

HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN KECEMASAN DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA LANSIA YANG DITINGGAL PASANGAN HIDUP DI KELURAHAN GROGOL

Ziya Daturrahmah

Abstrak

Penyesuaian diri terhadap kematian pasangan hidup salah satu tugas perkembangan lansia. Penyesuaian diri dengan kematian pasangan sukar pada lansia pria dan wanita. Keadaan tersebut adalah persoalan bagi lansia yang dapat menyebabkan stres dan cemas, sehingga mempengaruhi penyesuaian diri lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dan kecemasan dengan penyesuaian diri pada lansia yang ditinggal pasangan hidup di Kelurahan Grogol. Metode yang digunakan yaitu metode deskriptif analitik dengan teknik *purposive sampling* sebanyak 32 lansia. Analisa univariat menggunakan uji proporsi dan analisa bivariat menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan tingkat stres dengan penyesuaian diri pada lansia yang ditinggal pasangan hidup dengan nilai p value $0,041 \leq 0,05$, dan ada hubungan kecemasan dengan penyesuaian diri pada lansia yang ditinggal pasangan hidup dengan nilai p value $0,018 \leq 0,05$. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi lansia agar mampu mengontrol stres dan kecemasan yang dirasakan setelah ditinggal pasangan hidup dengan bercerita kepada anggota keluarga mengenai perasaan yang dirasakan dan mampu memiliki kepercayaan diri yang tinggi di lingkungan.

Kata kunci : Kecemasan, Lansia ditinggal pasangan hidup, Stres, Penyesuaian diri

CORRELATION OF LEVEL STRESS AND ANXIETY WITH SELF ADJUSTMENT OF ELDERLY LEFT BY SPOUSES IN GROGOL VILLAGE

Ziya Daturrahmah

Abstract

Adjustment to the death of a spouse is one of the tasks of the development of the elderly. Adjustment to the death of a partner is very difficult in elderly men and women. The situation is a problem for the elderly that can cause stress and anxiety, thus affecting the adjustment of the elderly. This study aims to determine the relationship of stress and anxiety levels with self-adjustment in the elderly who are left by a spouse in Grogol Village. The method used is descriptive analytic method with purposive sampling technique of 32 elderly. Univariate analysis uses proportion test and bivariate analysis uses chi square test. The results of this study indicate that there is a relationship between stress level and adjustment in the elderly who are left by a spouse with a p value of $0.041 \leq 0.05$, and there is a relationship of anxiety with adjustment in the elderly who are left by a spouse with a p value of $0.018 \leq 0.05$. This research is expected to provide information for the elderly to be able to control the stress and anxiety felt after being left behind by a spouse by telling family members about feelings and being able to have high self-confidence in the environment.

Keywords: Anxiety, Elderly left by spouses, Stress, Self adjustment