



**STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA**

**PENGARUH TERAPI OKUPASI BATIK JUMPUTAN TERHADAP  
TINGKAT STRES PADA LANSIA DI RW 13 MALANGAN  
UMBULHARJO TAHUN 2024**

**NASKAH PUBLIKASI**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Keperawatan**

**DEBORA ALVIONI PRAASETYORINI**

**2002023**

**PRODI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM  
YOGYAKARTA, 2024**

NASKAH PUBLIKASI  
PENGARUH TERAPI OKUPASI BATIK JUMPUTAN TERHADAP  
TINGKAT STRES PADA LANSIA DI RW 13 MALANGAN  
UMBULHARJO YOGYAKARTA TAHUN 2024

Disusun oleh:

DEBORA ALVIONI PRASETYORINI

2002023

Telah melalui Sidang Skripsi pada:

Ketua penguji

Penguji I

Penguji II

Nurlia Ikaningtyas, M.Kep.,  
Sp.Kep.MB.,Ph.D.N.S

Antonius Yogi Pratama,  
S.Kep.,Ns.,MSN

Enik Listyaningsih,  
SKM, MPH

Mengarahui, Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan

STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

(Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep)

# PENGARUH TERAPI OKUPASI BATIK JUMPUTAN TERHADAP TINGKAT STRES PADA LANSIA DI RW 13 MALANGAN UMBULHARJO YOGYAKARTA TAHUN 2024

Debora Alvioni Prasetyorini <sup>1</sup>, Enik Listyaningsih <sup>2</sup>

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Terdapat banyak perubahan yang terjadi pada lansia mencakup perubahan-perubahan fisik, mental, psikososial dan perkembangan yang dapat membuat lansia mengalami stres. Salah satu jenis terapi untuk mengurangi tingkat stres yaitu terapi okupasi batik jumputan. Terapi okupasi dapat mengembalikan fungsi mental, fisik, dan meningkatkan kemampuan yang dimiliki lansia. Terdapat 70 lansia di RW 13 Malangan Umbulharjo Yogyakarta dan dilakukan studi pendahuluan 5 dari 7 orang lansia mengalami stres.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi okupasi batik jumputan terhadap tingkat stres pada lansia di RW 13 Malangan Giwangan Umbulharjo Yogyakarta

**Metode Penelitian** Desain penelitian ini adalah *pre-eksperimental* dengan rancang *one group pre test post test design without control*. Instrumen tingkat stres menggunakan PSS-10. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 41 lansia dengan tingkat stres ringan dan sedang yang diperoleh dengan teknik purposive sampling. Data dianalisis menggunakan uji wilcoxon signed rank test.

**Hasil:** uji *Wilcoxon* dengan  $\alpha$  0.05 didapatkan bahwa nilai *Sig* intervensi terapi okupasi batik jumputan  $p$ -value  $< .001$

**Kesimpulan:** terdapat pengaruh tingkat stres sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi okupasi batik jumputan terhadap tingkat stres pada lansia di RW 13 Malangan Umbulharjo Yogyakarta tahun 2024

**Saran:** Penelitian ini dapat dipakai sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan bahasa variabel lain yang bisa menurunkan stres pada lansia

**Kata Kunci:** Terapi Okupasi, Batik Jumputan, Tingkat Stres, Lansia

XVIII+111 halaman+10 tabel+2 skema+20 lampiran

**Kepustakaan:** 62 +2014-2024

<sup>1</sup> Mahasiswa Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

**THE EFFECT OF JUMPUTAN BATIK OCCUPATIONAL THERAPY ON  
STRES LEVELS OF ELDERLY PEOPLE AT RW 13 MALANGAN  
UMBULHARJO YOHGYAKARTA 2024**

Debora Alvioni Prasetyorini <sup>1</sup>, Enik Listyaningsih <sup>2</sup>

**ABSTRAK**

**Background:** There are many changes that occur in the elderly, including physical, mental, psychosocial and developmental changes that can make the elderly experience stress. One type of therapy to reduce stress levels is jumputan batik occupational therapy. Occupational therapy can restore mental and physical functions and improve the abilities of the elderly. There are 70 elderly people in RW 13 Malangan Umbulharjo Yogyakarta and a preliminary study was conducted that 5 out of 7 elderly people experienced stress.

**Objective:** This study aims to determine the effect of jumputan batik occupational therapy on stress levels in the elderly in RW 13 Malangan Giwangan Umbulharjo Yogyakarta

**Research Methods:** The design of this study is pre-experimental with a one group pre test post test design without control. Stress level instruments use PSS-10. The number of samples in this study was 41 elderly with light and moderate stress levels obtained by purposive sampling technique. The data was analyzed using the wilcoxon signed rank test.

**Results:** Wilcoxon test with  $\alpha$  0.05 found that the Sig value of jumputan batik occupational therapy intervention  $p$ -value  $<.001$

**Conclusion:** there is an effect of stress levels before and after the jumputan batik occupational therapy intervention on the stress level of the elderly in RW 13 Malangan Umbulharjo Yogyakarta

**Suggestion:** This research can be used as a reference for future researchers, it is hoped that it can develop other variable languages that can lower the stre in the elderly

**Keywords:** Occupational Therapy, Batik Jumputan, Stress Level, Elderly

XVIII+111 pages+ 10 tables+2 schematics+19 attachments

Literature: 62 +2014-2024

<sup>1</sup> Student of Bachelor of Nursing, Bethesda Institute for Health Sciences

<sup>2</sup> Lecturer at Nursing Program, Bethesda Institute for Health Sciences

## **PENDAHULUAN**

Data Pusat Statistik (BPS) menyebutkan terjadi peningkatan penduduk lansia di Indonesia (Pangribowo, Supriyono 2022). Lansia di DIY merupakan penduduk yang berusia 60 tahun ke atas dan jumlah penduduk lansia perempuan 21.480 jiwa lebih banyak daripada lansia laki laki 15.846 jiwa (Suharsono, 2023). Proses menua adalah proses yang berkaitan dengan penurunan kondisi fisik, kognitif, spiritual dan emosional salah satunya stres. (Dewi, 2022), (Herfita et al., 2023).

Stres adalah reaksi fisiologis dan psikologis yang terjadi saat seseorang merasakan ketidakseimbangan baik tuntutan maupun kemampuan (Kaunang et al., 2019). Stres pada lansia dapat muncul karena masalah tempo tinggal, konflik, perselisihan keuangan, kehadiran anggota keluarga baru, perubahan sosial, perubahan ekonomi, dan perubahan fungsi motorik yang membuat lansia merasa tidak mampu lagi melakukan aktivitas yang biasa dilakukan. Salah satu kegiatan pengelolaan stres yaitu terapi okupasi (Ponto et al., 2015).

Terapi Okupasi adalah terapi yang bertujuan untuk meningkatkan produktivitas dengan cara menghasilkan karya sesuai keinginan penerima terapi. (Ruswadi & Supriatun, 2022). Terapi okupasi batik jumputan diberikan pada lansia untuk mengisi waktu luang, sehingga lansia dapat berelaksasi untuk mendapatkan kesenangan dan dapat menjadi sarana lansia untuk bersosialisasi dengan orang lain.

Pada studi awal tanggal 22 Desember 2023 di RW 13 Malangan Kelurahan Giwangan, Kecamatan Umbulharjo Yogyakarta bahwa wilayah tersebut terdiri dari 4 RW yaitu RW 10, 11, 12, dan 13 merupakan RW didapatkan data terdapat 70 lansia, peneliti melakukan wawancara kepada 7 lansia di RW 13, terdapat 5 lansia mengalami stres dan 2 lansia tidak mengalami stres. 4 lansia mengatakan jarang ada kegiatan yang bisa menghasilkan karya yang bisa dimanfaatkan sendiri dan bahkan bisa menghasilkan uang. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul Pengaruh Terapi Okupasi Batik

# Jumputan Terhadap Tingkat Stres pada Lansia di RW 13 Malangan Giwangan Umbulharjo Yogyakarta Tahun 2024

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif *pre eksperimental* dengan rancang *one group pre and post test without control*. Penelitian ini melibatkan 41 responden dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 4, 5, 6 September 2024 di RW 13 Malangan Umbulharjo Yogyakarta. Uji Statistik dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Test*.

## HASIL

### 1. Analisa Univariat

#### a. Karakteristik responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin dan Pendidikan Akhir Lansia dengan Tingkat Stres di RW 13 Malangan Umbulharjo Yogyakarta 2024

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki- laki	4	9.8
Perempuan	37	90.2
<b>Total</b>	<b>41</b>	<b>100%</b>
<b>Pendidikan Akhir</b>		
<b>SD</b>	<b>16</b>	<b>39.0</b>
<b>SMP</b>	<b>13</b>	<b>31.7</b>
<b>SMA</b>	<b>8</b>	<b>19.5</b>
<b>Perguruan Tinggi</b>	<b>4</b>	<b>9.8</b>
<b>Total</b>	<b>41</b>	<b>100%</b>

Sumber: Data Pimer Terolah, 2024

Analisis :

- 1) Jenis kelamin

2) Diketahui bahwa responden dengan jenis kelamin tertinggi adalah perempuan yaitu 37 (90.2%) responden.

3) Pendidikan

Diketahui bahwa responden dengan pendidikan tertinggi adalah SD yaitu 16 (39 %) responden

b. Tingkat stres sebelum dilakukan intervensi

Tabel 2. Distribusi frekuensi tingkat stres pada lansia sebelum diberikan terapi okupasi batik jumputan di RW 13 Malangan Umbulharjo Yogyakarta Tahun 2024

No	Tingkat Stres	Pre Test	
		Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Normal	0	0
2	Ringan	7	17.1
3	Sedang	34	82.9
4	Berat	0	0
Jumlah		41	100

Sumber: Data primer terolah 2024

Analisis:

Tabel 8 di atas menunjukkan tingkat stres lansia sebelum pemberian intervensi terapi okupasi batik jumputan, didapatkan data bahwa tingkat stres yang paling banyak adalah tingkat stres sedang 34 (82%) responden

c. Tingkat stres setelah dilakukan intervensi

Tabel 2. Distribusi frekuensi tingkat stres pada lansia sesudah diberikan terapi okupasi batik jumputan di RW 13 Malangan Umbulharjo Yogyakarta Tahun 2024

No	Tingkat Stres	Pre Test	
		Jumlah	Persentase

		(n)	(%)
1	Ringan	41	100%
jumlah		41	100%

Sumber: Data primer terolah 2024

Analisis

Tabel 8 di atas menunjukkan tingkat stres lansia setelah pemberian intervensi terapi okupasi batik jumputan, didapatkan data bahwa tingkat stres lansia 40 (100%) ringan

## 2. Analisa Bivariat

Tabel 2. Pengaruh terapi okupasi batik jumputan terhadap tingkat stres pada lansia di RW 13 Malangan Umbulharjo Yogyakarta tahun 2024

Mean rank penurunan tingkat stres	P Value	$\alpha$
21.00	0,001	0.05

Sumber: data primer terolah 2024

Analisis:

Responden berjumlah 41 orang dan semuanya mendapatkan intervensi terapi okupasi. Didapatkan hasil Sig Intervensi adalah 0.001 dengan  $\alpha$  0,05. Secara statistik hasil perhitungan menggunakan uji Wilcoxon dengan  $\alpha$  0.05 ditarik kesimpulan bahwa Hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis kerja ( $H_a$ ) diterima. Sehingga disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi okupasi batik jumputan terhadap tingkat stres pada lansia di RW 13 Malangan Umbulharjo Yogyakarta tahun 2024

## PEMBAHASAN

### 1. Analisa Univariat

#### a. Jenis kelamin

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa jenis kelamin lansia RW 13 Malangan Umbulharjo Yogyakarta tahun 2024, mayoritas responden adalah perempuan yaitu 37 responden (90,2%), sedangkan kategori laki-

laki berjumlah 4 responden (9,8%) dari 41 responden yang mengalami stres.

Hasil penelitian (Putri & Khairani, 2021) dengan judul “ Perbedaan Persepsi Lansia Yang Tinggal di Komunitas Lansia yang Tinggal di Institusi” menunjukkan bahwa lansia yang tinggal di komunitas terdapat 8 (16%) reponden laki-laki dan 42 (84%) responden perempuan. Data lansia yang tinggal di institusi terdapat 15 (30%) responden laki laki dan 35 (70%) perempuan. Jenis kelamin berperan terhadap terjadinya stress. Otak perempuan memiliki kewaspadaan yang negatif terhadap adanya konflik dan strers yang memicu hormon neggatif sehingga memunculkan stres, gelisah, dan rasa takut. Sedangkan laki-laki umumnya menikmati adanya konflik dan persaingan, bahkan menganggap bahwa konflik dapat memberikan dorongan yang positif. Peneliti berasumsi bahwa jenis kelamin perempuan lebih beresiko mengalami tingkat stres dibandingkan dengan laki-laki. Hal tersebut disebabkan karena respon fisiologi biologis dari penurunan reaksi dan kadar hormonal serotonin dan penurunan produktivitas yang dapat berpengaruh dalam peningkatan tingkat stres pada lansia perempuan.

b. Pendidikan

Hasil uji statistik tingkat pendidikan menunjukkan terdapat 16 (39%) responden berpendidikan SD, 13 (31.7%) responden berpendidikan SMP, 8 (19.5%) responden berpendidikan SMA, 4 (9.8%) respoden berpendidikan Perguruan tinggi.

Menurut (Setyarini et al., 2022) dengan judul “Prevalensi Masalah Emosional: Stres, Kecemasan dan Depresi pada Usia Lanjur” menunjukkan bahwa tingkat pendidikan paling banyak hanya ekolah dasar (SD) sebanyak (41,5%) . Hermawan et al 2019 dalam (Setyarini et al., 2022) menyatakan bahwa pendidikan yang rendah akan menghambat perkembangan sikap dan pengetahuan seseorang dan cenderung lebih sulit pemahaman terhadap penyelesaian masalah, dengan pemahaman yang kurang tersebut seseorang akan sulit menginterpretasikan suatu objek

dan materi yang kemudian akan mempengaruhi tingkat perilaku sehingga pendidikan rendah lebih cenderung memicu terjadinya stres.

Peneliti berasumsi bahwa tingkat pendidikan mempengaruhi tingkat stres seseorang. Seseorang yang memiliki pendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas dan memungkinkan untuk dapat mengontrol diri dan emosi dalam mengatasi masalah yang sedang dihadapi, mempunyai rasa percaya diri yang tinggi, berpengalaman, dan mempunyai perkiraan yang tepat bagaimana mengatasi masalah serta mudah mengerti dan paham apa yang harus dilakukan, mampu memmanagement stres, sehingga dapat membantu individu dalam mengambil keputusan

c. Tingkat Stres Sebelum Dilakukan Intervensi

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa 41 responden sebagian besar tingkat stres lansia sebelum terapi okupasi adalah sedang sejumlah 34 responden (82,9).

d. Tingkat Stres Setelah Dilakukan Intervensi

Hasil penelitian ini didapatkan perbedaan hasil post-test pemberian terapi okupasi batik jumpuran pada lansia dengan kategori tingkat stres ringan sebanyak 41 lansia dengan persentase 100%. Hasil penelitian (Pramita et al., 2024) dengan judul “Pengaruh pemberian Terapi Okupasi Membuat Handcraft Terhadap Tingkat Stres pada Lansia di Banjar Benbantas” menunjukkan bahwa mayoritas kategori stres responden yaitu ringan sebanyak 36 (72.0%) responden.

Asumsi peneliti tingkat stres pada lansia menjadi ringan dikarenakan responden sudah mendapatkan terapi okupasi yang bertujuan untuk mengembangkan, memelihara, memulihkan fungsi atau mengupayakan kompensasi/ adaptasi untuk aktivitas sehari-hari, produktivitas dan luang waktu melalui pelatihan, remediasi, stimulasi dan fasilitasi, terapi okupasi meningkatkan kemampuan individu untuk terlibat dalam aktivitas hidup sehari-hari dan kegiatan instrumental. Responden yang sudah mendapatkan terapi okupasi akan menurunkan tingkat stres saat menghadapi masalah.

## 2. Analisa Bivariat

Secara statistik hasil perhitungan menggunakan uji *wilcoxon* dengan  $\alpha$  0.05 didapatkan bahwa nilai *Sig* intervensi terapi okupasi batik jumputan adalah 0.001 sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis nol ditolak dan hipotesis kerja diterima.

Hasil penelitian (Pramita, dkk 2023) dengan judul “Pengaruh pemberian Terapi Okupasi Membuat Handcraft Terhadap Tingkat Stres pada Lansia di Banjar Benbantas” menunjukkan hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* setelah diberikan terapi okupasi membuat handcraft pad-5,638 (*Z* hitung > 1.96) dengan *p*-value 0.000 (<0.05). Kegiatan terapi okupasi layak diterapkan pada lansia sebagai stimulasi emosi dan mempengaruhi pengeluaran hormon *enkephalin* yang dapat mengubah suasana hati atau perasaan (Pramita, dkk 2023).

Asumsi peneliti terapi okupasi batik jumputan berpengaruh pada tingkat stres, hal ini dibuktikan dengan adanya perubahan pada pasien yang sebelum diberi terapi okupasi batik jumputan mayoritas tingkat stres sedang dan setelah diberikan terapi okupasi selama 3 kali selama tiga hari berturut-turut tingkat stres menjadi ringan, dengan adanya terapi okupasi batik jumputan lansia akan menjadi rileks, produktif, tidak kesepian dan membuat pikiran menjadi tenang sehingga tingkat stres menurun

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa Terdapat pengaruh terapi okupasi batik jumputan terhadap tingkat stres pada lansia di RW 13 Malangan Umbulharjo Yogyakarta tahun 2024. Hasil berdasarkan hasil analisis dengan *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan hasil *p*-value < 0.001 < 0.005 yang benar

### **SARAN**

Peneliti berharap penelitian ini bisa digunakan sebagai data dasar dalam penelitian selanjutnya

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

1. Bapak Hakam, SH. I selaku ketua RW 13 Malangan Giwangan Umbulharjo Yogyakarta
2. Ibu Sri Rahayu selaku ketua PKK RW 13 Malangan Giwangan Yogyakarta
3. Ibu Nurlia Ikaningtyas, M. Kep. Sp.Kep. MB., Ph.D., NS selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
4. Ibu Ethic Palupi, S.Kep., Ns.,MNS selaku Wakil Ketua I STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
5. Ibu Indah Prawesti, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
6. Ibu Ignasia Yunita, S.Kep., NS., M.Kep. Selaku Ketua Koordinator Penelitian Sarjana Keperawatan
7. Ibu Enik Listyaningsih, SKM, MPH selaku Dosen Pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan dan memberi ilmu motivasi yang bermanfaat sehingga skripsi ini dapat terselesaikan
8. Segenap dosen, seluruh staf administrasi, pihak perpustakaan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah membantu dan menyediakan referensi buku-buku dan jurnal dalam penyusunan skripsi
9. Orang tua dan keluarga yang senantiasa mendukung dalam doa, semangat baik secara moral maupun material dalam proses pembuatan skripsi
10. Sahabat-sahabat peneliti yang telah memberikan dukungan dan berproses bersama dalam menyusun skripsi masing-masing
11. Lansia dan asisten yang telah memberikan bantuan dalam proses dan partisipasi penelitian

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Dewi, D. (2022). *Keperawatan Gerontik*. Global Eksekutif Teknologi.
- Herfita, K. E., Maryatun, M., & Hidayah, A. (2023). Intervensi Mindfulness Spiritual Islam Uapaya Penurunan Kecemasan Pada Lansia Hipertensi Era New Normal Covid 19 Di Desa Bangunrejo Ngawi. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, 8(1), 23.
- Kaunang, V. D., Buanasari, A., & Kallo, V. (2019). Gambaran Tingkat Stres Pada

- Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 7(2). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.24475>
- Pangribowo, Supriyono (2022). Infodatin Lansia Berdaya Bangsa Sejahtera. Pusdatin 2022
- Ponto, D., Bidjuni, H., & Karundeng, M. (2015). Pengaruh Penerapan Terapi Okupasi Terhadap Penurunan Stres Pada Lansia Di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 3(2), 112781.
- Pradnya Pramita, N. K. L., Dita Wulandari, N. P., & Dwi Ayu Martini, N. M. (2024). Pengaruh Pemberian Terapi Okupasi Membuat Handcraft Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Di Banjar Denbantas.
- Putri, E. J., & Khairani. (2021). Perbedaan Persepsi Stres Lansia yang Tinggal di Komunitas dan Lansia yang Tinggal di Institusi. *Idea Nursing Journal*, 11(1), 37–42.
- Ruswadi, I., & Supriatun, E. (2022). *Keperawatan Gerontik Pengetahuan Praktis Bagi Perawat dan Mahasiswa Keperawatan*. Adanu Abimata.
- Setyarini, E. A., Niman, S., Parulian, T. S., & Hendarsyah, S. (2022). Prevalensi Masalah Emosional: Stres, Kecemasan dan Depresi pada Usia Lanjut. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 21–27. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i1.140>
- Suharsono, B. (2023). Situasi Kependudukan Saar Rasio Ketergantungan DIY Diperkirakan Optimal. *Profil Perkembangan Kependuduk DIY Tahun 2022*.