

# GAMBARAN TINGKAT STRES PADA LANSIA DI DUKUH COKROBEDOG DESA SIDOARUM KECAMATAN GODEAN SLEMAN YOGYAKARTA

Robiansyah<sup>1</sup>, Anastasia Suci Sukmawati<sup>2</sup>

## INTISARI

**Latar belakang:** Lansia adalah seseorang yang berusia 60 tahun atau lebih. Lansia banyak mengalami perubahan fisik, mental, maupun sosial. Perubahan kemampuan fisik dan kesehatan lansia dapat menyebabkan stress dan depresi yang dapat mengganggu kesehatan, meningkatkan ketergantungan lansia pada orang lain, dan dapat mengakibatkan kesepian, depresi, dan juga stres. Stres yang berkepanjangan pada lansia dapat menyebabkan gangguan kesehatan baik fisik maupun psikologis yang dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup lansia.

**Tujuan:** diketahui gambaran tingkat stres pada lansia di Dukuh Cokrobedog Desa Sidoarum Kecamatan Godean Kabupaten Sleman Yogyakarta.

**Metode:** penelitian ini menggunakan desain deskriptif. Teknik sampel menggunakan metode *purposive sampling* dengan jumlah responden sebanyak 50 lansia. Teknik analisis data menggunakan analisis univariat.

**Hasil:** Hasil analisis menunjukkan bahwa responden dengan tingkat stres sedang sebanyak 1 responden (2%), responden dengan tingkat stres ringan sebanyak 3 responden (6%), dan sebanyak 46 responden (92%) tidak mengalami stres.

**Kesimpulan:** Dengan demikian, dapat dijelaskan bahwa sebagian besar lansia tidak mengalami stres di Dukuh Cokrobedog Desa Sidoarum Kabupaten Sleman Yogyakarta.

**Kata kunci:** *Tingkat Stres, Lansia, Gangguan Kualitas Tidur*

**DESCRIPTION OF THE STRESS LEVELS AMONG OLDER PEOPLE  
IN COKROBEDOG, SIDOARUM, GODEAN  
SLEMAN YOGYAKARTA**

**Robiansyah<sup>1</sup>, Anastasia Suci Sukmawati<sup>2</sup>**

**ABSTRACT**

**Background:** Elderly is a person aged 60 years or above. The elderly experience changes of physical and psychological aspect. *With advancing age, elders experience certain types of stressors such as death and health problems more often than younger people. In addition, changes in health or physical ability can be a huge stressor for aging adults that might cause deteriorating health, increased dependence on others, loneliness and isolation, and also depression and stress. By having chronic stress, the quality of life of older people might also affected.* **Objective:** *To describe the stress levels among the elderly in Cokrobedog, Sidoarum Village, Godean District, Sleman Yogyakarta.*

**Method:** *This research uses a descriptive design. The sample technique used purposive sampling method as many as 50 elderly. The data analysis technique used univariate analysis.*

**Results:** *The results of the analysis showed that respondents with moderate stress levels were 1 respondent (2%), respondents with mild stress levels were 3 respondents (6%), and respondents with no stress levels were 46 respondents (92%).*

**Conclusion:** *Thus, it can be explained that most of the elderly do not experience stress in the Cokrobedog, Sidoarum Village, Sleman Yogyakarta.*

**Keywords:** *Stress Level, Older people*