peneliti tingkat pendidikan juga merupakan faktor yang mempengaruhi dukungan sosial. Tingkat pendidikan responden dapat mempengaruhi potensi dalam pergaulan lingkungannya. Adanya kemampuan atau keahlian yang individu miliki dapat membuat individu menjadi lebih dekat dengan lingkungan sosial.

Menurut (Ihsan, 2003) dalam pengertian sederhana dan umum makna pendidikan adalah usaha manusia untuk menumbuhkan dan mengembangkan potensi-potensi pembawaan baik jasmani maupun rohani sesuai dengan nilai-nilai yang ada di dalam masyarakat dan kebudayaan. Semakin tinggi tingkat pendidikan kemungkinan akan mendapat dukungan sosial dari orang yang berada di sekitarnya. Konsep dasar pendidikan adalah suatu proses belajar yang berarti dalam pendidikan itu terjadi proses pertumbuhan, perkembangan, atau perubahan kearah yang lebih dewasa, lebih baik dan lebih matang pada diri individu, kelompok atau masyarakat (Kodriati, 2004).

### **Tingkat Stres**

Stres merupakan suatu keadaan yang menekan diri individu yang disebabkan oleh adanya ketidakseimbangan antara kemampuan yang dimiliki dengan tuntutan yang ada. Stres merupakan mekanisme yang kompleks dan menghasilkan respons yang saling terkait, baik fisiologis, psikologis maupun perilaku pada individu yang mengalaminya (Lazarus, 1976 dalam Nasir & Muhith, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar (71,1%) tingkat stress pada responden masuk kategori ringan sebanyak 27 orang. Sebagian kecil (28,9%) tingkat stress pada responden masuk kategori sedang sebanyak 11 orang. Individu yang mengalami stress tentunya memiliki faktor tertentu. Misalnya stress yang datang dari

diri sendiri. Jika individu merasakan emosi yang tidak terkontrol dan terbawa oleh emosi tersebut maka apapun yang dilakukan individu tersebut menjadi tidak benar. Individu akan merasakan jiwa yang membara dengan amarah yang masih ada di dalamnya. Hal tersebutlah yang akan menjadikan individu menjadi stres.

Hal ini diuraikan oleh Potter & Perry (2005), Stres disebabkan oleh banyak faktor yang disebut dengan stressor. Stressor merupakan stimulus yang mengawali atau mencetuskan perubahan. Stressor menunjukkan suatu kebutuhan yang tidak terpenuhi dan kebutuhan tersebut bisa saja kebutuhan fisiologis, psikologis, sosial, lingkungan, perkembangan, spiritual, atau kebutuhan kultural. Stressor secara umum dapat diklasifikasikan sebagai stressor internal dan stressor eksternal. Stressor internal berasal dari dalam diri seseorang misalnya kondisi fisik, atau suatu keadaan emosi. Stressor eksternal berasal dari luar diri seseorang misalnya perubahan lingkungan sekitar, keluarga dan sosial budaya.

Menurut peneliti lingkungan juga dapat menyebabkan stres pada individu. Lingkungan sosial yang tidak sehat tentunya akan menjadi beban pada individu yang ada di sekitarnya. Contohnya individu yang mulai beradaptasi dengan lingkungan yang baru atau sesuatu yang baru. Jika adaptasi individu tersebut dirasakan tidak membuatnya nyaman atau perasaan menjadi tidak enak maka individu akan mengalami stress psikososial.

Menurut Fausiah dan Widury (2005) Stres psikososial merupakan suatu hal yang dipicu oleh hubungan relasi dengan orang lain di sekitarnya atau akibat situasi sosial lainnya. Contohnya seperti stres adaptasi lingkungan baru, masalah cinta, masalah keluarga, stres macet di jalan raya, diolok-olok, dan lain-lain. Fausiah dan Widury menegaskan bahwa stres, atau ketegangan, adalah sebuah gejala yang sangat individual, merupakan hasil penafsiran seseorang mengenai keterlibatannya dalam lingkungannya, baik secara fisik maupun psikososial. Hartono (2007) juga mendefinisikan, stress sebagai suatu kondisi disebabkan oleh transaksi antara individu dengan lingkungan yang menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi dengan sumber-sumber daya sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang.

Menurut peneliti kepribadian juga dapat menyebabkan stress pada individu, kepribadian yang memiliki perasaan negative contohnya tidak sabar dan sering marah tanpa alasan tentunya memicu tingkat stres pada individu. Jika individu marah berlebihan dan marah tersebut berkepanjangan maka hal tersebut akan menjadikan stress.

Hal ini diuraikan oleh Santrock (2003) Tipe kepribadian A merupakan tipe kepribadian yang cenderung untuk mengalami stress, dengan karakteristik kepribadian yang memiliki perasaan kompetitif yang sangat berlebihan, kemauan yang keras, tidak sabar, mudah marah dan sifat yang bermusuhan.

## Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Pada Lansia

Berdasarkan hasil penelitaian antara variabel dukungan social dan tingkat stress didapat data sebagai berikut : sebagian besar (71,1%) tingkat stress pada responden masuk kategori ringan sebanyak 27 orang. Sebagian besar (63,2%) dukungan social kepa responden masuk kategori baik sebanyak 24 orang.

Data yang telah didapat di analisis dengan menggunakan uji korelasi *spearman rank* dengan menggunakan bantuan SPSS versi 17 *for Window*, didapat  $p\ value = 0,00 < \alpha (0,05)$  yang berarti  $H_0$  ditolak,  $H_1$  ditolak, artinya terdapat hubungan antara “Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Pada Lansia Di Posyandu Bendungan RW 02 Desa Landung Sari Kecamatan Dau Malang”. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga sangat berpengaruh pada tingkat stress pada lansia. Dukungan keluarga dipengaruhi oleh berbagai factor yaitu usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status pernikahan, dan lamanya menderita.

Usia lansia mempengaruhi dukungan social pada setiap individu, keluarga yang mempunyai lansia akan mempertimbangkan tindakan atau kegiatan sehari-hari yang akan dilakukannya. Jika kegiatan ringan yang dilakukan lansia, keluarga dan lingkungan sekitar pasti menyetujui apa yang dilakukannya. Menurut kodriati (2004) berkaitan dengan dukungan sosial dengan adanya perubahan peran sosial

dan hubungan menyertai dalam proses penuaan, proses ini dapat terjadi setelah seseorang memasuki masa pensiunan, sebab pada saat itu terjadi penurunan kontak sosial dan kesempatan untuk bertemu dengan orang banyak berkurang serta di dukung oleh keterbatasan fisik oleh karna proses penuaan itu sendiri sehingga berpengaruh pada intensitas kontak sosial.

Menurut peneliti tingkat pendidikan juga mempengaruhi dukungan social atau lingkungan. Pendidikan seseorang mempengaruhi cara pandanganya atau persepsi terhadap diri dan lingkungan. Oleh karena itu akan berbeda orang yang berpendidikan tinggi dibanding yang berpendidikan rendah dalam menyikapi lansia di dalam keluarga. Makin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka makin mudah menerima informasi sehingga makin banyak pula pengetahuan yang didapatkan. Sebaliknya pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai baru yang diperkenalkan.

Dukungan sosial sebagai suatu proses hubungan antara individu, keluarga dengan lingkungan sosialnya. Baik keluarga inti maupun keluarga besar berfungsi sebagai system pendukung bagi anggota-anggotanya sifat gotong royong masyarakat kita dan cara hidup keluarga besar (*extended family*) dan prtilineal serta nilai-nilai dan norma-norma mengenai keluarga sangat membantu anggota keluarga yang berusia lanjut. Akan tetapi jika masyarakat kita menuju ke masyarakat industry dengan sifat

individualistik dan cara hidup keluarga inti (*nuclear family*) maka masalah bagi orang lanjut usia akan lebih banyak lagi, bukan saja dalam bidang masalah fisik dan mental tetapi juga dalam hubungan antara manusia, sosial dan ekonomi.

Hubungan lansia dengan keluarga memerankan peran sentral pada seluruh tingkat kesehatan dan kesejahteraan pengalaman lansia. Kurangnya dukungan sosial sering kali memperbesar rasa keputusan lansia. pemerintah Indonesia dengan UU No. 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia mengharapkan peran keluarga dan masyarakat menjadi yang utama. Keluarga merupakan tempat semua orang menghabiskan sebagian waktunya oleh karna itu semua anggota keluarga perlu memahami peran dan tugasnya masing-masing agar tercipta keluarga yang harmonis, apa lagi keluarga yang mempunyai lansia mereka perlu mengetahui bagaimana cara merawat lansia dirumah agar para lansia lebih terhindar dari berbagai masalah emosional dan bisa mandiri dalam melaksanakan aktivitas dan dapat hidup nyaman dirumah selama mungkin karena pada dasarnya lansia lebih senang tinggal dirumah dari pada di pantai jompo. Dalam bebrapa keluarga keberadaan orangtua di dirasakan di rumah dirasakan sebagai pengayom atau penghangat tempat berbincang seisi rumah dengan berkurangnya fisik lansia yang disebabkan oleh terganggunya emosional maka akan menjadi masalah dalam keluarga. Jika lansia tersebut dalam kondisi tidak aman. Justru itulah

diperlukan kemampuan keluarga untuk merawat lansia di rumah.

Dukungan social yang diberikan kepada lansia, dapat berdampak positif pada pikiran dan tindakannya. Jika dukungan social yang baik diberikan pada lansia maka lansia tersebut merasakan ketenangan jiwa, tidak ada hal negative yang dipikirkan lansia tersebut yang dapat membuatnya menjadi stress.

Menurut Hurlock (2008), Berbagai perubahan yang terjadi pada lansia antara lain perubahan Mental emosional, psikososial maupun spiritual, perubahan mental seperti mudah curiga pada orang lain dan sering terjadi depresi, perubahan psikososial seperti menghadapi masa pensiun dan masa kesepian, perubahan spiritual seperti lebih bertindak bijak dan lebih mendekati diri pada Tuhan. Dukungan keluarga ataupun dukungan sosial merupakan dukungan natural yang memiliki makna penting dalam kehidupan seseorang sehingga individu tersebut dapat menerima dukungan sesuai dengan situasi dan keinginan khusus yang tidak didapatkan dari lingkungan luar.

Dukungan sosial adalah kenyamanan, perhatian, penghargaan, maupun bantuan dalam bentuk lainnya yang diterimanya individu dari orang lain ataupun dari kelompok (Sarafino, 2002). Selain itu permasalahan terbesar yang menimpa lansia adalah masalah kesehatan, penurunan kondisi fisik dan kesepian. Sehingga penting kiranya melihat kepemilikan dukungan sosial lansia guna membantu lansia dalam menyesuaikan diri dengan kondisi

tuanya. Menurut Kuntjoro (2009) dukungan sosial merupakan bantuan atau dukungan yang diterima individu dari orang-orang tertentu dalam kehidupannya dan berada pada lingkungan sosial tertentu yang membuat si penerima merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai.

## KESIMPULAN

Penelitian tentang Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Pada Lansia Di Posyandu Bendungan RW 02 Desa Landung Sari Kecamatan Dau Malang, menyimpulkan bahwa sebagian besar (63,2%) dukungan social kepada responden masuk kategori baik sebanyak 24 orang, sebagian besar (71,1%) tingkat stress pada responden masuk kategori ringan sebanyak 27 orang dan hasil analisa antara kedua variabel dididapatkan nilai  $p\ value = 0,00 < \alpha (0,05)$  dan nilai  $r = 0,836$  yang berarti  $H_0$  ditolak  $H_1$  diterima, artinya terdapat hubungan yang sangat kuat antara “Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Pada Lansia Di Posyandu Bendungan RW 02 Desa Landung Sari Kecamatan Dau Malang”.

## DAFTAR PUSTAKA

Bart, Smet, 2004. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.

Depkes RI. 2012. *Profil Kesehatan Indonesia 2008*.

<http://www.depkes.go.id>.

Hadi, 2012. *Depresi dan Solusinya*. Yogyakarta: Tugu Publisher.

Hurlock, Elizabeth B. 2008. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. (Alih Bahasa: Dra. Istiwidayanti & Drs Soedjarwo, M.Sc) Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.

Ihsan, Ann. 2003. *Panduan Belajar: Keperawatan Kesehatan Jiwa dan Psikiatrik*. Jakarta: EGC.

Kuntjoro, H. Zainuddin Sri Drs, MPsi. 2009. *Komitmen Organisasi*. Jakarta: E-psikologi

Merry, Dandian. 2008. *Psikologi Kerja*. Jakarta: PT Renika Cipta.

Nasir, A, et al. 2011. *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika.

Potter & Perry. (2005). *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses, praktik*. (ed 4), (Asih, Yasmin; penerjemah). Jakarta: EGC

Potter & Perry, 2005. *Fundamentals of Nursing (Konsep, Proses danPraktik)*. Jakarta: EGC

Santrock, John W. 2007. *Life-Span Development*. New York: McGraw- Hill.

Sarafino. 2002. *Health psychology : biopsychosocial interaction*. Fifth Edition.