

PERBANDINGAN TINGKAT STRES ANTARA LANSIA YANG TINGGAL DI DAERAH WISATA PERKOTAAN DENGAN DAERAH WISATA PEDESAAN

I Putu Artha Suwartika*¹, Ni Komang Ari Sawitri¹, I Made Suindrayasa¹

¹Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

*korespondensi penulis, e-mail: arthasuwartika06@gmail.com

ABSTRAK

Stres merupakan reaksi atau respons tubuh terhadap stressor psikososial meliputi tekanan mental atau beban kehidupan. Stres yang berkepanjangan pada lansia dapat mengganggu dan menurunkan kualitas hidup lansia. Lingkungan tempat tinggal merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi stres pada lansia. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis perbedaan tingkat stres antara lansia yang tinggal di daerah wisata perkotaan dengan daerah wisata pedesaan. Penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif komparatif dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 76 lansia yang tinggal di daerah wisata perkotaan dan 72 lansia yang tinggal di daerah wisata pedesaan, yang ditentukan dengan teknik *simple random sampling*. Kuesioner yang digunakan adalah *Stress Assessment Questionnaire (SAQ)*. Hasil analisa data yang diperoleh dengan uji t tidak berpasangan (tingkat kepercayaan 95%) adalah $p = 0,032 < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan antara nilai rata-rata tingkat stres lansia yang tinggal di daerah wisata perkotaan dengan daerah wisata pedesaan. Perbedaan tingkat stres pada lansia disebabkan oleh kurangnya dukungan dari anggota keluarga yang menyebabkan lansia menjadi kesepian dan perbedaan suasana atau kondisi lingkungan yang ada di tempat tinggal mereka. Keluarga diharapkan dapat lebih memperhatikan dan memberikan dukungan kepada lansia agar lansia tidak mengalami stres sehingga kualitas hidup lansia menjadi meningkat.

Kata kunci: daerah wisata pedesaan, daerah wisata perkotaan, tingkat stres

ABSTRACT

Stress is a reaction or response of the body to psychosocial stressor, including mental distress or the burden of life. A prolonged stress can disturb and decrease the quality of life among elderly. The residential environment is one of factor that can affect stress in the older people. This study aims to analyze the difference of stress level between urban and rural elderly in tourist areas. This study used a descriptive-comparative design by using a cross-sectional approach. This research enrolled 76 elderly in urban tourist area and 72 elderly in rural tourist area that were selected by a simple random sampling technique. The Stress Assessment Questionnaire (SAQ) was an instrument that utilized in this study. The result of data analysis by using an independent t-test (95% confidence interval) was $p = 0,032 < 0,05$ which means there was a significant difference between mean score of stress level among elderly in urban and rural tourist areas. The difference of stress level among elderly was caused by lacking of family's member support that provoke loneliness in the elderly and the differences of situation or condition in their residential environment. Family is expected to be able to provide an attentiveness and support to the elderly in order to prevent stress and improve the quality of life among elderly.

Keywords: rural tourist area, stress level, urban tourist area

PENDAHULUAN

Lansia merupakan tahap akhir dari proses tumbuh kembang manusia. Menurut WHO (2016), seseorang dapat dikategorikan sebagai lansia apabila berusia 60 tahun ke atas. Saat menginjak usia lansia seseorang mulai mengalami perubahan dalam hidupnya yang diakibatkan oleh proses menua. Proses menua ditandai dengan adanya perubahan fisik, psikologis dan sosial. Hal ini menyebabkan terjadinya kelemahan, meningkatnya kerentanan terhadap penyakit, perubahan lingkungan, serta perubahan fisiologi dan sosial (Maheshwari, 2016). Walaupun lansia mengalami proses penuaan, namun usia harapan hidup (UHH) terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Sejak tahun 2004 hingga tahun 2015 memperlihatkan adanya peningkatan UHH di Indonesia yaitu dari 68,8 tahun menjadi 70,8 tahun dan proyeksi tahun 2030-2035 mencapai 72,2 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2016). Meningkatnya UHH penduduk di Indonesia membawa konsekuensi bertambahnya jumlah lansia. Pada tahun 2017 terdapat jumlah lansia sebesar 23,66 juta jiwa atau sekitar 9,03%. Bali menempati peringkat ke 4 di Indonesia dengan jumlah lansia terbanyak sebesar 10,7% dari seluruh jumlah populasi lansia pada tahun 2017 (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Seiring dengan pertambahan jumlah penduduk lansia yang begitu cepat, hal ini juga menimbulkan berbagai permasalahan pada lansia. Banyak permasalahan yang timbul pada lansia terutama dari segi kesehatan. Lansia akan banyak mengalami permasalahan baik fisik maupun mental, seperti mudah terserang penyakit, fungsi organ tubuh menurun, dan merasakan kesepian (Kurnianto, 2015). Salah satu masalah mental yang dapat dialami lansia adalah stres.

Stres merupakan reaksi atau respons tubuh terhadap stressor psikososial meliputi tekanan mental atau beban kehidupan (Hawari, 2013). Stres dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Faktor lingkungan tempat tinggal merupakan salah satu faktor yang sangat berpengaruh terhadap stres yang dialami lansia. Lansia yang tidak dapat

menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggalnya dapat menjadi pemicu timbulnya stres (Suaib, 2007). Hal ini dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan oleh Putri (2012) yang menunjukkan perbandingan antara tingkat stres pada lansia yang bertempat tinggal di panti dan di rumah. Ditemukan hasil bahwa lansia yang tinggal di panti mengalami stres berat lebih banyak dibandingkan dengan lansia yang tinggal di rumah. Selain memiliki tempat tinggal dirumah bersama keluarga dan di panti, ada juga lansia yang tinggal di kawasan daerah wisata. Berdasarkan tempatnya, daerah wisata dapat dikelompokkan menjadi 2 jenis yaitu daerah wisata perkotaan (*urban tourism*) dan daerah wisata pedesaan (*rural tourism*) (Kementerian Pariwisata RI, 2018).

Pantai Kuta merupakan salah satu daerah wisata yang ada di perkotaan dan merupakan pantai yang sudah terkenal diseluruh dunia akan aktivitas pariwisata dan ekonomi di kawasan tersebut (Apriliani 2012). Pantai Kuta terletak Kecamatan Kuta sebelah selatan Kota Denpasar, Bali, Indonesia. Daerah ini merupakan salah satu daerah wisata yang terkenal di Pulau Bali yang sudah beroperasi sejak awal tahun 1970-an. Pantai sering disebut dengan pantai matahari terbenam (*sunset beach*). Sedangkan Desa Penglipuran merupakan salah satu daerah wisata pedesaan di Bali yang terkenal dan diminati wisatawan karena sensasi keunikan arsitektur bangunan tradisional Bali (Ardika, 2015). Desa ini terletak di Kabupaten Bangli dan berjarak 45 km dari Kota Denpasar, dengan luas wilayah kurang lebih 112 ha.

Terbentuknya daerah wisata baik di perkotaan maupun di pedesaan dapat menimbulkan dampak negatif kepada masyarakat yang tinggal disekitarnya. Dampak negatif yang dapat ditimbulkan yaitu terganggunya lingkungan, semakin terbatasnya lahan pertanian, berubahnya nilai-nilai kepercayaan penduduk, adanya kehidupan malam yang tidak terkendali, lalu lintas menjadi padat, perubahan perilaku dan kebiasaan penduduk, serta masyarakat mengadopsi kebiasaan minum minuman

beralkohol wisatawan (Spillane, 2002). Dampak tersebut juga terjadi pada daerah wisata Pantai Kuta dan Desa Penglipuran.

Dampak negatif yang ditimbulkan oleh daerah wisata dapat mengakibatkan masyarakat khususnya lansia yang tinggal di kawasan wisata harus beradaptasi dengan gaya hidup dan kebiasaan wisatawan yang berkunjung kesana. Hal ini berpotensi mengakibatkan terjadinya stres pada masyarakat sekitar, terlebih pada lansia karena lansia memiliki kemampuan beradaptasi yang kurang dibandingkan kelompok umur yang lebih muda (Sari, 2016). Stres yang dialami lansia akan mempengaruhi kualitas hidup lansia. Apabila stres yang dialami lansia meningkat, maka kualitas hidup yang dimiliki lansia akan menurun (Azizah, 2016).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh lansia di Kelurahan Kuta dan Desa Penglipuran. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling* pada 76 lansia yang tinggal di Kelurahan Kuta dan 72 lansia yang tinggal di Desa Penglipuran. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah lansia yang berusia 60 tahun keatas, lansia yang tinggal di Kelurahan Kuta dan atau di Desa Penglipuran serta lansia yang bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah lansia yang dalam keadaan sakit, lansia yang memiliki gangguan berkomunikasi, pendengaran dan penglihatan serta lansia yang mengalami gangguan jiwa. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner demografi dan kuesioner tingkat stres berupa *Stress Assessment Questionnaire (SAQ)* versi Bahasa Indonesia yang sudah diuji validitas (0,376-0,767) dan reliabilitasnya (0,717) oleh Prabhawidyaswari pada tahun 2016.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner *hardcopy* kepada

Hasil studi pendahuluan dilakukan pada 5 lansia yang tinggal di Pantai Kuta tepatnya di Kelurahan Kuta dan 5 lansia yang tinggal di Desa Penglipuran dengan teknik wawancara mengenai stres yang dialami lansia mendapatkan hasil bahwa kadang-kadang merasa terganggu dengan keramaian akibat aktivitas wisatawan yang berkunjung kesana. Semua lansia yang diwawancarai mengalami stres ringan yang disebabkan oleh berbagai alasan seperti masalah dengan keluarga, kurangnya perhatian anak karena sibuk bekerja dan merantau ke daerah lain, ditinggal pasangan serta ketidakberdayaan. Berdasarkan hal tersebut penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbandingan tingkat stres lansia yang tinggal di daerah wisata perkotaan dan pedesaan.

lansia melalui kepala lingkungan di tempat penelitian. Kuesioner diisi oleh lansia dengan bantuan dari keluarga. Setelah kuesioner selesai diisi oleh responden, kemudian kuesioner dikumpulkan lagi kepada peneliti. Peneliti kemudian mengklarifikasi jawaban kuesioner yang diisi lansia melalui via telepon maupun *WhatsApp*. Peneliti mengklarifikasi jawaban tersebut kepada lansia dan didampingi oleh keluarga. *Informed consent* diisi oleh lansia sebelum mengisi kuesioner *hardcopy* yang telah dibagikan.

Skor dari kuesioner tingkat stres SAQ dijumlahkan sesuai dengan kategori pertanyaan untuk mendapatkan skor kriteria tingkat stres yang dialami lansia. Skor tersebut kemudian ditransformasikan menjadi skor 0-25.

Analisis data menggunakan uji t tidak berpasangan dikarenakan menggunakan data yang bersifat numerik yaitu berupa skala interval dengan membandingkan dua kelompok yang berbeda. Analisis data menggunakan bantuan program SPSS ver.23 dengan tingkat kepercayaan 95% ($p \leq 0,05$).

HASIL PENELITIAN

Berikut ini merupakan hasil penelitian mengenai gambaran karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin dan tingkat pendidikan lansia yang tinggal di daerah wisata perkotaan dan daerah wisata pedesaan.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Tingkat Pendidikan

No	Tempat Tinggal Lansia	Karakteristik Responden	Jumlah	Persentase
1	Daerah Wisata Perkotaan	Usia		
		a. 60-74 tahun	57	75%
		b. 75 -89 tahun	19	25%
		Total	76	100%
	Daerah Wisata Pedesaan	Usia		
		a. 60-74 tahun	63	87,5%
b. 75 -89 tahun		9	12,5%	
	Total	72	100%	
2	Daerah Wisata Perkotaan	Jenis Kelamin		
		a. Laki-laki	36	47,4%
		b. Perempuan	40	52,6%
		Total	76	100%
	Daerah Wisata Pedesaan	Jenis Kelamin		
		a. Laki-laki	37	51,4%
b. Perempuan		35	48,6%	
	Total	72	100%	
3	Daerah Wisata Perkotaan	Tingkat Pendidikan		
		a. Tidak Sekolah	3	3,9%
		b. SD	22	28,9%
		c. SMP	17	22,4%
		d. SMA	21	27,6%
		e. Perguruan Tinggi	13	17,1%
		Total	76	100%
	Daerah Wisata Pedesaan	Tingkat Pendidikan		
		a. Tidak Sekolah	2	2,8%
		b. SD	20	27,8%
		c. SMP	6	8,3%
		d. SMA	25	34,7%
e. Perguruan Tinggi		19	26,4%	
	Total	72	100%	

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden pada penelitian ini berusia 60-74 tahun yaitu sebanyak 57 orang (75%) di daerah wisata perkotaan dan sebanyak 61 orang (87,5%) di daerah wisata pedesaan. Pada daerah wisata perkotaan sebagian besar lansia berjenis kelamin perempuan sebanyak 40 orang (52,6%), sedangkan pada daerah wisata pedesaan sebagian besar lansia berjenis kelamin laki-laki sebanyak 37 orang (51,4). Tingkat pendidikan responden pada penelitian ini sebagian besar adalah tamatan SD sebanyak 22 orang (28,9) pada daerah wisata perkotaan dan tamatan SMA sebanyak 25 orang pada daerah wisata pedesaan.

Tabel 2. Gambaran Tingkat Stres Lansia yang Tinggal di Daerah Wisata Perkotaan

Tingkat Stres	Jumlah (N)	Persentase
Tidak Stres	25	32,9%
Stres Ringan	29	38,2%
Stres Sedang	16	21,1%
Stres Berat	6	7,9%
Stres Sangat Berat	0	0%
Total	76	100%

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil bahwa lansia yang tinggal di daerah wisata perkotaan memiliki proporsi lansia yang tidak mengalami stres sebanyak 25 responden (32,9%), stres ringan sebanyak 29 responden

(38,2%), stres sedang sebanyak 16 responden (21,1%), stres berat sebanyak 6 responden (7,9%) dan tidak ada lansia yang mengalami stres sangat berat (0%).

Tabel 3. Gambaran Tingkat Stres Lansia yang Tinggal di Daerah Wisata Pedesaan

Tingkat Stres	Jumlah (N)	Persentase
Tidak Stres	28	38,9%
Stres Ringan	30	41,7%
Stres Sedang	10	13,9%
Stres Berat	4	5,6%
Stres Sangat Berat	0	0%
Total	72	100%

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil bahwa lansia yang tinggal di daerah wisata pedesaan memiliki proporsi lansia yang tidak mengalami stres sebanyak 28 responden (38,9%), stres ringan sebanyak 30 responden

(41,7%), stres sedang sebanyak 10 responden (13,9%), stres berat sebanyak 4 responden (5,6%) dan tidak ada lansia yang mengalami stres sangat berat (0%).

Tabel 4. Analisis Perbedaan Tingkat Stres antara Lansia yang Tinggal di Daerah Wisata Perkotaan dengan Daerah Wisata Pedesaan

Tempat Tinggal Lansia	N	Mean ± Std. Deviation	p value	Mean Different (95% CI)
Daerah Wisata Perkotaan	76	7,33 ± 2,426	0,032	0,940 (0,084-1,796)
Daerah Wisata Pedesaan	72	6,39 ± 2,801		

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji t tidak berpasangan pada tabel 4 didapatkan hasil bahwa nilai rata-rata skor SAQ lansia yang tinggal di daerah wisata perkotaan adalah 7,33 dengan standar deviasi 2,426, sedangkan nilai rata-rata skor stres lansia yang tinggal di daerah wisata pedesaan adalah 6,39 dengan standar deviasi 2,801. Pada tabel statistik uji t tidak

berpasangan didapatkan nilai p sebesar 0,032 yang nilainya lebih kecil dari nilai α yaitu 0,05 sehingga menunjukkan adanya perbedaan rata-rata skor SAQ antara lansia yang tinggal di daerah wisata perkotaan dengan daerah wisata pedesaan yaitu dengan memiliki nilai perbedaan rata-rata sebesar 0,940 dan nilai IK 95% adalah antara 0,084 sampai 1,796.

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, baik lansia yang tinggal di daerah wisata perkotaan maupun daerah wisata pedesaan sebagian besar berusia 60-74 tahun. Nasution (2011) menyebutkan bahwa usia merupakan faktor yang dapat membedakan stres pada individu. Semakin bertambahnya umur seseorang, maka akan semakin mudah seseorang tersebut mengalami stres. Hal ini disebabkan karena beban hidup yang lebih berat serta fungsi fisiologis yang semakin mengalami kemunduran dalam berbagai kemampuan

seperti kemampuan visual, berpikir, mendengar dan mengingat sesuatu (Lestari, 2015)

Mayoritas lansia yang tinggal di daerah wisata perkotaan adalah perempuan, sedangkan mayoritas lansia yang tinggal di daerah wisata pedesaan adalah laki-laki. Walaupun memiliki perbedaan, namun perbedaan jenis kelamin pada lansia ini tidak jauh berbeda atau tidak *significant*. Hal ini dapat dilihat pada tabel 1 yaitu perbandingan lansia berjenis kelamin laki-laki di daerah

wisata perkotaan dengan pedesaan adalah 36:37, sedangkan perbandingan jenis kelamin perempuannya adalah 40:35 sehingga perbedaan tersebut tidak dibahas secara lebih mendalam pada penelitian ini. Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia yang tinggal di daerah wisata perkotaan berpendidikan terakhir SD sedangkan di daerah wisata pedesaan berpendidikan terakhir SMA. Menurut Charini (2013) pendidikan dapat mempengaruhi pola pikir seseorang dalam menghadapi berbagai stressor. Lansia yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi mampu mengelola masalah dengan baik sehingga meminimalisir terjadinya stres, sedangkan lansia yang memiliki pendidikan rendah kurang memiliki pengetahuan yang cukup untuk menyelesaikan masalah sehingga lebih mudah mengalami stres. Akan tetapi sama halnya dengan jenis kelamin, tingkat pendidikan pada lansia juga tidak jauh memiliki perbedaan atau tidak *significant*. Hal ini dapat dilihat pada tabel 1 yaitu perbandingan lansia dengan tingkat pendidikan SD di daerah wisata perkotaan dengan pedesaan adalah 22:20, sedangkan perbandingan tingkat pendidikan SMA adalah 21:25 sehingga perbedaan tersebut juga tidak dibahas secara lebih mendalam pada penelitian ini.

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar lansia yang tinggal di daerah wisata perkotaan mengalami stres ringan yaitu sebanyak 29 lansia (38,2%). Berdasarkan wawancara menggunakan kuesioner SAQ, didapatkan hasil sebagian besar lansia mengatakan kurang mendapat perhatian dari anak-anaknya karena anak-anak mereka sibuk bekerja dan mengurus rumah tangganya. Keadaan ini sesuai dengan pendapat dari Sukadiyanto (2010) yaitu kurangnya kedekatan dengan keluarga atau orang yang dicintai diakibatkan karena padatnya kegiatan atau pekerjaan yang dilakukan. Hal tersebut mengakibatkan kurangnya perhatian, kesepian dan kesendirian pada lansia yang menyebabkan terjadinya stres pada lansia baik yang bertempat tinggal dirumah sendiri, ataupun di rumah bersama anak (Purwanto, 2012).

Pada tabel 3 juga menunjukkan bahwa sebagian besar lansia yang tinggal di daerah wisata pedesaan mengalami stres ringan yaitu sebanyak 30 lansia (41,7%). Berdasarkan hasil wawancara menggunakan kuesioner SAQ, sebagian besar lansia mengatakan sedih dan merasa kesepian saat ditinggal anaknya merantau. Menurut Nugroho (2008) keberadaan anggota keluarga seperti anak, cucu, cicit maupun sanak saudara yang peduli dapat membuat lansia merasa diperhatikan, namun bagi lansia yang hidup sendiri, telah kehilangan pasangan, berada jauh dari anak-anak (rantauan) akan membuat lansia merasa kesepian, sendiri dan tidak ada perhatian dari lingkungannya. Kesepian inilah yang akhirnya dapat menjadi sumber stres pada lansia (Kresna, 2012).

Walaupun sebagian besar lansia yang tinggal di daerah wisata perkotaan dan daerah wisata pedesaan sama-sama mengalami stres ringan, akan tetapi berdasarkan analisis uji t tidak berpasangan pada tabel 4 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat stres antar lansia. Hasil nilai rata-rata skor SAQ lansia yang tinggal di daerah wisata perkotaan adalah sebesar 7,33 dibulatkan menjadi 8 (stres ringan), sedangkan nilai rata-rata skor SAQ lansia yang tinggal di daerah wisata pedesaan adalah sebesar 6,39 dibulatkan menjadi 7 (stres ringan) dengan nilai p value = 0,032 yang berarti nilai p value lebih kecil daripada nilai alpha ($p < \alpha$) dengan $\alpha = 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat stres lansia yang bertempat tinggal di daerah wisata perkotaan cenderung lebih tinggi daripada lansia yang bertempat tinggal di daerah wisata pedesaan. Hal ini sesuai dengan penelitian Noorbala (2017) yang menunjukkan bahwa orang yang tinggal di perkotaan memiliki risiko 1,4 kali mengalami kejadian stres dibandingkan dengan orang yang tinggal di pedesaan. Hal ini disebabkan oleh biaya hidup, lalu lintas yang padat, polusi lingkungan dan kurangnya berinteraksi sosial antara individu di daerah perkotaan. Tingkat pendidikan yang cenderung lebih rendah pada daerah wisata perkotaan dibandingkan dengan daerah wisata pedesaan juga mempengaruhi perbedaan tingkat stres yang dialami lansia

yang tinggal di daerah wisata perkotaan dan daerah wisata pedesaan.

Perbedaan tingkat stres pada lansia yang bertempat tinggal di daerah wisata perkotaan dan di daerah wisata pedesaan juga cenderung disebabkan oleh perbedaan suasana atau kondisi masing-masing tempat. Suasana lingkungan tempat tinggal di daerah wisata perkotaan adalah ramai, macet, gerah dan bising. Sedangkan suasana lingkungan tempat tinggal di daerah wisata pedesaan adalah sejuk, tenang tidak sebisng di suasana

perkotaan. Lansia yang tinggal di daerah wisata pedesaan juga sering berinteraksi dengan tetangga disekitar tidak seperti lansia yang tinggal di daerah wisata perkotaan. Hal ini sesuai dengan penelitian Trisnawati (2017) yang menunjukkan bahwa interaksi atau hubungan sosial yang baik memiliki hubungan dengan kualitas hidup lansia, semakin baik interaksi atau hubungan sosial lansia dengan orang lain, maka lansia akan memiliki kualitas hidup yang baik juga.

SIMPULAN

Simpulan yang diperoleh dari penelitian ini adalah terdapat perbedaan tingkat stres antara lansia yang tinggal di daerah wisata perkotaan dengan daerah wisata pedesaan dengan hasil analisis menunjukkan bahwa nilai $p = 0,032$ (0,05). Lansia yang tinggal di daerah wisata perkotaan cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan lansia yang tinggal di daerah wisata pedesaan. Hal ini disebabkan karena suasana atau kondisi lingkungan di daerah wisata perkotaan yang lebih ramai, macet, gerah dan bising serta kurangnya hubungan atau interaksi sosial lansia dengan tetangga sekitarnya dibandingkan dengan daerah wisata pedesaan.

Ketika pemerintah membuat keputusan untuk menjadikan suatu tempat menjadi daerah wisata, sebaiknya pemerintah juga memperhatikan dampak fisik, sosial maupun psikologis yang mempengaruhi masyarakat sekitar khususnya pada lansia. Keluarga diharapkan dapat lebih memperhatikan dan memberikan dukungan yang baik kepada lansia untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti dan menganalisis lebih dalam mengenai faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat stres lansia serta menggunakan metode kualitatif untuk memahami lebih dalam masalah stres yang dialami lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriliani, N. K. D. S. (2012). Analisis Disparitas Pendapatan di Kawasan Pariwisata, Kecamatan Kuta Kabupaten Badung. *Skripsi*. Fakultas Ekonomi Universitas Udayana.
- Ardika, I. W. (2015). *Warisan Budaya Prespektif Masa Kini*. Udayana University Press. Denpasar.
- Azizah, R dan Hartanti, R. (2016). Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan. *The 4 th University Research Coloqium*. 261-278.
- Charini. (2013). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Pengasuh Ibu dengan Anak Usia Prasekolah.
- Hawari, Dadang. (2013). *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*. Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Analisis Lansia di Indonesia*. Jakarta Selatan: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). Situasi Lanjut Usia (Lansia) di Indonesia. *Pusat Data dan Informasi*. ISSN 2442-7659
- Kresna A. 2012. Manajemen Stres dan Kesepian dengan Multicomponent Cognitive Behavioral Group Therapy (MCBGT) pada Lansia. *Tesis*. Fakultas Psikologi Depok.
- Kurnianto, D. P. (2015). Menjaga Kesehatan di Usia Lanjut. *Jurnal Olahraga Prestasi*. Vol. 11. No. 2
- Kementerian Pariwisata Republik Indonesia. (2018). Peraturan Menteri Pariwisata Republik Indonesia No 3 Tahun 2018 tentang Petunjuk Operasional Pengelolaan Dana Alokasi Khusus Fisik Bidang Pariwisata.
- Lestari T. (2015). *Kumpulan Teori untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta. Nuha Medika.
- Maheshwari, S. K., Tak1, G. S., & Kau, Manpreet. (2016). Effectiveness Of Progressive Muscle Relaxation Technique On Anxiety Among

- Elderly. *International Journal of Therapeutic Applications*. Vol. 32 48-54
- Nasution H. 2011. Gambaran Koping Stres pada Wanita Madya dalam Menghadapi Pramenopause. Skripsi tidak diterbitkan. Fakultas Psikologi Universitas Sumatra Utara.
- Nugroho, H. W. (2008). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Jakarta: EGC.
- Noorbala et al. (2017). Mental Health Survey of the Iranian Adult Population in 2015. *Archives of Iranian Medicine*. Vol. 20 No 3. 128-134 (pp).
- Prabhawidiaswari, Citta (2016) Pengaruh Terapi Menggambar terhadap Tingkat Stres Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Udayana. Denpasar.
- Purwanto. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Bandung
- Putri, R. D. (2012). Perbedaan Tingkat Stres Pada Lansia Yang Bertempat Tinggal di Rumah Dan Di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bondowoso. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember. Jember.
- Sari, M. K. (2016). Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Menggunakan Reminiscence Affirmative Berbasis Teori Lazarus. *Jurnal Ners Lentera*. Vol 4. No 1. 81-90.
- Spillane, J. J. (2002). *Ekonomi Pariwisata dan Sejarah Prospeknya*. Yogyakarta : Karnisius.
- Suaib, Muhammad. (2007). Stressor dan Mekanisme Koping pada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta. Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah.
- Sukadiyanto. (2010). Stres dan Cara Mengurangnya. *Cakrawala Pendidikan*. No 1. 55-66.
- Trisnawati P. S., Pinontoan O. R. dan Katuuk M. E. (2017). Hubungan Interaksi Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi Utara. *e-Journal Keperawatan*. Vol 5 No 1.
- WHO. (2016). *Health Statistics and Information Systems*. [Online] Available at: https://www.who.int/healthinfo/survey/ageing_defnolder/en/.