



**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN AKTIVITAS  
KEHIDUPAN SEHARI-HARI PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN  
SOSIAL LANJUT USIA JEMBER**

**SKRIPSI**

**Oleh**

**Ayu Septi Hartanti  
NIM. 072310101058**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS JEMBER  
TAHUN 2012**



**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN AKTIVITAS  
KEHIDUPAN SEHARI-HARI PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN  
SOSIAL LANJUT USIA JEMBER**

**SKRIPSI**

diajukan guna melengkapi tugas akhir dan memenuhi salah satu syarat  
untuk menyelesaikan Program Studi Ilmu Keperawatan (S1)  
dan mencapai gelar Sarjana Keperawatan

**Oleh**  
**Ayu Septi Hartanti**  
**NIM. 072310101058**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**  
**UNIVERSITAS JEMBER**  
**TAHUN 2012**

# **SKRIPSI**

## **HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN AKTIVITAS KEHIDUPAN SEHARI-HARI PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA JEMBER**

oleh  
Ayu Septi Hartanti  
NIM. 072310101058

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama : Ns. Nurfika Asmaningrum, M. Kep.

Dosen Pembimbing Anggota : Ns. Dodi Wijaya, M. Kep.

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Allah SwT yang senantiasa memberikan petunjuk dan ridho-Nya serta memberikan kemudahan-Nya sehingga saya dapat tetap melangkah dan maju hingga saat ini, serta Nabi Muhammad SAW yang selalu menjadi tauladan bagi umatnya;
2. Ayahanda Suharto dan Ibunda Endang Suherini S.Pd tercinta, yang tidak henti-hentinya memberikan dukungan dan do'a, semangat, dan motivasi demi tercapainya harapan dan cita demi masa depanku, serta kakak dan adiku tersayang Andri dan Adit, terima kasih atas dukungan, semangat, dan bantuannya selama ini;
3. Teman-temanku Rahma Dwi P., Nur Inayati, Nila Permata S., Aulia Istiqomah, Diajeng Ayu I, Zakiyatut Taufiqoh terimakasih atas bantuan dan do'a yang telah diberikan selama ini serta teman-teman kos yang memberikan semangat setiap hari. Terimakasih.
4. Teman-temanku keluarga besar Tona Community angkatan '07 yang telah memberikan semangat dan motivasi, serta membantuku, terima kasih teman-temanku;

## MOTO

Sesungguhnya Allah tidak akan merubah keadaan suatu kaum sebelum mereka  
merubah keadaan diri mereka sendiri.  
(Terjemahan Surat Ar-Ra'd ayat 11)\*\*)

”Syukur bukan saja keutamaan yang terbesar tetapi induk dari semua keutamaan  
lain”

(Marcus Tullius Cicero, 106-43 SM) \*)

”Tidak ada orang yang lebih dihargai di dunia ini daripada seseorang yang  
meringankan beban orang lain”.

(Anonim) \*)

---

\*) Byrne, Rhondha. 2010. *The Secret (Rahasia) Renungan Harian*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

\*\*\*) Departemen Agama Republika Indonesia. 2006. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Surabaya: Pustaka Agung Harapan.

## **PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ayu Septi Hartanti

NIM : 072310101058

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah yang berjudul: Hubungan antara Tingkat Kecemasan dengan Aktivitas Kehidupan Sehari-hari Pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember adalah benar-benar hasil karya sendiri, dan belum pernah diajukan pada institusi manapun serta bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan sikap ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa ada tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika ternyata di kemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Jember, Januari 2012

Yang menyatakan,

Ayu Septi Hartanti  
NIM 072310101058

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini yang berjudul “*Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Aktivitas Kehidupan Sehari-hari pada lansia Di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember Tahun 2011*”. Telah diuji dan disahkan oleh Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember pada:

Hari : Kamis  
Tanggal : 23 Februari 2012  
Tempat : Program Studi Ilmu Keperawatan

Tim Penguji  
Ketua,

Ns. Tantut Susanto, M. Kep., Sp.Kep.Kom  
NIP. 19800105 200604 1 004

Anggota I

Anggota II,

Ns. Nurfika Asmaningrum, M.Kep  
NIP. 19800112 200912 2 002

Ns. Dodi Wijaya, M.Kep  
NIP. 19820622 201012 1 002

Mengesahkan  
Ketua Program Studi,

dr. Sujono Kardis, Sp.Kj  
NIP. 19490610 198203 1 001

**THE RELATION ANXIETY LEVEL WITH ACTIVITY OF DAILY  
LIVING IN ELDERLY IN UPT SOCIAL SERVICE OF ELDERLY  
JEMBER.**

**(HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN AKTIVITAS  
KEHIDUPAN SEHARI-HARI PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN  
SOSIALLANJUT USIA JEMBER)**

**Ayu Septi Hartanti**

**ABSTRACT**

*The existence of elderly in nursing home was relatively minimal of support systems. These conditions can affect the psychological condition such as anxiety which will affect the independency in performing activities of daily living. Aim of this study was determine the relation anxiety level with activity of daily living in elderly in UPT social services of elderly Jember. Method of this study was descriptive cross-sectional correlative approach. Research instrument was from the ASI (The Anxiety Status Inventory) with 5 categories: non anxieties, mild anxiety, severe anxiety, and panic. Check list used Katz Index with 4 categories: independence, mild dependent, severe dependent and heavy dependent. The research conducted in UPT Social Service of Elderly Jember with 96 samples of elderly person in accordance to inclusion criteria. Implementation of the research conducted on December 2011. Results of study showed that elderly people who are non anxiety 17 person (17, 7%), mild anxiety 76 person (79,2%) and severe anxiety 3 person (3,1%). Elderly who are independent 65 person (67,7%), mild dependent 9 person (9,14%), and severe dependent 22 person (22,9%). The data analysis performed using chi square test, obtained p value = 0,004, there is significant relation between anxiety levels and activity of daily living in elderly in UPT social service of elderly Jember. Suggestion for UPT Social Service of Elderly Jember is expected to give more information about anxiety and dependently activity of daily living as consideration to help elderly people solving their physic and mental problem. Giving more activities to elderly people in order improve their physic and mental health. Therefore, there should be any effort to improve physic and maintain the independence and mental health of elderly.*

**Keyword:** *elderly, anxiety levels, and activity of daily living.*



## RINGKASAN

**Hubungan antara Tingkat Kecemasan dengan Aktivitas kehidupan sehari-hari Pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember:** Ayu Septi Hartanti, 072310101058; 2012; xviii + 81 halaman; Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.

Kecemasan atau ansietas merupakan suatu kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar yang berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti dan tidak berdaya. Kecemasan dapat dilihat dalam rentang ringan, sedang, berat, sampai panik. Setiap tingkat menyebabkan perubahan fisiologis dan emosional pada individu. Stressor pencetus kecemasan yang berasal dari sumber internal atau eksternal tersebut bila secara terus-menerus muncul maka akan berdampak pada penurunan kemampuan untuk melakukan aktivitas hidup sehari-hari.

Aktivitas kehidupan sehari-hari adalah suatu bentuk pengukuran kemampuan seseorang untuk melakukan ADL secara mandiri, yang meliputi mandi, makan, *toileting*, kontinen, berpakaian, dan berpindah. Proses menua terjadi pada lansia merupakan siklus kehidupan yang ditandai dengan penurunan fungsi dan kemunduran fisik dapat menyebabkan lansia menjadi tergantung pada orang lain, termasuk dalam memenuhi kebutuhan ADL-nya.

Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara tingkat kecemasan dengan Aktivitas kehidupan sehari-hari pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember. Penelitian ini merupakan deskriptif korelatif yaitu antara lansia yang menghubungkan antara tingkat kecemasan dengan Aktivitas kehidupan sehari-hari pada lansia, dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia di yang ada di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember. Pengambilan sampel pada penelitian ini dengan menggunakan *probability sampling* dengan pendekatan *simple random sampling*. Total responden yang digunakan sebanyak 96 responden.

Hasil penelitian ini diperoleh data bahwa lansia yang tidak cemas 17 lansia (17,7%), cemas ringan 76 lansia (79,2%), dan cemas sedang 3 lansia (3,1%).

Lansia yang tergolong mandiri 65 lansia (67,7%), tergantung ringan 9 lansia (9,14%), dan tergantung sedang 22 lansia (22,9%).

Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji statistik dengan *chi-square* didapatkan nilai *p value* sebesar 0,004 ( $0,004 > 0,05$ ) yang berarti  $H_0$  ditolak. Kesimpulan penelitian ada hubungan tingkat kecemasan dengan aktivitas kehidupan sehari-hari pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember. uraian diatas maka terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan aktivitas kehidupan sehari-hari, namun karena tingkat kecemasannya masih tingkat ringan pada responden maka kemandirian pada lansia dalam melaksanakan ADL (aktivitas/ kegiatan sehari-hari) masih sangat baik, sehingga terlihat tidak terdapat perubahan dari diri lansia. Adanya hubungan tersebut, maka pihak UPT harus meningkatkan pencegahan agar lansia meminimalkan perasaan kekhawatiran dan ketakutan pada diri lansia sehingga tidak mempengaruhi pada aktivitas kehidupan sehari-hari.

## **PRAKATA**

Asslamual'aikum wr.wb,

Puji Syukur kehadiran Allah SWT, karena atas rahmat dan ridho-Nya jualah maka penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini yang merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember. Dalam skripsi ini penulis meneliti tentang “Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Aktivitas Kehidupan Sehari-hari pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember”. Dalam penulisan skripsi ini, penulis menyadari sepenuhnya bahwa masih banyak terdapat kekurangan dan kelemahan, baik dari teknik penulisan maupun materi. Hal ini karena keterbatasan, kemampuan dan pengetahuan yang penulis miliki. Untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik dari pembaca sifatnya membangun guna penyempurnaan dalam pembuatan skripsi di masa yang akan datang. Penyelesaian skripsi ini peneliti banyak mendapat bantuan, bimbingan, saran, keterangan, dan data-data baik secara tertulis maupun lisan. Maka pada kesempatan ini juga penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. dr.Sujono Kardis, Sp.KJ selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan;
2. Ns. Tantut Susanto., M.Kep., Sp.Kep. Kom., selaku dosen penguji skripsi yang telah memberikan banyak masukan dalam kesempurnaan skripsi ini;
3. Ns. Nurfika Asmaningrum, M.Kep., selaku dosen pembimbing utama dan Ns. Dodi Wijaya, M.Kep., selaku dosen pembimbing anggota yang telah membimbing dan memberikan masukan, serta saran demi kesempurnaan skripsi saya;
4. kepala dan seluruh karyawan di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember yang telah memberi ijin dan membantu dalam terlaksanakannya penelitian ini;

Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat. Amin.

Jember, Januari 2012

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	i
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	ii
<b>HALAMAN PEMBIMBINGAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	iv
<b>HALAMAN MOTO</b> .....	v
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	vi
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	vii
<b>ABSTRACT</b> .....	viii
<b>RINGKASAN</b> .....	ix
<b>PRAKATA</b> .....	xi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xvi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xvii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xviii
<b>BAB 1. PENDAHULUAN</b> .....	1
<b>1.1 Latar Belakang</b> .....	1
<b>1.2 Rumusan Masalah</b> .....	5
<b>1.3 Tujuan</b> .....	5
1.3.1 Tujuan Umum .....	5
1.3.2 Tujuan Khusus .....	6
<b>1.4 Manfaat</b> .....	6
1.4.1 Bagi Peneliti .....	6
1.4.2 Bagi Lansia .....	6
1.4.3 Bagi UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia .....	7
1.4.4 Bagi Institusi Pendidikan .....	7
<b>1.5 Keaslian Penelitian</b> .....	7
<b>BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	10
<b>2.1 Lansia (Lanjut Usia)</b> .....	10

2.1.1 Pengertian .....	10
2.1.2 Klasifikasi Lansia .....	10
<b>2.2 Proses Menua.....</b>	<b>12</b>
2.2.1 Pengertian .....	12
2.2.2 Teori proses menua dan Perubahan pada lansia.....	13
<b>2.3 Aktivitas kehidupan sehari-hari .....</b>	<b>17</b>
2.3.1 Pengertian.....	17
2.3.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Aktivitas kehidupan sehari-hari .....	19
2.3.3 Penilaian Aktivitas Kehidupan Sehari-hari .....	22
<b>2.4 Kecemasan .....</b>	<b>26</b>
2.4.1 Pengertian.....	26
2.4.2 Tingkatan kecemasan.....	28
2.4.3 Tingkat Respon Cemas.....	30
2.4.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi kecemasan.....	32
2.4.5 Penilaian Kecemasan.....	33
<b>BAB 3. KERANGKA KONSEP .....</b>	<b>37</b>
<b>3.1 Kerangka Konsep .....</b>	<b>37</b>
<b>3.2 Hipotesa.....</b>	<b>38</b>
<b>BAB 4. METODE PENELITIAN.....</b>	<b>39</b>
<b>4.1 Jenis Penelitian .....</b>	<b>39</b>
<b>4.2 Populasi Dan Sampel Penelitian .....</b>	<b>39</b>
4.2.1 Populasi Penelitian .....	39
4.2.2 Sampel Penelitian .....	40
4.2.3 Kriteria Sampel Penelitian .....	41
<b>4.3 Tempat Penelitian .....</b>	<b>42</b>
<b>4.4 Waktu Penelitian .....</b>	<b>42</b>
<b>4.5 Definisi operasional .....</b>	<b>43</b>
<b>4.6 Pengumpulan Data .....</b>	<b>45</b>
4.6.1 Sumber Data.....	45
4.6.2 Teknik Pengumpulan Data.....	45

4.6.3 Alat Pengumpulan Data.....	48
4.6.4 Uji Validitas dan Reliabilitas .....	48
<b>4.7 Pengolahan Data.....</b>	<b>49</b>
4.7.1 <i>Editing</i> .....	49
4.7.2 <i>Coding</i> .....	50
4.7.3 <i>Entry</i> .....	51
4.7.4 <i>Cleaning</i> .....	51
<b>4.8 Analisa Data.....</b>	<b>51</b>
<b>4.9 Etika Penelitian.....</b>	<b>52</b>
<b>BAB 5. HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>56</b>
<b>5.1 Hasil Penelitian .....</b>	<b>56</b>
5.1.1 Analisis Univariat.....	56
5.1.2 Analisis Bivariat .....	59
<b>5.2 Pembahasan Penelitian.....</b>	<b>66</b>
5.2.1 Tingkat Kecemasan pada Lansia di UPT PSLU Jember.....	67
5.2.2 Aktivitas Kehidupan sehari-hari pada Lansia di UPT PSLU Jember .....	70
5.2.3 Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Aktivitas kehidupan sehari-hari pada Lansia di UPT PSLU Jember .....	72
<b>5.3 Keterbatasan Penelitian .....</b>	<b>76</b>
<b>BAB 6. SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>78</b>
<b>6.1 Simpulan .....</b>	<b>78</b>
<b>6.2 Saran .....</b>	<b>79</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>82</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 2.1 Rentang Respon Cemas .....	28
Gambar 3.1 Kerangka Konsep .....	37

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 2.1 Tingkat Respon Cemas .....	30
Tabel 4.1 Definisi Operasional.....	43
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan, Status Perkawinan, Keluarga, Alasan Masuk UPT, dan Lama Tinggal di UPT Periode Desember 2011.....	58
Tabel 5.2 Distribusi Tingkat Kecemasan pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember Periode Desember 2011.....	60
Tabel 5.3 Distribusi Aktivitas Kehidupan sehari-hari pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Propinsi Jawa Timur Kabupaten Jember Periode Desember 2011.....	62
Tabel 5.4 Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Aktivitas kehidupan sehari-hari pada Lansia di UPT Pelayanan Lanjut Usia Propinsi Jawa Timur Kabupaten Jember Periode Desember 2011.....	63
Tabel 5.5 Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Aktivitas Kehidupan Sehari-hari pada Lansia di UPT Pelayanan Lanjut Usia Propinsi Jawa Timur Kabupaten Jember Periode Desember 2011 (Penggabungan pertama).....	65
Tabel 5.6 Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Aktivitas kehidupan sehari-hari pada Lansia di UPT Pelayanan Lanjut Usia Propinsi Jawa Timur Kabupaten Jember Periode Desember 2011 (Penggabungan kedua) .....	66



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran A. Lembar *Informed*
- Lampiran B. Lembar *Consent*
- Lampiran C. Kuesioner Penilaian
- Lampiran D. Data Deskriptif Karakteristik Responden
- Lampiran E. Data Katagorik Responden
- Lampiran F. Tabel Rekapitulasi Hasil Penelitian
- Lampiran G. Lampiran Surat Penelitian
- Lampiran H. Lembar Pembimbingan Skripsi
- Lampiran I. Dokumentasi Penelitian