



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI HORTIKULTURA TERHADAP TINGKAT STRES

LANSIA DI RT 03 RW 37 KELURAHAN SINDUHARJO

KECAMATAN NGAGLIK SLEMAN

YOGYAKARTA

TAHUN 2020

SILA SARISWAY

1602051

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA 2020

PENGARUH TERAPI HORTIKULTURA PADA TINGKAT STRES

LANSIA DI RT 03 RW 37 KELURAHAN SINDUHARJO

KECAMATAN NGAGLIK SLEMAN

YOGYAKARTA

TAHUN 2020

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Keperawatan

SILA SARISWAY

1602051

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA 2020

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Terapi Hortikultura Terhadap Tingkat Stres Lansia di RT 03 RW 37 kelurahan Sinduharjo kecamatan Ngaglik Sleman Yogyakarta tahun 2020” yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan Program Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, bukan merupakan tirauna atau duplikasi dari skripsi kesarjanaan di lingkungan institusi maupun Perguruan Tinggi atau instan dimanapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

Apabila kemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah tiruan dari skripsi lain, saya bersedia dikenai sanksi yaitu pencabutan gelar kesajanaan saya.

Yogyakarta, 07 Desember 2020



Sila Sarisway

1602051

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI HORTIKULTURA TERHADAP TINGKAT STRES

LANSIA DI RT 03 RW 37 KELURAHAN SINDUHARJO

KECAMATAN NGAKLIK SLEMAN

YOGYAKARTA

TAHUN 2020

SILA SARISWAY

1602051

Skripsi ini sudah diperiksa pembimbing dan sudah dilakukan ujian pada
tanggal 07 Desember, 2020

Dosen Pembimbing

Nimsi Melati, S. Kep., Ns., MAN

(.....)


LEMBAR PENGESAHAN



Skripsi ini dipertahunkan dihadapan Tim Pengaji Sidang

Pada

Tanggal 07 Bulan Desember Tahun 2020

Ketua Pengaji: Enik Listyaningsih, SKM, MPH

(.....)

Pengaji I: Priyani Haryanti, S. Kep., Ns., M. Kep

(.....)

Pengaji II: Nimsi Melati, S. Kep., Ns., MAN

(.....)

Mengesahkan,

Mengetahui,

Ketua STIKES Bethesa
Yakkum Yogyakarta

Ketua Program Studi
Sarjana Keperawatan



(Vivian Retno Indriyani, S.Kep., Ns., MAN)

(Ethic Palupi, S. Kep., Ns., MNS)

MOTTO

Sungguh Aku datang untuk melakukan kehendak-Mu (Ibrani 10: 9a)

Jangan terlalu ambil hati dengan ucapan seseorang, kadang manusia punya mulut

tetapi belum tentu punya otak (Alberth Einstein)

Belajar dari kemarin, hidup untuk hari ini, berharap untuk besok, yang penting

jangan sampai berhenti bertanya (Alberth Einstein)

Biarlah mulutmu mengatakan tidak untuk menolong tetapi jangan hatimu

(Sr. Anna Maria Sarisway TMM)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persesembahkan untuk:

1. Tritunggal Maha Kudus yang memberikan berkat roh Kudus kekuatan fisik maupun mental dalam penyusunan skripsi ini
2. Tarekat Maria Mediatrix yang telah memberi support baik secara spiritual maupun finansial selama proses belajar di STIKES Bethesda Yakkum terutama saat proses penyusunan skripsi
3. Kakak, adik dan sahabat semua yang dengan caranya masing-masing telah membantu saya dalam proses ini
4. Ibu Nimsi Melati, S. Kep., Ns., MAN yang selalu meluangkan waktu bila saya butuh bantuan pencerahan
5. Bapa dan ibu dosen yang telah membimbing dan mendampingi saya selama proses belajar di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

ABSTRAK

SILA SARISWAY. “Pengaruh Terapi Hortikultura Terhadap Tingkat Stres Lansia di RT 03 RW 37, Kelurahan Sinduharjo, Kecamatan Ngaglik, Sleman Yogyakarta.”

LATAR BELAKANG: Stres pada lansia disebabkan oleh beberapa hal yaitu perubahan hidup dan penurunan fisik yang dialami oleh lansia. Lansia yang mengalami kesepian disebabkan oleh putusnya hubungan dengan orang yang paling dekat dan disayangi, dan lansia yang baru saja pensiun biasanya sering mengalami stres. Dengan terapi hortikultura, diharapkan membantu lansia untuk beraktifitas dan mengembalikan rasa percaya dirinya.

TUJUAN: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Terapi Hortikultura terhadap Tingkat Stres Lansia di RT 03 RW 37, Kelurahan Sinduharjo, Kecamatan Ngaglik Sleman, Yogyakarta tahun 2020.

Metode penelitian: Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah pre-eksperimental dengan rancang *one group pre and post design*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *pre eksperimen* dengan *one grup pre test and post test without control*.

HASIL: uji *Wilcoxon* dengan $\alpha = 0,05$ didapatkan bahwa nilai *Sig* intervensi hortikultura adalah 0,000 sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis kerja (H_a) diterima.

Kesimpulan: Terdapat pengaruh tingkat stres sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi hortikultura terhadap lansia di RT 03 RW 37, Keurahan Sinduharjo, Kecamatan Ngaklik Sleman, Yogyakarta tahun 2020.

Saran: Bagi peneliti lain yang tertarik pada penelitian penanganan tingat stress khususnya pada lansia, peneliti menyarankan untuk meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan terapi Hortikultural.

Kata Kunci: Terapi Hortikultura-Tingkat Stres
Xvi + 93 halaman + 10 tabel + 2 skema dan 12 lampiran

Kepustakaan:50,2009-2018

ABSTRACT

SILA SARISWAY. "The Effect of Horticultural Therapy on the Stress Level of the Elderly in RT 03 RW 37, Sinduharjo Village, Ngaglik District, Sleman Yogyakarta."

BACKGROUND: Stress in the elderly is caused by several things, namely life changes and physical decline experienced by the elderly. Elderly people who experience loneliness are caused by breaking up with their closest and dearest people, and elderly people who have recently retired often experience stress. With horticultural therapy, it is hoped that it will help the elderly to do activities and restore their self-confidence.

PURPOSE: This study aims to determine the effect of Horticultural Therapy on the Stress Level of the Elderly in RT 03 RW 37, Sinduharjo Village, Ngaglik Sleman District, Yogyakarta in 2020.

RESEARCH METHOD: The design used in this study was pre-experimental with one group pre and post design. The sampling technique used in this study was the Total Sampling technique, namely taking the sample with the same amount as a population of 30 respondents. Measuring tool using a questionnaire.

RESULTS: Wilcoxon test with $\alpha = 0.05$, it was found that the Sig value of horticultural intervention was 0.000, so it can be concluded that the zero hypothesis (H_0) is rejected and the working hypothesis (H_a) is accepted.

CONCLUSION: There is an effect of stress levels before and after being given horticultural therapy intervention on the elderly in RT 03 RW 37, Sinduharjo Village, Ngaklik Sleman District, Yogyakarta in 2020.

SUGGESTION: The results of this study can be used as a reference in developing research related to the effect of horticultural therapy on stress levels in the elderly.

KEYWORDS: Horticultural Therapy-Stress Level

Xvi + 138 pages + 12 tables + 2 schematics and 13 attachments

Bibliography: 50, 2009-2018

PRAKATA

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Pengasih atas berkat dan kasihNya yang melimpah sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Hortikultura Terhadap Tingkat Stres Lansia di RT 03 RW 37 kelurahan Sinduharjo kecamatan Ngaglik Sleman Yogyakarta tahun 2020”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta. Selama proses penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapat bimbingan dan bantuan berbagai pihak, sehingga dalam kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Ibu Vivi Retno Intening, S. Kep., Ns., MAN selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan ijin untuk peneliti melakukan penelitian di RT 03 RW 37 kelurahan Sinduharjo kecamatan Ngaglik Sleman Yogyakarta tahun 2020
2. Bapak Samto selaku ketua RT 03 RW 37 kelurahan Sinduharjo Ngabean Wetan kecamatan Ngaglik Sleman Yogyakarta tahun 2020 yang telah memberikan ijin untuk peneliti melakukan penelitian
3. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S. Kep., Ns., M. Kep., Sp KMB selaku wakil ketua I Bidang Akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Ibu Ignasia Yunita Sari, S. kep., Ns., M. Kep, selaku Koordinator mata kuliah riset di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

5. Ibu Nimsi Melati, S. Kep., Ns., MAN, selaku dosen pembimbing yang telah sabar dan relah, meluangkan waktu untuk memberikan masukan, saran, ide dan koreksi pada peneliti selama penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Enik Listyaningsih, SKM, MPH dan Ibu Priyani Haryanti, S. Kep., Ns., M. Kep, yang telah meluangkan waktu untuk menguji peneliti
7. Bapa dan Ibu dosen dan karyawan

karyawati STIKES Bethesa Yakkum Yogyakarta

8. Tarekat Maria Mediatrix yang selalu memberi support baik secara material maupun spiritual selama proses berlangsung
9. Teman-teman seangkatan tahun 2016 yang dengan caranya masing-masing telah membantu peneliti dalam penyusunan skripsi ini
10. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini ini.

Peneliti menyadari dalam proses penyusunan skripsi ini banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi perbaikan selanjutnya. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membaca.

Yogyakarta, 07 Desember 2020

Peneliti

Sila Sarisway

DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
PRAKATA	x
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
DAFTAR SKEMA.....	xix
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.

E. Keaslian penelitianError! Bookmark not defined.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....Error! Bookmark not defined.

A. Landasan TeoriError! Bookmark not defined.

1. Lanjut UsiaError! Bookmark not defined.

a. Definisi Usia LanjutError! Bookmark not defined.

b. Batasan-batasan Lansia ...Error! Bookmark not defined.

c. Karakteristik LansiaError! Bookmark not defined.

d. Teori-teori penuaanError! Bookmark not defined.

e. Perubahan Yang Terjadi Pada LansiaError! Bookmark
not defined.

f. Tipe Lansia.....Error! Bookmark not defined.

g. Tugas Perkembangan LansiaError! Bookmark not
defined.

2. Konsep StresError! Bookmark not defined.

a. Definisi stresError! Bookmark not defined.

b. Tanda dan gejala stresError! Bookmark not defined.

c. Sumber-sumber stres.....Error! Bookmark not defined.

d. Tingkat stresError! Bookmark not defined.

e. Tahap-tahap stresError! Bookmark not defined.

f. Manajemen stresError! Bookmark not defined.

- g. Faktor Penyebab Stres.....**Error! Bookmark not defined.**
 - h. Tipe Stres**Error! Bookmark not defined.**
 - i. Gejala-gejala stres**Error! Bookmark not defined.**
 - j. Alat Ukur Tingkat Stres ..**Error! Bookmark not defined.**
3. Terapi Hortikultura.....**Error! Bookmark not defined.**
- a. Definisi Hortikultura**Error! Bookmark not defined.**
 - b. Jenis-Jenis Tanaman Hortikultura**Error! Bookmark not defined.**
 - c. Ekologi tanaman hortikultura**Error! Bookmark not defined.**
 - d. Manfaat terapi hortikultura**Error! Bookmark not defined.**
 - e. Cara memilih bibit sawi unggul**Error! Bookmark not defined.**
 - f. Langkah penanaman atau budidaya sawi.....**Error! Bookmark not defined.**
 - g. Metode penanaman**Error! Bookmark not defined.**
- B. Kerangka Teori.....**Error! Bookmark not defined.**
- C. Kerangka Konsep**Error! Bookmark not defined.**
- D. Hipotesis Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
- E. Variabel Penelitian**Error! Bookmark not defined.**

1.	Definisi konseptual.....	Error! Bookmark not defined.
2.	Definisi operasional	Error! Bookmark not defined.
BAB III	METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A.	Desain Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B.	Waktu Dan Tempat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C.	Populasi dan Sampel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D.	Alat Ukur atau Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
E.	Kisi – Kisi Kuesioner	Error! Bookmark not defined.
F.	Uji Validitas dan Reliabilitas	Error! Bookmark not defined.
G.	Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
H.	Prosedur Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
I.	Analisa Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A.	HasilPenelitian	Error! Bookmark not defined.
B.	Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
BAB V	PENUTUP.....	Error! Bookmark not defined.
A.	Kesimpulan.....	Error! Bookmark not defined.
B.	Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA		
Error! Bookmark not defined.		

LAMPIRAN

STIKES BETHEesda YAKKUM

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 1 Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 2 Definisi Operasional	52
Tabel 3 Desain Penelitian.....	55
Tabel 4 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin, Usia, Status Perkawinan, Pendidikan Akhir dari para Lansia di RW 03 RT 37 kelurahan Sinduharjo kecamatan Ngaglik Sleman Yogyakarta 2020	60
Tabel 5 Hasil Uji Normalitas <i>Shapiro Wilk</i> Pada Lansia di RT 03 RW 37 kelurahan Sinduharjo kecamatan Ngaglik Sleman Yogyakarta 2020.....	60
Tabel 6 Uji Wilcoxon Pre dan Post Intervensi Terapi Hortikultura	73
Tabel 7 Distribusi Frekuensi Tingkat Stress Lansia RT 03 RW 37 Kelurahan Sinduharjo Pre-test.....	74
Tabel 8 Hasil Uji Normalitas <i>Shapiro Wilk</i> Pada Lansia di RT 03 RW 37 kelurahan Sinduharjo	75
Tabel 9 Distribusi Frekuensi Tingkat Stress Lansia RT 03 RW 37 Kelurahan Sinduharjo Post-test	76

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Permohonan Studi Awal
- Lampiran 2. Surat Permohonan Ethical Clearance
- Lampiran 3. Ethical Clearance
- Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 5 Surat Persetujuan menjadi Asisten
- Lampiran 6. Permohonan Kesediaan menjadi Responden
- Lampiran 7. Surat Pernyataan menjadi Responden
- Lampiran 8. Instrumen Penelitian
- Lampiran 9. Satuan Operasional Prosedur
- Lampiran 10. Tabel Umum
- Lampiran 11. Tabel Olahan Data Pre-test
- Lampiran 12. Tabel Olahan Post test
- Lampiran 12. Jadwal hadir Lansia Saat Intervensi
- Lampiran 13. Hasil Hitung
- Lampiran 14. Lembar Konsultasi

DAFTAR SKEMA

	Hal
Skema 1 Kerangka Teori.....	50
Skema 2 Kerangka Konsep	51

STIKES BETHESDA YAKKUM

STIKES BETHESSDA YAKKUM