

### HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP KEMANDIRIAN PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS AIR GEGAS TAHUN 2024

#### THE RELATIONSHIP OF THE LEVEL OF ANXIETY TO INDEPENDENCE IN ELDERLY IN THE WORKING AREA OF THE AIR GEGAS HEALTH CENTER IN 2024

Citra<sup>1</sup>, Arjuna<sup>2</sup>, Ardiansyah<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Institut Citra Internasional

<sup>1</sup>[citraelfatin@gmail.com](mailto:citraelfatin@gmail.com)

#### Abstract

*Independence in the elderly can be disturbed or decreased due to deterioration in cells which results in weakness of organs and organ systems. Factors of independence in the elderly consist of age, physiological health, decreased cognitive function, and disturbed psychosocial function such as anxiety. A high level of anxiety about something that happens may be a factor in the elderly experiencing a decline in their independence. The aim of this research is to analyze the relationship between the level of anxiety and independence in the elderly in the working area of the Air Gegas Health Center. This research uses a cross sectional design. Analyzing with a correlation test. The elderly population in this study was 132 elderly, the sampel size used was 57 respondents. The variables in this study consisted of independent (anxiety) and dependent (independence) variables. The data collection tool in this research is a questionnaire, namely the GAI questionnaire for anxiety, the Brathel Index questionnaire for independence. The results of research conducted using chi square statistical analysis were produced. The p value was obtained (0,000) because the p value was < alpha (0,05), meaning that there was a relationship between the level of anxiety and independence in the elderly. Where the correlation value (r) - 838 was obtained, which means the correlation value is negative with the strength of the correlation being very strong. Suggestions for the elderly's family are to understand the problems suffered by the elderly, provide motivation, and provide assessments such as praise if the elderly are able to carry out activities independently.*

**Keywords:** anxiety, independence, elderly.

#### Abstrak

Kemandirian pada lansia dapat terganggu atau mengalami penurunan karena adanya kemunduran pada sel yang berakibat pada kelemahan organ dan sistem organ, faktor dari kemandirian lansia ini terdiri dari usia, kesehatan fisiologis, menurunnya fungsi kognitif, dan fungsi psikososial yang terganggu misalnya kecemasan. Tingkat kecemasan yang tinggi akan suatu hal yang terjadi memungkinkan menjadi faktor dari lansia mengalami kemunduran kemandiriannya. Tujuan penelitian ini untuk menganalisa hubungan tingkat kecemasan terhadap kemandirian

#### Article History:

Received: May 2025

Reviewed: May 2025

Published: May 2025

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

**Copyright :** Author

**Publish by :** Nutricia



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

pada lansia di wilayah kerja puskesmas air gegas. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Menganalisa dengan uji korelasi, populasi lansia dalam penelitian ini yaitu sejumlah 132 lansia, besar sampel yang digunakan yaitu 57 responden Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel independen (kecemasan) dan dependen (kemandirian). Alat pengumpulan data dalam penelitian ini berupa kuesioner, yaitu kuesioner GAI untuk kecemasan, kuesioner *Indeks Barthel* untuk kemandirian. Hasil dari penelitian yang dilakukan dengan menggunakan analisis uji korelasi, didapatkan nilai p (0,000) karena nilai p < dari *alpha* (0,05), artinya memiliki hubungan antara tingkat kecemasan terhadap kemandirian pada lansia. Dimana diperoleh hasil nilai korelasi (r) -838 yang artinya nilai korelasinya negatif dengan kekuatan korelasinya sangat kuat. Saran untuk pihak keluarga lansia dapat memahami masalah yang diderita oleh lansia, memberi motivasi, dan memberikan penilaian seperti pujian apabila lansia mampu melakukan aktivitas secara mandiri.  
**Kata kunci:** tingkat kecemasan, Kemandirian, Lansia.

## PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan kondisi psikologi seseorang mengalami rasa cemas berlebihan secara konstan dan sulit dikendalikan. Seseorang yang mengalami gangguan kecemasan memiliki ciri seperti ketakutan atau kekhawatiran yang berulang. Dampak kecemasan dapat menyebabkan rasa takut dan hilangnya konsentrasi perubahan fisik seperti sakit kepala, nyeri otot, atau gangguan pencernaan sehingga menyebabkan terjadinya penurunan kemandirian (Mubarak, 2015).

Menurut *World Health Organization* (WHO) 2020 terdapat jumlah lansia sebesar 142 juta jiwa yang ada di kawasan Asia Tenggara. Jumlah lansia akan mengalami peningkatan sebanyak 3 kali lipat pada tahun 2050. Pada tahun 2020 lansia berjumlah sebanyak 24.000.000 (9,77%) dan akan meningkat pada tahun 2030 sebanyak 28.000.000 (11,34%) dari total sebelumnya (*Word Health Organization*, 2022).

Berdasarkan data prevalensi di Indonesia, dari total populasi menderita kecemasan lanjut usia mencapai 8.114.774 kasus menyumbang 3,3% penduduk dunia yaitu usia 60 - 64 tahun sebanyak 5,4%, usia 65 - 69 tahun sebanyak 5,1%, Usia 70 - 74 tahun sebanyak 4,95%, usia 75 - 80 tahun 2,95% dan usia 80 tahun sebanyak 2,95% (Maulidya dan Febriana, 2018).

Jumlah lansia di provinsi Kepulauan Bangka Belitung pada tahun 2020 sebanyak 115.293 jiwa. Pada tahun 2021 jumlah lansia di Provinsi kepulauan Bangka Belitung terjadi peningkatan sebanyak 121.901 jiwa. Peningkatan ini akan terjadi dalam setiap tahunnya (Dinkes Provinsi Bangka Belitung, 2020).

Menurut data dari Puskesmas Air Gegas pada tahun 2023 jumlah lansia sebanyak 132 lansia yang berkunjung ke Puskesmas Air Gegas. Pada tahun 2020 jumlah lansia di Puskesmas Air Gegas sebanyak 110 lansia, pada tahun 2021 jumlah lansia sebanyak 119 lansia, pada tahun 2022 jumlah lansia sebanyak 128 lansia (Puskesmas Air Gegas, 2023).

Gambaran hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2007 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk umur > 18 tahun sebesar 31,7% dan di diagnosa oleh tenaga kesehatan adalah 10,1%. Berdasarkan data dari Riskesdas 2013, prevalensi hipertensi di Indonesia terdapat 25,8%. Data menunjukkan hanya 0,7% orang yang terdiagnosis hipertensi yang meminum obat hipertensi. Prevalensi hipertensi tertinggi terjadi di Bangka Belitung 30,9%, dan yang terendah

di Papua 16,8%. Perkembangan prevalensi hipertensi pada tahun 2018 dibandingkan hasil RISKESDAS pada tahun 2013, prevalensi penyakit hipertensi meningkat dari 25,8% menjadi 34,1% (RISKESDAS 2007,2013,2018).

Berdasarkan profil dari Dinas Kesehatan Provinsi Bangka Belitung pada tahun 2021 sebesar 125,767 jiwa, pada tahun 2022 menjadi 86,601 jiwa, dan hasil data pada tahun 2023 sebanyak 86,307 jiwa (Dinas Kesehatan Provinsi Bangka Belitung, 2023).

Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kecemasan pada lansia diantaranya adalah perpisahan dengan pasangan, perumahan dan transportasi yang tidak memadai, masalah kesehatan fisik, sumber finansial yang berkurang serta kurangnya dukungan sosial. Kecemasan yang secara langsung maupun tidak langsung menyebabkan kecemasan pada lansia diantaranya masalah lingkungan hidup, masalah keuangan, masalah perkembangan, penyakit fisik atau cidera serta masalah keluarga (Hawari, 2013).

Kecemasan pada lansia juga berdampak terhadap kondisi emosional, penurunan aktifitas fisik dan status fungsional. Lansia akan mudah gelisah, *mood* atau suasana hati yang berubah-ubah, mudah marah, mudah tersinggung, menurunnya kepuasan hidup dan kualitas hidup dan meningkatnya kesepian. Kecemasan yang berkepanjangan akan berdampak terhadap kemandirian pada lansia (Tampi & Tampi, 2014).

Kemandirian pada lansia berarti tanpa pengawasan, pengarahan atau bantuan pribadi yang masih aktif. Semakin lansia seseorang maka kemampuan fisiknya akan semakin menurun, sehingga dapat mengakibatkan kemunduran pada peran-peran sosialnya serta status fungsional lansia akan menurun dan menyebabkan ketergantungan (Alfatih et al., 2023).

Faktor yang mempengaruhi kemandirian lansia yaitu terdiri dari kondisi kesehatan, kondisi sosial, dan kondisi ekonomi. Lansia mandiri jika kondisi kesehatan dalam keadaan baik. Kondisi kesehatan secara aspek fisik yang dapat memengaruhi kemandirian lansia yaitu *imobilisasi*. Hal tersebut dikarenakan *imobilisasi* sendiri merupakan ketidakmampuan bergerak secara aktif pada lansia.

Sedangkan secara sosial, dikatakan mandiri jika lansia memiliki dukungan keluarga yang baik, karena dukungan sosial yang baik akan mempengaruhi penyesuaian diri lansia dengan masyarakatnya menjadi baik (Muhith, 2016). Sedangkan dilihat dari kondisi sosial, kondisi sosial memiliki arti baik apabila aktivitas yang berhubungan dengan hubungan sosial seperti menghadiri perkumpulan yang ada di lingkungan, menjenguk apabila ada teman yang sakit dan melayat jika ada tetangga yang meninggal dunia, dan dalam menjalankan ibadah secara rutin (Rasyid, 2016).

Secara sosial, lansia sehat apabila lansia memiliki kegiatan sosial, baik keagamaan, dan pelayanan kemasyarakatan lainnya (Christy & Bancin, 2020). Sedangkan dilihat dari Kondisi Ekonomi, Ekonomi merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kemandirian (Muhith, 2016). Lanjut usia mandiri merupakan lansia yang memiliki pikiran positif, dan di dukung oleh ekonomi yang cukup, yang memiliki keluarga yang harmonis dengan rasa bahagia baik secara fisik atau batin.

Penelitian terdahulu Lestari *et al.*, (2013) dengan judul “Hubungan Tingkat Kecemasan *Activities of Daily Living* Pada Lansia di Panti Wreda”, hasil penelitian dari 84 responden didapatkan sebanyak 51 responden mengalami kecemasan dan 55 responden mengalami ketergantungan. Dari hasil analisis data, dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dan tingkat kemandirian pada lansia. Sehingga hasil uji hipotesis menggunakan *cross sectional* didapatkan hasil nilai  $p - value$   $0,00 < \alpha$   $0,05$  dengan demikian uji hipotesis menyatakan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan tingkat kemandirian *Activities of Daily Living* pada lansia.

Penelitian terdahulu (Sari & Nur Hartiningsih, 2020) mengungkapkan berdasarkan hasil analisis dinyatakan bahwa ada hubungan signifikan antara tingkat kecemasan dengan tingkat kemandirian ADL yang berarti bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan semakin rendah tingkat kemandirian pada lansia artinya semakin lansia tidak mandiri atau ketergantungan. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan Kemandirian dengan Tingkat Kecemasan. Berdasarkan uji *Chi-square* didapatkan nilai *p value* = 0,027. Saran dari peneliti diharapkan agar dapat menjadi pertimbangan dalam melakukan intervensi dan penelitian lebih lanjut terhadap lansia yang mengalami perubahan tingkat kecemasan serta memiliki ketergantungan dalam beraktivitas.

Penelitian terdahulu (Patria Asda et al., 2023) dengan judul “Hubungan Kemandirian Lansia Dengan Kecemasan Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari”, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada korelasi tingkat kecemasan yang dirasakan lansia dengan kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Hasil penelitian sebagian besar lansia mengalami tingkat kecemasan ringan sebesar 32,7% atau sebanyak 17 orang, kecemasan sedang 67,3% atau sebanyak 35 orang, sedangkan kemandirian lansia masuk dalam kategori mandiri sebesar 50% dan sisanya tergantung terhadap orang lain sebesar 50%. Analisis dengan uji *spearman rank* menghasilkan nilai  $p > 0,05$ . Penelitian ini tidak memiliki hubungan yang bermakna secara statistik antara kecemasan terhadap kemandirian lansia.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Air Gegas, lansia menceritakan pernah mengalami kemandirian yang buruk, mengeluh sering mengalami kekhawatiran, gugup, deg-deg kan, pusing, susah tidur, gelisah. Berdasarkan wawancara yang dilakukan di wilayah kerja puskesmas air gegas pada tahun 2024, dengan 5 lansia terdapat 2 lansia (40%) yang mengalami gangguan kecemasan. Lansia semakin tua umur maka tingkat kemandiriannya semakin menurun karena banyak faktor yang mempengaruhi seperti kecemasan yang mengganggu kemandirian pada lansia.

Berdasarkan latar belakang diatas, adanya lansia yang mengalami gangguan kecemasan, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Kemandirian Pada Lansia di wilayah kerja Puskesmas Air Gegas Tahun 2024.

## METODE

Desain penelitian yang digunakan ini bersifat analitik yaitu penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena ini terjadi. Dengan pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian yang mempelajari dinamika korelasi antara fenomena atau faktor risiko dengan faktor efek, dengan cara pendekatan observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*Point Time Approach*) yang artinya tiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali, namun pengukurannya terhadap status karakter atau variabel subjek saat pemeriksaan (Notoatmodjo, 2018).

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas (independen) yaitu tingkat kecemasan variabel terikat (dependen) adalah kemandirian. Sehingga peneliti ingin melihat apakah ada hubungan dari kedua variabel. Populasi dalam penelitian ini populasi 132 orang lansia yang ada di wilayah Puskesmas Air Gegas pada tahun 2023. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari populasi yaitu 57 orang lansia.

**HASIL****Analisa Univariat**

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Air Gegas Tahun 2024

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase %
Ringan	21	45,6
Sedang	36	54,4
total	57	100 %

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa lansia tingkat kecemasan ringan berjumlah 21 orang (45,6%) lebih sedikit dibandingkan dengan tingkat kecemasan sedang berjumlah 36 orang (54,4%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kemandirian Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Air Gegas Tahun 2024

Tingkat Kemandirian	Frekuensi	Persentase %
Mandiri	25	43,9
Ketergantungan Ringan	32	56,1
total	57	100 %

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa lansia tingkat kemandirian kategori mandiri berjumlah 25 orang (43,9%) lebih sedikit dibandingkan dengan tingkat kemandirian kategori ketergantungan ringan berjumlah 32 orang (56,1%).

**Analisa Bivariat**

Tabel 3. Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Kemandirian Pada Lansia Diwilayah Kerja Puskesmas Air Gegas Tahun 2024

Tingkat Kecemasan	Kemandirian			Koefisien Korelasi	P Value
	Mandiri	Ketergantungan Ringan	Jumlah		
Sedang	6	25	31	-.539	0,000
Ringan	19	7	26		
Jumlah	25	32	57		

Berdasarkan hasil uji korelasi *Spearman's rho*, jika dilihat pada kolom *sig* didapatkan nilai  $p = 0,000$ . Karena nilai  $p <$  dari  $\alpha 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang bermakna antara dua variabel yang diuji dengan selang kepercayaan 95% ( $\alpha = 0,05$ ), artinya memiliki hubungan antara tingkat kecemasan terhadap kemandirian pada lansia. Dimana diperoleh hasil bahwa nilai korelasi ( $r$ ) = -.539 yang artinya nilai korelasinya negatif dengan kekuatan korelasinya kuat.

Tabel 4. Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Kemandirian Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Air Gegas Tahun 2024

Tingkat Kecemasan	Kemandirian			Koefisien Korelasi	P Value
	Mandiri	Ketergantungan Ringan	Jumlah		
Sedang	6	25	31	-.838	0,000
Ringan	19	7	26		
Jumlah	25	32	57		

Berdasarkan hasil uji korelasi Gamma juga, jika dilihat pada kolom *Approx.sig.* didapatkan nilai  $p = 0,000$ . Karena nilai  $p < \alpha$  0,05, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang bermakna antara dua variabel yang diuji dengan selang kepercayaan 95% ( $\alpha=0,05$ ), artinya memiliki hubungan antara tingkat kecemasan terhadap kemandirian pada lansia. Dimana diperoleh hasil bahwa nilai korelasi ( $r$ ) = -0,838 yang artinya nilai korelasinya negatif dengan kekuatan korelasinya sangat kuat.

Dapat disimpulkan dari kedua uji korelasi di atas bahwa benar-benar ada hubungan antara tingkat kecemasan terhadap kemandirian pada lansia dengan nilai signifikan dibawah  $\alpha$  (0,05). Hubungan yang didapatkan berkorelasi kuat dan sangat kuat antara tingkat kecemasan terhadap kemandirian pada lansia. Dan dari hasil yang didapatkan arah korelasinya negatif, yang berarti bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan maka semakin rendah tingkat kemandirian pada lansia. Maksudnya adalah semakin lansia cemas maka semakin lansia tidak mandiri atau ketergantungan.

## PEMBAHASAN

### Tingkat kecemasan lansia diwilayah kerja Puskesmas Air Gegas tahun 2024

Kecemasan merupakan rasa yang tidak menyenangkan dan mengganggu pikiran terhadap suatu hal yang mungkin sedang terjadi, akan terjadi, atau sudah terjadi (Ningrum et al., 2018). Penyebab utama kecemasan pada lansia adalah masalah kesehatannya. Ketika seseorang memasuki fase penuaan, risiko terjadinya penyakit juga akan meningkat, utamanya adalah penyakit kronis (Yuliadarwati & Utami, 2022).

Kecemasan pada lansia sering kali terkait dengan peningkatan risiko penyakit kronis seperti penyakit jantung dan diabetes, yang dapat membatasi kemampuan mereka untuk menjalani aktivitas sehari-hari secara mandiri (Hardiyani, 2022). Selain itu, penelitian oleh Azari (2021), menemukan bahwa kecemasan pada lansia sering kali berhubungan dengan tingkat aktivitas fisik yang lebih rendah, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik dan kemandirian mereka.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Air Gegas tahun 2024, ringan berjumlah 21 orang (45,6%) lebih sedikit dibandingkan dengan tingkat kecemasan sedang berjumlah 36 orang (54,4%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lestari, (2013). Hasil penelitian menunjukkan lansia di wilayah Kerja Puskesmas Baloi Permai Kota Batam sebagian besar tidak mengalami kecemasan sebanyak 39 lansia (59,1%), berdasarkan tingkat kecemasan, hampir setengah lansia mengalami kecemasan ringan sebanyak 21 lansia (31,8%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mahiya Lintang Sahasika (2023). Hasil penelitian dari 42 responden dengan nilai 32,67 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan rata-rata pada lansia di Griya Lansia Husnul Khatimah, yaitu tingkat kecemasan sedang. Frekuensi paling banyak berada pada kecemasan ringan dengan 25 lansia persentase (59,2%).

Berdasarkan hasil penelitian dan teori-teori yang terkait maka peneliti berpendapat bahwa tingkat kecemasan lansia saat beraktivitas. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Air Gegas tahun 2024 mengalami kecemasan ringan berjumlah lebih sedikit dibandingkan dengan tingkat kecemasan sedang.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pada usia lanjut, manusia akan lebih cenderung mengalami kecemasan. Hal ini bisa disebabkan karena tingginya jumlah lansia yang sudah tidak bekerja sehingga lansia cenderung merasa cemas untuk dapat memenuhi kebutuhan sehari-harinya, dan sebagian besar lansia berjenis kelamin perempuan yang mana kecemasan lebih rentan menyerang.

### **Tingkat Kemandirian Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Air Gegas Tahun 2024**

Kemandirian adalah kebebasan untuk bertindak, tidak tergantung pada orang lain, tidak terpengaruh pada orang lain dan bebas mengatur diri sendiri atau aktivitas seseorang baik individu maupun kelompok dari berbagai kesehatan atau penyakit (Mawaddah, 2020). Penurunan tingkat kemandirian dapat mengakibatkan kecemasan pada lansia. Dari hasil survei di masyarakat masih dijumpai banyak lansia yang mengalami penurunan tingkat kemandirian dan mengalami kecemasan (Duhita,2020).

Kemandirian lansia dalam kemampuan aktifitas sehari-hari didefinisikan sebagai kemandirian seseorang dalam melakukan aktivitas dan fungsi kehidupan sehari-harinya yang dilakukan oleh manusia secara rutin dan universal. Salah satu faktor yang mempengaruhi kemandirian aktivitas sehari-hari pada lansia adalah cemas (Eka, 2018).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kemandirian pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Air Gegas tahun 2024, tingkat kemandirian kategori mandiri berjumlah 25 orang (43,9%) lebih sedikit dibandingkan dengan tingkat kemandirian kategori ketergantungan ringan berjumlah 32 orang (56,1%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mahiya Lintang Sahasika (2023), hasil dari 42 responden dengan nilai 4,17 menunjukkan bahwa nilai lansia pada Griya Lansia Husnul Khatimah menunjukkan bahwa interpretasi kemandiriannya, yaitu ketergantungan ringan. Frekuensi paling banyak pada mandiri penuh dengan 19 lansia dengan persentase (45,2%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nadia Nur Haidah (2019). Hasil didapatkan kemudian diklasifikasikan menjadi data ordinal yaitu pada yang mengalami ketergantungan total sebanyak 6 orang (8,7%), yang mengalami ketergantungan berat sebanyak 2 orang (2,9%), yang mengalami ketergantungan sedang sebanyak 4orang (5,8%), yang mengalami ketergantungan ringan 35 orang (50,7%) dan yang mandiri sebanyak 22 orang (31,9%).

Berdasarkan hasil penelitian dan teori-teori yang terkait maka peneliti berpendapat bahwa tingkat kemandirian lansia pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Air Gegas tahun 2024, tingkat kemandirian kategori mandiri berjumlah 25 lebih sedikit dibandingkan dengan tingkat kemandirian kategori ketergantungan ringan berjumlah 32 orang.

Kemandirian lansia adalah kemandirian seseorang dalam melakukan aktivitas sehari-hari (ADL) secara mandiri, rutin, dan universal. ADL adalah kegiatan melakukan pekerjaan rutin sehari-hari, seperti ke toilet, makan, berpakaian, mandi, dan berpindah tempat.

### **Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Kemandirian Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Air Gegas Tahun 2024**

Kecemasan pada lansia umum terjadi karena riwayat penyakit yang dideritanya. Riwayat penyakit yang berhubungan dengan *neuromuskular*, *muskuloskeletal*, *kardiovaskular* akan menyerang aktivitas sehari-hari. Pertambahan usia menimbulkan ketidakmampuan *neuronmotoris* untuk mempertahankan koloni otot dalam kondisi yang baik. Koloni otot yang dalam kondisi tidak normal maka juga tidak mampu mengontrol otot untuk bekerja, sehingga menyebabkan atrofi dan membesarnya persendian. Keterbatasan pada sistem tubuh manusia akan menyebabkan seseorang mengalami kemunduran dalam kemandiriannya dan berpengaruh pada penurunan aktivitas sehari-hari (Putra,2022).

Kecemasan pada lansia dapat dipicu oleh berbagai faktor, termasuk masalah kesehatan fisik, kehilangan orang yang dicintai, perubahan dalam status sosial atau ekonomi, dan ketakutan akan masa depan (Sawitri,2018). Gangguan kecemasan, seperti gangguan kecemasan umum, fobia, dan gangguan panik, dapat memperburuk kondisi fisik yang sudah ada dan mengurangi motivasi untuk terlibat dalam aktivitas fisik dan sosial (Pamungkas,2018).

Tingkat kemandirian *Activities of daily living* pada lansia dikaitkan dengan kecemasan, karena kecemasan dapat membentuk persepsi resiko dan merangsang terjadinya rasa takut yang pada akhirnya akan membatasi tingkat aktivitas sehari-hari sehingga semakin tinggi tingkat kecemasan, maka semakin rendah *activities of daily living* pada lansia, begitu juga sebaliknya semakin rendah tingkat kecemasan, maka semakin tinggi *activities of daily living* pada lansia (Kurniawan,2018).

Istilah kemandirian menunjukkan adanya kepercayaan akan sebuah kemampuan diri dalam menyelesaikan masalah tanpa bantuan dari orang lain. Individu yang mandiri sebagai individu yang dapat menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapinya, mampu mengambil keputusan sendiri, mempunyai inisiatif dan kreatif, tanpa mengabaikan lingkungan di sekitarnya. Menurut beberapa ahli, “kemandirian” menunjukkan pada kemampuan psikososial yang mencakup kebebasan untuk bertindak, tidak tergantung dengan kemampuan orang lain, tidak terpengaruh lingkungan, dan bebas mengatur kebutuhannya sendiri (MSabilla,2019).

Kemandirian lansia dalam kemampuan aktifitas sehari-hari didefinisikan sebagai kemandirian seseorang dalam melakukan aktivitas dan fungsi kehidupan sehari-harinya yang dilakukan oleh manusia secara rutin dan universal. Kemp dan Mitchel menyebutkan bahwa aktivitas sehari-hari pada lansia dipengaruhi oleh cemas dan depresi. Salah satu faktor yang mempengaruhi kemandirian aktivitas sehari-hari pada lansia adalah cemas (Eka, 2018).

Usia lanjut merupakan seseorang yang memasuki fase mulai menurun dan terganggunya fungsi tubuh sehingga juga akan memengaruhi kemandiriannya. Kemandirian pada lansia dapat terganggu atau mengalami penurunan karena adanya kemunduran pada sel yang berakibat pada kelemahan organ dan sistem organ. Faktor dari kemandirian lansia ini terdiri dari usia, kesehatan fisiologis, menurunnya fungsi kognitif, dan fungsi psikososial yang terganggu misalnya kecemasan. Tingkat kecemasan yang tinggi akan suatu hal yang terjadi memungkinkan menjadi faktor dari lansia mengalami kemunduran dalam kemandiriannya (Mahiya Lintang Sahasika, 2023).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji korelasi *Spearman's rho*, jika dilihat pada kolom *sig* didapatkan nilai  $p = 0,000$ . Karena nilai  $p <$  dari *alpha* 0,05, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang bermakna antara dua variabel yang diuji dengan selang kepercayaan 95% ( $\alpha = 0,05$ ), artinya memiliki hubungan antara tingkat kecemasan terhadap kemandirian pada lansia. Dimana diperoleh hasil bahwa nilai korelasi ( $r$ ) = -539. Hal ini sesuai dengan teori bahwa kecemasan yang dialami lansia, dapat mempengaruhi status kesehatan Lansia baik fisik maupun mental, sehingga berdampak pada kegiatan beraktivitas sehari-hari Lansia (Maryam, Mia & Irwan, 2008).

Apabila mengalami ketergantungan terus menerus berdampak pada psikis dan menimbulkan perasaan cemas pada dirinya. Semakin tinggi tingkat kecemasan pada lansia maka akan semakin rendah tingkat kemandirian pada lansia tersebut. Selain itu, bagi Lansia kemandirian ini sangat penting untuk merawat dirinya dalam pemenuhan kebutuhan dasar manusia sehari-hari (Alimul,2004).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tiara Sonza (2020). Dari hasil uji statistik *kruskal wallis* diperoleh bahwa nilai  $p$  Value 0,000 maka  $H_a$  diterima sedangkan  $H_0$  ditolak, hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Tingkat Kecemasan dengan Tingkat Kemandirian *Activities of Daily Living* pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Baloi Permai Kota Batam.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Mahiya Lintang Sahasika (2023). Berdasarkan hasil uji *Chi-Square* didapatkan *Asymp. Sig. (2-tailed)* bernilai 0,000 sehingga kurang dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, yaitu terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kemandirian pada lansia di Griya Lansia Husnul Khatimah.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori-teori yang terkait maka peneliti berpendapat bahwa adanya hubungan antara tingkat kecemasan terhadap kemandirian pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Air Gegas pada Tahun 2024, semakin tinggi tingkat kecemasan semakin rendah tingkat kemandirian pada lansia.

Penyebab ketergantungan pada lansia dipengaruhi oleh jenis kelamin, dapat dilihat dari jenis kelamin lansia sebagian besar lansia berjenis kelamin perempuan. Diketahui bahwa lansia dengan jenis kelamin perempuan memiliki tingkat kemandirian *Activities of Daily Living* lebih rendah yang disebabkan karena lansia berjenis kelamin perempuan banyak mengalami kelemahan dan disabilitas sehingga mempengaruhi kemandirian *Activities of Daily Living*.

## SIMPULAN

Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa tingkat kecemasan lansia pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Air Gegas tahun 2024 dominan kecemasan sedang. Dan hasil penelitian ini menjelaskan bahwa tingkat kemandirian lansia pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Air Gegas tahun 2024, dominan ketergantungan ringan.

Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa adanya hubungan antara tingkat kecemasan terhadap kemandirian pada lansia dengan nilai  $p < 0,000$ . Dimana diperoleh hasil bahwa nilai korelasi ( $r$ ) = -0,539 yang artinya nilai korelasinya negatif dengan kekuatan korelasinya kuat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfatih, R., Rani, & Yusnilawati. (2023). *Hubungan kecemasan emosional dengan stres kerja perawat diruang inap akasia Rumah sakit DR Bratanata kota Jambi*. Universitas Jambi.
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). "Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian". *Jurnal Pilar*, 14(1), 15-31.
- Anita Sari, L. (2021). "Interaksi Sosial pada Lansia yang Tinggal Bersama Keluarga". *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 2 (2), 80-88. <https://doi.org/10.22437/jini.v2i2.15575>
- Christy, J., & Bincin, L.J. (2020). *Status gizi lansia*. Deepublis.
- Dharma. (2017). *Metodelogi penelitian keperawatan: panduan melaksanakan dan menerapkan hasil penelitian*.
- Dr. Drs. Thobby Wakarmamu, S. M. S. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. Cv.Eureka Media Aksara, 78.
- Ekasari, M. F., Riasmini, N., & Hartini, T. (2019). *MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP LANSIA KONSEP DAN BERBAGAI INTERVENSI*. Wineka media.
- Fadli, R. (2022). "Dampak perceraian bagi kesehatan mental anak". 25 Januari 2023. <https://www.halodoc.com/artikel/ini-4-dampak-perceraian-bagi-kesehatan-mental-anak>
- Fridolin, A., Musthofa, S. B., & Suryoputro, A. (2022). "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Gayamsari Kota Semarang". *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(2), 381-389. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol8.iss2.1227>
- Harahap, D. A. (2020). "Hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup pada lansia di dusun II, desa sei alim ulu, kec. Air Batu Asahan". *Repository Universitas Medan Area*, 1-83. <http://repository.uma.ac.id/bitstream/123456789/12069/2/158600091> -Dini Andriani Harahap-Fulltext.pdf%0Ahttp://repository.uma.ac.id/handle/123456789/12
- Hasibuan, S. K. (2021). "Hubungan Pengetahuan Lansia Tentang Stroke Dengan Tindakan Pencegahan Stroke Di Wilayah Kerja Puskesmas Labuhan Rasoki Tahun 2021". <https://repository.unar.ac.id/jspui/bitstream/123456789/2956/1/SkripsiAnesaDharma.pdf>
- Hawari, D. (2013). *Stress, cemas, dan depresi*. FKUI.

- Mubarak. (2015). *Standar asuh keperawatan dan prosedur tetap dalam praktek keperawatan*. Salemba Medika.
- Muhith, A. (2016). *Pendidikan keperawatan gerontik*. CV.Andi.
- Nerita, S., Noor Prastia, T., & Listyandini, R. (2023). "Hubungan Pola Makan, Kebiasaan Olahraga dan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia". *Promotor*, 6(2), 89-94. <https://doi.org/10.32832/pro.v6i2.204>
- Notoadmodjo, S. (2012). *Metodologi penelitian*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nursalam. (2019). *Metodelogi penelitian ilmu keperawatan: pendekatan praktis (3rded.)*. Salemba Medika.
- Puskesmas AIR gegas. (2022). *Profil puskesmas air gegas*.
- RI, K. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Solehati, & Kasasi. (2015). *Konsep dan aplikasi relaksasi dalam maternitas*. PT.Refika Aditama.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kesehatan*. Alfabeta.
- Tampi, R., & Tampi, D. (2014). "Anxiety disorders in late life: a comprehensive review". *HealthyAging Research*.
- World Health Organization. (2022). *Pandemi covid-19 memicu peningkatan 25% prevalensi kecemasan dan depresi seluruh dunia*. 2 Maret 2022. [https://www-who-int.translate.google.com/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide?](https://www-who-int.translate.google.com/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide?hl=id)
- Yuliandra, Handayani, S., & Monika, R. (2021). "Faktor yang mempengaruhi kecemasan". *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 12(2), 118-123. <https://doi.org/10.55426/jksi.v12i2.150>
- Zarah, P., & Kurniawan, A, W. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*. (1st ed.). Pandiva Buku.