

## KEMANDIRIAN LANSIA DENGAN KECEMASAN DALAM PEMENUHAN AKTIVITAS SEHARI-HARI

Patria Asda<sup>1</sup>, Jusandri Wawo<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta

Corresponding Email: [asdapaty@gmail.com](mailto:asdapaty@gmail.com)

### ABSTRAK

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 terutama pada lansia di Dusun Karanglo Purwomartani Sleman. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada korelasi tingkat kecemasan yang dirasakan lansia dengan kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari di Dusun Karanglo Purwomartani Sleman. Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan desain cross sectional. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 52 responden yang diambil dengan purposive sampling. Analisa data yang digunakan adalah uji statistik spearman rank untuk mengetahui hubungan antara 2 variabel. Berdasar hasil penelitian sebagian besar lansia mengalami tingkat kecemasan ringan sebesar 32,7% atau sebanyak 17 orang, kecemasan sedang 67,3% atau sebanyak 35 orang, sedangkan kemandirian lansia masuk dalam kategori mandiri sebesar 50% dan sisanya tergantung terhadap orang lain sebesar 50%. Analisis dengan uji spearman rank menghasilkan nilai  $p > 0,05$  ( $p = -.205 > 0,05$ ), sehingga  $H_0$  diterima dan artinya penelitian ini tidak memiliki hubungan yang bermakna secara statistik antara kecemasan terhadap kemandirian lansia di Dusun Karanglo Purwomartani Sleman Yogyakarta.

**Kata kunci :** Kecemasan Lansia, Kemandirian Lansia

### ABSTRACT

*The increase in 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 problems as well as physical and mental health. Problems that arise in the elderly will cause anxiety which if excessive will affect the independence of the elderly in meeting daily needs, especially for the elderly in Karanglo Purwomartani Hamlet Sleman. This study aims to find out whether there is a correlation between the level of anxiety felt by the elderly with independence in carrying out daily activities in Karanglo Purwomartani Sleman Hamlet. This type of research is analytical observational with a cross sectional design. The sample in this study was 52 respondents taken by purposive sampling. The data analysis used is a statistical test of spearman rank to determine the relationship between 2 variables. Based on the results of the study, most of the elderly experienced a mild anxiety level of 32.7% or as many as 17 people, moderate anxiety 67.3% or as many as 35 people, while the independence of the elderly was included in the independent category of 50% and the rest depended on others by 50%. Analysis with the spearman rank test resulted in a value of  $p > 0.05$  ( $p = -.205 > 0.05$ ), so  $H_0$  was accepted and it means that this study did not have a statistically meaningful relationship between anxiety about the independence of the elderly in Karanglo Purwomartani Sleman Hamlet, Yogyakarta*

**Keywords:** Elderly Anxiety, Elderly Independence

## LATAR BELAKANG

Proses menua sering menimbulkan rasa cemas. 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 kehidupannya (Ningrum et al., 2018) Kecemasan adalah perasaan takut yang tidak jelas disertai perasaan ketidakpastian, ketidakberdayaan, isolasi dan ketidakamanan (*Stuart et al.*, 2016)

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 meningkat (KEMENKES RI, 2018)

Berdasarkan Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2020, 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 jiwa (Dinkes Propinsi DIY, 2020)

Berdasarkan data lansia di Kabupaten Sleman dengan jumlah 25 puskesmas, jumlah data lansia berusia 60 tahun keatas terbanyak berada di puskesmas Kalasan dengan jumlah lansia 8013, laki-laki 3989 jiwa dan perempuan 4024 jiwa. Jumlah lansia terendah berada di puskesmas Ngemplak 1 dengan jumlah lansia jenis kelamin laki-laki sebanyak 1359 jiwa, jumlah lansia jenis kelamin perempuan sebanyak 1659 jiwa, dengan total lansia sebanyak 3017 jiwa (Dinkes Kab Sleman, 2020)

Dusun Karanglo merupakan salah satu pedukuhan di kecamatan kalasan kabupaten sleman dengan jumlah penduduk lansia sebanyak 108 jiwa. 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 tubuh pun 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

Satu lansia mengatakan kadang ia merasa kesepian karena suda 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. 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. Kekhawatiran yang disebabkan oleh penyakit ini dapat melemahkan lansia (Kusuma & Ardhani, 2018). Dari hasil wawancara tersebut lansia juga mengatakan bahwa mereka sering merasa gelisah, takut tanpa alasan, mudah lelah, dan susah tidur di malam hari.

Penelitian ini bertujuan untuk menemukan gambaran tentang kemandirian lansia yang menderita kecemasan dalam pemenuhan sehari-hari dan apakah ada korelasi dari kedua variabel tersebut. dalam pelaksanaannya penelitian ini menjunjung prinsip etika penelitian dan telah mendapatkan surat kelayakan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Stikes Wira Husada Yogyakarta dengan nomor: 071/KEPK/STIKES-WHY/III/2021.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional* yang dilaksanakan pada bulan Mei 2021 di Dusun Karanglo, Purwomartani, Sleman. Populasi adalah seluruh lansia yang berusia 60-90 tahun di dusun Karanglo purwomartani sleman sejumlah 108 orang dan diambil 52 orang sebagai sampel penelitian. Sampel di hitung dengan rumus slovin menggunakan presisi 10%. Pemilihan responden di tetapkan secara purposive sampling.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan dua jenis instrumen yaitu instrumen HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) untuk mengukur tingkat kecemasan dan instrumen Katz Indeks untuk mengukur kemandirian dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari. Teknis pengumpulan data dilakukan dengan kunjungan dari rumah ke rumah. Selanjutnya data yang terkumpul di analisis secara univariat dengan distribusi frekuensi dan analisis bivariat dengan uji spearman rank.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

## Karakteristik Responden

**Tabel 1**  
Karakteristik responden lansia  
di Dusun Karanglo, Purwomartani, Sleman

Variabel	Kategori	Frekuensi (f)	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 2021

Berdasarkan tabel 1 terlihat bahwa responden berdasarkan jenis kelamin terbanyak adalah perempuan yaitu sebanyak 27 responden (51,9%), umur responden sebagian besar berusia 60-78 tahun sebanyak 40 responden (76,9%), sebagian besar responden merupakan lulusan dari sekolah dasar sebanyak 23 responden (44,2%), Pekerjaan responden, sebagian besar adalah petani 28 responden (53,8%) dan status menikah sebanyak 28 (53,8%).

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa usia lansia di Dusun karanglo, Purwomartani, Sleman paling banyak pada rentang usia 60-78 tahun yang berjumlah 40 orang. Para lansia tersebut memiliki 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. 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 fisik (Donsu, 2017)

Jenis kelamin terbanyak adalah perempuan yaitu sebanyak 27 responden (51,9%). 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) 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 cemasnya

Tingkat pendidikan lansia sebagian besar berpendidikan sekolah dasar (SD) berjumlah 23 orang (44,2%). 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 terdahulu 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 kesehatannya (Ngadiran, 2020)

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 masa. 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 (Notoatmodjo, 2012)

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.

**Gambaran Kecemasan Lansia  
Di Dusun Karanglo, Purwomartani, Sleman Yogyakarta**

**Tabel 2**

Kecemasan Lansia Di Dusun Karanglo, Purwomartani, Sleman

Variabel	Kategori	Frekwensi	Persentase
Tingkat kecemasan	Tidak cemas	0	0
	Ringan	17	32,7
	Sedang	35	67,3
	Berat	0	0
	Total	52	100.0

Sumber: Data Primer 2021

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.

Hasil penelitian secara univariat tingkat kecemasan lansia adalah tingkat kecemasan sedang 67,3,% atau sebanyak 35 orang. 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 hidup (Donsu, 2017)

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-hari (Stuart *et al.*, 2016)

Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya di BPSTW unit Budi luhur kasongan oleh Sari & Hartiningsih, (2020) bahwa tingkat kecemasan lansia sebagian besar adalah sedang. Penelitian ini 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.

**Gambaran Kemandirian Aktivitas Responden Lansia Di Dusun Karanglo, Purwomartani, Sleman**

**Tabel 3.**

Kemandirian Lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari di Dusun Karanglo, Purwomartani, Sleman

Variabel	Kategori	Frekwensi (f)	Persentase (%)
Kemandirian Lansia	Mandiri	26	50,0
	Tergantung	26	50,0
	Total	52	100,0

Sumber: Data Primer 2021

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia yang mandiri di dusun karanglo sebanyak 26 orang atau sebesar 50,0%. Adapun sisanya sebesar 50% responden merupakan lansia yang tergantung atau membutuhkan bantuan dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari.

Mayoritas lansia yang berdasarkan kemandirian 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 *et al.*, (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 kemandiannya dalam kehidupannya sehari-hari sehingga lansia merasa diperhatikan dan tercapainya kemandirian yang baik. 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.

**Tabel 4**

Analisis Korelasi Tingkat Kecemasan Dengan Kemandirian Lansia

Kecemasan	Kemandirian
-----------	-------------

	Tergantung	Mandiri	Total	p-value
Ringan	6	11	17	-.205
Sedang	20	15	35	
Total	26	26	52	

Sumber: Data Primer 2021

Berdasarkan tabel 4 hasil uji korelasi dengan uji statistik korelasi Spearman Rank diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar  $-.205$  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 kecemasan dengan Kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari di Dusun Karanglo Sleman Yogyakarta.

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  $-.205$  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, Purwomartani, Sleman Yogyakarta.

Sesuai hasil jawaban responden sebagian besar lansia di Dusun karanglo paling banyak mengalami kecemasan sedang dan sedangkan aktivitas fisiknya memiliki proporsi 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 (Sari & Hartiningsih, 2020)

Kemungkinan salah satu penyebab kecemasan pada lansia di dusun karanglo adalah kekhawatiran terhadap penyakit yang diderita pada lansia diantaranya adalah penyakit kronis seperti diabetes militus 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 diminimalisir (Stuart *et al.*, 2016)

Hasil penelitian tidak sesuai dengan penelitian oleh Tinungki *et al.*, (2021) yang menunjukkan bahwa sebagian besar lansia yang ada di Posyandu Lansia Kecamatan Tamako Kabupaten Kepulauan Sangihe berada pada kategori mandiri. Namun, penelitian ini berbeda pula dari sisi instrument, dimana penelitian tersebut menggunakan indeks Barthel



sebagai instrument untuk mengukur tingkat kemandirian lansia. Hasil penelitian ini sesuai pula dengan penelitian yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres Dengan Kemandirian Aktivitas Dalam Pemenuhan Kebutuhan Sehari-Hari Pada Lanjut Usia (Lansia)” yang dilakukan oleh Pangemanan *et al.*, (2019). Penelitian tersebut 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 kemandiriannya.

## **SIMPULAN**

Tidak ditemukan korelasi yang bermakna antara kecemasan dengan kemandirian lansia dalam Pemenuhan Kebutuhan Sehari-hari di Dusun Karanglo Purwomartani Sleman

## **SARAN**

### 1. Bagi Puskesmas

Sangat perlu dilakukan penyuluhan mengenai kecemasan bagi lansia dan pemeriksaan tingkat kemandirian untuk mengetahui pemenuhan aktivitas sehari-hari pada lansia yang dilakukan secara berkala

### 2. Bagi Perawat

Perawat dapat melakukan penyuluhan kesehatan masyarakat tentang cara mengatasi kecemasan dan aktivitas fisik pada lansia

## DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes Propinsi DIY. (2020). *Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2020*.
- Dinkes Kabupaten Sleman. (2020). *Profil Kesehatan Kabupaten Sleman Tahun 2020*.
- Donsu, J. (2017). *Psikologi Keperawatan*. Pustaka Baru Press Yogyakarta.
- Kakombohi, S., Palendeng, O. I., & Rompas, S. (2017). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Lanjut Usia Di Balai. *E-Journal Keperawatan (e-Kp)*, 5 Nomor 2
- KEMENKES RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar 2018*. <https://kesmas.kemkes.go.id>
- Kusuma, I. H., & Ardhani, I. I. (2018). Hubungan tingkat kecemasan terhadap aktivitas sehari-hari pada lansia di Panti Werdha Wana Seraya , Denpasar - Bali. *E-Journal Medika*, 7(1), 37–42.
- Ngadiran, A. (2020). Hubungan Karakteristik (Umur, Pendidikan, Dan Lama Tinggal Di Panti) Dengan Tingkat Kecemasan Lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Immanuel*, 13(2), 104–108.
- Ningrum, T. P., Okatiranti, & Nurhayati, S. (2018). Gambaran Tingkat Kecemasan Tentang Kematian Pada Lansia Di BPSTW Ciparay Kabupaten Bandung. *Jurnal Keperawatan*, 6(2), 142–149.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Pangemanan, B., Widodo, D., & Widiani, E. (2019). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kemandirian Aktivitas Dalam Pemenuhan Kebutuhan Sehari-Hari Pada Lanjut Usia (Lansia). *Nursing News*, 4(1), 259–268.
- 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 (e-Kp)*, 3(2), 1–7.
- Sari, H. I., & Hartiningsih, S. N. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Tingkat Kemandirian ADL (Activity of Daily Living). *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 29–38.
- Stuart, G. W., Keliat, B. A., & Pasaribu, J. (2016). *Prinsip Dan Praktik: Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart Edisi Indonesia Buku 2*. Elsevier : Indonesia, Jakarta.
- Tinungki, Y. L., Kalengkongan, D. J., Patras, M. D., & Sesebanua, J. I. (2022). Politeknik Negeri Nusa Utara Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Adl ( Activity Daily of Living ) Dengan Metode Barthel Indeks Di Posyandu Lansia Kecamatan Tamako Kabupaten Kepulauan Sangihe the Level of Independence of the Elderly in Fulfilling Ac. *Jurnal Ilmiah Sesebanua*, 6, Nomor 2, 58–66.