

HUBUNGAN PENURUNAN FUNGSI GERAK LANSIA TERHADAP STRATEGI KOPING STRES LANSIA DI PANTI JOMPO WELAS ASIH KECAMATAN SINGAPARNA KABUPATEN TASIKMALAYA

Fanji Helvi Permana¹, Made Sumarwati², Imron Rosyadi³

^{1,2}. Jurusan Keperawatan Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto.

³Perawat RSUD Banyumas

ABSTRACT

Activity function decline become one of the stress causes for elderly that can disturb Activity Daily Living (ADL). The Stress condition makes elderly to adapted that alteration by using coping strategy, they are Problem Focused Coping (PFC) and Emotional Focused Coping (EFC).

The aim of this research is to know the correlation between activity function decline to stress coping strategy in elderly. This research used analytic correlation with cross sectional approach design. Purposive sampling technique was applied to determine sample. Chi-Square statistical analysis was used to analyze the data.

The samples who had a part decline were 25 people (83,3%) and the samples who had a total decline were 5 people (16,7%). The quantity samples who used PFC coping strategy was 24 people (80%) and EFC was 6 people (20%). Based on the Chi square analysis, p value was 0,298. Because p value was more than α (5%) or 0,05, it meant that there were not correlation significantly between activity function decline to stress coping strategy. There was no correlation between activity function declines to stress coping strategy of elderly in nursing home "Welas Asih", Singaparna, Tasikmalaya.

Keywords: Activity decline, coping strategy, stress, elderly.

PENDAHULUAN

Perubahan-perubahan akan terjadi pada tubuh manusia sejalan dengan makin meningkatnya usia. Perubahan tubuh terjadi sejak awal kehidupan hingga usia lanjut pada semua organ dan jaringan tubuh. Masa lansia sering dimaknai sebagai masa kemunduran, terutama pada keberfungsian fungsi-fungsi fisik dan psikologis. Hurlock (1994) mengemukakan bahwa penyebab kemunduran fisik ini merupakan suatu perubahan pada sel-sel tubuh bukan karena penyakit khusus tetapi karena proses menua. Menurut Nursari dan Fitriyani (2002) seorang lansia akan mengalami kendala atau ketidakmampuan untuk melakukan sesuatu, berarti tidak mampu melakukan aktivitas sehari-hari tanpa bantuan orang lain, baik sebagian dibantu (ketergantungan ringan atau sedang) maupun ketergantungan seluruhnya (ketergantungan total atau berat).

Dengan menurunnya fungsi gerak pada usia lanjut akan memberikan dampak pada kebiasaan aktivitas sehari-hari. Dampak dari perubahan tersebut adalah timbulnya stres pada lansia. Menurut Selye cit Karnadi (1999), berbagai sumber penyebab dari stres adalah lingkungan. Lansia dengan menurunnya fisik maka dia

harus beradaptasi terhadap lingkungan sekitarnya.

Oleh karena itu lansia perlu mempunyai strategi koping sehubungan dengan proses terjadinya penurunan fungsi aktivitas sehari-hari. Koping ini merupakan suatu upaya perubahan kognitif dan perilaku untuk mengatasi tuntutan internal dan eksternal yang melebihi kemampuan individunya. Berbagai strategi koping dapat digunakan lansia untuk mengatasi stresornya antara lain dengan mengubah kondisi lingkungan maupun mengubah masalah yang dihadapi (Karnadi, 1999).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan penurunan fungsi gerak lansia terhadap strategi koping stres lansia di Panti Jompo Welas Asih Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif non eksperimental. Penelitian menggunakan rancangan analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional* atau studi potong lintang dimana peneliti hanya melakukan observasi dan pengukuran variabel pada satu saat

tertentu saja (Saryono, 2008). *Cross sectional* yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor resiko dengan efek melalui pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat dimana setiap subyek penelitian diobservasi hanya sekali (Notoatmodjo, 2002).

Penelitian ini dilaksanakan di Panti Jompo Welas Asih yang berada di Kecamatan Singaparna, Kabupaten Tasikmalaya pada tanggal 27 Desember 2009 sampai 3 Januari 2010. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang berada di Panti Jompo Welas Asih Kec. Singaparna Kab. Tasikmalaya yaitu sebanyak 32 orang dengan jumlah laki-laki 11 orang dan perempuan 21 orang. Teknik pengambilan sampel ini adalah *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang.

HASIL PENELITIAN DAN BAHASAN

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa jumlah responden yang berusia 60-64 tahun sebanyak 8 orang

Instrumen yang digunakan untuk mengukur penurunan fungsi gerak lansia adalah dengan menggunakan indeks Katz tentang Aktivitas Sehari-hari meliputi kemampuan mandiri individu untuk mandi, berpakaian, toileting, berpindah tempat, mempertahankan kontinensia, dan makan. Instrumen strategi koping yang digunakan merupakan instrumen *ways of coping* Lazarus yang dikembangkan oleh Aldwin dan Reversion (1987) yang telah dimodifikasi oleh Sudrajat (2008) dan dimodifikasi kembali oleh peneliti disesuaikan untuk penurunan fungsi gerak lansia. Analisis menggunakan uji statistik *Chi Square*. Uji ini digunakan untuk menyatakan signifikansi dua variabel atau lebih (Sugiyono, 2005). Batasan signifikansi, jika $p < 0,05$ maka hasil hitung statistic bermakna, sebaliknya jika $p > 0,05$ berarti hasilnya tidak bermakna.

(26,7%), responden yang berusia 65-69 tahun sebanyak 5 orang (16,7%), Sedangkan yang berusia 70 tahun keatas sebanyak 17 orang lansia (56,7%).

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Lansia

Usia	n	Persentase
60-64	8	26,7
65-69	5	16,7
70 tahun keatas	17	56,6
Total	30	100,0

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan jenis kelamin terdapat 10 orang (33,3%) lansia yang berjenis kelamin laki-laki, serta 20 orang

(66,7%) berjenis kelamin perempuan (Tabel 2).

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Lansia

Jenis Kelamin	n	Persentase
Laki-laki	10	33,3
perempuan	20	66,7
Total	30	100,0

Gambaran Penurunan Fungsi Gerak Lansia

Penurunan fungsi gerak lansia diambil dari perhitungan dengan menggunakan Indeks Katz dimana pencapaian skor 5-6 dikategorikan mandiri, 3-4 semi mandiri, dan 0-2 tergantung total.

Pada Tabel 3 menunjukkan sebagian besar penurunan fungsi gerak yang dialami oleh lansia yaitu tergantung sebagian 25 orang lansia (83,3%) dan tergantung total 5 orang lansia (16,7%).

Tabel 3. Penurunan Fungsi Gerak Lansia

Penurunan Fungsi Gerak	n	Persentase
Tergantung sebagian	25	83,3
Tergantung total	5	16,7
Total	30	100

Gambaran Strategi Koping Stres Lansia Berdasarkan Usia

Berdasarkan Tabel 4 dapat diketahui bahwa jumlah responden yang berusia 60-64 tahun sebanyak 8 orang lansia (26,7%), dengan 6 orang menggunakan strategi koping *PFC* dan 2 orang menggunakan *EFC*. Pada responden yang berusia 65-69 tahun

terdapat 5 orang lansia (16,7%) dan semuanya menggunakan strategi koping *PFC*. Sedangkan pada responden yang berusia 70 tahun keatas terdapat 17 orang lansia (56,6%), diantaranya 13 orang menggunakan strategi koping *PFC* dan 4 orang menggunakan strategi koping *EFC*.

Tabel 4. Strategi Koping stres Lansia Berdasarkan Usia

Usia	n	<i>PFC</i>	<i>EFC</i>	Persentase
60-64	8	6	2	26,7
65-69	5	5	0	16,7
>70	17	13	4	56,6
Total	30	24	6	100

Gambaran Strategi Koping Stres Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan jenis kelamin terdapat 10 orang (33,3%) lansia yang berjenis kelamin laki-laki, dengan seluruhnya menggunakan strategi koping

PFC serta 20 orang (66,7%) yang berjenis kelamin perempuan, dengan 14 orang menggunakan strategi koping *PFC* dan 6 orang menggunakan strategi koping *EFC*.

Tabel 5 Strategi Koping Stres Lansia Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin	n	<i>PFC</i>	<i>EFC</i>	Persentase
Laki- laki	10	10	0	33,3
Perempuan	20	14	6	66,7
Total	30	24	6	100,0

Gambaran Strategi Koping Stres Lansia

Distribusi gambaran secara umum strategi koping stres lansia sebagian besar adalah *Problem Focused Coping (PFC)*

sebanyak 24 orang (80%) dan yang lainnya adalah *Emotional Focused Coping (EFC)* sebanyak 6 orang (20%) (Tabel 6).

Tabel 6. Strategi Koping Stres Lansia

Jenis Strategi Koping	n	Persentase
<i>PFC</i>	24	80,0
<i>EFC</i>	6	20,0
Total	30	100,0

Hubungan Penurunan Fungsi Gerak Lansia Terhadap Strategi Koping Stres Lansia

Hubungan penurunan fungsi gerak lansia terhadap strategi koping stres lansia di Panti Jompo Welas Asih Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya diuji dengan menggunakan alat statistik uji *chi-square*. Hasil analisis dapat dilihat pada Tabel 7.

Dari Tabel 7 dapat diketahui sebanyak 24 orang lansia memilih *Problem Focused Coping (PFC)*, dengan distribusi

yang memiliki penurunan fungsi gerak tergantung sebagian sebanyak 19 orang (63,3%), dan tergantung total sebanyak 5 orang (16,7%). Selain itu, sebanyak 6 orang lansia memilih *Emotional Focused Coping (EFC)*, dengan distribusi 6 orang lansia (20%) mengalami penurunan fungsi gerak tergantung sebagian, dan tidak ada lansia (0%) yang memiliki penurunan fungsi gerak tergantung total.

Tabel 7. Hubungan Penurunan Fungsi Gerak Lansia Terhadap Strategi Koping Stres Lansia di Panti Jompo Welas Asih Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya.

Penurunan Fungsi Gerak Lansia	Strategi Koping Stres Lansia				α	Fisher's exact test
	PFC	%	EFC	%		
Tergantung Sebagian	19	63,3	6	20	0,05	0,298
Tergantung Tota	5	16,7	0	0		
Total	24	80	6	20	0,05	0,298

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian diperoleh bahwa responden sebagian besar berusia 70 tahun keatas yaitu sebanyak 17 orang (56,7%). Kelompok usia lanjut dengan resiko tinggi yaitu kelompok yang berusia lebih dari 70 tahun, atau kelompok usia lanjut yang hidup sendiri, terpencil, tinggal di panti, menderita penyakit berat, atau cacat (Depkes RI *cit* Nursari dan Fitriyani, 2002).

Hasil penelitian yang disajikan dalam tabel 4.2 di atas, diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 20 orang (66,7%) dan sisanya 10 orang laki-laki (33,3%). Dari hasil di atas dapat dikaji bahwa jumlah responden perempuan lebih banyak dibandingkan dengan responden laki-laki. Hal ini mungkin disebabkan oleh berbagai faktor yang tidak diteliti oleh peneliti. Namun hal ini bisa disebabkan oleh usia harapan hidup perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

Sesuai dengan tabel 4.3, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai penurunan fungsi gerak yaitu tergantung pada sebagian fungsi sebanyak 25 orang (83,3%) dari total 30 orang lansia. Dari data hasil penelitian yang diperoleh, tidak terdapat lansia yang mencapai skor kemandirian 5-6, sehingga tidak ada responden yang termasuk dalam kategori mandiri dalam aktivitas kehidupan sehari-hari (AKS). Berdasarkan pengamatan peneliti, ketergantungan responden sangat dipengaruhi oleh proses menua dan status kesehatan.

Pendapat Chappell, Strain, dan Blandford *cit* Hermodsson dan Ekdahl (1999) menemukan bahwa baik jumlah dan kondisi kronis tingkat kecacatan fungsional meningkat seiring dengan bertambahnya usia tua. Kondisi kesehatan mempengaruhi penurunan fungsi gerak lansia. Sesuai dengan pendapat Rowe dan Kahn dalam Hermodsson dan Ekdahl (1999) aktivitas

kehidupan sehari-hari yang mencakup perawatan pribadi (toilet, makan atau minum, berpakaian, mandi dan mobilitas) sebagian besar adalah masalah bagi orang-orang dengan defisit motorik.

Berdasarkan Tabel 4, dapat diketahui distribusi gambaran strategi koping stres lansia berdasarkan usia di Panti Jompo Welas Asih Kec. Singaparna Kab. Tasikmalaya sebagian besar berusia 70 tahun keatas sebanyak 17 orang (56,7%), dengan 13 orang menggunakan strategi koping PFC, dan 4 orang menggunakan strategi koping EFC. Responden yang berusia 60-64 tahun sebanyak 8 orang (26,7%) dengan 6 orang menggunakan strategi koping PFC, dan 2 orang EFC. Sedangkan yang berusia 65-69 tahun sebanyak 5 orang (16,7%) dengan seluruhnya menggunakan strategi koping PFC. Dari hasil ini, sebagian besar responden menggunakan strategi koping PFC dibandingkan dengan strategi koping EFC.

Hasil penelitian yang disajikan dalam tabel 4.5 diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 20 orang (66,7%) dengan 14 orang menggunakan strategi koping PFC dan 6 orang menggunakan EFC, serta sisanya 10 orang laki-laki (33,3%) dengan seluruhnya menggunakan strategi koping PFC. Dari hasil ini sebagian besar responden baik itu laki-laki maupun perempuan lebih banyak menggunakan strategi koping PFC dibandingkan dengan EFC terkait dengan penurunan fungsi geraknya.

Hal ini didukung oleh Sarafino *cit* Sudrajat (2009), bahwa tidak ada perbedaan penggunaan strategi koping antara laki-laki dan perempuan bila keduanya memiliki kelompok usia yang sama. Berdasarkan tabel 6 dapat diketahui bahwa jenis strategi koping stres lansia di Panti Jompo Welas Asih Kec. Singaparna Kab. Tasikmalaya sebagian besar adalah

Problem Focused Coping (PFC) sebanyak 24 orang (80%) dan yang lainnya adalah *Emotional Focused Coping (EFC)* sebanyak 6 orang (20%).

Dari hasil hitung alat statistik yang disajikan pada tabel 4.7 dalam penelitian ini di dapatkan bahwa nilai probabilitas (p) = 0,298 lebih besar dari nilai α (0,05). Dengan demikian H_0 diterima dan H_a ditolak yang berarti tidak ada hubungan antara penurunan fungsi gerak lansia terhadap strategi koping stres lansia di Panti Jompo Welas Asih Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya.

responden dalam penelitian ini memiliki tahap perkembangan yang sama yaitu tahap perkembangan lansia, sehingga sikap lansia terhadap penurunan fungsi gerak dianggap bukan merupakan masalah yang mengancam bagi kehidupan lansia itu sendiri karena pada tahap perkembangan lansia, lansia dituntut untuk

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Karakteristik responden yang berusia 60-64 tahun sebanyak 8 orang (26,7%), responden yang berusia 65-69 tahun sebanyak 5 orang (16,7%), Sedangkan yang berusia 70 tahun keatas sebanyak 17 orang lansia (56,7%).

1. Berdasarkan jenis kelamin, karakteristik responden lansia terdapat 10 orang (33,3%) lansia yang berjenis kelamin laki-laki, serta 20 orang (66,7%) berjenis kelamin perempuan.
2. Responden dengan penurunan fungsi gerak menunjukkan sebagian besar penurunan fungsi gerak lansia yaitu tergantung sebagian sebanyak 25 orang (83,3%) dan tergantung total sebanyak 5 orang (16,7%).
3. Jumlah responden yang berusia 60-64 tahun sebanyak 8 orang lansia (26,7%), dengan 6 orang menggunakan strategi koping *PFC* dan 2 orang menggunakan *EFC*. Pada responden yang berusia 65-69 tahun terdapat 5 orang lansia (16,7%) dan semuanya menggunakan strategi koping *PFC*. Sedangkan pada responden yang berusia 70 tahun keatas terdapat 17 orang lansia (56,6%), diantaranya 13 orang menggunakan strategi koping *PFC* dan 4 orang menggunakan strategi koping *EFC*.
4. Berdasarkan jenis kelamin terdapat 10 orang (33,3%) lansia yang berjenis

menyesuaikan diri terhadap masalah penurunan fungsi gerak yang dialami, dengan demikian lansia menerima kondisi penurunan fungsi gerak sebagai hal yang normal seiring proses penuan.

Hal ini sejalan dengan pendapat Stanley (2007) penuaan adalah normal, dengan diikuti perubahan fisik dan tingkah laku yang dapat diramalkan yang terjadi pada semua orang pada saat mereka mencapai usia tahap perkembangan kronologis tertentu. Pendapat tersebut didukung oleh Burnside (1979), Duval (1977), dan Havighurst (1953) dalam Potter dan Perry (2005) seiring dengan tahap kehidupan lain, lansia memiliki tugas perkembangan khusus yang diantaranya adalah penyesuaian terhadap penurunan kekuatan fisik dan kesehatan, menerima diri sebagai individu lansia, menemukan cara untuk mempertahankan kualitas hidup.

kelamin laki-laki, dengan seluruhnya menggunakan strategi koping *PFC* serta 20 orang (66,7%) yang berjenis kelamin perempuan, dengan 14 orang menggunakan strategi koping *PFC* dan 6 orang menggunakan strategi koping *EFC*.

5. Jenis strategi koping stress yang dimiliki oleh lansia di Panti Jompo Welas Asih Kec. Singaparna Kab. Tasikmalaya sebagian besar adalah *Problem Focused Coping (PFC)* sebanyak 24 orang (80%) dan yang lainnya adalah *Emotional Focused Coping (EFC)* sebanyak 6 orang (20%).
6. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara penurunan fungsi gerak lansia terhadap strategi koping stres lansia di panti Jompo Welas Asih Kec. Singaparna Kab. Tasikmalaya, yaitu dengan nilai $p = 0,298$ lebih besar dari nilai $\alpha = 0,05$.

Saran

1. Bagi profesi keperawatan khususnya keperawatan gerontik perlu adanya pendekatan kepada keluarga atau lansia dengan melakukan edukasi, memberikan penjelasan sederhana mengenai penurunan fungsi gerak yang dialami oleh lansia, serta memberikan edukasi dalam penggunaan strategi koping dalam segala permasalahan lansia.

2. Berdasarkan hasil penelitian, dikatakan tidak ada hubungan antara penurunan fungsi gerak lansia terhadap strategi koping stres lansia, akan tetapi keluarga perlu memberikan dukungan sosial kepada lansia agar supaya lansia tidak jatuh kedalam tingkatan stres akibat penurunan fungsi gerak yang dialami.
3. Penelitian yang lebih lanjut diperlukan untuk mengembangkan keilmuan

mengenai penurunan fungsi gerak lansia maupun strategi koping stres. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menghubungkan penurunan fungsi gerak dengan tingkat religiusitas atau penerimaan lansia baik itu dengan kuantitatif maupun kualitatif sehingga penelitian tersebut bisa menggambarkan hasil yang lebih jelas mengenai penurunan fungsi gerak.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldwin, C. M., & Revenson, T.A. (1987) Does coping help? A reexamination between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 53. hh. 337-348.
- Folkman, S., & Moskowitz, T. J. (2004) Coping: Pitfalls and promise. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol 55 hh. 745-768.
- Gallo, J.J., Reichel, W., dan Andersen, L. M. (1998) Buku saku gerontologi. 2nd ed (Veldman, Trans.). Jakarta: EGC.
- Handayani, R. (2003) Hubungan tingkat kemampuan dalam aktivitas sehari-hari dengan tingkat defresi pada lansia yang tinggal di panti sosial Tresna Werdha Abiyoso Jogjakarta. Skripsi. Universitas Gadjah Mada.
- Hermodsson, Y., & Ekdahl, C. (1999) Early planning of care and rehabilitation after amputation for vascular disease by means of Katz Index of activities of daily living. *Scandinavian University Press*, no. 13, pp. 234-239.
- Hurlock, E.B. (1994) Psikologi perkembangan. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E.B. (1997) Teori perkembangan, suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. Jakarta: Erlangga.
- Karnadi, J. (1999) Stress dan kepuasan dalam kehidupan sehari-hari. Kelompok Psikiatri Rumah Sakit Metropolitan Medical Center. *Jurnal Cermin Dunia Kedokteran* No. 123.
- Keliat, B. A. (1998) Penatalaksanaan stress. Jakarta: EGC.
- NANDA, (2005) Nursing diagnosis: definitions & classification
- Nursari, A.Y., dan Fitriyani, P. (2002) Koping lansia terhadap penurunan fungsi gerak di Kelurahan Cipinang Muara Kecamatan Jatinegara Jakarta Timur. thesis, Universitas Indonesia.
- Notoatmojo, S. (2002) Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmojo, S. (2003) Prinsip dasar ilmu kesehatan masyarakat. Jakarta: Rineka Cipta.
- Potter & Perry. (2005) *Buku ajar fundamental keperawatan edisi 4*. Jakarta: EGC.
- Saryono. (2008) *Metodologi penelitian kesehatan penuntun praktis bagi pemula*. Jogjakarta: Mitra Cendikia.
- Sudrajat, U.I. (2009) *Hubungan pola asuh orang tua terhadap strategi koping remaja pada penerimaan perubahan fisik di SMA Negeri 2 Kebumen*. Skripsi, Universitas Jenderal Soedirman.
- Sugiyono. (2005) *Statistik untuk peneitian*. Bandung: Alfabeta.
- Stanley, M. (2007) *Buku ajar keperawatan gerontik (Gerontological Nursing: A Health Promotion or Protection Approach)*. Jakarta: EGC.