

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KEMANDIRIAN
AKTIVITAS DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN SEHARI-HARI
PADA LANSIA DI DUSUN KARANGLO
SLEMAN YOGYAKARTA**

**Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan**



Oleh

Jusandri Wawo

KP.17.01.211

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN (S1) DAN NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN STIKES WIRA HUSADA
YOGYAKARTA**

2021



NASKAH PUBLIKASI

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KEMANDIRIAN
AKTIVITAS DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN SEHARI-HARI
PADA LANSIA DI DUSUN KARANGLO

SLEMAN YOGYAKARTA

Disusun Oleh:

Jusandri Wawo
KP.17.01.211

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal.....

17 07 2021

Susunan Dewan Penguji

Penguji I

Patria Asda, S. Kep., Ns., M.P.H.

Penguji II

Drh. Ign Djuniarto, S. Kep., M.M.R

Penguji III

Dr. Dra Ning Rintiswati, M. Kes.

**Naskah Publikasi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar sarjana Keperawatan**

Yogyakarta, 20.08.2021

Ketua Program Studi Keperawatan (S1) dan Ners



Ika Mustika Dewi, S. Kep., Ns., M. Kes.





PERNYATAAN

Nama: Jusandri Wawo

Judul: HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KEMANDIRIAN
AKTIVITAS DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN SEHARI-HARI PADA
LANSIA DI DUSUN KARANGLOSLEMAN YOGYAKARTA

Dengan ini saya setuju naskah ringkasan penelitian yang telah disusun dipublikasikan dengan/tanpa mencantumkan nama pembimbing sebagai co-author.

Demikian harap maklum.

Yogyakarta,

Pembimbing Utama,

Patria Asda, S. Kep., Ns., M.P.H.

Pembimbing Pendamping,

Drh. Ign Ejuniarso, S. Kep., M.M.R.



The Relationship between Anxiety Levels and Independent Activities in Fulfilling Daily Needs for the Elderly in Karanglo Hamlet, Sleman Yogyakarta

Jusandri Wawo¹, Patria Asda², Ign Djuniarto³

Nursing Study Program (S1) and Nurses at Stikes Wira Husada School of Health Sciences Yogyakarta

Jln. Babarsari, Glendongan, Tambak Bayan, Catur Tunggal, Depok Sleman, Yogyakarta.

Email@Jusandriwawo740gmail.com

Abstract

Background: Increased life expectancy in the elderly will have an impact on increasing the elderly population, which will also have the potential to cause problems for the elderly themselves, such as economic, cultural and physical and mental health problems. Problems that arise in the elderly will cause anxiety which if excessive will affect the independence of the elderly in meeting their daily needs.

Objective: This study aims to determine the relationship between the level of anxiety and the independence of activities in meeting the daily needs of the elderly in Karanglo Sleman Hamlet, Yogyakarta.

Methods: This research uses quantitative analytic research with a cross sectional design. The population and sample in this study amounted to 52 respondents. This research will be conducted in Karanglo Hamlet, Purwomartani Village, Sleman Yogyakarta. The sampling technique used is total sampling. Analysis of the data used is Spearman rank statistical test to determine the relationship between 2 variables.

Results: Based on the results of the study, most of the elderly experienced a mild anxiety level of 32.7%, moderate anxiety 67.3%, while the independence of their activities was 50%, able to carry out daily activities independently and the rest depended on others by 50%.

Conclusion: The results of the Spearman Rank test showed a significance value of $p > 0.05$ ($p = 0.145 > 0.05$) so that there was no relationship between the level of anxiety and the independence of activities in meeting the daily needs of the elderly in Karanglo Sleman village, Yogyakarta.

Keywords: Elderly, Anxiety, Independence of Daily Activities

¹Student of Nursing Study Program (S1) and STIKES Nurse Wira Husada Yogyakarta.

²Lecturers of Nursing Study Program (S1) and STIKES Nurse Wira Husada Yogyakarta.

³Lecturers of Nursing Study Program (S1) and STIKES Nurse Wira Husada Yogyakarta.

Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kemandirian Aktivitas Dalam Pemenuhan Kebutuhan Sehari-Hari Pada Lansia Di Dusun Karanglo Sleman Yogyakarta

Jusandri Wawo¹, Patria Asda², Ign Djuniarto³

Program Studi Keperawatan (S1) Dan Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Stikes Wira Husada Yogyakarta
Jln. Babarsari, Glendongan, Tambak Bayan, Catur Tunggal, Depok Sleman,
Yogyakarta.

Email@Jusandriwawo740gmail.com

Abstrak

Latar belakang: Meningkatnya angka harapan hidup pada lansia akan berdampak pada peningkatan populasi lansia, yang juga akan berpotensi menimbulkan permasalahan pada lansia itu sendiri, seperti masalah ekonomi, budaya serta kesehatan fisik dan jiwa. Permasalahan yang muncul pada lansia akan menimbulkan kecemasan yang jika berlebihan akan mempengaruhi kemandirian lansia dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kemandirian aktivitas dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari pada lansia di dusun karanglo sleman yogyakarta

Metode: Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif analitik dengan desain cross sectional. Populasi dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 52 responden. Penelitian ini akan dilakukan di Dusun Karanglo Desa Purwomartani Sleman Yogyakarta. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling. Analisa data yang digunakan adalah uji statistik spearman rank untuk mengetahui hubungan antara 2 variabel.

Hasil: Berdasar hasil penelitian sebagian besar lansia mengalami tingkat kecemasan ringan sebesar 32,7%, kecemasan sedang 67,3%, sedangkan kemandirian aktivitasnya sebesar 50%, mampu melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri dan sisanya tergantung terhadap orang lain sebesar 50%.

Kesimpulan: Hasil uji Spearman Rank menunjukkan nilai signifikansi sebesar nilai $p > 0,05$ ($p = 0,145 > 0,05$) sehingga tidak ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan kemandirian aktivitas dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari pada lansia di dusun karanglo sleman Yogyakarta.

Kata kunci : Lansia, Kecemasan, Kemandirian Aktivitas Sehari-hari

¹ Mahasiswa Prodi Keperawatan (S1) dan Ners STIKES Wira Husada Yoygakarta

² Dosen Prodi Keperawatan (S1) dan Ners STIKES Wira Husada Yoygakarta

³ Dosen Prodi Keperawatan (S1) dan Ners STIKES Wira Husada Yoygakarta

PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) adalah kelompok penduduk yang berumur 60 tahun keatas. Lansia atau menua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia, dimana menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya yaitu anak, dewasa dan tua¹. Memasuki usia tua, lansia mengalami perubahan secara biologis, maupun psikologis. Perubahan biologis yang dialami oleh lansia adalah kemunduran fisik, yang ditandai dengan kulit yang mengendur, rambut memutih, gigi mulai ompong, pendengaran kurang jelas, penglihatan semakin memburuk, gerakan lambat dan figurt ubuh yang tidak proporsional. Sedangkan masalah psikologis yang sering dialami oleh lansia meliputi kecemasan, kesepian, mudah tersinggung, hilangnya percaya diri dan ketakutan yang dialami oleh lansia. Hal ini dampak pada kecemasan yang dialami oleh lansia yaitu terjadinya penurunan aktivitas fisik dan status fungsional².

Indonesia mengalami peningkatan jumlah penduduk lansia dari 18 juta jiwa (7,56%) pada tahun 2015, menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%) pada tahun 2019, dan diperkirakan akan terus meningkat dimana tahun 2035 menjadi 48,2 juta jiwa (15,77%). Peningkatan jumlah penduduk lanjut usia menjadi salah satu indikator keberhasilan pembangunan karena keadaan ini berkaitan dengan adanya perbaikan kualitas kesehatan dan kondisi sosial masyarakat yang meningkat³.

Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta (2019) jumlah lanjut usia sebanyak 1.288.184 jiwa, yaitu di Kabupaten Sleman menduduki peringkat pertama dengan jumlah lansia 363.453 jiwa, kemudian disusul Kabupaten Bantul dengan jumlah lansia 327.809 jiwa, Kabupaten Gunung Kidul dengan jumlah lansia 296.129 jiwa, Kabupaten Kulonprogo dengan jumlah lansia 167.980 jiwa, dan terendah kota Yogyakarta dengan jumlah lansia 132.813 jiwa⁴.

Rasa cemas yang paling sering timbul pada lansia adalah kematiannya. Para lansia beranggapan bahwa bertambahnya usia merupakan tanda ajal akan segera menjemputnya, sehingga membuat lansia menjadi cemas dan putus asa menjalani kehidupannya⁵.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada lansia antara lain: faktor usia, faktor dukungan keluarga, faktor jenis kelamin, dan faktor pendidikan⁶. Dampak kecemasan pada lansia menyebabkan terjadinya perubahan, respon fisisk: kardiovaskular, respirasi, sistem integument, gastrointestinal, neuromuskuler. Sedangkan perubahan psikologisnya adalah perilaku kognitif dan afektif⁷.

Hasil wawancara dari rumah ke rumah pada 5 orang lansia di Dusun Karanglo, 1 orang lansia mengatakan merasa cemas dengan usia yang

semakin tua dan bentuk tubuhpun yang semakin ikut menua, dan takut dampak adanya kemunduran kemampuan tubuh sehingga semakin lama menyebabkan mereka tidak berdaya dalam mencukupi kebutuhan hidupnya, 1 lansia lain mengatakan beberapa gejala kecemasan yang sering dialami antara lain firasat buruk, takut pada kegelapan, takut pada keramaian, susah untuk tidur, terbangun pada malam hari, nyeri pada otot, rasa tertekan di dada, nafas pendek, gangguan pencernaan, tidak dapat menahan kencing, serta ada rasa gelisah. Lansia mengatakan dari beberapa gejala ini kadang membuat mereka malas untuk melakukan aktivitas karena sudah di hantui rasa cemas dan takut. Maka dampak dari gejala kecemasan tersebut akan dapat menimbulkan ketergantungan lansia terhadap aktivitas sehari-hari. Satu lansia mengatakan kadang ia merasa kesepian karena sudah di tinggal pergi oleh pasangan hidupnya, akan tetapi saat ini ia tinggal bersama anaknya dan keluarga lainnya, karena kesibukan dari anak-anaknya dengan pekerjaan masing-masing kadang ia merasa sendiri dan kurang dukungan dari keluarga lainnya dengan usianya yang semakin tua. Dukungan keluarga merupakan masalah yang paling sering terjadi terhadap kejadian cemas pada lansia. Dengan tidak adanya dukungan sosial akan menyebabkan seseorang berisiko mengalami gangguan psikologis, salah satunya adalah *ansietas*, karena pada dasarnya apabila seseorang mempunyai dukungan yang kuat, maka untuk terjadinya kecemasan akan menjadi berkurang. Satu orang lansia mengatakan cemas karena faktor pendidikan yang rendah sehingga tidak memiliki pekerjaan yang tetap dan 1 orang lansia mengatakan cemas karena faktor kesehatan yang bersifat kronis seperti rematik, dan hipertensi, kecemasan bisa muncul pada saat kapan saja jika individu tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaannya sendiri dalam hubungan personal ini terutama jika diri individu menekan rasa marah atau frustrasi dalam jangka waktu yang sangat lama. Dari hasil wawancara tersebut lansia juga mengatakan bahwa mereka sering merasa gelisah, takut tanpa alasan, mudah lelah, dan susah tidur di malam hari.

METODE PENELITIAN

Jenis Dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif analitik korelasi untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variabel. Metode yang di gunakan dalam penelitian ini adalah *cross csectional*. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 108 jiwa. Lansia laki-laki berjumlah 50 dan lansia perempuan berjumlah 58 jiwa. Jumlah sampel yang digunakan adalah 53 orang lansia.

ANALISA DATA

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji statistik *spearman rank* dengan signifikansi 0,05 menggunakan SPSS dengan variabel bebas dan variabel terikat yang berskala ordinal. Pada tingkat kemaknaan $p < 0,05$ maka H_a diterima dan H_o ditolak (ada hubungan). Jika $p > 0,05$ maka H_a ditolak dan H_o diterima (tidak ada hubungan).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil penelitian

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik responden

Berdasarkan hasil penelitian, dapat dideskripsikan karakteristik responden dalam penelitian ini adalah :

Tabel 3

Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden lansia di Dusun Karanglo sleman Yogyakarta

| Variabel | Kategori | Frekuensi | Persentase (%) |
|---------------|-------------|-----------|----------------|
| Usia | 60-78 tahun | 40 | 76,9 |
| | 79-90 tahun | 12 | 23,1 |
| | Total | 52 | 100.0 |
| Jenis kelamin | Laki-laki | 25 | 48,1 |
| | Perempuan | 27 | 51,9 |
| | Total | 52 | 100.0 |
| Pendidikan | SD | 23 | 44,2 |
| | SMP | 18 | 34,6 |
| | SLTA | 10 | 19,2 |
| | S1 | 1 | 1,9 |
| | Total | 52 | 100.0 |
| Pekerjaan | Petani | 28 | 53,8 |
| | Buruh | 9 | 17,3 |
| | Pensiunan | 11 | 21,2 |
| | IRT | 3 | 5,8 |
| | Padagang | 1 | 1,9 |
| | Total | 52 | 100.0 |
| Status | Menikah | 28 | 53,8 |
| | Janda/duda | 24 | 46,2 |
| | Total | 52 | 100,0 |

Sumber: Data Primer Terbaru 2021

Berdasarkan tabel 3. diatas dapat diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin terbanyak adalah perempuan yaitu sebanyak 27

responden (51,9%) dan laki-laki sebanyak 25 responden (48,1%). Berdasarkan umur responden, sebagian besar responden berusia 60-78 tahun sebanyak 40 responden (76,9%). Berdasarkan pendidikan responden, sebagian besar responden menempuh pendidikan sekolah dasar sebanyak 23 responden (44,2%). Berdasarkan pekerjaan responden, sebagian responden berprofesi sebagai petani sebanyak 28 responden (53,8%). Diketahui bahwa karakteristik responden lansia menurut status dari 52 responden yang terbanyak dengan berstatus menikah sebanyak 28 (53,8%), disusul dengan lansia yang berstatus janda/duda sebanyak 24 (46,2%).

Sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan ringan pada tabel 4 yaitu sebesar 32,7% atau sebanyak 17 orang. Lansia yang mengalami kecemasan sedang 67,3,% atau sebanyak 35 orang, namun untuk lansia yang tidak memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan berat dan panik tidak ditemukan dalam hasil penelitian ini.

- a. Tingkat kecemasan responden lansia di Dusun Karanglo sleman Yogyakarta

Tabel 4.

Distribusi frekuensi berdasarkan kecemasan responden lansia di Dusun Karanglo sleman Yogyakarta

| Variabel | Kategori | Frekwensi | Persentase (%) |
|-------------------|-------------|-----------|----------------|
| Tingkat kecemasan | Tidak cemas | 0 | 0 |
| | Ringan | 17 | 32,7 |
| | Sedang | 35 | 67,3 |
| | Bera | 0 | 0 |
| | Total | 52 | 100.0 |

Sumber: Data Primer Terbaru 2021

- b. Kemandirian aktivitas responden lansia di Dusun Karanglo sleman Yogyakarta

Tabel 5.

Distribusi frekuensi berdasarkan kemandirian aktivitas responden lansia di Dusun Karanglo Sleman Yogyakarta

| Variabel | Kategori | Frekwensi | Persentase (%) |
|-----------------------------|------------|-----------|----------------|
| Aktivitas fisik sehari-hari | Mandiri | 26 | 50,0 |
| | Tergantung | 26 | 50,0 |
| | Total | 52 | 100.0 |

Sumber: Data Primer Terbaru 2021

Sedangkan untuk kemandirian sehari-hari pada lansia pada tabel 5 terdapat 26 orang atau sebesar 50,0% responden mampu untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri dan sisanya tergantung terhadap orang lain sebesar 50,0% atau sebanyak 26 orang responden.

2. Analisis bivariat

Tabel 6

Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kemandirian Aktivitas Dalam Pemenuhan Kebutuhan Sehari-Hari Pada Lansia Di Dusun Karanglo Sleman Yogyakarta

| Kecemasan | Kemandirian | | | Total | p-value |
|-----------|-------------|------------|---------|-------|---------|
| | Total | Tergantung | Mandiri | | |
| Ringan | 17 | 6 | 11 | 17 | 0.145 |
| Sedang | | 20 | 15 | 35 | |
| | 35 | | | | |
| Total | 52 | 26 | 26 | 52 | |

Sumber: Data Primer Terbaru 2021

Berdasarkan tabel 6 diatas, diketahui bahwa responden mengalami tingkat kecemasan ringan pada tabel 4 yaitu sebesar 32,7% atau sebanyak 17 orang. Lansia yang mengalami kecemasan sedang 67,3,% atau sebanyak 35 orang, namun untuk lansia yang tidak memiliki kecemasan dengan tingkat kecemasan berat dan panik tidak ditemukan dalam hasil penelitian ini sedangkan untuk kemandirian sehari-hari pada lansia pada terdapat 26 orang atau sebesar 50,0% responden mampu untuk melakukan aktivitas sehari-

hari secara mandiri dan sisanya tergantung terhadap orang lain sebesar 50,0% atau sebanyak 26 orang responden.

Berdasarkan tabel 6 hasil uji korelasi menggunakan uji statistik korelasi Spearman Rank diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $-0,205$ yang menunjukkan bahwa korelasi negatif dengan korelasi kekuatan rendah, dengan nilai $p\text{ value} > 0,05$ ($p = 0,145 > 0,05$) maka secara statistik tidak ada hubungan yang bermakna antara Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kemandirian Aktivitas Dalam Pemenuhan Kebutuhan Sehari-hari pada lansia di Dusun Karanglo Sleman Yogyakarta.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil data primer yang terkumpul setelah dilakukan tabulasi dan pengolahan data diupayakan dapat menjawab tujuan penelitian yaitu mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kemandirian aktivitas dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari pada lansia di Dusun Karanglo Sleman Yogyakarta

1. Pembahasan Analisis Univariat

1) Karakteristik responden

a. Usia responden

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa usia lansia di Dusun Karanglo Sleman Yogyakarta paling banyak di usia 60-78 tahun yang berjumlah 40 orang, sedangkan yang berusia 79-90 berjumlah 12 orang, dengan status kesehatan yang dikategorikan baik, masih aktif dalam mengikuti kegiatan seperti pengajian, arisan dan bertani sehingga lansia di Dusun Karanglo masih bisa mengatasi tingkat kecemasan dengan baik sehingga faktor usia tidak mempengaruhi tingkat kecemasan dan kemandirian aktivitas pada lansia di Dusun Karanglo.

Karakteristik responden sebagian besar berusia 60-74 tahun atau menurut kategori umur WHO termasuk kategori elderly. Hal ini diperkuat dengan penelitian Handayani (2012), dimana seseorang yang berusia 60-74 tahun digolongkan pada usia lanjut yang berarti usia pertengahan atau usia madya. Pada usia ini seseorang dalam periode kehidupannya telah kehilangan kejayaan masa mudanya, secara biologis proses penuaan secara terus menerus akan terjadi dengan adanya penurunan daya tahan tubuh pada lansia tersebut, dan usia pertengahan suatu masa dimana

seseorang dapat merasa puas dengan keberhasilannya, ada sebagian dari orang berpendapat usia tua sebagai suatu periode permulaan adanya kemunduran fisik⁸.

b. Jenis kelamin responden

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa jenis kelamin terbanyak adalah perempuan yaitu sebanyak 27 responden (51,9%) dan laki-laki sebanyak 25 responden (48,1%). Karakteristik jenis kelamin dimana sebagian besar jenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki disebabkan usia harapan hidup lansia perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Menurut Kakombohi et.al, (2017) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antar jenis kelamin karena salah satu faktor yang mempengaruhi psikologis lansia, sehingga akan berdampak pada bentuk adaptasi yang digunakan. Perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dari pada laki-laki dikarenakan perempuan lebih peka terhadap emosi, yang pada akhirnya peka juga akan mempengaruhi perasaan cemasnya⁹.

c. Tingkat pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian di dusun karanglo sleman Yogyakarta menunjukkan bahwa tingkat pendidikan responden sebagian besar berpendidikan sekolah dasar (SD) berjumlah 23 responden, SMP sebanyak SMP sebanyak 18 responden, SLTA sebanyak 10 responden, S1 sebanyak 1 responden. karakteristik pendidikan menunjukkan sebagian besar pendidikan SD. Tingkat pendidikan yang dimiliki responden membatasi kemampuan responden dalam memahami kondisi dirinya dan mencari pemecahan terhadap kondisi kesehatan lainnya. Tingkat pendidikan seseorang berpengaruh dalam memberikan respon terhadap sesuatu yang datang dari luar. Hasil penelitian Ngadiran, (2019) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pendidikan dengan status kesehatan seseorang yang memiliki pendidikan tinggi biasanya akan semakin membaik status kesehatannya selama menjalani kehidupannya, sebaliknya dengan lansia yang memiliki pendidikan yang rendah biasanya semakin buruk status kesehatannya¹⁰.

Menurut Notoatmodjo (2014) mengatakan bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang, maka akan semakin mudah

untuk menerima informasi tentang obyek atau yang berkaitan dengan pengetahuan. Pengetahuan responden dalam penelitian ini terkait kecemasan dan kemandirian baik. Pengetahuan umum dapat diperoleh dari informasi yang disampaikan oleh orang tua, guru, dan media masa¹¹.

Tingkat pendidikan sangat mempengaruhi bagaimana seseorang untuk bertindak dan mencari penyebab dan solusi dalam hidupnya. Orang yang berpendidikan tinggi biasanya bertindak lebih rasional. Oleh karena itu orang yang berpendidikan akan lebih mudah menerima gagasan baru.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden di dusun karanglo sleman yogyakarta dengan tingkat pendidikan yang berbeda-beda memiliki kemampuan yang baik terkait pengetahuan mengenai kecemasan kemandirian aktivitas yang dijalankan sehari-hari dengan baik dan menerapkan pengetahuan yang mereka miliki serta adanya antusias keluarga untuk mencari informasi terhadap masalah kesehatan yang dihadapi responden.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pendidikan sangat mempengaruhi tingkat kecemasan pada lansia, dimana lansia yang berpendidikan tinggi mampu mengatasi kecemasan di bandingkan lansia yang kurang pengetahuan akan cenderung lebih susah mengatasi kecemasannya.

d. Pekerjaan responden

Berdasarkan hasil penelitian di Dusun Karanglo Sleman Yogyakarta menunjukkan bahwa dari 52 responden jenis pekerjaan responden paling banyak adalah petani sebanyak 28 responden.

Pekerjaan seseorang sangat berpengaruh terhadap proses mengakses informasi yang dibutuhkan terhadap suatu obyek.

e. Status responden

Dalam penelitian ini jumlah responden terbanyak dengan status menikah sebanyak 28 (53,8%), disusul dengan lansia yang berstatus janda/duda sebanyak 24 (46,2%). Karakteristik status menunjukkan sebagian besar dengan berstatus menikah. Responden dengan status janda/duda sebelumnya mempunyai pasangan ketika mengalami masalah kesehatan dapat berkomunikasi dengan pasangan setelah kehilangan pasangan semua kegiatan maupun

mengalami masalah kesehatan melakukan dengan sendirinya. Berbeda dengan responden memiliki pasangan atau status menikah ketika ada permasalahan pada dirinya dapat berkomunikasi berdua bagaimana cara untuk mengatasi permasalahan tersebut.

2. Pembahasan Analisis Bivariat

a. Deskripsi Tingkat Kecemasan Pada Lansia

Penelitian ini dilakukan pada 52 responden di dusun karanglo sleman Yogyakarta. Berdasarkan tabel 4 distribusi frekuensi tingkat kecemasan menunjukkan distribusi tertinggi adalah mengalami tingkat kecemasan sedang 67,3,% atau sebanyak 35. Orang dengan kecemasan ringan yaitu sebesar 32,7% atau sebanyak 17 orang Lansia yang mengalami.

Kecemasan merupakan pengalaman individu yang bersifat subjektif yang sering bermanifestasi sebagai perilaku yang disfungsi yang diartikan sebagai perasaan kesulitan dan kesusahan terhadap kejadian yang tidak diketahui dengan pasti dan terjadinya kecemasan berlebihan akan terjadinya konsekuensi yang normal dari pertumbuhan, perubahan, pengalaman baru, dan makna hidup¹².

Kecemasan yang dialami lansia disebabkan oleh penurunan kondisi fisik seperti hilangnya kemampuan penglihatan, badan mulai membungkuk, kulit keriput dan sekarang sudah tidak kuat jalan jauh lagi karena cepat lelah, beda dengan waktu muda disaat dulu kondisi fisik masih kuat, dan faktor yang menyebabkan semakin tingginya angka kecemasan sedang yang terjadi adalah beratnya beban yang dihadapi lansia. Serta adanya stressor pencetus yang menyebabkan lansia cemas, yaitu ancaman terhadap integritas fisik meliputi disabilitas fisiologis yang akan terjadi atau penurunan kemampuan untuk melakukan aktivitas hidup sehari-hari¹³.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semua responden lansia yang mengalami kecemasan sedang 67,3,% atau sebanyak 35 orang, rasa cemas yang dirasakan lansia karena ada beberapa lansia yang kurang mengikuti keagamaan masing-masing. Dengan adanya kegiatan keagamaan di masyarakat agar senantiasa responden dapat mengingat Tuhan atau sang penciptanya sehingga responden akan lebih banyak bersyukur terhadap nikmat hidup yang diberikan oleh Tuhan.

Kegiatan pelayanan sosial lebih sering dilakukan agar responden dapat menceritakan apa saja masalah yang dirasakan sehingga lansia mampu mengontrol tingkat kecemasan yang dirasakan. Penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan lansia sebagian besar adalah sedang, dan menyebutkan bahwa kecemasan yang terjadi pada lansia disebabkan adanya faktor penuaan, tubuh yang semakin tua. Dampaknya adanya kemunduran kemampuan tubuh sehingga semakin lama menyebabkan lansia tidak berdaya dalam mencukupi kebutuhan hidupnya. Ketidakberdayaan ini menjadi penyebab kekhawatiran lansia terhadap hari depannya.

b. Deskripsi Tingkat Kemandirian ADL (*Activity Of Daily Living*) pada lansia

Berdasarkan tabel 5 mayoritas lansia yang berdasarkan kemandirian sehari-hari terdapat 26 orang atau sebesar 50,0% responden mampu untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri dan sisanya tergantung terhadap orang lain sebesar 50,0% atau sebanyak 26 orang responden.

Keterbatasan pada kemampuan kemandirian ADL (*Activity Of Daily Living*) adalah keterbatasan lansia dalam memenuhi kebutuhan hidupnya dan perawatan dirinya. Pertambahan usia pada seseorang dapat menyebabkan perubahan dalam bentuk fisik, kognitif dan dalam kehidupan psikososialnya. Pada usia lansia banyak yang merasakan kesepian, social ekonomi sangat kurang diperhatikan, kesejahteraan berkurang, dan munculnya beberapa penyakit pada lansia yang dapat menyebabkan produktivitas menurun sehingga dapat mempengaruhi kehidupan dan kualitas hidup lansia itu sendiri.

Sampelan, dkk. (2015) yang meneliti hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari di desa Batu Kecamatan Likupang Selatan Kabupaten Minahasa Utara, penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kemandirian lansia karena dengan adanya bantuan keluarga lansia akan mudah melakukan kemandiriannya dalam kehidupannya sehari-hari sehingga lansia merasa diperhatikan dan tercapainya kemandirian yang baik¹⁴.

Lansia yang mendapat dukungan emosional tinggi membuat lansia lebih semangat dalam melakukan aktivitas dan keberadaan

pasangan hidup sangat berperan penting dalam dukungan sosial karena pasangan hidup memiliki fungsi supporting dalam berbagai hal misalnya emosi, *problem solving*, keuangan maupun pengasuhan, begitupun dengan lansia yang memiliki pendidikan maka ia lebih memiliki pengetahuan lebih bagus untuk mengatasi setiap masalah yang ada di masa tuanya.

c. Hubungan Tingkat Kecemasan dengan kemandirian aktivitas dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari pada lansia

Hasil uji korelasi Spearman rank antara Tingkat Kecemasan dengan kemandirian aktivitas dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari pada lansia di dusun karanglo sleman Yogyakarta, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0.205 yang menunjukkan bahwa korelasi negatif dengan korelasi kekuatan rendah, dengan nilai $p > 0,05$ ($p = 0,145 > 0,05$) maka secara statistik tidak ada hubungan yang bermakna antara Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kemandirian Aktivitas Dalam Pemenuhan Kebutuhan Sehari-hari pada lansia di Dusun Karanglo Sleman Yogyakarta, sehingga H_0 diterima dan artinya penelitian ini tidak memiliki hubungan yang bermakna secara statistik antara tingkat kecemasan terhadap aktivitas sehari-hari pada lansia di dusun karanglo sleman Yogyakarta.

Sesuai hasil jawaban reponden sebagian besar lansia di Dusun karanglo sleman Yogyakarta paling banyak mengalami kecemasan sedang dan sedangkan aktivitas fisiknya memiliki peran nilai yang sama antara mandiri dan tergantung, artinya semakin tinggi tingkat kecemasan maka semakin rendah kualitas hidup manusia.

Kecemasan dan kemandirian fisik sangat mempengaruhi kehidupan pada lansia, dimana usia menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan dimana usia tersebut kelainan bentuk fisik dan rasa tak berdaya mulai dialami oleh lansia, sehingga menimbulkan kegelisahan dalam menghadapi masa tua dan dapat memicu kecemasan dan keaktifan pada lansia.

Hasil dari penelitian ini juga menunjukkan bahwa tingkat kecemasan dan keaktifan pada lansia, dimana lansia dengan memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi mampu mengatasi kecemasannya dibanding lansia yang kurang pengetahuannya akan cenderung mengatasi kecemasannya, lansia dengan pendidikan tinggi masih dapat produktif, mereka justru banyak menggali informasi dari berbagai sumber seperti sosial media dan membaca

Koran untuk memberikan kontribusi sebagai pengisi waktu luang mereka untuk mendapat informasi mengatasi masalah hidupnya.

Tingkat kecemasan didukung dengan sebuah teori bahwa kecemasan merupakan kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan emosi ini tidak memiliki obyek yang spesifik. Kecemasan dialami secara subjektif dan dikomunikasikan secara interpersonal. Kecemasan sangat akrab dengan kehidupan sehari-hari, yang menggambarkan keadaan khawatir, gelisah, dan tidak tenang disertai gangguan sakit, dengan arti kecemasan dapat menjadi bagian dari kualitas tidur, terutama pada lansia. Kecemasan yang dialami lansia disebabkan oleh penurunan kondisi fisik seperti penglihatan, badan mulai membungkuk, kulit keriput dan sekarang sudah tidak kuat jalan karena cepat lelah, beda dengan waktu muda di saat dulu kondisi fisik masih kuat. Salah satu penyebab kecemasan pada lansia di dusun karanglo Sleman Yogyakarta adalah kekhawatiran terhadap penyakit yang diderita pada lansia diantaranya adalah penyakit kronis seperti diabetes melitus penyakit kardiovaskuler penyakit paru. Dan di tambah adanya faktor-faktor lain yang menyebabkan tingginya angka kecemasan sedang yang terjadi adalah beratnya beban yang dihadapi lansia seperti harus menjali kehidupannya sendiri tanpa pendamping hidup, lansia yang memiliki pendidikan rendah, dan kurangnya dukungan keluarga. Serta adanya stressor pencetus yang menyebabkan lansia cemas, yaitu ancaman terhadap integritas fisik meliputi disabilitas fisiologis yang akan terjadi atau penurunan kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Namun semuanya dikembalikan kepada mekanisme coping yang dimiliki oleh individu lansia, jika coping yang dimiliki positif maka kecemasan yang akan dapat diminimalisir¹⁵.

Berdasarkan hasil penelitian aktivitas fisik pada lansia di Dusun Karanglo Sleman Yogyakarta banyak ditemukan lansia tetap memaksa untuk memenuhi aktivitas fisiknya secara mandiri misalnya berusaha mandiri untuk pergi ke toilet walaupun kemampuannya berjalannya sudah berkurang. Pada beberapa lansia juga, mereka berusaha untuk makan secara mandiri walaupun mereka sudah kurang mampu memasukkan makanan dalam mulut karena penyakit yang diderita atau kelemahannya yang dimilikinya. Sedangkan pada penelitian ini juga lansia di Dusun Karanglo Sleman Yogyakarta yang tidak mandiri (ketergantungan) berjumlah 26 responden (50,0%). Berdasarkan hasil penelitian Silviana

Primadayanti (2011) yang dilakukan pada 25 responden di Wilayah Kerja Puskesmas Sumbersari Kabupaten Jember menunjukkan bahwa lansia tidak mandiri lebih sedikit yaitu 9 responden (36%)¹⁶. Berbanding terbaik dengan hasil penelitian Slamet Rohaedi, dkk (2016) yang menyatakan bahwa mayoritas lansia memiliki ketergantungan sebanyak (86%), karena terdapat beberapa lansia yang menderita penyakit seperti stroke dan Parkinson sehingga semua kegiatan dalam memenuhi kebutuhan sehari-harinya memerlukan bantuan orang lain¹⁷.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Pangemanan et.al, (2019) dalam jurnal tentang “Hubungan Tingkat Stres Dengan Kemandirian Aktivitas Dalam Pemenuhan Kebutuhan Sehari-Hari Pada Lanjut Usia (Lansia)” menyimpulkan bahwa perubahan mental lansia ditandai dengan sikap yang mudah tersinggung dan bahkan mudah depresi hingga stres. Stres juga dapat mempengaruhi kemandirian pada lansia meliputi kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari seperti: mandi, berpakaian rapi, pergi ke toilet, berpindah tempat, dan mengontrol BAK atau BAB, serta dapat makan sendiri. Hasil penelitian ini memiliki persamaan bahwa kemandirian memiliki faktor dari usia, cemas, stres, depresi dan lainnya yang menyangkut dengan psikologinya. Kemandirian dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari sebagian besar responden kategorikan ketergantungan ringan sebanyak 17 (54,8%) orang dengan nilai signifikan sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai korelasi sebesar -0,642, artinya semakin rendah tingkat stres maka semakin tinggi tingkat kemandiriannya¹⁸.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kemandirian aktivitas pada lansia di Dusun Karanglo Sleman Yogyakarta, kesimpulannya sebagai berikut:

1. karakteristik lansia di Dusun Karanglo Sleman Yogyakarta menurut kelompok usia yaitu 60-78 tahun (76,9%). untuk jenis kelamin terbanyak adalah perempuan yaitu (51,9%) dan laki-laki (48,1%).

Pendidikan yang paling terbanyak yaitu pendidikan SD (44,2%). Berprofesi sebagai petani (53,8%).

2. Sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan ringan (32,7%).
3. Responden yang mampu untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri (50%) dan sisanya tergantung terhadap orang lain (50,0%).
4. Nilai $p > 0,05$ ($p = 0,145 > 0,05$) maka secara statistik tidak ada hubungan yang bermakna antara hubungan tingkat kecemasan dengan kemandirian aktivitas dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari pada lansia di Dusun Karanglo Sleman Yogyakarta, yang berarti bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan semakin rendah tingkat kemandirian pada lansia.

B. SARAN

1. Bagi Puskesmas
Sangat perlu dilakukan penyuluhan-penyuluhan mengenai kecemasan bagi lansia dan pemeriksaan tingkat kemandirian secara terjadwal untuk mengetahui pemenuhan aktivitas sehari-hari pada lansia.
2. Bagi Institusi Stikes Wira Husada
Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber dalam kajian ilmiah khususnya hubungan tingkat kecemasan dengan kemandirian aktivitas pada lansia.
3. Bagi Profesi Keperawatan
Diharapkan dapat melakukan penyuluhan-peyuluhan kesehatan masyarakat tentang kecemasan dan aktivitas fisik pada lansia.
4. Bagi peneliti selanjutnya
Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi untuk acuan dalam melakukan penelitian selanjutnya, diantaranya penelitian yang dapat dihubungkan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan dan kemandirian aktivitas pada lansia. Berdasarkan hasil penelitian ini maka peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan variabel yang berbeda yaitu dukungan keluarga, depresi dan resiko jatuh dengan tingkat kemandirian ADL (*Activity Of Daily Living*) pada lansia.

C. UCAPAN TERIMAH KASIH

1. Puskesmas Kalasan yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk meneliti di wilayah kerja puskesmas.
2. Kepada kepala Desa Purwomartani yang telah memberikan ijin kepada peneliti untuk meneliti di dusun Karanglo
3. Kepada pak dukuh dan kader Dusun Karanglo yang telah memberikan ijin untuk peneliti serta telah meluangkan waktu untuk melancarkan proses penelitian ini.
4. Warga Pedukuhan Karanglo yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. 2010. Quality of Life Elderly-BREF (WHOQOLBREF), dalam http://www.who.int/substance_abuse/research_tools/whogolbref/en/ diakses tanggal 17 Januari 2017
2. Rohaedi, S., Putri, S. T., & Karimah, A. D. (2016). Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Activities Daily Living di Panti Sosial Tresna Werdha Senja Rawi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia* Vo.2 No.1 Juli 2016.
3. Depkes RI. 2018. *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Indonesia Tahun (2018)*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
4. Dinas Kesehatan D.I. Yogyakarta. 2019. Laporan Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta.
5. Fitrah Vina Fitrah, D.W. 2010. Memahami Kesehatan Pada Lansia. Jakarta: CV. Trans Info Media.
6. Priyoto. 2015. Perubahan dalam perilaku kesehatan pada lansia, konsep dan aplikasi. Yogyakarta: Graha Ilmu.
7. Nadeak. 2013. Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pasien preoperasi Rb2 Rsup Ham. dari <http://repository.usu.ac.id> Diakses 22 November 2010.
8. Handayani, Dwi & Wahyuni. 2012. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Lansia dalam Mengikuti Posyandu Lansia di Posyandu Lansia Jetis Desa Krajan Kecamatan Weru Kabupaten Sukoharjo. *Gaster*, Vol.9 No.1 Februari 2012.
9. Kakombohi, S., Palendeng, O. I., & Rompas, S. 2017. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Lanjut Usia Di Balai Penyantunan Lanjut Usia (BPLU) Senja Cerah Paniki Kecamatan Mapanget Manado. *jurnal keperawatan volume 5 nomor 2, Agustus 2017*
10. Ngadiran, A (2019). hubungan Karakteristik (umur, pendidikan, dan lama tinggal dipanti) dengan tingkat kecemasan lansia dipanti Wreda

Charitas Cimahi. jurnal ilmu keperawatan Vol.13 No.2, Desember 2019. (04 februari 2020, 14:23)

11. Notoatmodjo. 2014. *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: EGC.
12. Donsu, D. D. (2019). *Psikologi Keperawatan*. Yogyakarta: PT.Pustaka Baru.
13. Stuart, G.W. 2012. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*, edisi . Jakarta: EGC.
14. Sampelan, I., Kundre, R., & Lolong, J. (2015). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari Di Desa Batu Kecamatan Likupang Selatan Kabupaten Minahasa Utara. *e-journal Keperawatan*
15. Stuart, G.W. 2012. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*, edisi . Jakarta: EGC.
16. Primadayanti, Silvina. 2011. Perbedaan Tingkat kemandirian Activity of Daily Living (ADL) Pada Lansia Yang Mengikuti Dan Tidak Mengikuti Posyandu Di Wilayah Kerja Puskesmas Sumbersari Kabupaten Jember. Skrip
17. Rohaedi, S., Putri, S. T., & Karimah, A. D. (2016). Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Activities Daily Living di Panti Sosial Tresna Werdha Senja Rawi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia Vo.2 No.1 Juli 2016*
18. Pangemanan et.al. 2019. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Tingkat Kemandirian Adl (*Activity Of Daily Living*) Pada Lansia. *Jurnal keperawatan volume 2. No 1. Januari 2020.*