

BAB 5

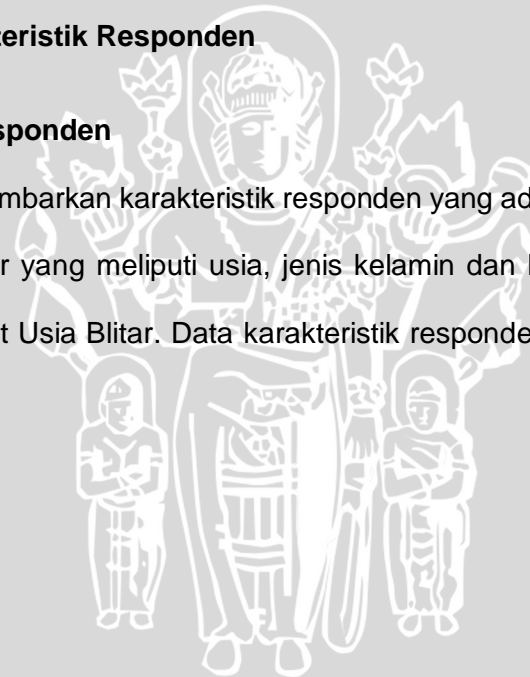
HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATA

Setelah dilakukan pengumpulan data tentang pengaruh senam ergonomis terhadap skor stres lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar dengan jumlah sampel 24 responden, maka data yang diperoleh adalah sebagai berikut :

5.1 Data Umum Karakteristik Responden

5.1.1 Karakteristik Responden

Data ini menggambarkan karakteristik responden yang ada di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar yang meliputi usia, jenis kelamin dan lama tinggal di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar. Data karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 5.1.



Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, dan Lama tinggal di Panti pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar

a. Usia				
Usia	Kelompok Perlakuan		Kelompok Kontrol	
	Jumlah (Σ)	Prosentase (%)	Jumlah (Σ)	Prosentase (%)
Elderly (60-74 Tahun)	9	75%	4	33.3%
Old (75-90 Tahun)	2	16%	6	66.7%
Very Old (≥ 90 Tahun)	1	8.3%	0	0%
Total	12	100%	12	100%
b. Jenis Kelamin				
Jenis Kelamin	Kelompok Perlakuan		Kelompok Kontrol	
	Jumlah (Σ)	Prosentase (%)	Jumlah (Σ)	Prosentase (%)
Laki-laki	4	33.3%	3	25%
Perempuan	8	66.7%	9	75%
Total	12	100%	12	100%
c. Lama Tinggal di Panti				
Lama Tinggal	Kelompok Perlakuan		Kelompok Kontrol	
	Jumlah (Σ)	Prosentase (%)	Jumlah (Σ)	Prosentase (%)
≤ 1 Tahun	2	16.7%	2	16.7%
1-5 Tahun	9	75%	8	66.7%
6-10 Tahun	1	8.3%	2	16.7%
Total	12	100%	12	100%

Sumber : Data Primer, 2016

Berdasarkan data hasil penelitian pada tabel 5.1 menunjukkan bahwa dari 12 responden pada kelompok perlakuan 9 orang (75%) berusia 60-74 tahun, 2 orang (16,7%) berusia 75-90 tahun, dan 1 orang (8,3%) berusia ≥ 90 tahun. Sedangkan pada kelompok kontrol dari 12 responden, 4 orang (33.3%) berusia 60-74 tahun dan 8 orang (66.7%) berusia 75-90 tahun.

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dari 24 responden yang diteliti menunjukkan bahwa sebagian besar distribusi responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 8 orang (66.7%) pada kelompok perlakuan dan 9 orang (75%) pada kelompok kontrol. Distribusi jenis kelamin laki-laki sebanyak 4 orang (33.3%) pada kelompok perlakuan dan 3 orang (25%) pada kelompok kontrol.

Karakteristik responden berdasarkan lama tinggal di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar pada kelompok perlakuan menunjukkan bahwa 2 orang (16.7%) lama tinggal ≤ 1 tahun, 9 orang (75%) lama tinggal 1-5 tahun, dan 1 orang (8.3%) lama tinggal 6-10 tahun. Sedangkan pada kelompok kontrol 2 orang (16.7%) lama tinggal ≤ 1 tahun, 8 orang (66.7%) lama tinggal 1-5 tahun dan 2 orang (16.7%) lama tinggal 6-10 tahun.

5.2 Data Khusus Karakteristik Responden

5.2.1 Data Perbedaan pre-test dan post-test Skor Stres Lansia pada Kelompok Perlakuan di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar

Data pre-test dan post-test tentang skor stres pada kelompok perlakuan disajikan pada table di bawah ini :

Tabel 5.2 Data perbedaan pre-test dan post-test Skor Stres Lansia pada kelompok perlakuan di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar Tahun 2016 (N=24)

Tabel Uji t Berpasangan							
Kelompok Perlakuan	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Differences		Asymp. Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper	
Pre-test	12	18.50	3.7177	0.917	4.254	8.079	0.000
Post-test	12	12.33	3.916	1.130			

Sumber: Data primer, 2016

Dari Tabel 5.2 pre-test dan post-test pada kelompok perlakuan di atas, dapat dijelaskan bahwa 8 responden (66.7%) pada kelompok perlakuan mengalami stres dengan skor stres 15-18 (ringan) dan 4 responden (33.3%) mengalami stres dengan skor stres 19-25 (sedang) pada hasil pre-test. Sedangkan pada hasil post-test dapat dijelaskan bahwa 4 responden (33.3%) pada kelompok perlakuan mengalami stres dengan skor stres 15-18 (ringan) dan 8 responden (66.7%) berada dalam skor 0-14 yang berarti dalam keadaan tidak stres (normal).

Berdasarkan hasil uji statistik Uji t Berpasangan, pre-test dan post-test pada kelompok perlakuan diketahui bahwa nilai signifikansi (p) Asymp. Sig. (2-tailed) 0.000. Hasil uji statistik Uji t Berpasangan mempunyai tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0.05$)

dimana didapatkan nilai $p < 0.05$ ($0.000 < 0.05$) yang menunjukkan bahwa H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa pada tingkat kepercayaan 95% intervensi senam ergonomis dapat menurunkan skor stres pada lansia secara signifikan.

5.2.2 Data Perbedaan pre-test dan post-test Skor Stres Lansia pada Kelompok Kontrol di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar

Dalam perbedaan pre-test dan post-test tentang skor stres pada kelompok kontrol disajikan pada table di bawah ini :

Tabel 5.3 Data perbedaan pre-test dan post-test Skor Stres Lansia pada kelompok kontrol di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar Tahun 2016 (N=24)

Tabel Uji t Berpasangan							
Kelompok Kontrol	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Differences		Asymp. Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper	
Pre-test	12	18.25	2.896	0.836	-1.309	1.142	0.884
Post-test	12	18.33	2.146	0.620			

Sumber: Data primer, 2016

Tabel 5.3 diatas menunjukkan hasil pre-test pada kelompok kontrol bahwa, 8 orang responden (66.7%) dengan skor stres 15-18 (ringan) dan sebanyak 4 orang responden (33.3%) mendapatkan skor stres 19-25 (sedang). Pada post-test didapatkan hasil 7 orang responden (58.3%) memiliki skor stres 15-18 (ringan) dan 5 orang responden (41.6%) berada pada skor stres 19-25 (sedang).

Berdasarkan uji statistik Uji t Berpasangan pada kelompok kontrol diketahui bahwa nilai signifikansi (p) Asymp. Sig. (2-tailed) 0.884. Hasil uji statistik Uji t

Berpasangan mempunyai tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0.05$), dimana didapatkan nilai $p > 0.05$) yang menunjukkan bahwa H_0 gagal ditolak yang berarti tanpa intervensi senam ergonomis tidak dapat menurunkan skor stres pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar.

5.2.3 Analisis Perbedaan Skor Stres Setelah Senam Ergonomis pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Uji untuk mengetahui perbedaan skor stres pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, maka diperlukan pengujian statistik. Pengujian perbedaan skor ini menggunakan Uji t Tidak Berpasangan dengan program *SPSS 16.0 for windows*.

Tabel 5.4 Hasil Analisis Perbedaan Skor Stres Setelah Senam Ergonomis pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar Tahun 2016 (N=24)

Tabel Uji t Tidak Berpasangan							
Jenis Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Differences		Asymp. Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper	
Perlakuan	12	12.33	3.916	1.130	-8.673	-3.327	0.000
Kontrol	12	18.33	2.146	0.620	-8.719	-3.281	

Sumber : Data Primer, 2016

Berdasarkan uji statistik Uji t Tidak Berpasangan pada tabel 5.4 diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa nilai signifikansi (p) Asymp. Sig. (2-tailed) adalah 0.000. Uji hipotesis dari hasil Uji t Tidak Berpasangan adalah dengan membandingkan nilai (p) Asymp. Sig dengan α . Penelitian ini menggunakan $\alpha = 0.05$ dan dari hasil uji diatas

dapat diketahui bahwa nilai $p < \alpha$ ($0.000 < 0.05$), yang menunjukkan bahwa H_1 diterima. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa senam ergonomis dapat menurunkan skor stres pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar.

