

# Pengaruh Terapi Puzzle Terhadap Tingkat Stres Di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma

*by Nur Amrilah*

---

**Submission date:** 05-Nov-2024 11:25AM (UTC+0700)

**Submission ID:** 2508909118

**File name:** 2\_turnitin.pdf (387.2K)

**Word count:** 7176

**Character count:** 44310

**PENGARUH TERAPI *PUZZLE* TERHADAP TINGKAT  
STRES PADA LANSIA DI UPT RUMAH PELAYANAN  
SOSIAL LANJUT USIA TERLANTAR  
BUDHI DHARMA**

**1**  
**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

**NUR AMRILAH**  
212201075

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
2024**

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Lanjut usia juga disebut sebagai lansia merupakan suatu periode penutup dalam rentang hidup setiap individu. Lanjut usia ialah individu yang berumur diatas 60 tahun (Wismadi *et al.*, 2022). Seiring bertambahnya usia, terjadi proses penuaan secara *degeneratife* dapat menyebabkan perubahan pada fisik seperti penglihatan dan pendengaran mengalami penurunan, mudah lelah, gerakan mulai lambat, lanjut usia rentan jatuh akibat terjadinya kemunduran otot, tulang dan penglihatan. Lanjut usia juga akan mengalami perubahan psikologis meliputi cemas, depresi, dan kebingungan menerima keadaannya tekanan darah meningkat (Muchsini *et al.*, 2023).

Di Indonesia, diperkirakan akan mengalami peningkatan lansia diseluruh dunia pada tahun 1998-2030, yaitu sebanyak 55% berdasarkan Data Biro Sensus Amerika Serikat. Berdasarkan Data Prodi Kesehatan yang di laporkan pada tahun 2016 oleh Departemen Kesehatan, terdapat 8,3% penduduk lanjut usia diatas 60 tahun dengan total populasi (sebanyak 17 juta) (Nurleny *et al.*, 2021). Pada tahun 2021, lanjut usia di Daerah Istimewa Yogyakarta berjumlah 14,7% menurut Badan Pusat Statistik, 2022. Sedangkan jumlah lansia di kota Yogyakarta berjumlah 13% dari keseluruhan total lansia yaitu 45 ribu lanjut usia (Antari *et al.*, 2023). Peningkatan populasi pada lansia tersebut memicu timbulnya berbagai masalah salah satunya dapat berupa stres (Kaunang *et al.*, 2019).

Stres ialah reaksi psikologis dan fisiologis yang terjadi saat individu mengalami ketidakseimbangan antara kemampuan untuk menghadapi tuntutan tersebut dan kemampuan untuk melewati tuntutan tersebut. Stres merupakan penyakit modern sangat berkaitan dengan kemajuan pesat dan perubahan yang mengharuskan individu untuk menyesuaikan diri pada perubahannya yang menyebabkan banyak keluhan (Kaunang *et al.*, 2019). Stres pada lanjut usia

dapat diartikan seperti paksaan yang disebabkan oleh stresor diantaranya perubahan-perubahan yang menuntut adanya penyesuaian dari lanjut usia. Sebagian faktor yang dapat berpengaruh pada stres lansia seperti keadaan fisik yaitu penyakit kronis, hilangnya status sosial setelah pensiun dan kematian pasangan (Novitasari *et al.*, 2023). Faktor psikologi yang dialami berupa depresi, cemas, dan kebingungan untuk menerima keadaannya kambuh tekanan darah di atas batas normal, lingkungan, dan pekerjaan (Tyas *et al.*, 2021). Penyebab stres pada lansia yaitu, penyesuaian yang kurang optimal, kekecewaan, kesepian, kematian pasangan, keuangan berkurang, kelemahan fisik, pengasingan. Lansia yang mengalami stres bisa berdampak negatif, seperti hipertensi, sering merasa sedih, sulit menahan marah, sulit untuk berkonsentrasi, masalah tidur dan perubahan nafsu makan.

Berdasarkan data (Muammar *et al.*, 2023), (World Health Organization) WHO mengungkapkan lansia yang mempunyai gangguan kesehatan mental dan psikologis yang mempengaruhi emosi, pola pikir serta perilaku sekitar 15 %. (Prihananto *et al.*, 2024) menyatakan bahwa secara global, sekitar seperempat kematian diakibatkan tindakan mengakhiri hidup (27,2%) terjadi pada umur 60 tahun ke atas. Keadaan kesehatan psikologis di kalangan lanjut usia sering kali tidak diketahui dan tidak diobati, dan stigma seputar keadaan ini mengakibatkan orang enggan mencari pertolongan. Gangguan yang sering terjadi salah satunya adalah stres sebanyak 8,7 %. Pada penelitian (Gede *et al.*, 2017) dalam (Kurniasih *et al.*, 2021) di BPSTW Yogyakarta Unit Budi Luhur menunjukkan hasil tingkat stres pada lanjut usia yaitu stres ringan dan sedang sebanyak 12 (35,2%) responden. Penelitian (Angga 2018) stres pada lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kasongan Bantul Yogyakarta berjumlah 20 lansia (55,6%) (Siswati *et al.*, 2021). Jika lanjut usia yang menghadapi stres tidak segera mendapatkan intervensi yang tepat maka dapat mengakibatkan kondisi yang lebih lanjut seperti sakit fisik, penyalahgunaan obat, dan pengaruh lebih buruknya yaitu pada kesehatan jiwa lanjut usia, serta kematian lebih awal. Stres yang tidak dapat diatasi oleh lanjut usia dapat mengakibatkan lanjut usia mengalami penurunan fisik. Penurunan fisik terjadi akibat lanjut usia memikirkan dan mempunyai

tanggapan negatif terhadap dirinya akibat adanya perubahan. Kondisi ini yang mempengaruhi kualitas hidup lansia (Ginting *et al.*, 2021).

Stres yang dialami lanjut usia bisa diatasi melalui pemberian terapi farmakologi berupa obat anti cemas (Cahyanti *et al.*, 2023), obat anti cemas bermanfaat memperbaiki fungsi gangguan *neuro-transmitter* (sinyal penghantar saraf) di susunan (*limbic system*) saraf pusat otak (Rahmanti *et al.*, 2023). Terapi non farmakologi untuk mengurangi stres yaitu dengan cara terapi musik berfungsi untuk menstimulasi otak bagian hipotalamus yang akan merangsang hipofisis meningkatkan hormon endorfin yang kemudian diteruskan oleh sistem saraf otonom dan terjadi peningkatan sistem saraf parasimpatis sehingga terjadi penurunan tekanan darah, denyut jantung dan frekuensi pernapasan yang menghasilkan pikiran menjadi rileks (Bahtiar *et al.*, 2022). Terapi non farmakologi lainnya yaitu bermain, bermain dapat membuat kita memahami masalah permainan dan mempelajari hal baru dengan adaptif yang mampu mengurangi cemas. Permainan adalah kegiatan mengembirakan yang mampu menumbuhkan semangat dan mencegah stres (Copertino Tna'auni *et al.*, 2021). Salah satu permainannya yaitu permainan *puzzle*, *puzzle* merupakan satu gambar yang dipecah menjadi bagian-bagian gambar yang berfungsi untuk meningkatkan kemampuan berpikir, melatih kemampuan berbagi dan mengajarkan kesabaran. Oleh karena itu terapi *puzzle* bisa dipergunakan dalam permainan edukasi sebab mampu melatih pergerakan mata, tangan, melatih nalar, dan mengajarkan kesabaran (Nurleny *et al.*, 2021) dalam (Sijabat *et al.*, 2023). Pada penelitian yang dilakukan (Aini *et al.*, 2021) didapatkan hasil tentang pengaruh terapi *puzzle* membantu dalam mengurangi tingkat stres anak dengan hospitalisasi. Selain itu, pada penelitian yang dilakukan (Nurleny *et al.*, 2021) didapatkan bahwa hasil dari terapi *puzzle* mampu meningkatkan fungsi kognitif lansia.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan Yogyakarta. Pada tanggal 9 Maret 2024 saat melakukan wawancara dengan 10 lansia ditemukan beberapa gejala stres pada lansia seperti mudah lupa, sulit tidur, sakit kepala terus-terusan, cemas akan masa depan, dan menarik diri dari temannya saat marah. Sedangkan

dari hasil wawancara dengan perawat panti untuk mengatasi gangguan stres pada lansia tidak terdapat kegiatan khusus, pihak panti hanya melakukan konsulan kepada lansia. Terdapat kegiatan rutin mingguan yang dilakukan lansia di panti seperti kegiatan kerohanian, pengajian, kerajinan, dan senam. Dari hasil wawancara didapatkan bahwa belum pernah ada penelitian yang dilakukan untuk membantu lansia dalam mengatasi stres. Dalam hal ini peneliti mengambil judul penelitian “Pengaruh Terapi *Puzzle* Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma” dikarenakan belum ada penelitian yang diberikan untuk mengetahui pengaruh terapi *puzzle* terhadap tingkat stres pada lanjut usia. Selain itu, peneliti juga ingin membuktikan adakah pengaruh terapi *puzzle* terhadap tingkat stres pada lanjut usia.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang yang sudah peneliti paparkan dapat disimpulkan bahwa masalah yang ingin diketahui oleh penelitian ini “adakah pengaruh terapi *puzzle* terhadap tingkat stres pada lansia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan Yogyakarta”.

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi *puzzle* terhadap tingkat stres pada lanjut usia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Giwangan, Yogyakarta.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik lanjut usia di UPT RPSLUT
- b. Untuk mengetahui tingkat stres lanjut usia sebelum diberikan terapi *puzzle*.
- c. Untuk mengetahui tingkat stres lanjut usia sesudah diberikan terapi *puzzle*.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Semoga penelitian ini bisa menjadi manfaat untuk pengembangan keperawatan gerontik dan keperawatan jiwa, serta dapat menambah wawasan terkait stres untuk lanjut usia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan Yogyakarta.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **A. Bagi Responden**

Hasil yang diharapkan pada penelitian ini lansia bisa mengetahui tingkat stres yang mereka alami dan dapat melatih terapi puzzle untuk menurunkan tingkat stres lansia.

###### **B. Bagi Tempat Penelitian**

Hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai data dasar untuk mengembangkan terapi alternatif dalam menurunkan tingkat stres lanjut usia.

###### **C. Bagi Peneliti**

Peneliti dapat menerapkan ilmu keperawatan gerontik dan keperawatan jiwa, menambah pengalaman dan wawasan keilmuan dibidang keperawatan gerontik dan keperawatan jiwa.

18

### BAB III

## METODE PENELITIAN

### A. Desain Penelitian

Rancangan penelitian ialah semua rencana untuk memperoleh jawaban pada pertanyaan yang masih diamati dan mengatasi beragam masalah untuk bukti penelitian yang layak. Pada saat mempersiapkan penelitian ini, peneliti menetapkan manakah yang dapat diambil dan apa saja yang dapat dilakukan untuk mengurangi dan meningkatkan interpretabilitas hasil (Notoatmodjo, 2018). Jenis penelitian ini yakni penelitian kuantitatif menggunakan rancangan penelitian *Pre-Experimental* dengan penelitian *One Group Pretest-Posttest Design*. Digunakan untuk mengukur perubahan dalam hasil sebelum dan setelah intervensi dilakukan (Sahir, 2021). Dalam hal ini peneliti ingin mengetahui pengaruh terapi *puzzle* terhadap tingkat stres pada lanjut usia di UPT RPSLUT Budhi Dharma, Giwangan Yogyakarta.

13

**Tabel 3. 1 Desain Penelitian**

<i>Pre – Test</i>	Perlakuan	<i>Post – Test 1</i>	Perlakuan	<i>Post – Test 2</i>
O1	X	O <sub>2</sub> <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub> <sub>2</sub>

Sumber : (Notoatmodjo, 2018)

Keterangan :

- O1 : Tingkat stres lansia sebelum diberikan terapi *puzzle*
- X : Tingkat stres lansia selama 2 minggu dengan 2 kali intervensi pada setiap minggunya
- O<sub>2</sub><sub>1</sub> : Tingkat stres lansia sesudah diberikan terapi *puzzle* di minggu pertama
- O<sub>2</sub><sub>2</sub> : Tingkat stres lansia sesudah diberikan terapi *puzzle* di minggu kedua

70

7

## B. Lokasi Dan Waktu Penelitian

### 1. Lokasi

UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan Yogyakarta.

### 2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini dilakukan sesudah *ethical clearance* keluar yaitu dari bulan Februari-Agustus 2024 dengan pengambilan data selama 2 minggu pada tanggal 10-19 Juli 2024.

## C. Populasi Dan Sampel

### 1. Populasi

Populasi ialah istilah untuk menggambarkan setiap subjek penelitian yang akan diteliti (Sahir, 2021). Populasi dari penelitian ini yaitu lansia yang tinggal di UPT RPSLUT Budhi Dharma, Giwangan Yogyakarta dengan jumlah seluruh lansia yaitu 40 lansia.

### 2. Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2015) pada penelitian (Marlius *et al.*, 2023) sebagian dari total yang dimiliki populasi disebut sampel, untuk itu sampel yang digunakan harus tepat. Pada metode pengambilan sampel yang digunakan yaitu *total sampling* merupakan suatu pertimbangan khusus dibuat sendiri oleh peneliti. *Total sampling* ialah teknik pengambilan sampel jika semua populasi diambil menjadi sampel. Alasan memakai *total sampling* sebab total populasi kurang dari 100, sedangkan sampel penelitian ini hanya berjumlah 26 lansia yang berada di UPT RPSLUT Budhi Dharma, Giwangan Yogyakarta.

## D. Variabel

Variabel yaitu gejala yang beragam dan gejala ialah sasaran penelitian. Variabel adalah ukuran atau karakteristik yang membedakan anggota kelompok tertentu dari anggota kelompok lainnya. Jadi variabel merupakan sasaran penelitian yang beragam (Eravianti, 2021).

### 5 1. Variabel bebas (*independent*)

Variabel yang mempengaruhi atau bisa sebagai penentu variabel terikat merupakan variabel bebas (Eravianti, 2021). *Terapi puzzle* pada penelitian ini ialah variabel bebas (*independent*).

### 2. Variabel terikat (*dependent*)

Variabel yang dipengaruhi adalah variabel terikat (Eravianti, 2021). Tingkat stres pada lansia adalah variabel terikat (*dependent*).

## E. Definisi Operasional

Definisi operasional dapat mempermudah pengambilan data, menghindari kelainan interpretasi dan memisahkan ruang lingkup variabel. Variabel yang ditambahkan pada definisi operasional ialah variabel penting serta kunci yang dapat diukur secara operasional, dan bisa dipertanggungjawabkan. Definisi operasional bisa ditentukan oleh cara yang dipakai untuk mengukur variabel, tidak memiliki makna serta istilah-istilah ganda jika tidak ada batasan akan mempunyai makna yang berbeda (Eravianti, 2021).

**Tabel 3. 2 Definisi Operasional**

No	Variabel	Definisi operasional	Skala pengukuran	Cara pengukuran dan nilai ukur	Hasil ukur
1.	Variabel bebas (Terapi <i>Puzzle Jigsaw</i> )	Suatu permainan yang berupa kegiatan menyusun potongan-potongan gambar agar menjadi satu kesatuan kembali.	-	SOP	-
2.	Variabel terikat (Tingkat Stres)	Stres ialah gangguan fisik dan mental yang diakibatkan oleh perubahan dan perubahan kehidupan.	Ordinal	Kuesioner <i>Perceived stress scale</i> (PSS-10)	1) Nilai 0-14 = stres ringan 2) Nilai 15-26 = stres sedang 3) Nilai >26 = stres berat

## F. Alat Dan Metode Pengumpulan Data

### 1. Instrumen penelitian

#### a) Kuesioner

instrumen pada penelitian ini dipakai untuk mengetahui tingkat stres pada lansia, peneliti menggunakan instrumen penelitian berupa alat ukur kuesioner *Perceived stress scale* (PSS-10) untuk memberikan informasi pemicu stres yang bisa membuat keadaan fisik atau patologi dan dipakai untuk menilai tingkat stres. *Perceived stress scale* terdiri dari 10 pertanyaan, pertanyaan (6 negatif) dan pertanyaan (4 positif). Semua pertanyaan diberikan empat poin yaitu:

Tabel 3. 3 Kisi-kisi pertanyaan

No	Kuesioner	No Item	Keterangan
1.	Negatif	1, 2, 3, 6, 9, 10	Skor 0 : Tidak pernah Skor 1 : Jarang Skor 2 : Kadang-kadang Skor 3 : Sering Skor 4 : Sangat sering
2.	Positif	4, 5, 7, 8	Skor 0 : 4 sangat sering Skor 1 : 3 sering Skor 2 : 2 kadang-kadang Skor 3 : 1 jarang Skor 4 : 0 tidak pernah

Tingkat stres diketahui dengan menghitung total seluruh nilai dari 10 pertanyaan yang terdapat pada kuesioner PSS dengan nilai yaitu:

- 1) Stres ringan = Nilai 0-14
- 2) Stres sedang = Nilai 15-26
- 3) Stres berat = Nilai >26

#### b) Terapi puzzle

Puzzle yang digunakan pada penelitian ini ialah puzzle jigsaw dengan bentuk hewan, puzzle bentuk dan puzzle tangram yang didapatkan melalui *e-commerce*. Pada penelitian ini peneliti melakukan intervensi dan memberikan kegiatan permainan dengan terapi puzzle kepada lansia, yang dimainkan secara bersamaan oleh 2 lansia, puzzle yang sebelumnya sudah diacak oleh peneliti akan disusun kembali oleh lansia.

## 2. Metode pengumpulan data

Setelah peneliti mengajukan surat etik dengan nomor SKep/199/KEP/VI/2024, peneliti mengurus izin penelitian ke UPT RPSLUT Budhi Dharma. Metode pengumpulan data dibagi menjadi beberapa tahap: sebelum melaksanakan penelitian, peneliti membagikan *informed consent* dan memberikan penjelasan serta manfaat penelitian pada responden.

- a) Pada hari Kamis tanggal 11 Juli 2024, peneliti mengumpulkan responden di aula untuk melakukan pengukuran awal (*pre-test*) dan bermain *puzzle* untuk mengetahui tingkat stres pada lansia, peneliti membentuk kelompok kecil yang terdiri dari 4 pasang, dimana 4 lansia akan diberikan 2 *puzzle* dengan bentuk *puzzle* persegi, setelah lansia menempati tempat duduknya peneliti membuka acara dengan doa, lalu menjelaskan kembali tujuan dan manfaat dari penelitian kepada responden. Peneliti membagikan kuesioner kepada lansia, dimana setiap 1 asisten penelitian memberikan penjelasan kepada 4 lansia, setiap pengisian kuesioner diberikan waktu sekitar 10 menit kepada lansia, setelah *pre-test* selesai peneliti memberikan *puzzle* kepada lansia, dimana 1 *puzzle* 2 lansia untuk waktu dalam permainan peneliti memberikan waktu sekitar 20 menit, dan setiap 4 lansia didampingi 1 asisten penelitian, peneliti memberikan hadiah jika lansia menyelesaikan *puzzle* terlebih dahulu dan didapatkan 3 pemenang. Setiap *puzzle* yang sudah dimainkan lansia peneliti berikan kepada setiap wisma, kemudian dihari selanjutnya lansia membawa kembali *puzzle* yang sudah diberikan untuk ditukar dengan bentuk yang berbeda.
- b) Pada hari Sabtu 13 Juni 2024, peneliti memberikan alur pelaksanaan penelitian yang sama, namun untuk kelompok lansia berbeda dengan hari sebelumnya. *Puzzle* yang diberikan kepada lansia dengan bentuk yang berbeda yaitu *puzzle* gambar jerapah, setelah 20 menit lansia selesai bermain *puzzle* peneliti memberikan kuesioner *post-test* dengan waktu 10 menit, peneliti memberikan *puzzle* yang sudah dimainkan oleh lansia pada setiap wisma.

- c) Pada minggu kedua dihari Selasa peneliti memberikan alur pelaksanaan yang sama pada minggu pertama, peneliti memberikan permainan *puzzle* dengan bentuk *puzzle* hewan gambar burung dan dino, namun peneliti tidak memberikan *post-test* pada lansia.
- d) Pada minggu ke dua hari jum'at peneliti memberikan alur pelaksanaan yang sama dan bentuk *puzzle* hewan gambar buaya, setelah lansia menyelesaikan *puzzle* dalam waktu 20 menit, peneliti memberikan *post-test* kepada lansia, dan selanjutnya peneliti menyerahkan semua bentuk *puzzle* kepada lansia untuk tanda terima kasih atas waktu yang diluangkan oleh lansia pada penelitian ini, kemudian peneliti menutup acara penelitian dan berpamitan kepada lansia, setelah selesai memberikan intervensi peneliti menemui perawat, petugas panti, kepala panti untuk memberikan souvenir dan berpamitan.

### G. Validitas Dan Reliabilitas

Validitas ialah tingkat ketepatan alat ukur penelitian. Uji validitas merupakan uji yang dipakai dalam mengukur validitas pada kuesioner yang sudah sesuai atau tidaknya kuesioner yang digunakan oleh peneliti dalam melakukan penelitiannya. (Sahabuddin *et al.*, 2021).

Reliabilitas ialah alat ukur yang digunakan untuk melihat kuesioner yang dipakai layak atau tidak. (Sahabuddin *et al.*, 2021). Dalam penelitian ini peneliti memakai 1 kuesioner yaitu *Perceived stress scale* (PSS-10) yang diadopsi dari skripsi (Dianastastiti 2020). Tidak dilakukan uji kembali karena adanya kesamaan data pada penelitian sebelumnya pada penelitian dengan nilai *cronbach's alpha* diperoleh sebesar 0,676-0,909.

### H. Metode Pengelolaan Dan Analisis Data

#### 1. Metode pengolahan

Menurut (Notoatmodjo, 2018) memperoleh data tidak terjadi bias dalam pengolahan data dan data akurat, kemudian mengerjakan pengolahan melalui langkah-langkah berikut :

##### a) *Editing*

Memeriksa keseluruhan kumpulan pertanyaan yang diberikan kembali

oleh partisipan disebut *editing*. Kemudian peneliti memeriksa kelengkapan kuesioner, termasuk nama partisipan, alamat partisipan, usia dan kelengkapan jawaban soal kuesioner partisipan.

b) *Coding*

Pada tahap ini peneliti mengganti jawaban partisipan menjadi angka, berkaitan dengan variabel peneliti untuk melakukan proses penggarapan data lebih mudah. Dalam memudahkan proses tabulasi dan analisis data berikutnya, peneliti memberikan kode atau inisial.

- 1) Jenis kelamin :
  - a) 1 = Laki-laki
  - b) 2 = Perempuan
- 2) Karakteristik usia
  - a) 1 = Usia 45-59 tahun
  - b) 2 = Usia 60-74 tahun
  - c) 3 = Usia 75-90 tahun
  - d) 4 = Usia diatas 90 tahun
- 3) Pendidikan terakhir :
  - a) 1 = Tidak sekolah
  - b) 2 = SD
  - c) 3 = SMP
  - d) 4 = SMA/SMK
  - e) 5 = Diploma/Sarjana
- 4) Pekerjaan :
  - a) 1 = Buruh
  - b) 2 = Wiraswasta
  - c) 3 = PNS
  - d) 4 = Petani
  - e) 5 = ART
  - f) 6 = Pekerjaan lainnya

5) Penilaian tingkat stres :

- a) 1 : Stres ringan
- b) 2 : Stres sedang
- c) 3 : Stres berat

c) *Entry*

Sesudah data diganti menjadi kode huruf maupun angka, lalu dimasukkan pada program komputer, dalam semua format file, data, melakukan perubahan data, melakukan tabulasi dengan bentuk distribusi frekuensi, analisis statistik deskriptif pembuatan grafik yaitu proses *entry* data.

d) *Tabulating*

*Tabulating* merupakan data hasil penelitian dimasukkan pada tabel ditetapkan berdasarkan nilai kuesioner yang sudah ditentukan.

e) Penyajian data

Kemudian setiap data disusun pada bentuk tabel dan dipaparkan pada susunan narasi supaya data lebih mudah dipahami oleh pembaca sebuah data.

2. Analisis data

a) Analisis *univariate*

Mengkaji setiap variabel dalam hasil penelitian akan disebut dengan istilah analisis *univariate*. Total, frekuensi, dan presentase analisis ini ditampilkan. Penelitian ini memiliki tujuan yaitu untuk membandingkan tingkat stres lansia sebelum dan sesudah diberikan terapi *puzzle*. Semua atribut responden, termasuk umur dan jenis kelamin, disajikan pada tabel distribusi umum berdasarkan kategori persentase.

b) Analisis *bivariate*

Pada kedua variabel diperkirakan berhubungan atau berkorelasi dilakukan analisis *bivariate* (Notoatmodjo, 2018). Pada penelitian ini analisis *bivariate* ialah memeriksa perbedaan *pre* dan *post* intervensi yang dilakukan pada kelompok intervensi, sehingga dapat diketahui apakah ada pengaruh terapi *puzzle* terhadap tingkat stres lansia. Analisis *bivariate* dilakukan pada kedua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat, untuk menguji hipotesis

maka peneliti melakukan uji normalitas terlebih dahulu, dilakukan dengan menggunakan uji *Shapiro Wilk* yang dimana data didapatkan berdistribusi tidak normal, maka uji analisis yang digunakan pada penelitian ini yaitu uji statistik *wilcoxon*. Pada penelitian ini peneliti akan mengambil analisis bivariat menggunakan uji statistik *wilcoxon*.

### I. Etika Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti memerlukan sampel manusia oleh sebab itu peneliti perlu memahami hak asasi manusia supaya tidak melanggar hak etik kemanusiaan. Izin etik didapatkan dari komite etik Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Dengan bukti persetujuan etik penelitian nomor SKep/199/KEP/VI/2024. Dalam penelitian ini bersifat kesukarelaan responden dan hak berpartisipasi atau tidak, dan tidak terdapat pemaksaan pada penelitian ini. Ada beberapa ketentuan yang harus ditetapkan sebagai berikut:

#### 1. *Respect To Human*

##### a. Lembar persetujuan (*Informed consent*)

Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti menjelaskan maksud dari penelitian serta tujuan penelitian, serta pengaruh yang akan di alami pada saat pengumpulan data. Kemudian partisipan menandatangani *informed consent* sebelum melakukan penelitian.

##### b. Tanpa nama (*Anomity*)

Untuk melindungi anonimitas partisipan, partisipan hanya perlu menuliskan kode nomor saat mengisi lembar kuesioner penelitian ini. Peneliti memasukkan kode nomor, identitas lengkap partisipan tidak akan disebarluaskan.

##### c. Kerahasiaan (*Confidentialy*)

Kuesioner dan data yang telah diisi partisipan akan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti .

##### d. Kejujuran (*Veracity*)

Kejujuran dalam proses penelitian dengan memberikan informasi jujur tentang pengisian kuesioner dan manfaat penelitian. Karena penelitian ini bersifat pribadi kepada partisipan.

e. Kebebasan (*Freedom*)

Kebebasan partisipan untuk memilih ikut serta atau tidaknya dalam penelitian.

2. *Beneficence And Non-Beneficence*

- a. Kedua prinsip tersebut dilakukan peneliti dalam melakukan penelitian melalui konsekuensi apa yang mungkin merugikan bagi partisipan. Saat kuesioner peneliti mengakibatkan partisipan terbawa emosi maka peneliti perlu berempati dan menenangkan partisipan, sehingga partisipan mampu meredakan emosinya dan kembali melanjutkan proses mengisi lembar kuesioner.

3. Keadilan (*Justice*)

a. Hak untuk mendapatkan perlakuan adil (*Right in fair treatment*)

Partisipan harus mendapatkan perlakuan yang setara pada saat sebelum dan setelah ikut serta pada penelitian, tanpa adanya perbedaan jika tidak ikut serta.

b. Hak atas privasi (*Right to privacy*)

Responden berhak meminta bahwa jawaban yang diberikan harus dijaga kerahasiaannya.

**J. Pelaksanaan Penelitian**

Tahap penelitian ini digunakan melewati beberapa tahapan sebagai berikut :

**1. Tahap Persiapan**

- a. Peneliti memutuskan terlebih dahulu masalah yang akan diteliti.
- b. Peneliti mencari referensi dari berbagai sumber (buku, jurnal, dll).
- c. Peneliti mengkonsultasikan judul penelitian yang diambil kepada dosen pembimbing dan melakukan bimbingan.
- d. Peneliti mengajukan surat pengantar untuk meminta izin studi pendahuluan ke admin prodi.
- e. Peneliti mengajukan surat izin studi pendahuluan kepada (Dinas Sosial Tenaga Kerja dan Transmigrasi Yogyakarta) untuk mengajukan izin penelitian.
- f. Peneliti mulai penyusunan proposal penelitian.

- g. Peneliti melaksanakan seminar proposal penelitian, setelah dosen pembimbing menanda tangani proposal (ACC).
- h. Peneliti melaksanakan revisi proposal penelitian sesudah seminar proposal.
- i. Peneliti mengajukan surat etik
- j. Peneliti mengajukan surat izin penelitian dari ke admin prodi
- k. Peneliti mengajukan surat izin ke (Dinas Sosial Tenaga Kerja dan Transmigrasi Yogyakarta)
- l. Peneliti mencari asisten penelitian dengan kriteria mahasiswa S1 Keperawatan semester 6 yang sudah lulus mata kuliah gerontik.
- m. Peneliti memberikan arahan kepada asisten penelitian tentang intervensi *puzzle jigsaw* serta menjelaskan kuesioner yang digunakan, asisten penelitian membantu peneliti mengumpulkan data, asisten penelitian juga bertugas untuk mengawasi dan memberikan penjelasan kepada lansia saat melakukan terapi *puzzle jigsaw* yang telah disiapkan peneliti. Kemudian membagikan lembar kuesioner yang akan diisi oleh partisipan. Mengumpulkan kembali dan mengecek data kuesioner yang akan digunakan dalam penelitian.
- n. Meminta persetujuan selama 2 minggu untuk memberikan terapi *puzzle* dan memberikan *pre-test, post-test*.
- o. Peneliti menyiapkan alat yang akan dipakai pada proses penelitian mulai dari *pre-test*, pemberian intervensi, dan pemberian *post-test*. mempersiapkan lembar lembar kuesioner, *informed consent*, dan *jigsaw puzzle*.

## 2. Tahap Pelaksanaan

### a. Tahap pertama

Peneliti membagikan *informed consent* pada partisipan untuk mengetahui apakah mereka bersedia untuk menjadi partisipan.

### b. Tahap kedua

Peneliti membagikan *pre-test* kepada partisipan yang ikut serta menjadi subjek penelitian untuk mengetahui pengaruh terapi *puzzle* terhadap tingkat stres. Metode *pre-test* : setelah peneliti memberikan penjelasan mengenai tujuan dan aturan untuk mengisi kuesioner dengan memberikan lembar

kuesioner pada partisipan yang akan dijawab. Peneliti menginstruksikan kepada partisipan yang sudah mengisi kuesioner untuk mengembalikan lembar kuesioner yang telah dijawab.

c. Tahap ketiga

Peneliti memberikan intervensi kepada responden selama 2 minggu dengan 2 kali intervensi. Pada minggu 1 peneliti memberikan intervensi pada hari Kamis dan Jum'at, dan pada minggu ke 2 peneliti memberikan intervensi pada hari Selasa serta Jum'at.

d. Tahap keempat

Peneliti memberikan *post-test* kepada partisipan selama 2 minggu sesudah intervensi. Tujuan *post-test* ini adalah untuk mengetahui tingkat stres partisipan setelah diberikan terapi. Cara *post-test* : peneliti membagikan lembar *post-test* kepada partisipan. Peneliti menginstruksikan kembali kepada partisipan yang sudah mengisi kuesioner untuk mengembalikan lembar kuesioner yang sudah dijawab dan memastikan kembali lembar kuesioner yang sudah dijawab partisipan untuk mengetahui apakah ada pertanyaan yang belum dijawab dan memastikan bahwa data dimasukkan sudah benar.

### 3. Tahap pengolahan data

Setelah data dikumpulkan peneliti melakukan perhitungan jumlah jawaban partisipan yang benar dan salah, selanjutnya pengkodean dilakukan dengan memasukkannya ke Microsoft Excel. Setelah data diinput selanjutnya peneliti melakukan analisis data menggunakan *software SPSS Statistic 20*.

### 4. Penyusunan laporan

Langkah terakhir ialah membuat analisis data dan hasil laporan dari penelitian. Kemudian pembimbing akan memeriksa laporan tersebut, dan memberikan revisi sesuai dengan arahan. Konsultasi dari BAB I sampai V, lalu melaksanakan ujian hasil, memperbaiki skripsi dan terakhir laporan hasil skripsi akan dikumpulkan.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil**

##### 1. **Gambaran Umum** Lokasi Kegiatan

Pada bulan Juli 2024 penelitian ini dilaksanakan di UPT (RPSLUT) Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan Yogyakarta dengan jumlah responden 26 lansia. Pada tahun 1952 Wredha Budhi Dharma memperbolehkan seluruh penyandang masalah sosial mulai dari anak jalanan, lansia terlantar, dan pengemis. Pada 15 tahun kemudian, pemerintah membedakan penghuni panti berdasarkan kelompoknya. Khusus untuk lansia terlantar berlokasi di desa Tegalgendu, Kecamatan Kotagede, Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, tepatnya pada tanggal 15 Desember 1967 dengan nama Panti Wredha Budhi Dharma (PWBD) dengan status sewa. Setelah 10 tahun kemudian, panti dialihkan pada wilayah sah pemda di bawah binaan Dinas Sosial Tenaga Kerja Dan Transmigrasi Kota Yogyakarta. Dengan diberi nama UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma. Panti ini terletak di Jalan Ponggalan Umbulharjo (UH 7/203), RT-14 RW-05, Daerah Istimewa Yogyakarta. Bangunan Panti Budhi Dharma berada dibagian utara terminal Giwangan, pertigaan ke 3 belok kanan 50 meter pada arah selatan, dan sangat mudah ditemukan dikarenakan ciri khas gedungnya mempunyai dinding yang tinggi dibangun mengelilingi panti. Lanjut usia di UPT RPSLUT Budhi Dharma memiliki kegiatan rutin mingguan yang dilakukan lansia di panti seperti kegiatan kerohanian, pengajian, kerajinan, dan senam.

##### a) Visi Panti Budhi Dharma.

1) Visi terselenggaranya upaya pelayanan kesejahteraan sosial bagi lanjut usia yang memungkinkan mereka dapat menjalani hari tuanya dengan diliputi rasa kenyamanan serta ketentraman lahir dan batin.

b) Panti Wredha Budhi Dharma mempunyai misi untuk meningkatkan mutu pelayanan lansia yang mencakup:

- 1) Keterampilan dan pengetahuan
- 2) Kesejahteraan fisik, sosial, mental dan spiritual
- 3) Jaminan perlindungan hukum
- 4) Jaminan sosial dan kehidupan
- 5) Memelihara kesehatan, kebersihan diri dan lingkungan , meningkatkan kesadaran beribadah.
- 6) Meningkatkan mutu sarana dan prasarana sesuai dengan kebutuhan lansia.

## 2. Analisis Hasil

### 1. Analisis Univariat

#### a) Karakteristik responden

**Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Frekuensi Lansia Di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan Yogyakarta**

No	Frekuensi (F)	Persentase (%)
<b>1. Jenis kelamin</b>		
Laki-laki	12	46.2
Perempuan	14	53.8
Total	26	100
<b>2. Usia responden</b>		
60 -74 tahun	14	53.8
75 -90 tahun	12	46.2
Total	26	100
<b>3. Pendidikan terakhir</b>		
Tidak Sekolah	6	23.1
SD	9	34.6
SMP	9	34.6
SMA/SMK	2	7.7
Total	26	100
<b>4. Pekerjaan terakhir</b>		
Buruh	11	42.3
Wiraswasta	7	26.9
Petani	1	3.8
ART	2	7.7

Pekerjaan lainnya	5	19,2
Total	26	100

Pada Tabel 4. 1 dapat dilihat karakteristik responden dengan jenis kelamin terbanyak perempuan berjumlah 14 lansia (53,8%), didapatkan usia responden terbanyak 60-74 tahun dengan jumlah 14 lansia (53,8%), pendidikan terakhir terbanyak SD 9 lansia (34,6%) serta SMP 9 lansia (34,6%), dan untuk pekerjaan terakhir terbanyak buruh 11 (42,3%).

b) Data tingkat stres sebelum diberikan terapi *puzzle*

**Tabel 4. 2 Tingkat Stres Pre-Test Pada Lansia Di UPT RPSLUT Budhi Dharma, Giwangan Yogyakarta Sebelum Intervensi Terapi *Puzzle*.**

Tingkat Stres Pre-Test		
	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Stres Ringan	0	0.00
Stress Sedang	26	100.0
Stres Berat	0	0.00
Total	26	100.0

Pada table 4. 2 dapat dilihat bahwa semua lansia mengalami tingkat stres sedang sebelum diberikan terapi *puzzle* di minggu pertama dengan jumlah sebanyak 26 lansia (100%).

c) Data tingkat stres sesudah diberikan terapi *puzzle*

**Tabel 4. 3 Tingkat Stres *Post-Test* 1 Pada Lansia Di UPT RPSLUT Budhi Dharma, Giwangan Yogyakarta Sesudah Intervensi Terapi *Puzzle* Pada Minggu Pertama.**

56 Tingkat Stres Post1		
	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Stres Ringan	0	0.00
Stres Sedang	26 46	100.0
Stres Berat	0	0.00
Total	26	100.0

Pada tabel 4. 3 dapat dilihat bahwa semua lansia mengalami stress sedang sesudah diberikan terapi *puzzle* di minggu pertama dengan jumlah sebanyak 26 lansia (100%).

d) Data tingkat stress sesudah diberikan terapi *puzzle*

**Tabel 4. 4 Tingkat Stres *Post-Test 2* pada lansia di UPT RPSLUT Budhi Dharma, Giwangan Yogyakarta sesudah intervensi terapi *puzzle* pada minggu kedua.**

25 Tingkat Stres Post2		
	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Stres Ringan	24	92.3
Stres Sedang	2	7.7
Stres Berat	0	0.00
Total	26	100.0

Pada tabel 4. 4 dapat dilihat bahwa sebagian besar tingkat stress sesudah diberikan terapi *puzzle* di minggu ke dua kategori stress ringan 24 lansia (92,3%), sedangkan jumlah tingkat stress sedang yaitu 2 lansia (7,7%).

2. Analisis Biyariat

a) **Tabel 4. 5 Uji Wilcoxon Sebelum Dan Sesudah Pengaruh Terapi *Puzzle* Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Di UPT RPSLUT Budhi Dharma Giwangan, Yogyakarta**

Ranks		N
39 Post-test 1 dan pre-test	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>
	Positive Ranks	0 <sup>b</sup>
	Ties	26 <sup>c</sup>
	Total	26

	81	
	Negative Ranks	24 <sup>d</sup>
Post-test 2 dan	Positive Ranks	0 <sup>e</sup>
post-test 1	Ties	2 <sup>f</sup>
	Total	26

Test Statistics <sup>a</sup>		
	32 Post-test 1 Pre-test	Post-test 2 Pre-test
Z	.000 <sup>b</sup>	-4.899 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2- tailed)	1.000	.000

Pada tabel 4. 5 Hasil uji statistik menggunakan Uji Statistik *Wilcoxon* antara tingkat stres lansia sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi *puzzle* minggu pertama dan sesudah diberikan intervensi terapi *puzzle* minggu kedua di UPT RPSLUT Budhi Dharma Giwangan Yogyakarta. Maka dapat dinyatakan bahwa adanya pengaruh hubungan signifikan yang negatif pada *post-test* pertama dengan *post-test* kedua berupa hasil sebagai berikut:

- 1) *Negatif ranks* atau selisih negatif antara *pre-test* dengan *post-test* pertama pada nilai (N) atau responden adalah 0, dan pada nilai *post-test pertama* dengan nilai (N) atau responden *post-test* kedua adalah 26 lansia. Berdasarkan intrerpertasi ouput uji *wilcoxon* diatas maka hal tersebut menunjukkan tidak adanya peningkatan antara nilai *pre-test* dengan nilai *post-test* pada minggu pertama dan kedua, sehingga terapi *puzzle* yang dimaksudkan untuk menurunkan tingkat stres pada lansia berpengaruh secara efektif.
- 2) *Positif rank* atau selisih positif antara hasil *pre-test* dengan *post-test* pertama dan kedua tingkat stres lansia. Intreprestasi pada data tersebut yaitu tidak terdapat peningkatan hasil *pre-test* dengan *post-test* antara kedua variabel dengan diperoleh 0 di setiap data *positif rank*.

- 3) Ties atau kesamaan antara nilai *pre-test* dan *post-test*, hasil nilai ties pada *pre-test post-test* minggu pertama yaitu 26 lansia dimana ada nilai yang sama antara *pre-test* dan *post-test* responden tingkat stres, sedangkan nilai *post-test* pertama dan *post-test* minggu kedua memiliki kesamaan dengan nilai 2 yang artinya memiliki nilai yang sama terhadap *post-test* pertama dan *post-test* tingkat stres.
- 4) Hasil tersebut diperkuat dengan adanya penurunan tingkat stres diantara nilai *post-test* minggu pertama dan nilai *post-test* di minggu kedua sehingga dapat dinyatakan bahwa ada pengaruh terapi *puzzle* terhadap tingkat stres pada lansia di UPT RPSLUT Budhi Dharma, Giwangan, Yogyakarta berupa nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* 0,000 (*p* value <0,05).
- b) **Tabel 4. 6 Tabulasi Silang (*cosstabulation*) Pengaruh Terapi Puzzle Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Di UPT RPSLUT Budhi Dharma**

Tingkat Stres	Pre test		Post test 1		Post test 2	
	F	%	F	%	F	%
Stres ringan	0	0.00	0	0.00	24	92.3
Stres sedang	26	100.0	26	100.0	2	7.7
Stres berat	0	0.00	0	0.00	0	0.00
Total	26	100.0	26	100.0	26	100.0

Berdasarkan tabel 4. 6 Tabulasi Silang menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi *puzzle*, seluruh lansia mengalami stres sedang sebanyak 26 lansia (100%). Setelah diberikan terapi *puzzle* pada minggu pertama seluruh lansia tidak terdapat perubahan, lansia yang mengalami stres sedang setelah dilakukan *post-test* pertama berjumlah 26 lansia (100%). Pada saat diberikan terapi *puzzle* pada minggu kedua dan *post-test*, hampir seluruh lansia mengalami penurunan menjadi tingkat stres ringan dengan jumlah 24 lansia (92,3%), dan sebagian kecil lansia mengalami stres sedang dengan jumlah 2 lansia (7,7%).

## B. Pembahasan

### 1. Karakteristik Responden

#### a. Jenis kelamin

Pada hasil penelitian menggambarkan distribusi perbedaan jenis kelamin pada responden terbanyak ialah responden perempuan dengan jumlah 14 lansia (53,8%), untuk jumlah responden laki-laki ialah 12 lansia (46,2%). Penelitian ini sejalan dengan (Oktaviana, 2021) di PSTW didapatkan hasil jenis kelamin pada responden perempuan lebih banyak dengan presentase (53,6%), yang mengakibatkan peningkatan stres yaitu perempuan akan lebih mudah merasa cemas, mudah mempunyai rasa bersalah dan gangguan pada tidur sehingga perempuan lebih banyak mengalami stres. Sedangkan pada laki-laki tidak rawan terkena stres dikarenakan laki-laki lebih memakai akal saat mengalami masalah, maka hal tersebut menguntungkan bagi laki-laki untuk melawan rasa stres.

#### b. Usia

Pada hasil penelitian didapatkan jumlah responden yang berusia 60-74 tahun berjumlah 14 (53,8%), sedangkan lanjut usia yang berumur 75-90 tahun ke atas berjumlah 12 (46,2%). Penelitian ini selaras dengan penelitian (Esprensa *et al.*, 2022) didapatkan hasil lansia yang berumur 60-74 tahun sejumlah 15 orang (50,0%) dan jumlah lansia yang berumur 75-90 tahun sejumlah 12 orang (40,0%). Pada penelitian (Kurniawati *et al.*, 2020) didapatkan hasil lansia berada pada rentan usia 60-74 tahun. kebanyakan dari mereka sulit untuk mengurus diri, melakukan pekerjaan, kurang memiliki pergaulan dan tidak mampu melakukan pekerjaan tertentu sehingga sensitif terhadap stres. Kebanyakan lansia kurang dapat perhatian dapat menimbulkan stres bagi lansia.

### c. Pendidikan terakhir

Pada hasil penelitian yang berpendidikan terakhir SD berjumlah 9 lansia (34,6%), sedangkan lansia pendidikan terakhir SMP berjumlah 9 lansia (34,6%). Penelitian ini selaras dengan (Sholihah *et al.*, 2021) didapatkan hasil pendidikan terakhir (95%) dengan pendidikan terakhir SD dan 2 responden (5 %) dengan pendidikan terakhir SMP. Hasil penelitian juga selaras dengan penelitian (Situngkir *et al.*, 2022) didapatkan jumlah pendidikan terakhir SD dengan jumlah 54 responden (76,1%) dan pendidikan smp dengan jumlah 15 (21,1%).

Kurangnya pendidikan dapat membuat individu tersebut rentan mengalami kecemasan dan stres yang berlebihan. Tingkat pendidikan ialah hal yang sangat penting bagi seseorang menyelesaikan masalah, semakin tinggi pendidikan individu maka pengalaman hidup yang dilaluinya semakin banyak, sehingga akan lebih siap dalam menghadapi masalah yang terjadi. Semakin rendah tingkat pendidikan semakin sulit bagi seseorang tersebut untuk mendapatkan pikiran yang rasional dan logis. Tingkat pendidikan individu dapat berpengaruh terhadap daya tahannya dalam menghadapi stres, tingkat pendidikan yang tinggi dapat mempengaruhi keberhasilannya melawan stres menurut (Sholihah *et al.*, 2021).

### d. Pekerjaan terakhir

Penelitian ini didapatkan bahwa semua lansia tidak lagi memiliki pekerjaan. Pada masa ini lansia umumnya banyak mengalami perubahan dalam aktivitas sehari-harinya karena kesehatan fisiknya mulai melemah sehingga mempengaruhi kemampuannya dalam menyelesaikan pekerjaan yang menuntut kekuatan (Lestar *et al.*, 2023). Pendapatan yang sedikit mengakibatkan stressor psikososial meningkat, status kesehatan mengalami penurunan, serta buruknya kebiasaan yang berhubungan dengan kesehatan lanjut usia ialah suatu faktor terjadinya gangguan mental (Buston *et al.*, 2022).

## 2. <sup>41</sup> Tingkat stres sebelum diberikan terapi *puzzle*

Tingkat <sup>9</sup> stres sebelum diberikan terapi *puzzle* didapatkan hasil *pre-test* tingkat stres yang dilakukan menggunakan kuesioner PSS-10 pada 26 responden yang tinggal di UPT RPSLUT Budhi Dharma di minggu pertama, menunjukkan hasil tingkat stres pada lansia yaitu stres sedang dengan jumlah 26 lansia (100%).

Penelitian ini sejalan dengan (Wismadi *et al.*, 2022) didapatkan hasil menunjukkan 20 (66,7%) mengalami stres sedang, salah satu faktor penyebab stres lansia di panti yaitu sering merasa kesal, sulit untuk beristirahat, banyak hal yang menjadi pikiran, serta tidak nyaman dengan kondisi dan situasi. Hasil penelitian dari (Oktaviana, 2021) menunjukkan tingkat stres di panti UPT PSTW dengan total stres sedang 71,4%, sebagian lansia yang tinggal di panti mengalami beberapa keluhan seperti sulit tidur, dan bangun lebih awal.

Berdasarkan jawaban *pre-test* yang dilakukan pada minggu pertama oleh lansia pada pertanyaan nomor 1 (Seberapa sering anda merasa kecewa dengan apa yang anda harapkan), 2 (Seberapa sering anda merasa tidak dapat mengendalikan hal-hal penting dalam hidup anda), 5 (Seberapa sering anda merasa bahwa segalanya berjalan sesuai dengan keinginan anda), 6 (Seberapa sering anda mendapatkan bahwa anda tidak dapat mengatasi segala hal yang harus anda lakukan), 7 (Seberapa sering anda mengontrol gangguan hidup anda), 9 (Seberapa sering anda merasa marah karena sesuatu yang terjadi diluar kendali anda), 10 (Seberapa sering anda merasa begitu banyak kesulitan sehingga anda tidak bisa untuk mengatasinya) didapatkan hasil jawaban yang paling sering atau terbanyak berada pada jawaban kadang-kadang, sedangkan pada pertanyaan nomor 4 “Seberapa sering anda merasa yakin mengenai kemampuan anda dalam menangani masalah-masalah pribadi anda” didapatkan jawaban terbanyak berada pada jawaban sering, dan pertanyaan nomor 3 “Seberapa sering anda merasa gelisah dan tegang”, 8 “Seberapa sering anda merasa senang dengan hal yang anda lakukan” didapatkan hasil jawaban terbanyak berada pada jawaban jarang.

<sup>20</sup> Stres adalah respons alami tubuh terhadap tekanan fisik, emosional, atau mental yang dirasakan sebagai tuntutan atau tantangan. <sup>84</sup> Stres adalah reaksi tubuh terhadap situasi tertentu yang dirasakan sebagai mengganggu keseimbangan normal. Individu yang mengalami stres, tubuh akan melepaskan hormon-hormon seperti kortisol dan adrenalin sebagai respons terhadap situasi yang memicu stres. Respons stres dapat bervariasi dari orang ke orang dan bisa terjadi karena berbagai alasan, seperti tekanan di tempat kerja, masalah keuangan, masalah hubungan, tuntutan sosial, atau perubahan besar dalam kehidupan (Fathkhul *et al.*, 2024). Gejala stres yang umum yaitu perubahan emosional, perubahan perilaku, gangguan fisik, perubahan kognitif, perubahan sosial, masalah kinerja (Fathkhul *et al.*, 2024). Menurut (Marwah *et al.*, 2022) menyatakan stres dapat menimbulkan gejala seperti mudah marah, tidak dapat mengatur waktu istirahat yang cukup, mudah lelah, jika terdapat penundaan yang menghalangi tidak dapat memaklumi/tidak sabar, serta gelisah.

Dari lansia yang tinggal di UPT RPSLUT Budhi Dharma lansia mengatakan terkadang mereka merasakan rasa kecewa karena makanan yang disediakan oleh pihak panti tidak sesuai selera lansia seperti (lauk yang keras, dan rasa sayuran yang terasa hambar), kehilangan teman lama, diberikan janji untuk jalan-jalan namun dibatalkan secara tiba-tiba dan sebagainya. Lansia yang tinggal di UPT RPSLUT Budhi Dharma juga mengalami rasa <sup>85</sup> tidak dapat mengendalikan hal-hal penting seperti tidak dapat mengatur waktu tidur yang cukup. Lansia juga mengalami perubahan emosional seperti kegelisahan yang disebabkan karena pikiran negatif seperti takut panti bubar dan bingung mau tinggal dimana. Lansia juga mengalami gangguan tidur disebabkan oleh pikiran mereka dan beberapa lansia mengalami gangguan tidur karena hewan kasur (tungau). Pada saat melakukan permainan puzzle ada beberapa lansia yang tidak sabar dalam menyusun puzzle bersama lansia lainnya.

### 3. Tingkat stres sesudah diberikan terapi *puzzle*

Tingkat stres sesudah diberikan terapi *puzzle* pada minggu pertama, didapatkan hasil *post-test* pada minggu pertama menggunakan kuesioner

PSS-10 dengan jumlah 26 responden mengalami tingkat stres sedang yaitu 26 lansia (100%). Untuk jumlah tingkat stres pada *post-test* pertama tidak ada perubahan yang signifikan dengan tingkat stres pada *pre-test* minggu pertama dikarenakan jarak pemberian intervensi hanya berjarak 1 hari.

Penelitian ini sejalan dengan (Aini *et al.*, 2021) terhadap tingkat stres, didapatkan hasil menunjukkan (70%) mengalami stres sedang. Berdasarkan jawaban pada *post-test* minggu pertama setelah diberikan intervensi berupa *puzzle* didapatkan hasil jawaban yang paling sering pada nomor pertanyaan 1, 2, 5, 6, yaitu berada pada jawaban kadang-kadang, sedangkan jawaban terbanyak pada nomor pertanyaan 3, 7, 8, 9, 10 yaitu jawaban jarang, dan jawaban pertanyaan pada nomor 4 berada pada jawaban sering.

Stres yaitu <sup>20</sup> respons alami tubuh terhadap tekanan emosional, fisik, atau mental yang dirasakan sebagai tuntutan atau tantangan. Stres adalah reaksi tubuh terhadap situasi tertentu yang dirasakan sebagai mengganggu keseimbangan normal. Individu yang mengalami stres, tubuh akan melepaskan hormon-hormon seperti kortisol dan adrenalin sebagai respons terhadap situasi yang memicu stres. Respons stres dapat bervariasi dari orang ke orang dan bisa terjadi karena berbagai alasan, seperti tekanan di tempat kerja, masalah keuangan, masalah hubungan, tuntutan sosial, atau perubahan besar dalam kehidupan (Fathkhul *et al.*, 2024). Gejala stres yang umum yaitu perubahan emosional, perubahan perilaku, gangguan fisik, perubahan kognitif, perubahan sosial, masalah kinerja (Fathkhul *et al.*, 2024).

Terapi <sup>22</sup> *puzzle* merupakan suatu gambar yang dipecah menjadi beberapa kepingan yang bertujuan untuk mengasah daya pikir, mengajarkan kesabaran dan membiasakan kemampuan berbagi. Memberikan ketenangan meditasi pada otak (merileksasikan pikiran). Karena saat bermain *puzzle* lansia dapat fokus dengan permainan yang ada dihadapannya guna menyelesaikan tugasnya dalam menyatukan potongan-potongan gambar yang terpisah. Melatih kesabaran dan membiasakan kemampuan berbagi.

#### 4. Tingkat Stres Sesudah Diberikan Terapi *Puzzle*

Tingkat stres sesudah diberikan terapi puzzle minggu kedua, didapatkan hasil post-test minggu ke dua menggunakan kuesioner PSS-10 tingkat stres berada pada kategori stres ringan berjumlah 24 lansia (92%), dan stres ringan berjumlah 2 lansia (7.7%). Berdasarkan jawaban pada post-test minggu kedua setelah diberikan intervensi puzzle didapatkan hasil jawaban terbanyak pada nomor pertanyaan 3, 6 yaitu berada pada jawaban tidak pernah, sedangkan jawaban terbanyak pada nomor 1, 2, 3, 5, 6, 9, 10 yaitu berada pada jawaban jarang, dan jawaban terbanyak pada nomor 4, 5, 7, 8 yaitu jawaban kadang-kadang.

Terapi puzzle berhasil menurunkan tingkat stres setelah menjalani terapi selama 2 minggu, penelitian ini selaras dengan (Irawan *et al.*, 2024) menunjukkan sebanyak 60% responden menunjukkan keadaan emosional tenang. Penelitian ini didukung oleh penelitian (Aini *et al.*, 2021) dimana hasil tingkat stres setelah diberikan terapi puzzle yaitu stres sedang menjadi 5 (25%), dan stres rendah 15 (75%).

Terapi puzzle ialah suatu gambar yang dibagi menjadi beberapa kepingan gambar yang mempunyai tujuan untuk melatih daya pikir, membiasakan kemampuan berbagi, melatih kesabaran, mengasah otak, dan melatih kecepatan pikiran (Nurleny *et al.*, 2021). Terapi puzzle ialah permainan yang dapat digunakan dalam mendukung pengembangan kecakapan motorik halus dengan mengkoordinasi antara tangan dan mata. *Puzzle* berfungsi untuk memperkuat daya ingat jangka pendek, menuntun pemecahan masalah, mengingatkan keterampilan special otak dan menunda dimensia, mengembangkan keterampilan motorik dan kognitif (Damayanti *et al.*, 2023).

Manfaat terapi puzzle yaitu memberikan ketenangan meditasi pada otak (merileksasikan pikiran), memperlambat onset penurunan fungsi kognitif pada lansia. Lansia identik dengan penyakitnya (pikun) atau demensia (Amaliah, 2021), melatih kesabaran, membiasakan kemampuan berbagi, dan meningkatkan keterampilan berinteraksi sosial dengan teman sebaya

(Pragholapati *et al.*, 2021). Setelah lansia dilakukan terapi puzzle selama 2 minggu didapatkan hasil pada post-test minggu kedua hampir seluruh lansia mengalami penurunan tingkat stres. Berdasarkan penelitian diatas dapat diartikan bahwa terapi puzzle berhasil menurunkan tingkat stres.

Penurunan tingkat stres tersebut dibuktikan dengan uji *Wilcoxon* dengan menggunakan *software spss 20*. Dari tabel 4. 5 untuk hasil perbedaan tingkat stres sebelum dan setelah dilakukan terapi puzzle didapatkan hasil pada tingkat stres minggu II dengan nilai sig 0,000 karena nilai  $p < 0,05$  menunjukkan adanya pengaruh terapi puzzle terhadap tingkat stres lanjut usia di UPT RPSLUT Budhi Dharma. Terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat stres pada minggu I dan tingkat stres pada minggu II, dilakukan terapi puzzle pada lansia di UPT RPSLUT Budhi Dharma.

Hasil penelitian ini sejalan dengan (Aini *et al.*, 2021) hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh terapi puzzle sebagai terapi pada tingkat stres dengan hasil yang didapatkan  $p = 0,000 < \alpha (0,05)$  dapat disimpulkan bahwa permainan puzzle efektif untuk mengurangi stres. Penelitian ini selaras dengan penelitian (Yulianto *et al.*, 2021) didapatkan  $p = 0,000 < \alpha (0,05)$  dari penelitian tersebut dapat dibuktikan terdapat pengaruh permainan puzzle pada kecemasan yang terjadi karena dampak dari status perubahan kesehatan yang juga dapat mengakibatkan terjadinya stres.

Permainan adalah aktivitas mengembirakan yang mampu meningkatkan semangat dan mencegah stres (Copertino Tna'auni *et al.*, 2021). Pada penelitian ini didapatkan hasil adanya pengaruh terapi puzzle terhadap tingkat stres lansia. Dengan dilakukannya terapi puzzle secara berkelompok, bisa menjadi support emotional dan psikologis bagi lansia sehingga dapat menurunkan tingkat stres pada lansia, dikarenakan lansia berinteraksi dengan rekan sebayanya.

### C. Keterbatasan

#### 1. Kesulitan

- a. Saat melakukan intervensi pada minggu pertama lansia tidak mengurangi tingkat stres dikarenakan durasi intervensi yang diberikan hanya berjarak 1 hari dengan *pre-test*, sedangkan pada *post-test* minggu kedua berjarak 3 hari dengan pemberian intervensi 2 kali.
- b. Populasi penelitian berjumlah 40 lansia namun yang dapat diambil berjumlah 26 lansia. Hal tersebut dikarenakan lansia tidak bersedia menjadi responden, lansia yang sedang mengalami perawatan /isolasi sehingga dari petugas panti tidak disarankan untuk dijadikan responden.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDRAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah dipaparkan, maka didapatkan kesimpulan bahwa:

1. Jenis kelamin responden rata-rata yaitu perempuan (53,8%) dengan rata-rata usia 60-74 tahun (53,8%), responden pendidikan akhir SD (34,6%) dan pendidikan SMP (34,6%), dan pekerjaan terakhir sebagai buruh (42,3%).
2. Pada minggu pertama setelah diberikan terapi *puzzle* seluruh responden mengalami stres sedang.
3. Sebagian besar responden sesudah diberikan terapi *puzzle* minggu kedua mengalami penurunan pengukuran tingkat stres menjadi stres ringan.
4. Terdapat pengaruh pada terapi *puzzle* terhadap tingkat stres lanjut usia di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma, Giwangan Yogyakarta, dibuktikan pada uji *wilcoxon* yang memiliki angka signifikansi dengan hasil yang didapatkan  $p = 0,000 < \alpha (0,05)$ .

#### B. Saran

##### 1. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan perawat meningkatkan peran pada pengembangan terapi non-farmakologi khususnya terapi *puzzle* guna menurunkan tingkat stress terhadap lansia di panti.

##### 2. Bagi Responden

Diharapkan responden dapat mempelajari dan mengimplementasikan terapi *puzzle* bersama teman.

##### 3. Bagi pihak UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma Giwangan Yogyakarta

Diharapkan pihak UPT RPSLUT Budhi Dharma Giwangan Yogyakarta dapat mengimplementasikan terapi *puzzle* untuk terapi non-farmakologi dalam menurunkan tingkat stres lanjut usia di panti.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDRAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

# Pengaruh Terapi Puzzle Terhadap Tingkat Stres Di UPT Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Terlantar Budhi Dharma

## ORIGINALITY REPORT

25%

SIMILARITY INDEX

22%

INTERNET SOURCES

10%

PUBLICATIONS

10%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1	Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II Student Paper	2%
2	text-id.123dok.com Internet Source	2%
3	repository.itekes-bali.ac.id Internet Source	2%
4	digilib.unisayogya.ac.id Internet Source	1%
5	repository.unjaya.ac.id Internet Source	1%
6	repository.unika.ac.id Internet Source	1%
7	123dok.com Internet Source	1%
8	ejournal.infermia.com Internet Source	1%

jurnal.stikesbhaktihusada.ac.id

9	Internet Source	1 %
10	<a href="http://www.scribd.com">www.scribd.com</a> Internet Source	1 %
11	<a href="http://repository.stikeswirahusada.ac.id">repository.stikeswirahusada.ac.id</a> Internet Source	<1 %
12	<a href="http://doaj.org">doaj.org</a> Internet Source	<1 %
13	Submitted to Sriwijaya University Student Paper	<1 %
14	<a href="http://digilib.uin-suka.ac.id">digilib.uin-suka.ac.id</a> Internet Source	<1 %
15	<a href="http://repository.umy.ac.id">repository.umy.ac.id</a> Internet Source	<1 %
16	<a href="http://repository.unja.ac.id">repository.unja.ac.id</a> Internet Source	<1 %
17	<a href="http://pdfcoffee.com">pdfcoffee.com</a> Internet Source	<1 %
18	<a href="http://docplayer.info">docplayer.info</a> Internet Source	<1 %
19	Argo Dwi Mardiantoro, Ramon Ananda Paryontri. "Manejemen Stres Pada Lansia Dengan Penerapan QS. Al-Fatihah di Desa Becirongengor Kec. Wonoayu Kab. Sidoarjo",	<1 %

# G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2024

Publication

20	<a href="http://www.bola.com">www.bola.com</a> Internet Source	<1 %
21	<a href="http://www.coursehero.com">www.coursehero.com</a> Internet Source	<1 %
22	<a href="http://e-repository.perpus.iainsalatiga.ac.id">e-repository.perpus.iainsalatiga.ac.id</a> Internet Source	<1 %
23	<a href="http://eprints.poltekkesjogja.ac.id">eprints.poltekkesjogja.ac.id</a> Internet Source	<1 %
24	<a href="http://elibrary.almaata.ac.id">elibrary.almaata.ac.id</a> Internet Source	<1 %
25	<a href="http://itotheo.blogspot.com">itotheo.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
26	<a href="http://jurnal.ikbis.ac.id">jurnal.ikbis.ac.id</a> Internet Source	<1 %
27	<a href="http://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id">jurnal.stikeswilliambooth.ac.id</a> Internet Source	<1 %
28	<a href="http://repository.uinjkt.ac.id">repository.uinjkt.ac.id</a> Internet Source	<1 %
29	Submitted to Universitas Riau Student Paper	<1 %
30	<a href="http://eprints.undip.ac.id">eprints.undip.ac.id</a> Internet Source	<1 %

31	<a href="https://repository.usu.ac.id">repository.usu.ac.id</a> Internet Source	<1 %
32	<a href="https://core.ac.uk">core.ac.uk</a> Internet Source	<1 %
33	<a href="https://lppm.uml.ac.id">lppm.uml.ac.id</a> Internet Source	<1 %
34	Submitted to Udayana University Student Paper	<1 %
35	Submitted to Universitas Muhammadiyah Surakarta Student Paper	<1 %
36	Submitted to Universitas Negeri Jakarta Student Paper	<1 %
37	<a href="https://ejournal.kemsos.go.id">ejournal.kemsos.go.id</a> Internet Source	<1 %
38	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	<1 %
39	Submitted to Liberty University Student Paper	<1 %
40	Mira Agusthia, Utari Christya Wardhani, Novita Rochmayanti, Triyana Harlia Putri. "Efektivitas Terapi Mindfulness Berbasis Aplikasi Breathe2Relax Terhadap Stres	<1 %

Mahasiswa Tingkat Akhir", Malahayati  
Nursing Journal, 2024

Publication

41 Rosmin Ilham, Sri A. Ibrahim, Mitha Dewita Putri Igirisa. "PENGARUH TERAPI REMINISCENCE TERHADAP TINGKAT STRES PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA", Jambura Journal of Health Sciences and Research, 2020  
Publication

42 [repositori.uin-alauddin.ac.id](https://repositori.uin-alauddin.ac.id)  
Internet Source <1 %

43 [repository.stikesmukla.ac.id](https://repository.stikesmukla.ac.id)  
Internet Source <1 %

44 [etheses.iainkediri.ac.id](https://etheses.iainkediri.ac.id)  
Internet Source <1 %

45 [publishing-widyagama.ac.id](https://publishing-widyagama.ac.id)  
Internet Source <1 %

46 [id.123dok.com](https://id.123dok.com)  
Internet Source <1 %

47 [pt.scribd.com](https://pt.scribd.com)  
Internet Source <1 %

48 [repo.bunghatta.ac.id](https://repo.bunghatta.ac.id)  
Internet Source <1 %

49 [repository.poltekkesbengkulu.ac.id](https://repository.poltekkesbengkulu.ac.id)  
Internet Source <1 %

50

[www.sciencegate.app](http://www.sciencegate.app)

Internet Source

&lt;1 %

51

Andri Kusuma Wijaya, Busjra Busjra, Rohman Azzam. "Pengaruh Edukasi Pendekatan Spiritual Berbasis Video terhadap Kepatuhan Pembatasan Cairan Klien ESRD yang Menjalani Hemodialisa", Jurnal Keperawatan Silampari, 2018

Publication

&lt;1 %

52

[digilibadmin.unismuh.ac.id](http://digilibadmin.unismuh.ac.id)

Internet Source

&lt;1 %

53

[ejournal.akperfatmawati.ac.id](http://ejournal.akperfatmawati.ac.id)

Internet Source

&lt;1 %

54

[eprints.bbg.ac.id](http://eprints.bbg.ac.id)

Internet Source

&lt;1 %

55

[warta.jogjakota.go.id](http://warta.jogjakota.go.id)

Internet Source

&lt;1 %

56

Dharmawita Dharmawita, Dalfian Dalfian, Aprina Dwi Lestari. "Analisis Hubungan Stres Dengan Nyeri Kepala Primer Pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Tahun 2020", MAHESA : Malahayati Health Student Journal, 2021

Publication

&lt;1 %

57 Rusmilawaty Rusmilawaty, Darmayanti  
Darmayanti. "HUBUNGAN NYERI KEPALA  
DENGAN GANGGUAN TIDUR PADA LANSIA DI  
PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI  
SEJAHTERA BANJARBARU TAHUN 2014",  
Media Informasi, 2015  
Publication

---

58 Sri Maryatun. "PENGARUH SPIRITUAL  
EMOTIONAL FREEDOM TEHNIQUE DAN  
SUPPORTIVE THERAPY TERHADAP TINGKAT  
STRES PASIEN KANKER SERVIKS", Jurnal  
Keperawatan Sriwijaya, 2020  
Publication

---

59 [ejournal.poltekkes-smg.ac.id](http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id)  
Internet Source

---

60 [info.rsudwates.id](http://info.rsudwates.id)  
Internet Source

---

61 [jurnal.akbidharapanmulya.com](http://jurnal.akbidharapanmulya.com)  
Internet Source

---

62 [jurnal.unimus.ac.id](http://jurnal.unimus.ac.id)  
Internet Source

---

63 [pkheartjournal.com](http://pkheartjournal.com)  
Internet Source

---

64 [repository.sari-mutiara.ac.id](http://repository.sari-mutiara.ac.id)  
Internet Source

---

[repository2.unw.ac.id](http://repository2.unw.ac.id)

65

Internet Source

&lt;1 %

66

[vdocuments.site](http://vdocuments.site)

Internet Source

&lt;1 %

67

Sri Ekasaputri, A. Arniyanti. "Efektivitas Terapi Audio Visual (Film Kartun) Terhadap Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah",  
Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 2022

Publication

&lt;1 %

68

[docobook.com](http://docobook.com)

Internet Source

&lt;1 %

69

[eprints.mercubuana-yogya.ac.id](http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id)

Internet Source

&lt;1 %

70

[es.scribd.com](http://es.scribd.com)

Internet Source

&lt;1 %

71

[id.scribd.com](http://id.scribd.com)

Internet Source

&lt;1 %

72

[journal.ipm2kpe.or.id](http://journal.ipm2kpe.or.id)

Internet Source

&lt;1 %

73

[repo.stikesicme-jbg.ac.id](http://repo.stikesicme-jbg.ac.id)

Internet Source

&lt;1 %

74

[repository.uinsu.ac.id](http://repository.uinsu.ac.id)

Internet Source

&lt;1 %

75

[repository.unpas.ac.id](http://repository.unpas.ac.id)

Internet Source

&lt;1 %

76

[repository.usd.ac.id](https://repository.usd.ac.id)

Internet Source

&lt;1 %

77

[www.difawisata.com](http://www.difawisata.com)

Internet Source

&lt;1 %

78

Dewa Agus Gede Agung Agus Setiana, Cristin Wiyani, Rizky Erwanto. "Pengaruh Art Therapy (TERAPI Menggambar) Terhadap Stres Pada Lansia", Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah, 2018

Publication

&lt;1 %

79

Andi Ferdi Febriansa, Akbar Asfar, Rahmawati Ramli. "Pengaruh Refleksi Massage Therapy terhadap Penurunan Kualitas Nyeri pada Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis", Window of Nursing Journal, 2021

Publication

&lt;1 %

80

Askha Meliana Adi Ningrum, Sulyanah Sulyanah. "Model Pembelajaran ECIRR (Elicit-Confront-Identify-Resolve-Reinforce) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Pada Materi Gerak Lurus", PENDIPA Journal of Science Education, 2021

Publication

&lt;1 %

81

Dita Kurnia Sari, Muhamad Wahyu Mahardyka. "Penerapan Wudhu Sebagai Hydro Therapy Terhadap Tingkat Stres Pada

&lt;1 %

Lansia UPT PSLU Blitar Di Tulungagung",  
Journal Of Nursing Practice, 2017

Publication

82

Vitri Astuti, Dwi Fitriyanti, Novi Hery Yono.  
"Efektivitas Terapi Mindfulness Terhadap  
Tingkat Kecemasan Pasien Yang Menjalani  
Hemodialisis", Karya Kesehatan Siwalima,  
2022

Publication

<1 %

83

[digilib.iain-palangkaraya.ac.id](http://digilib.iain-palangkaraya.ac.id)

Internet Source

<1 %

84

[libprint.trisakti.ac.id](http://libprint.trisakti.ac.id)

Internet Source

<1 %

85

[repository.ub.ac.id](http://repository.ub.ac.id)

Internet Source

<1 %

86

[repository.ump.ac.id](http://repository.ump.ac.id)

Internet Source

<1 %

87

[repository.unusa.ac.id](http://repository.unusa.ac.id)

Internet Source

<1 %

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off