



**HUBUNGAN PENYESUAIAN DIRI DENGAN TINGKAT
KECEMASAN LANJUT USIA DI KARANG WERDA
SEMERU JAYA DAN JEMBER PERMAI
KECAMATAN SUMBERSARI
KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI

Oleh

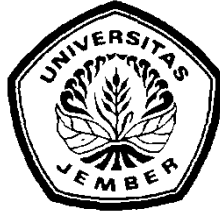
Risky Rahmawan

NIM 092310101055

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS JEMBER

2014



**HUBUNGAN PENYESUAIAN DIRI DENGAN TINGKAT
KECEMASAN LANJUT USIA DI KARANG WERDA
SEMERU JAYA DAN JEMBER PERMAI
KECAMATAN SUMBERSARI
KABUPATEN 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

Risky Rahmawan

NIM 092310101055

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS JEMBER

2014

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. ALLAH SWT, sujud syukurku penulis persembahkan kepadaMu sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan sarjana keperawatan dengan baik, limpahan rahmat ridhoMu yang membuat penulis kuat dan sabar;
2. Bapak Drs. Abdul Manap, Ibu Zainab, Adikku Dika dan Nenekku Khotima tercinta yang selalu ada di setiap langkahku, yang tidak pernah jenuh mencurahkan perhatian dan doa, serta selalu memberikan semangat, dan selalu setia mendampingi penulis selama ini;
3. segenap guru TK Al-Hidayah Wirowongso Jember, SDN Lengkong V Jember, MTsN 1 Jember dan MAN 1 Jember yang telah memberikan ilmu dan membimbing dengan penuh kesabaran;
4. almamater Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.

MOTO

“Katakanlah: ‘Ya Tuhanku, tambahkanlah kepadaku ilmu pengetahuan’.”

(terjemahan al-Qur’an surat Thahaa ayat 114)*)

Jangan lihat masa lampau dengan penyesalan, jangan pula lihat masa depan dengan ketakutan, tapi lihatlah sekitar anda dengan penuh kesadaran.

(Rahman)**)

*) Departemen Agama Republik Indonesia. 2009. *Al Qur’an dan Terjemahannya*. Semarang: PT Kumudasmoro Grafindo.

***) Rahman

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Risky Rahmawan

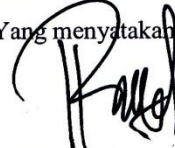
NIM : 092310101055

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah yang berjudul "*Hubungan Penyesuaian Diri dengan Tingkat Kecemasan Lanjut Usia di Karang Werda Semeru Jaya dan Jember Permai Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember*" adalah benar-benar hasil karya sendiri, kecuali kutipan yang sudah saya sebutkan sumbernya, belum pernah diajukan pada institusi mana pun, dan 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 2014

Yang menyatakan,



Risky Rahmawan

NIM 092310101055

SKRIPSI

HUBUNGAN PENYESUAIAN DIRI DENGAN TINGKAT KECEMASAN LANJUT USIA DI KARANG WERDA SEMERU JAYA DAN JEMBER PERMAI KECAMATAN SUMBERSARI KABUPATEN JEMBER

Oleh

Risky Rahmawan
NIM 092310101055

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama : Hanny Rasni, S.Kp., M.Kep.

Dosen Pembimbing Anggota : Ns. Roymond H. Simamora, M.Kep.

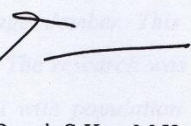
PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul ” *Hubungan Penyesuaian Diri dengan Tingkat Kecemasan Lanjut Usia di Karang Werda Semeru Jaya dan Jember Permai Kecamatan Sumpalsari Kabupaten Jember*“ telah diuji dan disahkan oleh Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember pada:

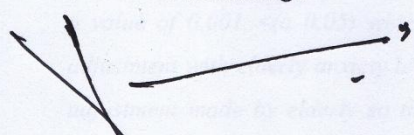
hari : Rabu
tanggal : 29 Januari 2014
tempat : Program Studi Ilmu Keperawatan

Tim Penguji

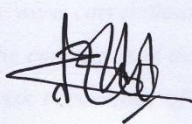
Ketua,


Hanny Rasni, S.Kp., M.Kep.
NIP. 19761219 200212 2 003

Pembimbing I


Ns. Roymond H. Simamora, M.Kep.
NIP. 19760629 200501 1 001

Pembimbing II


Ns. Erti Ikhtiarini D., M.Kep., Sp.Kep.J.
NIP. 19811028 200604 2 002

Mengesahkan

Ketua Program Studi,


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

Hubungan Penyesuaian Diri dengan Tingkat Kecemasan Lanjut Usia di Karang Werda Semeru Jaya dan Jember Permai Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember (*The Correlations Of Self Adjustment With Anxiety Level Of Elderly in Karang Werda Semeru Jaya and Jember Permai District Sumbersari Jember*)

Risky Rahmawan

Nursing Science Study Program, Jember University

ABSTRACT

Elderly developmental tasks need self adjustment or adaptation with physical decline, social and mental problems such as anxiety. Anxiety was a fear with unknown cause while self adjustment was a mental and behavioural respond to overcome needs, tensions, conflict, and frustration. This purpose of this study was to determine the correlations of self adjustment with elderly anxiety level in retirement home Sumbersari Village, Jember. This was a descriptive analytic study with cross sectional design. The research was conducted in Karang Werda Semeru Jaya and Jember Permai with population numbers of 86 respondents. samples were 46 elderly picked out by purposive sampling technique. Research results of 26 elderly (56.5%) had good self adjustment, 24 elderly (52.2%) experienced mildly anxiety. Data were analyzed with chi square test and obtained p value of 0.001 <(α 0.05) which means there were correlations between self adjustment with elderly anxiety levels elderly. The conclusion is the better of self adjustment made by elderly so the smaller of risk occurrence of anxiety levels that experienced by elderly.

Keywords: *self adjustment, anxiety level, elderly*

RINGKASAN

Hubungan Penyesuaian Diri dengan Tingkat Kecemasan Lanjut Usia di Karang Werda Semeru Jaya dan Jember Permai Kecamatan Sumbersari, Kabupaten Jember; Risky Rahmawan, 092310101055; 2014; xix+111 halaman; Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.

Peningkatan jumlah lanjut usia tentunya mempunyai dampak lebih banyak terjadinya gangguan penyakit terhadap lanjut usia. Lanjut usia akan mengalami berbagai masalah fisik, mental, sosial, ekonomi, dan psikologis. Masalah mental yang terjadi pada lanjut usia merupakan kondisi penurunan yang turut dipengaruhi oleh kesehatan fisik dengan persoalan mental seperti pola dan sikap hidup, merasa kesepian, perasaan tidak berharga, emosi yang meningkat, serta ketidakmampuan dalam menyesuaikan tugas perkembangan lanjut usia. Salah satu masalah mental yang sering terjadi pada lanjut usia pada kondisi kehidupan sosial adalah kecemasan. Kecemasan merupakan gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan yang mendalam dan berkelanjutan serta tidak diketahui penyebabnya. Hasil wawancara dengan lanjut usia di karang werda Semeru Jaya dan Jember Permai, 5 lanjut usia mengatakan sering merasa tegang dan kebiasaan tidur terganggu ketika memikirkan bahwa dirinya sudah tidak bekerja lagi dan 2 lanjut usia merasa sedikit gelisah untuk memenuhi harapan-harapannya, meskipun telah mengikuti pertemuan rutin karang werda. Berdasarkan hasil ini, beberapa lanjut usia di karang werda mengalami kecemasan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisa Hubungan Penyesuaian Diri dengan Tingkat Kecemasan Lanjut Usia di Karang Werda Semeru Jaya dan Jember Permai.

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasinya adalah seluruh lanjut usia di karang werda semeru jaya dan jember permai kecamatan sumbersari yang berjumlah 86 orang, teknik pengambilan sampel menggunakan *non probability sampling* dengan *purposive sampling*, yang didapatkan jumlah sampel sebanyak 46 orang.

Pengambilan data dilakukan dengan cara membagikan koesioner karakteristik lanjut usia, penyesuaian diri dan lembar tingkat kecemasan HARS sebagai alat pengumpulan data yang dibagikan dan di isi langsung oleh lanjut usia saat perkumpulan di Karang Werda dengan pendampingan peneliti. Uji validitas dan reliabilitas menggunakan *pearson product moment* dan uji *alpha cronbach*, didapatkan 25 pernyataan yang valid dari 34 pernyataan koesioner penyesuaian diri, sedangkan koesioner tingkat kecemasan HARS tidak dilakukan uji validitas karena koesioner tersebut sudah baku.

Penyesuaian diri menggunakan lima indikator: *accepting, preserving, taking, exchanging, biophilous*, yang dikategorikan menjadi penyesuaian diri baik dengan nilai $\geq 19,96$, penyesuaian diri buruk $< 19,96$. Sedangkan tingkat kecemasan dengan indikator fisiologis, psikologis. Dengan pengkategorian <14 tidak ada cemas, 14-20 cemas ringan, 21-27 cemas sedang, 28-41 cemas berat, 42-56 panik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 46 lanjut usia yang ada di Karang Werda Semeru Jaya dan Jember Permai kecamatan sumbersari, 56,5% lanjut usia memiliki penyesuaian diri baik, serta separuh lanjut usia mengalami tingkat kecemasan sebanyak 52,2%. Hasil uji statistik yang dilakukan peneliti dengan menggunakan uji *chi square* didapatkan hasil *p value* = $0,001 < \alpha 0,05$, dengan demikian maka H_0 diterima, artinya pada penelitian ini ada hubungan penyesuaian diri dengan tingkat kecemasan lanjut usia di Karang Werda Semeru Jaya dan Jember Permai Kecamatan Sumbersari, Kabupaten Jember.

Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa penyesuaian diri mempunyai hubungan dengan tingkat kecemasan, apabila lanjut usia bisa menyesuaikan diri dengan baik, maka sedikit kemungkinan lanjut usia beresiko mengalami kecemasan, namun lanjut usia dengan penyesuaian diri buruk lebih beresiko untuk mengalami kecemasan. Saran yang dapat diberikan yaitu perawat hendaknya mampu melakukan asuhan keperawatan secara tepat dengan melakukan penatalaksanaan gangguan kecemasan pada lanjut usia yang mencakup pencegahan primer, sekunder, maupun tersier.

PRAKATA

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul ” Hubungan Penyesuaian Diri dengan Tingkat Kecemasan pada Lanjut Usia di Karang Werda Semeru Jaya dan Jember Permai Kecamatan Sumpalsari Kabupaten Jember”. Penulis menyampaikan terimakasih kepada berbagai pihak yang telah membantu dalam penyusunan proposal skripsi ini, yaitu kepada:

1. dr. Sujono Kardis, Sp.KJ., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember;
2. Hanny Rasni, S.Kep., M.Kep selaku Dosen Pembimbing Utama, Ns. Roymond H. Simamora, M.Kep selaku Dosen Pembimbing Anggota, dan Ns. Erti Ikhtiarini Dewi, M.Kep., Sp.Kep.J yang telah membimbing, memberikan masukan, dan saran demi kesempurnaan skripsi ini;
3. Ns. Dini Kurniawati, S.Kep., M.Psi dan Murtaqib, S.Kp., M.Kep selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah mendukung, memberikan arahan, dan bimbingan selama melaksanakan studi di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember;
4. Ns. Latifa Aini S, S.Kep., M.Kep., Sp.Kom selaku Dosen Wali Angkatan yang telah turut mendukung dan membimbing saya selama ini;
5. Ayah, ibu, dan adikku yang selalu mendoakan dan menjadi sumber motivasi, serta semangat demi terselesaikannya skripsi ini;
6. seluruh opa oma anggota Karang Werda Semeru Jaya dan Jember Permai Kecamatan Sumpalsari, Kabupaten Jember, khususnya Pak Dhe Bagio;
7. Orang terkasih yang selalu setia mendukung, membantu, dan memberikan motivasi ketika jenuh dalam menyusun skripsi ini;
8. teman-teman angkatan 2009 yang telah memberikan bantuan, dukungan dan saran selama penyusunan skripsi ini, khususnya sahabat terbaik saya yaitu Bafidz Arifahmi Bahtiar, Mashuda Adi Suryawan, Riza Firman, dan Hendik Syachroni;

9. seluruh dosen, staf, dan karyawan yang telah memberikan dukungan selama melaksanakan studi di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember; serta
10. semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini belum sempurna, penulis juga mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna penyempurnaan skripsi ini.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat membawa manfaat.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Jember, Januari 2014

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
PERSEMBAHAN	iii
MOTTO	iv
PERNYATAAN	v
PEMBIMBING	vi
LEMBAR PERSETUJUAN	vii
ABSTRAK	viii
RINGKASAN	ix
PRAKATA	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan	8
1.3.1 Tujuan Umum	8
1.3.2 Tujuan Khusus	8
1.4 Manfaat	9
1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti.....	9
1.4.2 Manfaat Bagi Instansi Pendidikan	9
1.4.3 Manfaat Bagi Instansi Kesehatan.....	9
1.4.4 Manfaat Bagi Karang Werda dan Masyarakat.....	9
1.5 Keaslian Penelitian	10

BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Konsep Lanjut Usia	11
2.1.1 Definisi Lanjut Usia	11
2.1.2 Proses Menua	13
2.1.3 Teori Menua	13
2.1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Proses Menua	19
2.1.5 Tugas Perkembangan Lanjut Usia.....	20
2.1.6 Karakteristik Lanjut Usia	21
2.2 Konsep Penyesuaian Diri	24
2.2.1 Definisi Penyesuaian	24
2.2.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri.....	24
2.2.3 Mekanisme Penyesuaian Diri	25
2.2.4 Penilaian Penyesuaian Diri.....	26
2.3 Konsep Kecemasan	29
2.3.1 Definisi Kecemasan.....	29
2.3.2 Tingkat Kecemasan	30
2.3.3 Rentang Respon Kecemasan	31
2.3.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan	32
2.3.5 Alat Ukur Kecemasan.	34
2.4 Peran Perawat.....	36
2.5 Hubungan Penyesuaian Diri dengan Tingkat Kecemasan	38
2.6 Kerangka Teori.....	40
BAB 3. KERANGKA KONSEP	41
3.1 Kerangka Konsep	41
3.3 Hipotesis	42
BAB 4. METODE PENELITIAN.....	43
4.1 Desain Penelitian	43
4.2 Populasi dan Sampel	43
4.2.1 Populasi Penelitian	43
4.2.2 Sampel Penelitian	44

4.2.3	Kriteria Sampel Penelitian.....	45
4.3	Tempat Penelitian	45
4.4	Waktu Penelitian	46
4.5	Definisi Operasional	46
4.6	Pengumpulan data	47
4.6.1	Sumber data	47
4.6.2	Teknik pengumpulan data	47
4.6.3	Alat pengumpulan data	48
4.6.4	Uji validitas dan uji reliabilitas	50
4.7	Pengolahan Data	52
4.7.1	<i>Editing</i>	52
4.7.2	<i>Coding</i>	52
4.7.3	<i>Entry</i>	53
4.7.4	<i>Cleaning</i>	53
4.8	Analisis Data	54
4.8.1	Analisis Univariat	54
4.8.2	Analisis Bivariat	54
4.9	Etika Penelitian	55
4.9.1	<i>Informed Consent</i>	55
4.9.2	Kerahasiaan	55
4.9.3	Anonimitas	56
4.9.4	Keadilan	56
BAB 5.	HASIL dan PEMBAHASAN	57
5.1	Hasil Penelitian	57
5.1.1	Analisis Univariat.....	57
5.1.2	Analisis Bivariat.....	61
5.2	Pembahasan	64
5.2.1	Karakteristik Lanjut Usia.....	64
5.2.2	Penyesuaian Diri Lanjut Usia di Karang Werda.....	69
5.2.3	Tingkat Kecemasan Lanjut Usia Di Karang Werda.....	71
5.2.4	Hubungan Penyesuaian Diri dengan Tingkat Kecemasan Lanjut Usia di Karang Werda.....	73
5.3	Implikasi Bagi Keperawatan	77

5.4 Keterbatasan Penelitian.....	78
BAB 6. SIMPULAN dan SARAN.....	79
6.1 Simpulan	79
6.2 Saran.....	81
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN.....	

DAFTAR TABEL

	Halaman
4.1 Definisi operasional penelitian.....	47
4.2 <i>Blue print</i> kuesioner Penyesuaian Diri.....	49
4.3 <i>Blue Print</i> Tingkat Kecemasan <i>HARS</i>	50
5.1 Distribusi data berdasarkan jenis kelamin, status perkawinan, tingkat pendidikan serta status pekerjaan terakhir lanjut usia.....	58
5.2 Distribusi data berdasarkan penyesuaian diri yang dilakukan Lanjut Usia di Karang Werda Semeru Jaya dan Jember Permai Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember.....	59
5.3 Distribusi data berdasarkan tingkat kecemasan lanjut usia di Karang Werda Semeru Jaya dan Jember Permai Kecamatan Sumbersari, Kabupaten Jember.....	60
5.4 Gambaran frekuensi berdasarkan hubungan penyesuaian diri dengan tingkat kecemasan lanjut usia di Karang Werda Semeru Jaya dan Jember Permai Kecamatan Sumbersari, Kabupaten Jember.....	61
5.5 Gambaran frekuensi berdasarkan hubungan penyesuaian diri dengan tingkat kecemasan lanjut usia di Karang Werda Semeru Jaya dan Jember Permai Kecamatan Sumbersari, Kabupaten Jember setelah penggabungan.....	63

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
2.1 Rentang Respon Kecemasan	31
2.2 Kerangka Teori.....	40
3.1 Kerangka Konsep	41

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
A. Lembar <i>Informed</i>	86
B. Lembar <i>Consent</i>	87
C. Karakteristik Responden	88
D. Lembar Kuesioner Penyesuaian Diri.....	89
E. Lembar Kuesioner Tingkat Kecemasan.....	91
F. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	94
G. Hasil Analisa Data.....	97
H. Dokumentasi	101
I. Surat Ijin	103