

**GAMBARAN EMOSIONAL LANSIA DALAM AKTIVITAS
SEHARI-HARI BERDASARKAN KARAKTERISTIK
DI PUSKESMAS PANCUR BATU MEDAN
TAHUN 2019**

DEVITA SARI BR. BAKARA

Jurusan Keperawatan Poltekes Kemenkes Medan

ABSTRAK

Emosional adalah perasaan intens yang di tunjukkan kepada seseorang atau dalam *Dictionary of Psychology* atau suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya dari perubahan dengan perasaan dimana perasaan itu adalah pengalaman disadari yang diaktifkan baik oleh perangsang eksternal maupun keadaan jasmani (Eko A. Meinarno). Jenis Penelitian ini bersifat deskriptif yang bertujuan Untuk mengetahui gambaran emosional lansia dalam aktivitas sehari-hari berdasarkan karakteristik di Puskesmas Pancur Batu Medan Tahun 2019. Teknik pengambilan sampel menggunakan rumus slovin dengan jumlah 41 responden menggunakan kuesioner. Metode penelitian ini bersifat deskriptif dengan desain penelitian *cross sectional*. Hasil penelitian di dapatkan bahwa Pada lansia kategori old memiliki tingkat emosional tinggi (100%) sedangkan kategori middle age memiliki tingkat emosional sedang (54.5%). semakin bertambahnya usia maka tingkat emosional semakin tinggi dan pada umumnya masyarakat yang berusia kategori old akan memiliki tingkat emosional tinggi dan semakin tua akan mempengaruhi dalam melakukan aktifitas sehari-hari dimana dapat kita lihat pada tabel mayoritas usia midle age mampu melakukan aktifitas sehari-hari (68.1%) sedangkan pada usia old mayoritas tidak mampu melakukan aktifitas sehari-hari (66. 6%). Dengan demikian perlu disarankan agar diharapkan pelayanan kesehatan untuk mewujudkan pelatihan dalam penanganan dalam mengatasi emosional lansia dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci : **Gambaran Emosional Lansia, Aktivitas Sehari-hari**

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Dalam periode kehidupan manusia, ada rangkaian tahapan yang harus dilalui oleh setiap manusia. Tahapan tersebut dinamakan daur hidup atau siklus hidup manusia. Siklus hidup manusia dimulai dari masa kehamilan, menyusui, bayi, anak-anak, remaja, dewasa, lanjut usia sampai meninggal dunia. Jadi, dapat dikatakan bahwa lansia merupakan tahap akhir perkembangan daur hidup manusia. Badan kesehatan dunia (WHO) menetapkan usia 60 tahun sebagai usia yang menunjukkan proses penuaan yang berlangsung secara nyata dan seseorang telah disebut lanjut usia. Dari segi kesehatan sendiri, orang tua merupakan rumah berbagai macam penyakit seperti jantung, hipertensi, stroke, prostat, katarak, dan sebagainya adalah berbagai penyakit ikutan dari orang lanjut usia.

Proses alamiah yang terjadi pada lansia, biasanya ditandai dengan adanya penurunan beberapa fungsi organ tubuh, yang kemudian diikuti dengan beberapa gangguan kesehatan. Dengan adanya bertambahnya lanjut usia akan berpengaruh pada emosi dan akan mempengaruhi masalah fisik dan akan menimbulkan masalah-masalah psikologi. Dukungan emosi dan psikologis akan tetap dibutuhkan sampai menjelang kematiannya. Dalam

hidup ia masih harus tetap belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan dan kenyataan yang dihadapinya (Mila Triana Sari, 2017).

Lansia tidak akan terlepas dari aspek sosio-psikologik. Sebagai individu ia mengenal dirinya baik kemampuannya, keterampilannya, kelebihan, dan kelemahannya, ilmupengetahuan apa yang dimilikinya. Ia pun mengerti akan apa yang dipikirkan, dirasakan, dan dilakukannya. Ia menggunakan kemampuan psikologisnya dalam hubungannya dengan individu lainnya. Memberi dan menerima dukungan psikologis dan sosial merupakan warna yang selalu ada dalam hubungan antar manusia. Hubungan antar individu berdasarkan kemampuan ini yang disebut aspek sosial-psikologis. Aktivitas yang dilakukan lansia dalam kehidupan sehari-hari baik kegiatan fisik dan non fisik perawatan diri meliputi : Ke toilet, makan, berpakaian (berdandan), mandi, dan berpindah tempat , melakukan kegiatan yang disukai dan pekerjaan ringan dapat menggambarkan emosional pada lansia seperti menggambarkan perubahan-perubahan perasaan yang di timbulkan oleh situasi tertentu (khusus) dan disertai adanya ekspresi jasmani.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa lansia di Indonesia merasa cukup bahagia. Akan tetapi ada pula yang merasa kesepian (Adi,1982) beberapa panti jompo

di Jakarta merasa cukup bahagia hidup di sana. Penelitian Dersonolo, 1981 menyebutkan bahwa mereka yang masih bekerja dalam usia lanjut akan lebih bahagia dan harga diri lebih tinggi. Menurut UU No. 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia, lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia di atas 60 tahun. Dari kedua pengertian yang sudah disebutkan dapat disimpulkan bahwa lansia adalah seseorang yang telah berusia di atas 60 tahun dan tidak berdaya mencari nafkah sendiri untuk memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari (Emmelia Ratnasari, 2015).

Jumlah lanjut usia di seluruh dunia saat ini diperkirakan lebih dari 629 juta jiwa (1 dari 10 orang berusia lebih dari 60 tahun), dan pada tahun 2025 lanjut usia akan mencapai 1,2 milyar (Nugroho, 2008). World Population Data Sheet yang dilansir Population Reference Bureau (PRB) memperkirakan bahwa penduduk lansia di dunia yang berusia 65 tahun ke atas pada tahun 2012 mencapai 8% dari 7 milyar penduduk dunia atau berjumlah sekitar 564 juta jiwa. Sebanyak 53% dari seluruh penduduk lansia dunia itu berada di Asia. Sampai sekarang ini, penduduk di 11 negara anggota World Health Organization (WHO) kawasan Asia Tenggara yang berusia di atas 60 tahun berjumlah 142 juta orang dan diperkirakan akan terus

meningkat hingga 3 kali lipat di tahun 2050 (WHO, 2012 dan Susenas, 2015)

Dari data Survey Sosial Nasional (Susenas) pada tahun 2015 menunjukkan bahwa Indonesia memiliki jumlah lansia sebanyak 21,5 juta jiwa atau sekitar 8,43 persen dari seluruh jumlah penduduk Indonesia. Data tersebut menunjukkan peningkatan dibandingkan dengan hasil sensus penduduk tahun 2010, yaitu 18,1 juta orang atau 7,6 persen dari total jumlah penduduk. Akibatnya jumlah penduduk senior akan terus bertambah dan ada kecenderungan meroket lebih cepat. Menurut data Kementerian Kesehatan RI 2016, Usia harapan hidup (UHH) di Indonesia mengalami peningkatan dari 68,6 tahun 2004 menjadi 72 tahun 2015.

Dari Badan Pusat Statistik menunjukkan jumlah penduduk lanjut usia di atas 60 tahun di Provinsi Sumatra Utara mengalami peningkatan dari sebesar 554.761 jiwa (4,6%) pada tahun 2005 meningkat menjadi sebesar 765.882 jiwa (5,9%) pada tahun 2010. Menurut Badan pusat statistik Kota Medan mencapai 117.216 orang (5,59%) yang meningkat jumlahnya dari tahun 2005 sebesar 77.837 orang (3,85%). Menurut Kementerian Kesehatan RI (2015) lanjut usia di kelompokkan menjadi usia lanjut (60-69 tahun) dan usia lanjut dengan resiko tinggi (lebih dari 70 tahun atau lebih dengan

masalah kesehatan) (Emmelia Ratnawati,2015).

Berdasarkan hasil survey awal pada 7 Januari 2019 di Puskesmas Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang dengan jumlah lansia sebanyak 521 jiwa lansia pada bulan November 2018 mengalami kenaikan dari bulan sebelumnya, dimana pada bulan Oktober 2018 lansia yang datang sebanyak 521 lansia. Setelah wawancara dengan bagian tata usaha kehadiran lansia ke posyandu lansia tidak menetap setiap bulannya, kadang menurun dan kadang meningkat. Hal ini menunjukkan bahwa lansia memiliki gambaran emosi senang, sedih, cemas dalam melakukan kegiatan sehari-hari

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif yaitu suatu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui gambaran atau mendeskripsikan keadaan yang objektif (Riyanto. A. 2015). Desain penelitian yang di gunakan adalah *cross sectional* yaitu desain yang dilakukan dengan cara mengobservasi atau pengukuran variabel sekali dan sekaligus pada waktu yang sama. (Riyanto, A 2015).

Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang mengalami rasa cemburu, gembira, marah dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan data yang diperoleh dari

medical record jumlah lansia yang datang sebanyak 521 jiwa lansia. Sampel adalah sebagian besar dari populasi yang diharapkan dapat mewakili atau representatif populasi. Dalam penelitian ini yang menjadi sampel adalah sebagian dari populasi yang diambil dengan cara *accidental sampling*. Accidental Sampling adalah cara pengambilan sampel dengan mengambil responden atau kasus yang kebetulan ada dan tersedia asalkan sesuai dengan persyaratan data yang digunakan untuk melakukan penelitian (Riyanto, A). sampel pada penelitian ini sebanyak 41 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. UMUR

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Responden
Berdasarkan Usia di Puskesmas
Pancur Batu Tahun 2019

Usia	Frekuensi	Persentase
Middle Age 45-59 tahun	22	53,7
Elderly 60- 70 tahun	16	39,0
Old 75-90	3	7,3

tahun		
Total	41	100,0

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa mayoritas responden berusia 45-59 tahun adalah 22 responden (53,7%).

2. JENIS KELAMIN

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Responden
Berdasarkan Jenis Kelamin di
Puskesmas
Pancur Batu Tahun 2019

	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	20	48,8
Perempuan	21	51,2
Total	41	100,0

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin diatas dapat dilihat bahwa responden mayoritas berjenis kelamin perempuan adalah 21 responden (51,2%)

3. EMOSIONAL

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Responden
Berdasarkan Emosional di Puskesmas
Pancur Batu Tahun 2019

Emosional	Frekuensi	Persentase
Tinggi (36-25)	13	31,7
Sedang (24-10)	16	39,0
Rendah (0-9)	12	29,3
Total	41	100,0

Berdasarkan tabel 3 bahwa emosional lansia responden mayoritas pada kategori sedang adalah 16 responden (39,0%)

4. AKTIVITAS

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Responden
Berdasarkan Aktivitas Sehari-hari di
Puskesmas
Pancur Batu Tahun 2019

Aktivitas	Frekuensi	Persentase
Mampu	17	41,5
Kurang Mampu	15	36,6
Tidak Mampu	9	22,0

Total	41	100,0
-------	----	-------

pada kategori mampu adalah 17 responden (41,5%) dan minoritas pada kategori tidak mampu adalah 9 orang (22,0%).

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa aktivitas sehari-hari responden mayoritas

5. USIA DAN EMOSIONAL

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Dengan Tingkat Emosional Responden Berdasarkan Usia Di Puskesmas Pancur Batu Medan Tahun 2019.

No.	Usia	Emosional						Total
		Tinggi (score 36-25)		Sedang (score 24-10)		Rendah (score 0-9)		
		F	%	F	%	F	%	
1.	Midle age (45-59 tahun)	4	18.1	12	54.5	6	27.2	22
2.	Elderly (60-70 tahun)	6	37.5	4	25.0	6	37.5	16
3.	Old (75-90tahun)	3	100	0	0.0	0	0.0	3
Total		13	31.7	16	39.0	12	29.3	41

Berdasarkan tabel 5 diatas bahwasanya semangkin tinggi usia responden masa proporsi emosional semangkin tinggi. Pada lansia kategori old memiliki tingkat emosional tinggi sedangkan kategori middle age memiliki tingkat emosional sedang.

6. JENIS KELAMIN DAN EMOSIONAL

Tabel 6

Distribusi Frekuensi Dengan Tingkat Emosional Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di Puskesmas Pancur Batu Medan Tahun 2019.

No.	Jenis Kelamin	Emosional						Total
		Tinggi (score 36-25)		Sedang (score 24-10)		Rendah (score 0-9)		
		F	%	F	%	F	%	
1.	Laki-laki	7	35	6	30	7	35	20
2.	Perempuan	6	28.5	10	47.6	5	23.8	21
	Total	13	31.7	16	39.0	12	29.2	41

Berdasarkan tabel 6 bahwa responden yang berjenis kelamin laki-laki dengan tingkat emosional tinggi sebanyak 7 orang (35%), tingkat emosional rendah sebanyak 7 orang (35%), tingkat emosional sedang sebanyak 6 orang (30%), tingkat emosional rendah sebanyak 7 orang (35%). Berbeda dengan jenis kelamin perempuan mayoritas dengan tingkat emosional sedang adalah 10 responden (47.6%)

7. USIA DAN AKTIVITAS

Tabel 8

Distribusi Frekuensi Dengan Aktivitas Sehari-hari Responden Berdasarkan Usia Di Puskesmas Pancur Batu Medan Tahun 2019.

No.	Usia	Aktivitas						Total
		Mampu		Kurang Mampu		Tidak Mampu		
		F	%	F	%	F	%	
1.	Midle age	15	68.1	6	27.2	1	4.5	22

(45-59 tahun)							
2. Elderly	1	6.25	9	56.2	6	37.5	16
(60-70 tahun)							
3. Old	1	33.3	0	0	2	66.6	3
(75-90 tahun)							
Total	17	41.4	15	36.5	9	21.9	41

Berdasarkan tabel 4.8 diatas bahwa semangkin tua akan mempengaruhi dalam melakukan aktifitas sehari-hari dimana dapat kita lihat pada tabel mayoritas usia midle age mampu melakukan aktifitas sehari-hari (68.1%) sedangkan pada usia old mayoritas tidak mampu melakukan aktifitas sehari-hari (66.6%).

8. JENIS KELAMIN DAN AKTIVITAS

9.

Tabel 7

Distribusi Frekuensi Dengan Aktivitas Sehari-hari Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di Puskesmas Pancur Batu Medan Tahun 2019.

No.	Jenis Kelamin	Aktivitas						Total
		Mampu		Kurang Mampu		Tidak Mampu		F
		F	%	F	%	F	%	
1.	Laki-laki	6	30	10	50	4	20	20
2.	Perempuan	11	52.3	5	23.8	5	23.8	21
	Total	17	41.4	15	36.5	9	21.9	41

Berdasarkan tabel 7 bahwa berjenis kelamin perempuan mayoritas mampu melakukan aktifitas (52,3%), sebaliknya berjenis kelamin laki-laki mayoritas kurang mampu melakukan aktifitas (50%).

Pembahasan

1. Usia

Usia adalah lamanya seseorang hidup terhitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur dan tingkat kematangan seseorang akan lebih baik dalam berfikir dan bekerja (Wawan,2018). Hasil penelitian yang dilakukan pada tabel 4.1 menyatakan bahwa mayoritas responden yang berusia 45-59 tahun adalah 22 responden (53,7%), semakin bertambahnya usia maka semakin rentan terserang berbagai jenis penyakit dan banyaknya beban fikiran dalam kelangsungan hidup. Dapat dilihat bahwa jumlah usia harapan hidup masyarakat pada perempuan 71 tahun dan laki-laki 69 tahun. Semakin bertambahnya usia maka semakin cenderung memiliki tingkat emosional tinggi. Secara umum lanjut usia dalam meniti kehidupan dapat dikategorikan dalam 2 macam sikap. Pertama, masa tua akan diterima dengan wajar melalui kesadaran yang mendalam, sedangkan yang kedua, manusia usia lanjut dalam menyikapi hidupnya cenderung menolak datangnya masa tua, ini penyebabnya semakin bertambahnya usia maka tingkat emosional semakin tinggi. (Hurlock,199).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Indah Sampelan,2017. Yang menyatakan bahwa responden yang berusia 45-59 tahun adalah 17 responden

(27,3%) di Desa Batu Kecamatan Likupang Selatan Kabupaten Minahasa Utara.

2. Jenis Kelamin

Kategori jenis kelamin didapatkan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 21 orang (51,2%), dan laki-laki sebanyak 20 orang (48,8%). Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa dari 41 responden emosional lansia berdasarkan jenis kelamin perempuan adalah 21 responden (51,2%) di Puskesmas Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang Tahun 2019. Emosional lansia dalam aktivitas sehari-hari umumnya lebih tinggi pada perempuan. Hal tersebut memang wajar, sebab ada perbedaan struktur otak antara laki-laki dengan perempuan. Ciri-ciri ini bisa ditandai dengan kurangnya empati, mengabaikan perasaan orang lain, dan tanda lain seperti kurangnya rasa penyesalan atau rasa bersalah. Sifat-sifat seperti ini biasanya dikaitkan dengan pengembangan hati nurani dan empati. Wanita biasanya cenderung lebih dewasa dari pada pria. (University Of Basel di Switzerland). Pada umumnya jumlah penduduk berjenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan dengan berjenis kelamin laki-laki yaitu 5 : 1 dikarenakan peluang kelahiran jenis kelamin laki-laki itu lebih tinggi dari pada perempuan . Tetapi bayi laki-laki lebih rentan keguguran dan terserang penyakit dibandingkan bayi

perempuan. Kemudian saat tumbuh dewasa pun, laki-laki juga dituntut untuk bekerja keras, mengambil resiko, sehingga harapan hidupnya pun rata-rata lebih pendek dibandingkan perempuan. selain itu faktor usia harapan hidup juga menunjukkan bahwa untuk laki-laki di Indonesia mencapai 69 tahun, sedangkan usia perempuan lebih tinggi yaitu 71 tahun maka dari itu jumlah penduduk perempuan lebih banyak dibandingkan jumlah penduduk berjenis kelamin laki-laki.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Indah Sampelan, 2017. Emosional lansia berdasarkan usia dengan berjenis kelamin perempuan adalah 40 responden (63,5%) di Desa Batu Kecamatan Likupang Selatan Kabupaten Minahasa Utara.

3. Emosional

Emosional adalah perasaan intens yang di tunjukkan kepada seseorang atau dalam *Dictionary of Psychology*, emosi adalah suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya dari perubahan dengan perasaan. Perasaan adalah pengalaman disadari yang diaktifkan baik oleh perangsang eksternal maupun oleh bermacam-macam keadaan jasmani. Berdasarkan tabel 4.3 mayoritas pada kategori sedang adalah 16 responden (39,0%) semakin bertambahnya usia maka tingkat emosional semakin tinggi

dan pada umumnya masyarakat yang berusia kategori old akan memiliki tingkat emosional tinggi . Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Endah Puspita Sari, 2002 dengan tingkat emosional sedang adalah 20 orang (31,20%).

4. Aktivitas

Aktivitas adalah kegiatan atau melakukan pekerjaan rutin sehari-hari, merupakan aktivitas-aktivitas pokok bagi perawatan diri meliputi antara lain : ke toilet, makan, berpakaian, mandi, dan berpindah tempat, sampai melakukan pekerjaan ringan. (Hardywinito&setiabudi, 2005)

Pada tabel 4.3 dapat dilihat bahwa aktivitas sehari-hari responden mayoritas pada kategori mampu adalah 17 responden (41,5%) dan minoritas pada kategori tidak mampu adalah 9 orang (22,0%). Dapat diketahui bahwa semakin tua seseorang, otot kakinya akan semakin kecil dan melemah. Hal inilah yang membuat para lansia kesulitan bergerak dengan leluasa atau melakukan hal-hal kecil seperti berjalan kaki, berdiri setelah duduk, dan naik tangga.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian dari Shalindra (2013) yang berjudul Gambaran Emosional Lansia Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari, Yang menunjukkan kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari

mayoritas tidak mampu adalah 12 responden (30,2%).

5. Usia dan Emosional

Usia adalah lamanya seseorang hidup dihitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur dan tingkat kematangan seseorang akan lebih baik dalam berfikir dan bekerja (Wawan,2018). Emosional adalah perasaan intens yang di tunjukkan kepada seseorang atau dalam *Dictionary of Psychology*, emosi adalah suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya dari perubahan dengan perasaan. Perasaan adalah pengalaman disadari yang diaktifkan baik oleh perangsang eksternal maupun oleh bermacam-macam keadaan jasmani. Hasil penelitian pada tabel 4.5 diatas bahwasanya semakin tinggi usia responden masa proporsi emosional semakin tinggi. Pada lansia kategori old memiliki tingkat emosional tinggi (100%) sedangkan kategori middle age memiliki tingkat emosional sedang (54.5%). semakin bertambahnya usia maka tingkat emosional semakin tinggi dan pada umumnya masyarakat yang berusia kategori old akan memiliki tingkat emosional tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Endah Puspita Sari, 2002 dengan

tingkat emosional sedang adalah 20 orang (31,20%).

6. Jenis Kelamin dan Emosional

Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 21 orang (51,2%), dan laki-laki sebanyak 20 orang (48,8%). Emosional adalah perasaan intens yang di tunjukkan kepada seseorang atau dalam *Dictionary of Psychology*, emosi adalah suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya dari perubahan dengan perasaan. Perasaan adalah pengalaman disadari yang diaktifkan baik oleh perangsang eksternal maupun oleh bermacam-macam keadaan jasmani. Emosional lansia dalam aktivitas sehari-hari umumnya lebih tinggi pada perempuan. Hasil penelitian pada tabel 4.6 bahwa responden yang berjenis kelamin laki-laki dengan tingkat emosional tinggi sebanyak 7 orang (35%), tingkat emosional rendah sebanyak 7 orang (35%), tingkat emosional sedang sebanyak 6 orang (30%), tingkat emosional rendah sebanyak 7 orang (35%). Berbeda dengan jenis kelamin perempuan mayoritas dengan tingkat emosional sedang adalah 10 responden (47.6%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Indah Sampelan,2017. Emosional lansia berdasarkan usia dengan berjenis kelamin perempuan adalah 40 responden

(63,5%) di Desa Batu Kecamatan Likupang Selatan Kabupaten Minahasa Utara.

7. Usia dan Aktivitas

Usia adalah lamanya seseorang hidup dihitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur dan tingkat kematangan seseorang akan lebih baik dalam berfikir dan bekerja (Wawan,2018). Aktivitas adalah kegiatan atau melakukan pekerjaan rutin sehari-hari, merupakan aktivitas-aktivitas pokok bagi perawatan diri meliputi antara lain : ke toilet, makan, berpakaian, mandi, dan berpindah tempat, sampai melakukan pekerjaan ringan. (Hardywinito&setiabudi, 2005). Semakin bertambahnya usia maka akan semakin sulit melakukan aktivitas, otot kakinya akan semakin kecil dan melemah. Hal inilah yang membuat para lansia kesulitan bergerak dengan leluasa atau melakukan hal-hal kecil seperti berjalan kaki, berdiri setelah duduk, dan naik tangga. Hasil penelitian pada tabel 4.8 diatas bahwa semakin tua akan mempengaruhi dalam melakukan aktifitas sehari-hari dimana dapat kita lihat pada tabel mayoritas usia middle age mampu melakukan aktifitas sehari-hari (68.1%) sedangkan pada usia old mayoritas tidak mampu melakukan aktifitas sehari-hari (66.6%).

8. Jenis Kelamin Dan Aktivitas

Kategori jenis kelamin didapatkan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 21 orang (51,2%), dan laki-laki sebanyak 20 orang (48,8%). Aktivitas adalah kegiatan atau melakukan pekerjaan rutin sehari-hari, merupakan aktivitas-aktivitas pokok bagi perawatan diri meliputi antara lain : ke toilet, makan, berpakaian, mandi, dan berpindah tempat, sampai melakukan pekerjaan ringan. (Hardywinito&setiabudi, 2005). Hasil penelitian pada tabel 4.7 bahwa berjenis kelamin perempuan mayoritas mampu melakukan aktifitas (52,3%), sebaliknya berjenis kelamin laki-laki mayoritas kurang mampu melakukan aktifitas (50%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Indah Sampelan,2017. Emosional lansia berdasarkan usia dengan berjenis kelamin perempuan adalah 40 responden (63,5%) di Desa Batu Kecamatan Likupang Selatan Kabupaten Minahasa Utara.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari hasil penelitian terhadap Gambaran Emosional Lansia Dalam Aktivitas Sehari-hari Berdasarkan Karakteristik Di Puskesmas Pancur Batu Medan Tahun 2019 dengan jumlah responden 41 orang maka dapat diambil kesimpulan bahwa:

-
1. Berdasarkan usia lansia di Puskesmas Pancur Batu mayoritas responden berusia 45-59 tahun adalah 22 responden dikarenakan jumlah usia harapan hidup perempuan 71 tahun dan laki-laki 69 tahun hal ini yang menyebabkan lebih banyak responden berusia middle age .
 2. Berdasarkan Jenis Kelamin responden di Puskesmas Pancur Batu mayoritas berjenis kelamin perempuan adalah 21 responden dikarenakan Pada umumnya jumlah penduduk berjenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan dengan berjenis kelamin laki-laki yaitu 5 : 1 dikarenakan peluang kelahiran jenis kelamin laki-laki itu lebih tinggi dari pada perempuan . Tetapi bayi laki-laki lebih rentan keguguran dan terserang penyakit dibandingkan bayi perempuan. Kemudian saat tumbuh dewasa pun, laki-laki juga dituntut untuk bekerja keras, mengambil resiko, sehingga harapan hidupnya pun rata-rata lebih pendek dibandingkan perempuan.
 3. Dapat dilihat bahwasanya emosional lansia responden mayoritas pada kategori sedang adalah 16 responden karena semakin bertambahnya usia maka tingkat emosional lansia semakin tinggi dan tingkat emosional pada kategori old memiliki tingkat emosional yang tinggi .
 4. Bahwa aktivitas sehari-hari responden mayoritas pada kategori mampu adalah 17 responden karena semakin tua seseorang, otot kakinya akan semakin kecil dan melemah .
 5. Emosional lansia berdasarkan usia, dengan jumlah responden terbanyak tingkat emosional sedang sebanyak 12 orang.
 6. Emosional lansia berdasarkan jenis kelamin, dengan jumlah responden terbanyak berjenis kelamin perempuan dengan tingkat emosional sedang adalah 10 responden.
 7. Pada responden berusia 45-59 tahun yang mampu sebanyak 15 responden . Atau dengan kata lain responden yang berusia 75-90 tahun dengan aktivitas kurang mampu 0 responden.
 8. Pada responden berjenis kelamin perempuan dengan aktivitas mampu sebanyak 11 responden atau dengan kata lain responden berjenis kelamin laki-laki aktivitas tidak mampu sebanyak 4 responden.

Saran

Setelah melakukan penelitian mengenai Gambaran Emosional Lansia Dalam Aktivitas Sehari-hari Berdasarkan Karakteristik Di Puskesmas Pancur Batu Medan Tahun 2019 maka penulis dapat memberikan saran terkait dengan hasil dan

pembahasan, penelitian ini penulis tunjukkan bagi :

1. Bagi Institusi Pendidikan
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan bagi pembaca mengenai gambaran emosional lansia dalam kehidupan sehari-hari.
2. Bagi Puskesmas Pancur Batu
Hasil Penelitian bagi Puskesmas Pancur Batu pada umumnya untuk lebih dalam meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan pada lansia
3. Keluarga Pasien
Keluarga diharapkan dapat mengontrol emosional dan memantau lansia pada kategori eardarly dan kategori old dalam melakukan aktivitas, karena pada usia tersebut lebih rentan cedera dan mudah terserang penyakit.

Daftar Pustaka

- Eko A.Meinarno.2009. *Pengantar Psikologi Umum*
- Emmelia Ratnawati,Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.Ko m.2011. *Asuhan Keperawatan Gerontik*.
- Endah Puspita Sari.2002. *Jurnal Psikologi Penerimaan Diri Pada Lanjut Usia Ditinjau Dari Kematangan Emosi.no.2,73-88*.
- Hurllock.1980.*Ciri-ciri Lansia*.
- Indah Sampelan. 2015. *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari Di Desa Batu Kecamatan Lingkupang Selatan Di Desa Batu Kecamatan Likupang Selatan Kcamatan Minahasa Utara*.
- Mila Triana Sari.2017.*Proses Alamiah Lansia*
- Nindaayu. 2017. *Pengalaman Keluarga Dalam merawat Di Rumah (STUDI FENOMENOLOGI)*
- Nugroho.2000.*Mitos-mitos lansia*
- Nugroho.2008.*Jumlah Lansia*.
- Tadrib. 2016 *Kecerdasan Emosi*
- Prof.Dr.Bimo Walgito.1989.*Pengantar Psikologi Umum*.
- Riskesda, 2013. Menurut Laporan Badan Pelayanan Lanjut Usia. Dalam [www.Depsos.id/unduh/DataAlam atPSTWinternet .pdf](http://www.Depsos.id/unduh/DataAlam%20atPSTWinternet.pdf). Diakses tanggal 12 November 2014 jam 12.20 wita.
- Trisnawati P.Samper.2017.*e-Jurnal Keperawatan (e-KP) Volume 5 Nomor 1, Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia DI BPLU Senja Cerah Provinsi Selawesi Utara*.
