

## Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres pada Lansia di Rumah Pelayanan Sosial

Bella Aldanisa Afanda<sup>1\*</sup>, Iskim Luthfa<sup>2</sup>

<sup>1-2</sup> Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

email: [Bellaaldanisa77@gmail.com](mailto:Bellaaldanisa77@gmail.com)

---

### Article Info :

Received:

29-10-2025

Revised:

30-11-2025

Accepted:

20-12-2025

---

### Abstract

*Aging is a phase of life that is closely associated with physical, psychological, and social changes, which may increase vulnerability to stress among older adults. This study aimed to examine the relationship between social support and stress levels among elderly individuals living in social care institutions. A quantitative descriptive-analytic design with a cross-sectional approach was applied. The population consisted of 204 elderly residents, with 132 respondents selected using purposive sampling. Social support was measured using a questionnaire based on House's theory, while stress levels were assessed using the DASS-Stress instrument. Data were analyzed using Somers' d test. The results showed that most respondents had moderate social support and experienced severe stress. Statistical analysis revealed a significant relationship between social support and stress levels ( $p = 0.008$ ), although the strength of the correlation was weak. These findings indicate that social support is related to stress among the elderly, but it is not the sole determinant influencing psychological conditions. Other factors such as physical health, chronic illness, and individual coping capacity may play a more dominant role. Therefore, comprehensive and integrated interventions are needed to improve the psychological well-being and quality of life of elderly individuals in social care institutions..*

**Keywords:** Elderly, Social Support, Stress Level, Social Care Institution, Mental Health.

---

### Abstrak

Penuaan adalah fase kehidupan yang erat kaitannya dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial, yang dapat meningkatkan kerentanan terhadap stres di kalangan lansia. Studi ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara dukungan sosial dan tingkat stres di kalangan lansia yang tinggal di lembaga perawatan sosial. Desain kuantitatif deskriptif-analitik dengan pendekatan cross-sectional diterapkan. Populasi terdiri dari 204 lansia penghuni, dengan 132 responden dipilih menggunakan sampling purposif. Dukungan sosial diukur menggunakan kuesioner berdasarkan teori House, sementara tingkat stres dievaluasi menggunakan instrumen DASS-Stress. Data dianalisis menggunakan uji Somers' d. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan sosial sedang dan mengalami stres berat. Analisis statistik menunjukkan hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan tingkat stres ( $p = 0.008$ ), meskipun kekuatan korelasinya lemah. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial terkait dengan stres di kalangan lansia, tetapi bukan satu-satunya faktor penentu yang memengaruhi kondisi psikologis. Faktor lain seperti kesehatan fisik, penyakit kronis, dan kemampuan coping individu mungkin memainkan peran yang lebih dominan. Intervensi komprehensif dan terintegrasi diperlukan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kualitas hidup lansia di lembaga perawatan sosial.

**Kata kunci:** Lansia, Dukungan Sosial, Tingkat Stres, Lembaga Perawatan Sosial, Kesehatan Mental.



©2022 Authors.. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.  
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

---

## PENDAHULUAN

Proses penuaan merupakan fase kehidupan yang ditandai oleh meningkatnya kerentanan terhadap berbagai penyakit kronis yang umumnya membutuhkan waktu pemulihan panjang serta pengelolaan berkelanjutan. Kondisi tersebut menjadikan pendekatan pencegahan, pengendalian, dan penundaan munculnya penyakit sebagai langkah yang lebih relevan bagi lansia dibandingkan tindakan kuratif semata. Upaya pencegahan dini tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga mencakup penanganan perubahan biologis dan psikososial yang menyertai proses menua. Pendekatan komprehensif ini dipandang penting untuk menjaga fungsi tubuh, kemandirian, serta kesejahteraan lansia secara menyeluruh (Hasballah, 2022).

Seiring bertambahnya usia, lansia sering menghadapi akumulasi perubahan hidup yang berpotensi menimbulkan tekanan psikologis dalam jangka panjang. Penurunan fungsi fisik, keterbatasan mobilitas, serta meningkatnya ketergantungan pada orang lain kerap memengaruhi persepsi diri dan rasa berdaya. Tekanan psikologis tersebut sering berkembang menjadi stres yang berkelanjutan apabila tidak diimbangi dengan dukungan lingkungan yang memadai. Kondisi ini menunjukkan bahwa kesehatan mental merupakan isu sentral dalam menjaga kualitas hidup lansia, sejalan dengan tingginya prevalensi stres yang dilaporkan pada kelompok usia lanjut (Kaunang et al., 2019).

Stres pada lansia memiliki karakteristik yang kompleks karena melibatkan interaksi antara faktor fisiologis, psikologis, dan sosial. Respons stres dapat memicu perubahan hormonal dan peningkatan kewaspadaan yang pada tingkat tertentu membantu individu menghadapi tantangan hidup. Pada sebagian lansia, stres bahkan berperan sebagai pemicu untuk tetap berusaha mencari solusi terhadap permasalahan yang dihadapi. Namun, apabila berlangsung secara kronis, stres berpotensi memperburuk kondisi kesehatan fisik dan mental, termasuk mempercepat progresivitas penyakit degeneratif (Agustiningrum et al., 2021).

Lansia kerap dihadapkan pada peristiwa kehidupan yang bermakna secara emosional, seperti kehilangan pasangan hidup, perubahan peran sosial, serta masa pensiun yang mengubah rutinitas harian. Berkurangnya peran dalam keluarga dan masyarakat sering memunculkan perasaan tidak berguna dan menarik diri dari lingkungan sosial. Kondisi psikososial tersebut berhubungan erat dengan meningkatnya risiko gangguan kecemasan dan depresi pada lansia. Temuan ini sejalan dengan bukti bahwa berkurangnya peran sosial memiliki korelasi kuat dengan masalah kesehatan mental pada kelompok usia lanjut (Dewi et al., 2024; Azari, 2021).

Situasi psikologis lansia menjadi lebih rentan ketika mereka tinggal di rumah pelayanan sosial atau panti werdha. Lingkungan panti sering ditandai oleh keterbatasan interaksi dengan keluarga inti serta menurunnya intensitas hubungan emosional yang bermakna. Perubahan lingkungan hidup ini dapat memicu rasa terisolasi, kesepian, dan kehilangan makna hidup yang berkontribusi pada peningkatan tingkat stres. Penelitian menunjukkan bahwa lansia dengan penyakit kronis yang tinggal jauh dari dukungan sosial cenderung mengalami beban psikologis yang lebih berat (Putri et al., 2024; Amin et al., 2025).

Jarak fisik dan emosional dengan keluarga berperan besar dalam membentuk pengalaman psikologis lansia di panti sosial. Perasaan kehilangan, kekosongan, dan kesepian dapat terakumulasi ketika hubungan keluarga tidak terjaga secara optimal. Minimnya dukungan dari keluarga, teman, maupun komunitas memperkuat dampak negatif stres dan depresi yang dialami lansia. Bukti ilmiah menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi signifikan terhadap kesehatan mental, kesejahteraan psikologis, serta harapan hidup pada usia lanjut (Vila, 2021; Coelho-Júnior et al., 2022).

Dukungan sosial mencakup dimensi emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan yang dirasakan individu dalam relasi sosialnya. Tingkat pemenuhan kebutuhan tersebut memengaruhi cara lansia menafsirkan pengalaman hidup dan tekanan yang mereka hadapi. Kenyamanan, empati, perhatian, dan pengakuan yang diberikan melalui hubungan sosial terbukti mampu meningkatkan harga diri serta ketahanan psikologis lansia. Interaksi sosial yang positif juga menjadi faktor protektif terhadap stres, khususnya bagi lansia yang berada dalam lingkungan institusional (Kurniyawan et al., 2023).

Berdasarkan uraian tersebut, dukungan sosial dipandang sebagai elemen penting dalam upaya pengelolaan stres pada lansia yang tinggal di rumah pelayanan sosial. Kehadiran dukungan dari keluarga, sesama lansia, maupun tenaga pendamping berpotensi menciptakan rasa aman dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Pemahaman mengenai hubungan antara dukungan sosial dan tingkat stres menjadi dasar penting dalam merancang intervensi yang berorientasi pada kualitas hidup lansia. Kajian ini berupaya mengkaji keterkaitan tersebut secara sistematis guna memberikan kontribusi ilmiah bagi pengembangan layanan sosial dan keperawatan lansia yang lebih berfokus pada kebutuhan psikososial.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif analitik melalui pendekatan *cross sectional* untuk menggambarkan serta menganalisis hubungan antara dukungan sosial dan tingkat stres pada lansia dalam satu waktu pengukuran. Populasi penelitian berjumlah 204 lansia, dengan sampel sebanyak 132 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*.

berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditetapkan guna memastikan kesesuaian karakteristik responden dengan tujuan penelitian. Instrumen yang digunakan terdiri atas kuesioner dukungan sosial yang disusun berdasarkan teori House serta kuesioner DASS-Stress dari Lovibond dan Lovibond yang telah banyak digunakan untuk mengukur tingkat stres secara psikometrik. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan uji Somers'd melalui program SPSS versi 26 untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan antarvariabel yang diteliti..

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Karakteristik Responden Agama**

**Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Agama pada Lansia di Rumah Pelayanan Sosial Pucang Gading dan Wening Wardoyo Bulan Juli-Agustus 2025 (n+132)**

<b>Variabel</b>	<b>Klasifikasi</b>	<b>Frekuensi (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Agama	Islam	68	51.5
	Katolik	34	25.8
	Kristen	30	22.7
Total			100.0

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa agama terbanyak pada responden adalah Islam, yaitu sebanyak 68 responden (51,5%), sedangkan agama paling sedikit adalah Katolik sebanyak 30 responden (22,7%). Sebagian besar responden beragama Islam, yaitu 48 orang (54,5%).

### **Karakteristik Responden Jenis Kelamin**

**Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pada Lansia Di Rumah Pelayanan Sosial Pucang Gading dan Wening Wardoyo Bulan Juli-Agustus 2025 (n+132)**

<b>Variable</b>	<b>Klasifikasi</b>	<b>Frekuensi (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Jenis	L	61	46.2
Kelamin	P	71	53.8
Total			100.0

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jenis kelamin terbanyak pada responden adalah perempuan, yaitu sebanyak 71 responden (46,2%), sedangkan jenis kelamin paling sedikit adalah laki-laki sebanyak 61 responden (53,8%). Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan, yaitu 71 orang (53,8%).

### **Karakteristik Responden Usia**

**Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia pada Lansia di Rumah Pelayanan Sosial Pucang Gading dan Wening Wardoyo Bulan Juli-Agustus 2025 (n+132)**

<b>Variable</b>	<b>Klasifikasi</b>	<b>Frekuensi (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Usia	60-69 tahun	30	22.7
	70-79 tahun	74	56.1
	>80 tahun	28	21.2
Total			100.0

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kategori umur terbanyak pada responden adalah 70-79 tahun, yaitu sebanyak 74 responden (56,1%), sedangkan kategori umur paling sedikit adalah >80 tahun sebanyak 28 responden (21,2%). Sebagian besar responden berusia 65–68 tahun, yaitu 74 orang (56,1%).

### Karakteristik Responden Dukungan social

**Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Dukungan Sosial pada Lansia di Rumah Pelayanan Sosial Pucang Gading dan Wening Wardoyo Bulan Juli-Agustus 2025 (n+132)**

Variabel	Klasifikasi	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Dukungan sosial	Rendah	25	18.9
	Sedang	96	72.7
	Tinggi	11	8.3
Total		132	100.0

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat dukungan sosial dalam kategori sedang, yaitu sebanyak 96 responden (72,7%). Sebagian kecil responden memiliki dukungan sosial rendah sebanyak 25 responden (18,9%), dan hanya 11 responden (8,3%) yang termasuk dalam kategori tinggi. Hal ini menggambarkan bahwa sebagian besar responden memperoleh dukungan sosial yang cukup baik dari lingkungan sekitar, namun belum optimal. Dukungan sosial yang berada pada kategori sedang menunjukkan bahwa responden masih menerima perhatian, bantuan emosional, maupun motivasi dari orang-orang terdekat, tetapi belum secara maksimal.

### Karakteristik Responden Stress

**Tabel 5. Karakteristik Responden Berdasarkan Stress pada Lansia di Rumah Pelayanan Sosial Pucang Gading dan Wening Wardoyo Bulan Juli-Agustus 2025 (n+132)**

Variabel	Klasifikasi	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Stress	Ringan	2	1.5
	Sedang	23	17.4
	Berat	107	81.1
Total		132	100.0

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres dalam kategori berat, yaitu sebanyak 107 responden (81,1%). Sebanyak 23 responden (17,4%) mengalami stres sedang, dan hanya 2 responden (1,5%) yang mengalami stres ringan. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas lansia berada pada kondisi psikologis yang kurang baik. Tingginya tingkat stres pada lansia dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti perasaan kesepian akibat berpisah dari keluarga, perubahan peran sosial, keterbatasan fisik, serta kurangnya dukungan emosional di lingkungan panti.”

### Analisa bivariat

**Tabel 6. Hasil Analisis Somers' d antara Dukungan Sosial dan Tingkat Stres**

Dukungan social	Tingkat stress						p-value	Somers' d
	Ringan		Sedang		Berat			
	f	%	f	%	f	%	f	%
Rendah	0	0.0	9	39.1	16	15.0	25	18.9
Sedang	2	100.0	14	60.9	80	74.8	96	72.7
Tinggi	0	0.0	0	0.0	11	10.3	11	8.3
Total	2	100.0	23	100.0	107	100.0	132	100.0

Berdasarkan hasil tabulasi silang pada Tabel 6, dapat dilihat bahwa distribusi responden paling banyak terkonsentrasi pada kelompok lansia yang memiliki dukungan sosial sedang namun mengalami tingkat stres berat, yaitu sejumlah 80 responden. Responden dengan dukungan sosial rendah yang mengalami stres berat berjumlah 16 orang, sedangkan seluruh responden yang tergolong memiliki dukungan sosial tinggi yaitu 11 responden justru tercatat berada dalam kondisi stres berat.

Hubungan antara kedua variabel tersebut dibuktikan melalui hasil uji *Somers' d* yang menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,008. Mengingat nilai probabilitas ini lebih kecil dari taraf signifikansi yang ditetapkan ( $\alpha < 0,05$ ), maka hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Hal ini mengonfirmasi bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan bermakna antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada lansia di Rumah Pelayanan Sosial Pucang Gading dan Wening Wardoyo. Dukungan sosial yang diterima lansia terbukti secara nyata berkorelasi dengan kondisi stres yang mereka alami.

Nilai koefisien korelasi *Somers' d* yang diperoleh adalah sebesar 0,193. Angka ini mengindikasikan bahwa kekuatan hubungan antara dukungan sosial dan tingkat stres berada pada kategori yang sangat lemah. Nilai korelasi yang rendah ini memberikan pemahaman bahwa meskipun terdapat hubungan yang signifikan, dukungan sosial bukanlah satu-satunya determinan utama yang memengaruhi tinggi rendahnya stres pada lansia dalam penelitian ini. Kondisi ini mengisyaratkan adanya faktor-faktor eksternal atau internal lain seperti kondisi fisik, penyakit penyerta, atau kemampuan adaptasi individu yang kemungkinan memiliki pengaruh lebih dominan terhadap tingkat stres lansia.

### Dukungan Sosial pada Lansia di Rumah Pelayanan Sosial

Pembahasan mengenai dukungan sosial pada lansia di rumah pelayanan sosial menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori dukungan sosial sedang, yang mencerminkan adanya perhatian dan bantuan dari lingkungan, namun belum sepenuhnya memenuhi kebutuhan emosional dan psikososial lansia. Dukungan sosial pada lansia tidak hanya berbentuk bantuan material, tetapi juga mencakup dukungan emosional, penghargaan, dan rasa diterima sebagai individu yang masih memiliki nilai dalam lingkungan sosialnya. Lansia yang tinggal di panti sosial sering mengalami perubahan struktur dukungan karena berkurangnya peran keluarga dalam kehidupan sehari-hari mereka. Kondisi ini menjadikan dukungan dari sesama penghuni panti dan tenaga pendamping sebagai sumber utama interaksi sosial yang memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka (Kurniyawan et al., 2023; Anggraini et al., 2016).

Dukungan sosial yang berada pada tingkat sedang mengindikasikan bahwa lansia masih memperoleh kontak sosial yang cukup, namun kualitas dan intensitasnya belum sepenuhnya mampu memberikan rasa aman dan kenyamanan psikologis yang optimal. Lansia membutuhkan relasi yang konsisten dan bermakna agar dapat menumbuhkan rasa memiliki dan mengurangi perasaan terisolasi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan sosial yang tidak stabil cenderung kurang efektif dalam melindungi lansia dari tekanan psikologis jangka panjang. Hal ini memperkuat pandangan bahwa kualitas dukungan sosial memiliki peran yang lebih menentukan dibandingkan sekadar keberadaannya (Vila, 2021; Salami et al., 2024).

Keterbatasan dukungan keluarga menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap rendahnya dukungan sosial optimal pada lansia di panti sosial. Hubungan keluarga yang renggang, jarak geografis, serta dinamika keluarga yang berubah dapat mengurangi intensitas interaksi emosional yang dibutuhkan lansia. Kondisi ini berdampak pada menurunnya rasa dihargai dan diakui, yang merupakan komponen penting dalam dukungan sosial. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa fungsi keluarga berhubungan erat dengan kesehatan mental dan kemampuan lansia dalam menghadapi stres (Latue et al., 2017; Shao et al., 2020).

Dukungan sosial juga dipengaruhi oleh karakteristik individu lansia, seperti usia, jenis kelamin, dan kondisi kesehatan fisik. Lansia dengan penyakit kronis cenderung memiliki kebutuhan dukungan yang lebih tinggi karena keterbatasan fisik dan ketergantungan pada orang lain dalam aktivitas sehari-hari. Apabila kebutuhan tersebut tidak terpenuhi secara memadai, lansia berisiko mengalami tekanan psikologis yang lebih berat. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa penyakit degeneratif kronik berkontribusi terhadap meningkatnya beban psikososial pada lansia (Agustiningrum et al., 2021; Putri et al., 2024).

Selain faktor keluarga dan kesehatan, partisipasi sosial di lingkungan panti turut memengaruhi tingkat dukungan sosial yang dirasakan lansia. Lansia yang aktif dalam kegiatan sosial cenderung memiliki jejaring sosial yang lebih luas dan merasa lebih terhubung dengan lingkungannya. Partisipasi sosial memberikan ruang bagi lansia untuk mengekspresikan diri, berbagi pengalaman, dan memperoleh pengakuan sosial. Penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan sosial berhubungan positif

dengan kesejahteraan psikologis dan penurunan risiko stres pada lansia (Luo et al., 2022; Dewi et al., 2024).

Dengan mempertimbangkan berbagai faktor tersebut, dukungan sosial pada lansia di rumah pelayanan sosial perlu dipahami sebagai proses dinamis yang dipengaruhi oleh lingkungan, relasi interpersonal, dan kondisi individu. Dukungan sosial yang memadai berpotensi menjadi sumber ketahanan psikologis bagi lansia dalam menghadapi berbagai perubahan hidup. Upaya penguatan dukungan sosial memerlukan keterlibatan keluarga, pengelola panti, serta komunitas agar lansia dapat merasakan hubungan sosial yang lebih bermakna dan berkelanjutan. Pendekatan ini sejalan dengan pandangan keperawatan gerontik yang menekankan pentingnya aspek psikososial dalam perawatan lansia (Amanda et al., 2025).

### **Tingkat Stres pada Lansia di Rumah Pelayanan Sosial**

Tingkat stres yang tinggi pada sebagian besar lansia dalam penelitian ini mencerminkan kondisi psikologis yang memerlukan perhatian serius. Lansia di rumah pelayanan sosial menghadapi berbagai tekanan yang bersumber dari perubahan lingkungan hidup, keterbatasan fisik, serta kurangnya kontrol terhadap kehidupan sehari-hari. Perubahan tersebut sering menimbulkan perasaan tidak berdaya dan kehilangan makna hidup. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa lansia di panti sosial memiliki risiko stres yang lebih tinggi dibandingkan lansia yang tinggal bersama keluarga (Kaunang et al., 2019).

Stres pada lansia tidak dapat dilepaskan dari kondisi kesehatan fisik yang cenderung menurun seiring bertambahnya usia. Penyakit kronis, nyeri berkepanjangan, serta keterbatasan mobilitas menjadi sumber tekanan yang terus-menerus dialami lansia. Kondisi fisik yang lemah sering memicu kecemasan terkait ketergantungan pada orang lain dan ketakutan akan kehilangan kemandirian. Hubungan antara penyakit kronis dan stres telah banyak dilaporkan dalam berbagai kajian kesehatan geriatri (Putri et al., 2024; Resnick, 2020).

Aspek psikososial juga berperan besar dalam membentuk tingkat stres lansia, terutama terkait perubahan peran sosial. Lansia yang tidak lagi memiliki peran produktif dalam keluarga atau masyarakat sering mengalami penurunan harga diri. Perasaan tidak dibutuhkan dan kurang dihargai dapat berkembang menjadi tekanan emosional yang berkepanjangan. Penelitian menunjukkan bahwa kurangnya peran sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan peningkatan depresi dan stres pada lansia (Dewi et al., 2024; Azari, 2021).

Lingkungan panti sosial, meskipun menyediakan kebutuhan dasar, belum tentu mampu mengantikkan kehangatan relasi keluarga. Rutinitas yang monoton dan keterbatasan pilihan aktivitas dapat memperkuat perasaan jemu dan terisolasi. Lansia yang tidak memiliki mekanisme coping yang adaptif cenderung mengalami stres pada tingkat yang lebih berat. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa lingkungan institusional dapat menjadi faktor risiko psikologis apabila tidak disertai dukungan emosional yang memadai (Ilham et al., 2020).

Spiritualitas dan religiositas juga memiliki kaitan dengan tingkat stres pada lansia. Lansia yang memiliki keterikatan spiritual yang kuat cenderung lebih mampu menerima kondisi hidup dan memaknai pengalaman sulit secara positif. Praktik spiritual dapat menjadi sumber ketenangan batin dan mekanisme coping yang efektif dalam menghadapi tekanan psikologis. Berbagai studi menunjukkan bahwa spiritualitas berhubungan positif dengan kesehatan mental dan penurunan stres pada usia lanjut (Coelho-Júnior et al., 2022; Rahmah et al., 2015).

Tingginya tingkat stres pada lansia di rumah pelayanan sosial menunjukkan perlunya pendekatan multidimensional dalam penanganan kesehatan mental lansia. Intervensi tidak hanya berfokus pada aspek medis, tetapi juga mencakup dukungan emosional, aktivitas sosial, dan penguatan spiritual. Pendekatan yang holistik diharapkan mampu menurunkan tingkat stres serta meningkatkan kualitas hidup lansia secara berkelanjutan. Hal ini sejalan dengan prinsip penelitian kesehatan yang menekankan pentingnya integrasi berbagai faktor dalam memahami masalah psikologis lansia (Naseh, 1993).

### **Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres pada Lansia**

Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan tingkat stres pada lansia, meskipun kekuatan hubungannya tergolong lemah. Temuan ini mengonfirmasi hipotesis bahwa dukungan sosial memiliki keterkaitan dengan kondisi psikologis lansia di rumah pelayanan sosial. Dukungan sosial berperan sebagai faktor protektif yang dapat memengaruhi

cara lansia merespons tekanan hidup. Hubungan yang signifikan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menempatkan dukungan sosial sebagai determinan penting kesehatan mental lansia (Anggraini et al., 2016; Kurniawan et al., 2023).

Korelasi yang lemah menunjukkan bahwa dukungan sosial bukan satu-satunya faktor yang menentukan tingkat stres lansia. Lansia dengan dukungan sosial tinggi dalam penelitian ini tetap menunjukkan tingkat stres berat, yang mengindikasikan adanya faktor lain yang lebih dominan. Kondisi kesehatan fisik, penyakit kronis, serta kemampuan adaptasi individu berpotensi memberikan pengaruh yang lebih kuat terhadap stres. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis sering dimediasi oleh faktor lain seperti beban penyakit dan persepsi diri (Amin et al., 2025).

Dukungan sosial tetap memiliki peran penting dalam membantu lansia menghadapi stres, terutama dalam aspek emosional dan motivasional. Kehadiran orang lain yang peduli dapat memberikan rasa aman dan mengurangi perasaan kesepian. Lansia yang merasa didukung cenderung memiliki mekanisme coping yang lebih adaptif dalam menghadapi tekanan hidup. Hal ini mendukung pandangan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai penyangga psikologis dalam situasi penuh tekanan (Vila, 2021; Salami et al., 2024).

Perbedaan respons stres pada lansia dengan tingkat dukungan sosial yang sama menunjukkan pentingnya faktor subjektif dalam menilai dukungan sosial. Persepsi lansia terhadap kualitas dukungan sering kali lebih berpengaruh dibandingkan jumlah dukungan yang diterima. Lansia yang menilai dukungan sosialnya tidak bermakna tetap berisiko mengalami stres tinggi meskipun secara objektif memiliki jejaring sosial. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menekankan peran persepsi dan kepuasan terhadap dukungan sosial dalam kesehatan mental (Shao et al., 2020).

Konteks lingkungan panti sosial juga memengaruhi hubungan antara dukungan sosial dan stres. Dukungan yang bersifat formal dari institusi sering kali berbeda kualitasnya dengan dukungan informal dari keluarga atau teman dekat. Lansia mungkin menerima bantuan fisik yang memadai, namun kebutuhan emosionalnya belum sepenuhnya terpenuhi. Kondisi ini menjelaskan mengapa dukungan sosial belum sepenuhnya mampu menurunkan tingkat stres pada sebagian besar responden (Latue et al., 2017; Ilham et al., 2020).

Hubungan antara dukungan sosial dan tingkat stres pada lansia bersifat kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi. Dukungan sosial tetap menjadi komponen penting dalam upaya pengelolaan stres, meskipun efektivitasnya bergantung pada kualitas, persepsi, dan konteks penerimanya. Temuan ini memberikan implikasi bahwa intervensi untuk menurunkan stres lansia perlu mengintegrasikan dukungan sosial dengan pendekatan medis, psikologis, dan spiritual. Pendekatan terpadu ini diharapkan mampu memberikan dampak yang lebih bermakna terhadap kesejahteraan lansia di rumah pelayanan sosial.

## **KESIMPULAN**

Mayoritas responden berusia 65–68 tahun, berjenis kelamin perempuan, dan memiliki latar belakang agama Islam. Tingkat dukungan sosial yang diterima lansia berada pada kategori sedang, sedangkan tingkat stres sebagian besar juga berada pada kategori sedang. Hasil uji statistik Somers'd menunjukkan nilai  $p = 0,008$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada lansia. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima lansia, semakin rendah tingkat stres yang dialaminya. Dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, maupun pengelola panti memiliki peran penting dalam menjaga keseimbangan psikologis lansia. Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan tingkat stres pada lansia di Rumah Pelayanan Sosial Pucang Gading dan Wening Wardoyo, meskipun kekuatan hubungannya berada pada kategori lemah. Dukungan sosial tetap memiliki peran penting sebagai faktor protektif psikososial, namun belum mampu secara optimal menurunkan tingkat stres yang dialami sebagian besar lansia. Tingginya tingkat stres mengindikasikan bahwa kondisi psikologis lansia dipengaruhi pula oleh faktor lain, seperti penurunan kesehatan fisik, penyakit kronis, perubahan peran sosial, serta keterbatasan adaptasi terhadap lingkungan panti. Temuan ini menegaskan bahwa upaya peningkatan kualitas hidup lansia memerlukan pendekatan yang komprehensif, tidak hanya melalui penguatan dukungan sosial, tetapi juga melalui intervensi kesehatan fisik, psikologis, sosial, dan spiritual yang terintegrasi sesuai dengan kebutuhan lansia di lingkungan rumah pelayanan sosial.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Agustiningrum, R., Handayani, S., & Hermawan, A. (2021). Hubungan status gizi dengan penyakit degeneratif kronik pada lansia di Puskesmas Jogonalan I. *MOTORIK Jurnal Kesehatan*, 16(2), 63-73. <https://doi.org/10.61902/motorik.v16i2.286>.
- Amanda, L., Ramadhanti, S. P., Setyani, E. N., Fitriani, G., Farris, G. N. K., & Ariyanti, S. (2025). Literature Review: Asuhan Keperawatan Gerontik pada Pasien Lansia yang Mengalami Hipertensi dengan Menggunakan Proses Keperawatan. *Jurnal Kajian dan Penelitian Umum*, 3(1), 330-335. <https://doi.org/10.47861/jkpu-nalanda.v3i1.1555>.
- Amin, S. M., Khedr, M. A., Tawfik, A. F., Gamal Noaman Malek, M., & El-Ashry, A. M. (2025). The mediating and moderating role of social support on the relationship between psychological well-being and burdensomeness among elderly with chronic illness: Community nursing perspective. *BMC nursing*, 24(1), 156. <https://doi.org/10.1186/s12912-025-02743-4>.
- Anggraini, P., Kusuma, F. H. D., & Widiani, E. (2016). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Di Posyandu Bendungan Rw 02 Desa Landung Sari Kecamatan Dau Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 1(1). <https://doi.org/10.33366/nn.v1i1.398>.
- Azari, Miza. A. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan depresi pada lansia. *Medical journal of al-qodiri*, 6(2), 66-72. [https://doi.org/10.52264/jurnal\\_stikesalqodiri.v6i2.94](https://doi.org/10.52264/jurnal_stikesalqodiri.v6i2.94).
- Coelho-Júnior, H. J., Calvani, R., Panza, F., Allegri, R. F., Picca, A., Marzetti, E., & Alves, V. P. (2022). Religiosity/spirituality and mental health in older adults: A systematic review and meta-analysis of observational studies. *Frontiers in Medicine*, 9, 877213. <https://doi.org/10.3389/fmed.2022.877213>.
- Dewi, P. A., Putri, S. T., & Sutrisno, I. T. (2024). Hubungan Peran Sosial terhadap Tingkat Depresi pada Lansia: The Relationship of Social Roles to the Level of Depression in the Elderly. *NERS Jurnal Keperawatan*, 20(2), 97-107. <https://doi.org/10.25077/njk.v20i2.53>.
- Hastari, D. A. P., Yuliadi, I., & Setyowati, R. (2020). Correlation Between Emotion Regulation And Spirituality With Stress In Caregivers Of Elderly. *al-Balagh: Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 5(1), 27-58. <https://doi.org/10.22515/al-balagh.v5i1.2269>.
- Ilham, R., Ibrahim, S. A., & Igiris, M. D. P. (2020). Pengaruh terapi reminiscence terhadap tingkat stres pada lansia di panti sosial tresna werdha. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 2(1), 12-23. <https://doi.org/10.35971/jjhsr.v2i1.4349>,
- Kaunang, V. D., Buanasari, A., Kallo, V., Keperawatan, I., & Kedokteran, F. (2019). Gambaran tingkat stres pada lansia. *Jurnal keperawatan*, 7(2), 1-7. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.24475>.
- Kurniyawan, E. H., Muizzulhafidh, A., Dewi, E. I., Susumaningrum, L. A., Deviantony, F., & Fitria, Y. (2023). The Relationship between Peer Social Support and Stress Levels among the Elderly in the Tresna Werdha Social Institution. *Health and Technology Journal (HTechJ)*, 1(2), 180-187. <https://doi.org/10.53713/htechj.v1i2.38>.
- Latue, I. R., Widodo, D., & Widiani, E. (2017). Hubungan dukungan sosial keluarga dengan tingkat depresi pada lanjut usia di panti werdha malang raya. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(1). <https://doi.org/10.33366/nn.v2i1.186>.
- Luo, D., Yu, S., Wang, J., Zhu, Y., Yang, L., Bai, R., ... & Xiao, M. (2022). Social participation of community-dwelling older adults in western China: a latent profile analysis. *Frontiers in Public Health*, 10, 874204. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.874204>.
- Naseh, S. (1993). Keunggulan dan Keterbatasan Beberapa Metode Penelitian Kesehatan. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 3(1), 157177. <https://doi.org/10.22435/mpk.v3i1.931>.
- Putri, A. A., Junando, M., Oktafany, O., & Sukohar, A. (2024). Patofisiologi Dan Terapi Farmakologi Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Pasien Geriatri. *Sains Medisina*, 2(5), 142-147. <https://doi.org/10.63004/snsmed.v2i5.401>.
- Rahmah, M., Husairi, A., & Muttaqien, F. (2015). Tingkat spiritualitas dan tingkat depresi pada lansia. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 3(1), 56-64. <https://doi.org/10.20527/jdk.v3i1>.
- Resnick, B. (2020). Falls: do we know anything more than we did 40 years ago?. *Geriatric nursing (New York, NY)*, 41(2), 67-68. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2020.03.009>.
- Salami, S., Atikah, N., & Nugraha, N. J. (2024). Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Tingkat Depresi Lansia. *Jurnal Keperawatan'Aisyiyah*, 11(1), 9-16. <https://doi.org/10.33867/6mnyc98>.

Shao, R., He, P., Ling, B., Tan, L., Xu, L., Hou, Y., ... & Yang, Y. (2020). Prevalence of depression and anxiety and correlations between depression, anxiety, family functioning, social support and coping styles among Chinese medical students. *BMC psychology*, 8(1), 38. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00402-8>.

Vila, J. (2021). Social support and longevity: Meta-analysis-based evidence and psychobiological mechanisms. *Frontiers in Psychology*, 12, 717164. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.717164>.