



ARTIKEL JURNAL

**HUBUNGAN DUKUNGAN EMOSIONAL TEMAN SEBAYA
DENGAN MEKANISME KOPING LANJUT USIA DI UPT
PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA KABUPATEN
JEMBER**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan

Oleh:
FAIZAL HABIB
15.110.110.57

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2019**

ARTIKEL JURNAL

**HUBUNGAN DUKUNGAN EMOSIONAL TEMAN SEBAYA DENGAN
MEKANISME KOPING LANJUT USIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL
TRESNA WERDHA KABUPATEN JEMBER**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan



Oleh :
FAIZAL HABIB
15.1101.1057

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2019**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN DUKUNGAN EMOSIONAL TEMAN SEBAYA DENGAN
MEKANISME KOPING LANJUT USIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL
TRESNA WERDHA KABUPATEN JEMBER**

Faizal Habib
NIM. 15.1101.1057

Artikel jurnal ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas I Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 18 Juli 2019

Pembimbing I

Ns. Sasmiyanto, S.Kep.,M.Kes

NPK. 03 05 358

Pembimbing II

Ns. Mad Zaini, S.Kep.J,M,Kep

NPK. 15 09 643

PENGESAHAN

HUBUNGAN DUKUNGAN EMOSIONAL TEMAN SEBAYA DENGAN MEKANISME KOPING LANJUT USIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA KABUPATEN JEMBER

Faizal Habib
NIM. 15.1101.1057

Artikel jurnal ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 18 Juli 2019

Penguji,

1. Ketua : Ns. Susi Wahyuning Asih, S.Kep.,M.Kep (.....)
NPK. 08 04 491
2. Penguji I : Ns. Sasmiyanto S.Kep.,M.Kes (.....)
NPK. 03 05 358
3. Penguji II : Ns. Mad Zaini M.Kep.,Sp.Kep.J (.....)
NPK. 15 09 643

Mengetahui ,
Dekan

(Ns. Awatiful Azza, M.Kep.,Sp.Kep.Mat)
NIP. 197012132005012001

**HUBUNGAN DUKUNGAN EMOSIONAL TEMAN SEBAYA DENGAN
MEKANISME KOPING LANJUT USIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL
TRESNA WERDHA KABUPATEN JEMBER**

*(The Relationship of Peer Emotional Support with the Elderly Coping
Mechanism at the Tresna Werdha Social Service Unit in Jember Regency)*

Faizal Habib¹⁾, Sasmiyanto²⁾, Mad Zaini³⁾

¹⁾Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

^{2,3)}Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jl. Karimata 49 Jember Telp : (0331) 332240 Fax: (0331) 337957

Email : habibfaizal2@gmail.com

ABSTRAK

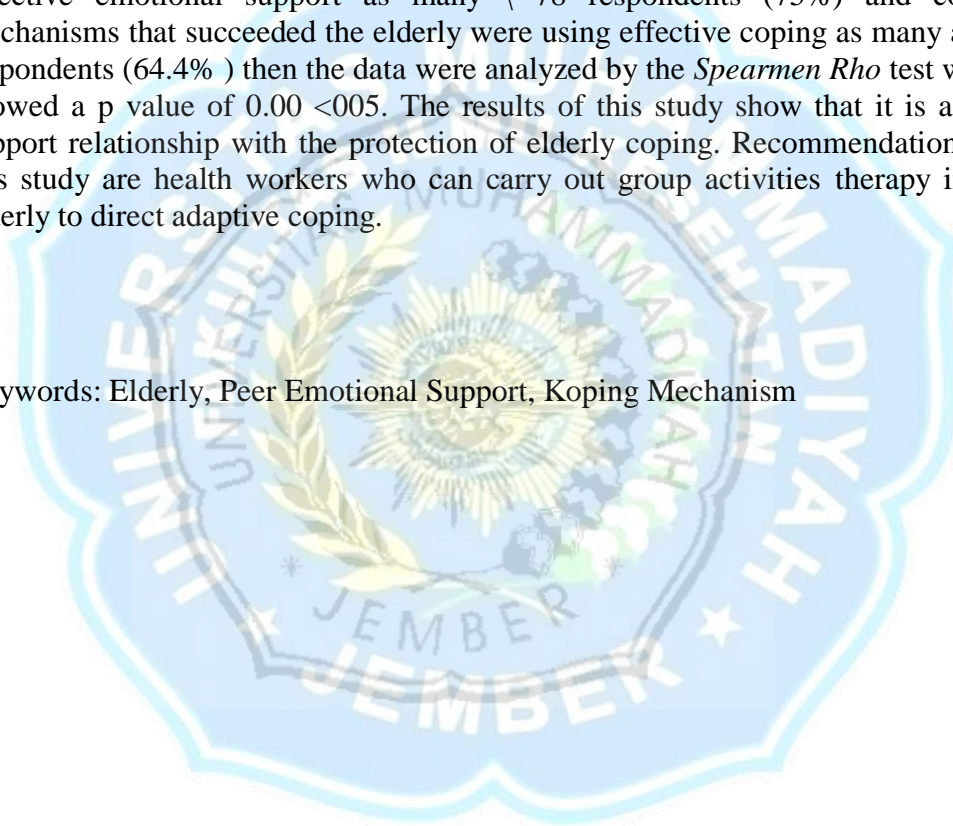
Dukungan emosional teman sebaya adalah ekspresi empati dan perhatian terhadap individu yaitu ikut merasakan apa yang dirasakan oleh individu lain, perhatian berupa penyediaan waktu untuk mendengarkan dan didengarkan. Dukungan emosional teman sebaya yang kuat pada lansia akan berdampak pada mekanisme koping lansia karena lansia akan merasa ada tempat untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi lansia. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi hubungan dukungan emosional teman sebaya dengan mekanisme koping lanjut usia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Jember. Penelitian ini menggunakan desain korelasi dengan pendekatan cross sectional. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, jumlah populasi sebanyak 140 lansia, Sampel yang digunakan adalah 104 lansia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil analisa responden yang diteliti, dukungan emosional dari teman sebaya paling banyak adalah dengan dukungan emosional yang efektif sebanyak 78 responden (75%) dan mekanisem koping yang dialami lansia adalah dengan mekanisme koping yang efektif sebanyak 67 responden (64,4%) kemudian data dianalisis dengan uji *Spearman Rho* menunjukkan nilai *p value* $0,00 < 0,005$. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan dukungan teman sebaya dengan mekanisme koping lansia. Rekomendasi bagi penelitian ini adalah petugas kesehatan dapat melakukan terapi aktifitas kelompok pada lansia untuk mengarahkan pada koping adaptif.

Kata Kunci: Lansia, Dukungan Emosional Teman Sebaya, Mekanisme Koping

ABSTRACT

Peer emotional support is an expression of empathy and attention to individuals who participate in what others feel, attention in the form of providing time to listen and be heard. Emotional assistance that is strong in the elderly will have an impact on coping arrangements for the elderly because the elderly will accommodate a place to help solve the problem that sets up the elderly. The purpose of this study was to discuss the relationship of peer emotional support with elderly coping protection at the UPT Tresna Werdha Social Service Unit in Jember Regency. This study used a cross sectional design. The sampling technique uses purposive sampling technique, the population is 140 elderly, the sample used is 104 elderly. The results showed that the results of the analysis of respondents who supported, emotional support from peers most supported by effective emotional support as many \ 78 respondents (75%) and coping mechanisms that succeeded the elderly were using effective coping as many as 67 respondents (64.4%) then the data were analyzed by the *Spearman Rho* test which showed a p value of $0.00 < 0.05$. The results of this study show that it is a peer support relationship with the protection of elderly coping. Recommendations for this study are health workers who can carry out group activities therapy in the elderly to direct adaptive coping.

Keywords: Elderly, Peer Emotional Support, Koping Mechanism



PENDAHULUAN

Menjadi tua (Menua) adalah suatu keadaan yang terjadi didalam kehidupan manusia. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup yang tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan.(Padila, 2013).

Sebanyak 42,32% lansia tinggal bersama tiga generasi dalam satu rumah tangga. Sebanyak 26,80% lansia tinggal bersama keluarga inti, sementara yang tinggal hanya bersama pasangannya sebesar 17,48%. Hal yang patut mendapat perhatian adalah mereka yang tinggal sendirian dalam satu rumah, atau rumah tangga tunggal lansia. Sebanyak 9,66% lansia tinggal sendirian dan harus memenuhi kebutuhan makan, kesehatan, dan sosialnya secara mandiri

Tatkala memasuki usia lanjut, berbagai perubahan akan dialami oleh lansia termasuk perubahan yang berkaitan dengan kondisi psikologis. Secara umum lansia mengalami perubahan atau kemunduran fungsi psikologis, baik dari segi kemampuan berfikir, perasaan maupun sikap dan perilakunya. (BKKBN, 2012).

Perubahan yang terjadi memerlukan adaptasi atau penyesuaian untuk menyelesaikan tugas perkembangan dan pencapaian integritas diri bagi lansia. Berdasarkan teori Selye mengenai General Adapatation Syndrome, bahwa reaksi

penyesuaian yang terjadi meliputi tahap alarm, resistensi dan exhaustion (kelelahan). Manajemen dan pola penataan berlangsung dalam mekanisme koping tersebut bersumber, baik dari dalam diri individu (melalui fungsi ego dan faktor neurobiologis) maupun dari luar dirinya terutama yang berupa dukungan sosial (Tamher, 2009).

Dukungan sosial adalah suatu dorongan atau bantuan secara emosional ataupun secara sosial yang memberi kenyamanan dan kesan yang menyenangkan bagi individu yang dapat diperoleh dari orang tua, suami, istri, anak, dan orang yang dicintai. (Hayati, 2010).

Dukungan emosional merupakan dukungan yang melibatkan ekspresi, rasa empati dan perhatian terhadap seseorang sehingga dapat membuatnya merasa lebih baik dan memperoleh kembali keyakinannya serta dapat merasa dimiliki dan dicintai pada saat stres (Sarafino & Hensarlin, dalam Yusra, 2011).

Adanya dukungan sosial yang baik lansia akan memiliki kemampuan untuk melakukan tindakan-tindakan untuk mengatasi segala permasalahan yang dihadapinya. Secara teori tindakan-tindakan tersebut disebut dengan istilah strategi koping. Secara sederhana koping bisa diartikan sebagai upaya mengatasi masalah yang dihadapi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti pada tanggal 2 Juli 2019 di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember terdapat jumlah 140 lansia berusia 60-90 tahun.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *korelasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Menggunakan Uji korelasi *Spearman Rho* dengan ketentuan nilai $\alpha = 0.05$ dan $p \text{ value} \leq \alpha$. Penelitian yang dilakukan pada bulan Juli 2019 di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. Sampel pada penelitian ini 104 responden.

Penentuan sampel dilakukan dengan Teknik *Purposive Sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuisisioner dukungan emosional teman sebaya yang berisi 12 pertanyaan dan kuisisioner mekanisme coping lansia yang berisi 39 pertanyaan.

HASIL

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Jember bulan Juni 2019 (n=104)

No.	Karakteristik Responden	Jumlah	Persentase (%)
1	60-65	25	24
2	66-79	60	57,3
3	88-99	19	18,3
	Total	104	100

Berdasarkan tabel 5.1 didapatkan hasil analisa data pada responden yang diteliti, usia responden paling banyak adalah katagori usia antara 66-79 tahun yaitu sebanyak 60 responden (57,7%)

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Responden Berdasarkan Tingkat pendidikan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Jember bulan Juni 2019 (n=104)

No	Karakteristik Responden	Jumlah	Presentase(%)
1	Tidak Bersekolah	78	75
2	SD	18	17,3
3	SMP	7	6,7
4	SMA	1	1
	Total	104	100

Berdasarkan tabel 5.2 didapatkan bahwa responden yang memiliki pendidikan paling banyak ialah tidak bersekolah Sebanyak 78 responden (75,0%).

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Responden Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Jember bulan Juni 2019 (n=104)

No	Karakteristik Responden	Jumlah	Presentase (%)
1	Laki-laki	48	46,2
2	Perempuan	56	53,8
	Total	104	100

Berdasarkan tabel 5.3 didapatkan responden paling banyak ialah perempuan yaitu sebanyak 56 responden (53,8%).

Tabel 5.4 Distribusi Dukunag Emosional Teman Sebaya UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Jember bulan Juni 2019 (n=104)

No	Karakteristik Responden	Jumlah	Presentase (%)
1	Dukungan Emosional Tidak Efektif	26	25
2	Dukungan Emosional Efektif	78	75
	Total	104	100

Berdasarkan tabel 5.4 didapat hasil dukungan emosional teman sebaya pada lansia paling banyak ialah dengan dukungan emosional efektif yaitu sebanyak 78 Responden yaitu sebanyak (75,0%)

Tabel 5.4 Distribusi Mekanisme Koping Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Jember bulan Juni 2019 (n=104)

No	Karakteristik Responden	Jumlah	Presentase (%)
1	Koping tidak Efektif	37	35,6
2	Koping Efektif	67	64,4
	Total	104	100

Berdasarkan tabel 5.5 didapatkan hasil mekanisme koping pada lansia paling banyak ialah dengan mekanisme koping efektif yaitu sebanyak 67 orang sebanyak (64,4%).

Tabel 5.6. Hubungan Dukungan Emosional Teman Sebaya dengan Mekanisme Koping Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Jember bulan Juni 2019 (n=104)

No	Varabel Independen	Variabel Dependen	P Value
1	Dukungan Emosional Teman Sebaya	Mekanisme Koping Lanjut Usia	0,00

Berdasarkan Tabel 5.7 setelah dilakukan analisa data menggunakan Uji Spearman's rho diperoleh P Value 0,000 atau P Value < 0,05 yang artinya Hipotesis nol (H0) ditolak.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tingkat dukungan emosional teman sebaya pada lansia berada pada tingkat

dukungan emosional teman sebaya yang efektif yaitu 78 responden sebanyak (75%) dan tingkat dukungan emosional teman sebaya yang tidak efektif 26 responden sebanyak (25%). Dan di dapat 80% dukungan emosional teman sebaya melalui rasa empati dan peduli.

Hal ini sesuai dengan teori Stein dan Hiward (2002), berpendapat empati ialah kemampuan untuk menyadari, memahami dan menghargai perasaan dan pikiran individu lain. Dukungan emosional yang diberikan merupakan ekspresi empati dan perhatian terhadap individu. Dukungan emosional terdiri dari perhatian berupa penyediaan waktu, empati berupa rasa ikut merasakan apa yang dirasakan individu lain, rasa cinta dan kasih sayang, dan penghargaan serta kebersamaan dengan individu di lingkungan sosialnya (Sarafino dan Smith, 2011)

Peneliti juga berpendapat bahwa dukungan emosional teman sebaya di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember juga berasal dari hal-hal positif yang dilakukan lansia terhadap sesamanya, saling mendukung satu sama lain, karena mereka sudah menganggap ada ikatan keluarga diantara mereka.

Dukungan emosional merupakan bentuk empati, perhatian, peduli, penghargaan positif, dan dorongan terhadap orang lain (Sarafino dan Smith, 2011). Melalui penghargaan positif dengan dorongan kegiatan positif dan dukungan yang dirasakan, individu akan merasa lebih tenang jika dihadapkan pada suatu masalah (Santrock, 2005). Dukungan emosional erat kaitannya dengan kesejahteraan emosional, motivasi, perilaku

prososial, komitmen dan dapat membantu individu untuk fokus pada pembelajaran (Protheroe, 2007).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Jember ditemukan bahwa mekanisme koping efektif yang dimiliki lansia adalah sebanyak 67 responden (64,4%), dan mekanisme tidak efektif sebanyak 37 responden (35,6%).

Peneliti berpendapat bahwa mekanisme koping maladaptif yang terjadi pada lanjut usia dapat berisiko menyebabkan gangguan emosional seperti cepat marah, menarik diri dari lingkungan dan kecemasan. Koping maladaptif pada lanjut usia terjadi karena berkurangnya support system dari teman sedangkan koping yang efektif memiliki support system yang baik dari temannya dilingkungan panti.

Hal ini sesuai dengan teori Stuart dan Sundeen (2011), bahwa Koping terbagi menjadi dua yaitu koping adaptif dan maladaptif. Koping adaptif ditunjukkan dengan kemampuan berkomunikasi yang baik dan memecahkan masalah secara efektif. Sedangkan koping maladaptif ditunjukkan dengan rasa percaya diri kurang sehingga mengakibatkan lanjut usia menjadi cepat marah, menarik diri, akibatnya tubuh menjadi rentan dan mengalami penurunan kualitas hidup dan tidak mampu memecahkan masalah secara efektif.

Peneliti juga berpendapat bahwa mekanisme koping, problem focus coping lebih sedikit dibandingkan emotion focus coping. Hal ini menurut peneliti dikarekan

adanya pengaruh dari jenis kelamin. Lansia dengan jenis kelamin laki-laki pada dasarnya dalam menghadapi masalah lebih menggunakan logikanya, sedangkan lansia perempuan pada umumnya menanggapi sebuah permasalahan dengan menggunakan perasaannya.

Hal ini sesuai dengan teori Lazarus dan Folkman (1984) bahwa problem focused coping berpusat pada usaha untuk mengatasi masalah yang dihadapi individu dimana individu secara aktif mencari jalan keluar dari permasalahan yang sedang dihadapi, yang dapat dilakukan dengan cara meminta bantuan orang lain atau berusaha sendiri mencari cara menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Strategi koping yang berfokus pada pengaturan emosi Menurut Lazarus dan Folkman, 1984 (dalam Rasmun, 2004) adalah dimana individu melibat kanusaha-usaha untuk mengatur emosinya dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang penuh tekanan. Dalam hal dukungan emosional dari teman sebaya terhadap koping lansia yang dilakukan oleh partisipan seperti empati, perhatian dan selalu menghibur yang merupakan bentuk penyelesaian koping yang baik dalam penyesuaian diri lansia.

Berdasarkan Tabel 5.7 Pada penelitian ini setelah dilakukan analisa data menggunakan Uji Spearman rho diperoleh P Value 0,000 atau P Value < 0,05 dengan tingkat kekuatan hubungan dalam penelitian ini ialah kuat dengan dinlai Correlation Coefficient 0,777 yang artinya Hipotesis nol (H_0) ditolak. Maka dapat diketahui bahwa ada

hubungan antara dukungan emosional teman sebaya dengan mekanisme koping pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.

Menurut peneliti dukungan emosional teman sebaya sangat berpengaruh signifikan pada mekanisme koping individu lansia. Dukungan emosional dari teman sebaya sangat penting karena sebagai pengganti support sistem yang sebelumnya lansia dapat dari keluarga mereka. Dengan adanya dukungan emosional yang diberikan oleh teman sebayanya dapat mengurangi stresor akibat permasalahan-permasalahan yang dialami oleh lansia sehingga meminimalkan kejadian depresi atau koping mal adaptif pada lansia. Situasi emosional yang

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara dukungan emosional teman sebaya dengan mekanisme koping lanjut usia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. Tingkat dukungan emosional teman sebaya dan mekanisme koping lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember terbilang efektif.

SARAN

Diharapkan hasil ini dapat dijadikan alternatif temuan untuk mengembangkan dan meningkatkan kegiatan dipanti sosial yang berfokus pada

kegiatan kegiatan yang melibatkan seluruh penghuni panti.

DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN. 2012. Lansia. Jakarta: <http://www.bkkbn.go.id> [Diakses pada 12 Januari 2019]
- Hayati, Sari. 2010. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesenjangan Pada Lansia. Skripsi. Psikologi Universitas Sumatera Utara Notoatmodjo. (2007). promosi kesehatan dan ilmu perilaku. Jakarta: PT Rineka cipta
- Lazarus, R.S & Folkman, S. 1984. Stress appraisal and coping. Newyork: Spinger Publishing Company.Inc
- Padila. 2013. Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Nuha Medika
- Safarino, E.P. 2007. Health Psychology, Biopsychosocial Interaction. New York: Mc Graw Hill.Inc
- Sander K.A, Labott S.M., Molokie R., Shelby S.R., & Desimone J. 2010. Pain, Coping, and Health Care Utilization in Younger and Older Adults with Sickle Cell Diseases. Journal Health Psychology, No. 15 Vol. 1
- Stuart, G.W, & Laraia, M,T 2005, Principles and Practice of Psychiatric Nursing, Mosby, Inc, an Affiliate of Elseiver, Inc,
- Tamher dan Nookasiani. 2009. Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan. Jakarta: Salemba
- Yusra, A. 2011. Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Poliklinik Dalam Rumah Sakit Pusat Fatmawati Jakarta. Tidak Dipublikasikan. Tesis. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia