

ABSTRAK

Hubungan Tingkat Kesepian, Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Di Desa Palongan Kecamatan Bluto Kabupaten Sumenep

Oleh : Rahman Riyadi

Stres merupakan suatu reaksi tubuh terhadap situasi yang dapat menimbulkan tekanan, perubahan, ketegangan emosi, dan mengarah pada ketidak seimbangan antara tuntutan fisik atau psikologi. Secara umum stres terbagi dalam beberapa tingkatan, diantaranya stres ringan, stres sedang, stres berat hingga stres sangat berat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kesepian, dukungan keluarga dengan tingkat stres pada lansia di Desa Palongan Kecamatan Bluto Kabupaten Sumenep.

Desain penelitian observasional analitik, yaitu *cross sectional*, dengan teknik *Simpel Random Sampling*. Populasi dalam penelitian sebanyak 168 dengan jumlah sampel 61 orang. Instrumen yang digunakan adalah kusioner *UCLA Loneliness Scale* untuk mengukur tingkat kesepian, kusioner skala *Likert* untuk mengukur dukungan keluarga dan kusioner *Depression Anxiety Stres Scala (DASS)* untuk mengukur tingkat stres. Uji statistik menggunakan *Uji Spearman Rho* dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir setengahnya kelompok tingkat kesepian sedang mengalami stres sedang sebanyak 19 orang (42,2%) dan pada kelompok dukungan keluarga cukup menunjukkan bahwa hampir setengahnya mengalami stres sedang sebanyak 22 orang (43,1%). Hasil analisa tingkat kesepian dengan tingkat stres diperoleh p value = 0,05 ($p < \alpha$ 0,05), artinya ada hubungan antara tingkat kesepian dengan tingkat stres pada lansia, sedangkan hasil analisis data dukungan keluarga dengan tingkat stres diperoleh p value = 0,05 ($p < \alpha$ 0,05), artinya ada hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada lansia.

Keluarga dapat memberikan dukungan kepada lansia seperti selalu menemani lansia untuk meminimalisir kesepian pada lansia agar kejadian stres pada lansia berkurang.

Kata Kunci : Tingkat Kesepian, Dukungan Keluarga, Tingkat Stres, Lansia

ABSTRACT

Loneliness Level Relationship, Family Support With Stress Levels in the Elderly in the Village Palongan District Bluto Regency Sumenep

By: Rahman Riyadi

Stress is a reaction of the body to situations that can cause pressure, change, emotional tension, and lead to an imbalance between physical or psychological demands. In general, stress is divided into several levels, including mild stress, moderate stress, severe stress to stress is very heavy. This study aims to find out the relationship between the level of loneliness, family support and stress levels in the elderly in Palongan Village, Bluto District, Sumenep Regency.

The analytic observational research design, namely cross sectional, with Simple Random Sampling technique. The population in the study was 168 with a sample of 61 people. The instrument used was questionnaire UCLA Loneliness Scale to measure the level of loneliness, questionnaire Likert scale to measure family support and questionnaire Depression Anxiety Stress Scala (DASS) to measure stress levels. Statistical tests using the Spearman Rho Test with $\alpha = 0.05$.

The results showed that almost half the lonely level group was experiencing moderate stress as many as 19 people (42.2%) and in the family support group it was sufficient to show that almost half experienced moderate stress as many as 22 people (43.1%). The results of the analysis of the level of loneliness with the level of stress obtained ρ value = 0.05 ($\rho < \alpha 0.05$), meaning that there is a relationship between the level of loneliness with stress levels in the elderly, while the results of family support data analysis with stress levels obtained ρ value = 0, 05 ($\rho < \alpha 0.05$), meaning that there is a relationship between family support and stress levels in the elderly.

Families can provide support to the elderly, such as always accompanying the elderly to minimize loneliness in the elderly so that stressful events in the elderly are reduced.

Keywords: Loneliness Level, Family Support, Stress Level, Elderly