

**BAB 6****PEMBAHASAN**

Pada bab ini akan dibahas mengenai hasil penelitian yang telah dilaksanakan yaitu hubungan mekanisme koping lansia, kemampuan pemenuhan aktifitas sehari-hari lansia, hubungan antara mekanisme koping terhadap kemampuan pemenuhan aktifitas sehari-hari lansia yang hidup di Desa Sumberrejo Kecamatan Gedangan, implikasi penelitian dalam profesi keperawatan dan keterbatasan dalam melaksanakan penelitian.

**1.1. Mekanisme Koping pada Lansia**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 126 responden (95.45%) mekanisme coping yang digunakan adalah adaptif. Menurut peneliti hal ini disebabkan oleh dukungan sosial dari warga Desa yang tinggi dan penghargaan kepada lansia. Hal ini didukung oleh teori Rook dan Dooley (1985) dalam jurnal ada dua sumber dukungan sosial yaitu sumber *artifisial* dan sumber *natural*. Dukungan sosial yang natural diterima seseorang melalui interaksi sosial dalam kehidupannya secara spontan dengan orang-orang yang berada di sekitarnya, misalnya anggota keluarga (anak,istri, suami dan kerabat), teman dekat atau relasi. Dukungan sosial ini bersifat non-formal. Disamping itu, menurut Maryam (2008) dukungan sosial mampu mempengaruhi kesehatan mental para lansia. Kedudukan dan Peranan orang lansia dalam keluarga dan masyarakat dianggap sebagai orang yang harus dihormati dan dihargai apalagi dianggap memiliki prestise yang tinggi dalam masyarakat menjadikan lansia secara psikologis lebih sehat secara mental. Perasaan diterima oleh orang lain akan mempengaruhi tanggapan mereka dalam memasuki hari tua, dan berpengaruh pula kepada derajat kesehatan lansia. Berbeda halnya jika lansia dianggap peranan yang tidak diinginkan dalam masyarakat (tempointeraktif: 2007). Data umum pada tabel 5.1 menunjukkan 100 responden (75.76%) berusia 65 - 70 tahun dan 32 responden (24.24%) berusia >70 tahun.dari kedua kelompok umur tersebut didapatkan bahwa kelompok usia >70 tahun lebih beresiko untuk menggunakan coping yang maladaptif. Menurut Ahyar (2010) Kesehatan merupakan hal yang penting, karena selama dalam usaha mengatasi stres individu dituntut untuk mengerahkan tenaga yang cukup besar.

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan menunjukkan 63 responden (47.73%) tingkat pendidikannya adalah SD dan ada 17 responden (12.88%) tidak sekolah. Kelompok responden yang tidak sekolah lebih banyak menunjukkan koping yang adaptif yaitu sebanyak 3 orang. Kemampuan kognitif lansia tergantung pada tingkat pendidikan yang dimiliki. Hal ini juga mempengaruhi kemampuan lansia dalam memecahkan atau mengatasi permasalahan yang dialami (Ahyar, 2010).

Tabel 5.1 menunjukkan 74 responden (56.06%) lansia masih bekerja sebagai petani, 18 responden (13.64%) bekerja sebagai wiraswasta, 11 responden (8.33%) merupakan pensiunan, dan 29 responden (22.97%) tidak bekerja. Karakteristik responden dalam keikutsertaan dalam kegiatan kemasyarakatan didapatkan 110 responden (83.33%) mengikuti dan 22 responden (16.67%) tidak mengikuti.. Dari pekerjaan dan aktif dalam kegiatan rutin warga erat hubungannya dengan peningkatan koping lansia karena pengaruh dari faktor dukungan social dapat memenuhi kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orang tua, anggota keluarga lain, saudara, teman, dan lingkungan masyarakat sekitarnya (Ahyar: 2010). Hal ini juga didukung teori yang dikemukakan oleh Roach (teori aktivitas) semakin banyak aktivitas yang dilakukan lansia, maka kepuasan hidup akan meningkat. Sebaliknya jika aktivitas menurun maka lansia cenderung menarik diri. Menurut pendapat peneliti hal ini dimungkinkan karena tingginya dukungan sosial yang diberikan oleh penduduk sekitar sehingga membuat kehidupan lansia lebih merasa dihargai dan dapat meningkatkan koping mereka kearah yang lebih adaptif. Sehingga faktor tingkat pendidikan

yang seharusnya mempengaruhi kemampuan dalam menganalisa suatu masalah juga tidak begitu berpengaruh. Pekerjaan juga memungkinkan lansia untuk mendapatkan kesibukan yang dapat mengalihkan perhatian mereka dari masalah yang dialami sehingga tidak berlarut-larut. Dengan bekerja lansia juga dapat meningkatkan hubungan sosial dengan orang lain.

Kuesioner penelitian tentang mekanisme koping terdiri dari 22 nomor pertanyaan yang terbagi atas 2 kelompok. Kelompok koping adaptif pertanyaan nomor 1 – 11, dan kelompok koping maladaptive pertanyaan nomor 12 – 22. Dari kelompok adaptif, pertanyaan dengan poin tertinggi adalah pada nomor 1 dengan jumlah 490 dan poin terendah pada nomor 2 dengan jumlah 269. Pada pertanyaan nomor 1 responden diminta pendapat tentang bagaimana perasaan mereka akan lingkungan sekitarnya.

Pertanyaan nomor 1 menunjukkan apakah lansia tersebut merasa aman, nyaman, dan bahagia terhadap lingkungan sekitarnya. Pada pertanyaan nomor 2, apakah responden suka menyendiri untuk merenungkan solusi saat mengalami suatu masalah. Pernyataan nomor 2 menunjukkan tentang bagaimana responden menyikapi suatu kondisi dimana mereka sedang ada masalah. Sebagian besar responden menyatakan jarang atau bahkan tidak pernah merenung untuk mencari solusi dari permasalahan yang dihadapi.

Teori Gail W. Stuart menunjukkan bahwa tahap awal dari mekanisme koping adaptif adalah *solitude* yang artinya mengarah pada renungan untuk mencari solusi dari masalah yang dihadapi. Menurut peneliti hal ini dimungkinkan karena kehidupan sosial dan dukungan social dari masyarakat desa yang tinggi kepada lansia. Hasil tersebut menunjukkan bahwa lingkungan

sekitar sangat mempengaruhi psikologis responden. Teori yang dikemukakan oleh Roach tentang teori aktifitas, semakin tua umur lansia tersebut semakin meningkat pula kebutuhannya terhadap aktifitas yang dapat meningkatkan kesejahteraan hidup. Lingkungan yang nyaman dan interaksi social yang baik dapat menumbuhkan rasa dihargai dalam diri lansia itu sendiri sehingga cenderung membuat lansia tidak mudah stress.

karakteristik mekanisme coping adaptif yang paling dominan adalah *mutuality*. Hal ini sesuai dengan pendapat Zainudin Sri Kuntjoro yang menyebutkan bahwa memasuki usia lanjut, orang akan mengalami kemunduran-kemunduran terutama secara fisik dan psikologis. Namun, tidak berarti perubahan kondisi fisik dan psikologis tersebut menjadikan lansia merasa dirinya tidak berguna, atau masyarakat yang beranggapan bahwa orang lansia tidak berguna. Pada banyak kebudayaan dan masyarakat orang lansia memiliki peran dan kedudukan sebagai orang yang dihormati, dianggap memiliki pengetahuan dan pengalaman yang lebih sehingga menjadi tempat bertanya dan mendapatkan nasehat bagi golongan muda (tempointeraktif: 2007). Menurut pendapat peneliti, hal ini dimungkinkan karena rasa penghargaan yang tinggi terhadap lansia dan dihormati oleh warga yang lebih muda sehingga membuat hidup mereka masih berarti dan dibutuhkan oleh orang lain.

## 1.2. Kemampuan Pemenuhan Aktifitas Sehari-hari Lansia

Data tingkat kemampuan pemenuhan aktifitas sehari-hari lansia menunjukkan sebanyak 112 responden (84.85%) masuk dalam kategori

mandiri dan 20 responden (15.15%) termasuk dalam kategori tergantung. Dan dari 20 responden kategori tergantung sebagian besar adalah kelompok usia >70tahun. Hal ini menunjukkan bahwa usia yang merupakan faktor internal sangat mempengaruhi tingkat kemampuan pemenuhan aktifitas sehari-hari lansia.

Semakin tua umur seseorang maka semakin besar pula tingkat ketergantungannya terhadap kemampuan melakukan aktifitas dasar sehari-hari. Umur seseorang menunjukkan tanda kemauan dan kemampuan, ataupun bagaimana seseorang bereaksi terhadap ketidak mampuan melaksanakan aktifitas sehari-harinya (Potter, 2005).

Lingkungan sosial seperti dukungan sosial, kesempatan mendapatkan pendidikan dan pembelajaran seumur hidup, damai dan perlindungan dari kekerasan dan pelecehan adalah faktor utama pada lingkungan yang mempengaruhi kesehatan. Disamping itu, lingkungan fisik yang tidak nyaman seperti kebisingan, kejahatan, penerangan yang kurang, fasilitas-fasilitas umum yang tidak memadai ternyata membuat lansia merasa terasing dan mengalami gangguan fungsional yang lebih besar dari pada lansia yang hidup dalam lingkungan fisik yang nyaman (Balfour, 2002).

Kuesioner penelitian tentang kemampuan pemenuhan aktifitas sehari-hari menggunakan *katz index* yang terdiri dari 6 poin antara lain: mandi, berpakaian, toileting, berpindah, BAB/BAK, dan makan. Dari 6 poin tersebut didapatkan nilai tertinggi pada BAB/BAK sebesar 131 dan nilai terendah pada poin berpakaian sebesar 103. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan untuk mengontrol perasaan ingin BAB/BAK responden semuanya masih baik. Akan tetapi pada poin berpakaian didapatkan paling rendah karena faktor

kemampuan fisik sangat berpengaruh terhadap kemampuan pemenuhan aktifitas sehari-hari lansia. Sehingga kondisi ini menjadikan lansia membutuhkan waktu yang lebih lama untuk berpakaian.

### **1.3. Hubungan Mekanisme Koping terhadap Kemampuan Pemenuhan Aktifitas Sehari-hari Lansia**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan jumlah responden yang mekanisme koping adaptif dengan kemampuan pemenuhan aktifitas sehari-hari mandiri sebanyak 110 orang (83.33%) dan responden yang mekanisme koping adaptif dengan kemampuan pemenuhan aktifitas sehari-hari tergantung sebanyak 16 orang (12.12%). Jumlah responden yang mekanisme koping maladaptive dengan kemampuan pemenuhan aktifitas sehari-hari mandiri sebanyak 2 orang (1.51%) dan responden yang mekanisme koping maladaptive dengan kemampuan pemenuhan aktifitas sehari-hari tergantung sebanyak 4 orang (3.04%).

Data menunjukkan ada 16 orang responden mekanisme koping adaptif akan tetapi ADL nya tergantung. Hal ini dikarenakan mekanisme koping bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi tingkat kemandirian lansia. Ada beberapa faktor internal lain yang mempengaruhi seperti usia, kesehatan fisik, fungsi kognitif, fungsi psikologis, kondisi stress dan aktifitas fisik serta pola hidup yang rendah. Selain itu faktor eksternal seperti lingkungan fisik dan lingkungan social juga mempengaruhi tingkat pemenuhan ADL pada lansia.

Hasil tabulasi silang antara mekanisme coping terhadap kemampuan pemenuhan aktifitas sehari-hari dengan menggunakan uji korelasi spearman didapatkan nilai Rhitung 0.599, lebih besar dari nilai Rtabel 0.17. nilai signifikansi dibawah 0.05 yaitu 0.000 dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.502, maka hal ini menunjukkan adanya hubungan positif antara variabel mekanisme coping terhadap kemampuan pemenuhan aktifitas sehari-hari lansia yang hidup di Desa Sumberrejo Kecamatan Gedangan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan pernyataan Tamber (2009) bahwa fungsi psikologis berhubungan dengan kehidupan emosi seseorang, meskipun orang tersebut sudah terpenuhi kebutuhan materialnya. Tetapi bila kebutuhan psikologisnya tidak terpenuhi, maka dapat mengakibatkan dirinya merasa tidak senang dengan kehidupannya, sehingga kebutuhan psikologis harus terpenuhi agar kehidupan emosionalnya menjadi stabil. Stress merupakan respon non-spesifik terhadap berbagai macam kebutuhan. Faktor yang menyebabkan stress disebut dengan stressor, dapat timbul dari dalam diri maupun lingkungan dan dapat mengganggu keseimbangan tubuh. Stress dibutuhkan dalam pertumbuhan dan perkembangan. Stress dapat mempunyai efek negatif atau positif pada kemampuan seseorang dalam memenuhi kebutuhan sehari-harinya (Miller, 2004).

#### **1.4. Implikasi keperawatan**

##### **1.4.1. Ilmu Keperawatan**

Lansia merupakan kelompok usia yang sangat membutuhkan perhatian khusus baik secara fisik maupun psikologis agar dapat meningkatkan

kesejahteraan hidupnya. Hasil penelitian dapat dijadikan tambahan wawasan terkait dengan pengaruh kesehatan mental terhadap kemampuan fisik lansia untuk ilmu keperawatan sebagai pengembangan ilmu kesehatan lansia.

#### **1.4.2. Praktik Keperawatan**

Sosialisasi tentang kesehatan lansia baik fisik maupun psikologis oleh tenaga kesehatan perawat dalam praktek keperawatan komunitas merupakan upaya untuk meningkatkan kesejahteraan lansia. Pelaksanaan pembinaan kesehatan untuk lansia perlu perencanaan lebih lanjut dengan melibatkan instansi pelayanan kesehatan setempat.

#### **1.4.3. Keterbatasan dalam melaksanakan penelitian**

Keterbatasan pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Dari jumlah responden sebanyak 132 orang ada 3 orang yang menolak karena butuh persetujuan dari anaknya. Sehingga peneliti mengganti dengan mencari lansia lain yang sesuai dengan criteria inklusi dan bersedia menjadi responden.
- b. Keterbatasan dalam penentuan waktu pengambilan data karena sebagian besar responden masih bekerja. Sehingga waktu yang dibutuhkan cukup lama karena harus menyesuaikan dengan kondisi waktu luang responden.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini merupakan kuesioner yang dibuat sendiri oleh peneliti. Meskipun sudah diujikan validitas dan reliabilitas namun masih ada kelemahan di dalamnya.