

Pengaruh Strategi Koping Terhadap Penanganan Stres Pada Lansia Dengan Komorbid Di Puskesmas Rawa Buntu

Febriyanti

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banten

e-mail : febriyanti0307@gmail.com

ABSTRAK

Lansia dengan komorbiditas merupakan kelompok rentan yang tidak hanya menghadapi permasalahan fisik tetapi juga tekanan psikologis berupa stres. Kondisi penyakit kronis yang berlangsung lama, keterbatasan aktivitas, serta ketergantungan terhadap orang lain dapat meningkatkan beban psikologis lansia. Strategi koping menjadi faktor penting dalam membantu lansia mengelola stres secara adaptif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh strategi koping terhadap tingkat stres pada lansia dengan komorbid di Puskesmas Rawa Buntu. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional dengan jumlah sampel 135 responden. Instrumen yang digunakan adalah Brief COPE dan Perceived Stress Scale (PSS). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden menggunakan strategi koping adaptif (62%) dan mengalami stres sedang (57%). Uji Spearman menunjukkan hubungan signifikan ($p = 0,000$; $r = -0,482$). Strategi koping adaptif berperan dalam menurunkan tingkat stres pada lansia dengan komorbid.

Kata kunci: lansia, komorbiditas, strategi koping, stres

ABSTRACT

Elderly people with comorbidities are a vulnerable group who face not only physical challenges but also psychological pressures in the form of stress. Long-term chronic illnesses, limited activity, and dependence on others can increase the psychological burden on the elderly. Coping strategies are an important factor in helping the elderly manage stress adaptively. This study aims to analyze the effect of coping strategies on stress levels in elderly people with comorbidities at the Rawa Buntu Community Health Center. This study used a quantitative design with a cross-sectional approach, with a sample size of 135 respondents. The instruments used were the Brief COPE and the Perceived Stress Scale (PSS). The results showed that the majority of respondents used adaptive coping strategies (62%) and experienced moderate stress (57%). The Spearman test showed a significant relationship ($p = 0.000$; $r = -0.482$). Adaptive coping strategies play a role in reducing stress levels in elderly people with comorbidities.

Keywords: elderly, comorbidities, coping strategies, stress.

PENDAHULUAN

Peningkatan populasi lansia adalah fenomena global yang terus meningkat seiring bertambahnya angka harapan hidup dan perkembangan teknologi kesehatan. Hal ini berkontribusi pada meningkatnya prevalensi penyakit kronis dan komorbiditas yang menjadi tantangan utama dalam sistem pelayanan kesehatan. Jalali et al. (2024) mencatat bahwa gangguan psikologis pada lansia yang menderita penyakit kronis menunjukkan peningkatan yang signifikan. Selain itu, Qiu et al. (2025) menjelaskan bahwa komorbiditas tidak hanya berdampak pada kondisi fisik, tetapi juga sangat berkaitan dengan gangguan kognitif dan emosional pada lansia. Dalam hal ini, Wang et al. (2021) menekankan bahwa lansia dengan penyakit kronis memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami stres, kecemasan, dan depresi dibandingkan populasi umum, sehingga kesehatan mental harus dipertimbangkan sebagai bagian integral dari kesehatan fisik.

Lansia yang memiliki komorbiditas mengalami tekanan yang bersifat multidimensional, mencakup aspek biologis, psikologis, dan sosial. Menurut Chen et al. (2022), penyakit kronis yang berkepanjangan memerlukan adaptasi yang terus-menerus, yang dapat menyebabkan kelelahan fisik dan mental. Hal ini diperkuat oleh penelitian Kim (2021) yang menunjukkan bahwa keterbatasan dalam beraktivitas dan

ketergantungan pada orang lain meningkatkan risiko stres di kalangan lansia. Di sisi lain, Park et al. (2022) menyatakan bahwa perubahan kesehatan yang terus-menerus dapat menyebabkan lansia mengalami stres kronis yang sulit diatasi. Oleh karena itu, lansia dengan komorbiditas tidak hanya harus menghadapi beban penyakit, tetapi juga tekanan psikologis yang kompleks dan berkelanjutan.

Dari sudut pandang psikologis, kemampuan individu lansia dalam mengatasi tekanan berpengaruh pada tingkat stres yang mereka alami. Ahmadi et al. (2023) menjelaskan bahwa reaksi terhadap stres sangat tergantung pada strategi koping yang diterapkan. Senada dengan itu, Gao et al. (2024) menemukan bahwa penggunaan koping maladaptif berhubungan dengan peningkatan kecemasan dan stres pada individu dengan kondisi kesehatan tertentu. Di sisi lain, Liu et al. (2025) menekankan bahwa koping adaptif, seperti penerimaan dan pemecahan masalah, dapat meningkatkan ketahanan psikologis lansia. Ini menunjukkan bahwa strategi koping memainkan peran penting dalam menentukan respons lansia terhadap tekanan yang mereka hadapi.

Efektivitas strategi koping tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal individu, tetapi juga oleh faktor eksternal seperti dukungan sosial. Wang et al. (2021) menyatakan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai pelindung yang dapat meminimalkan

pengaruh stres terhadap kesehatan mental. Penelitian lain oleh Zhang et al. (2020) menunjukkan bahwa kehadiran keluarga sebagai sistem dukungan utama dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis bagi lansia. Temuan ini semakin diperkuat oleh Rahman et al. (2021), yang menyatakan bahwa pendekatan berbasis budaya dan keluarga dapat meningkatkan efektivitas koping adaptif. Oleh karena itu, dukungan sosial menjadi faktor krusial dalam memperkuat kemampuan lansia untuk mengatasi stres.

Meskipun demikian, realitas di lapangan menunjukkan bahwa tidak semua lansia dapat menerapkan strategi koping yang adaptif. Gao et al. (2024) menemukan bahwa beberapa lansia masih cenderung menggunakan koping maladaptif, seperti menarik diri dan penolakan, yang malah memperburuk kesehatan psikologis mereka. Low et al. (2025) juga melaporkan bahwa lansia dengan koping negatif mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang menggunakan koping adaptif. Selain itu, Vitaliano et al. (2021) menekankan bahwa ketidakmampuan dalam mengelola stres dengan baik dapat meningkatkan risiko gangguan mental di kalangan lansia. Situasi ini menunjukkan adanya perbedaan dalam kemampuan koping yang dimiliki lansia, terutama yang memiliki komorbiditas.

Di Indonesia, di bidang kesehatan, khususnya di Puskesmas, penanganan lansia dengan komorbid masih berfokus pada persoalan fisik dan terapi penyakit jangka panjang. Ahmad dkk. (2023) menekankan bahwa fokus medis saja tidak cukup untuk meningkatkan kesejahteraan lansia secara keseluruhan. Jalali dkk. (2024) juga menemukan bahwa intervensi psikososial sangat krusial untuk menurunkan beban stres pada lansia. Sementara itu, Liu dkk. (2025) menyarankan bahwa menerapkan strategi menghadapi masalah dalam layanan kesehatan dapat secara substansial memperbaiki mutu hidup lansia. Hal ini mengindikasikan kebutuhan akan metode menyeluruh yang mencakup sisi biologis, psikologis, dan sosial dalam perawatan lansia.

Berdasarkan uraian tersebut, strategi koping merupakan faktor yang berpotensi memengaruhi tingkat stres pada lansia dengan komorbiditas. Namun demikian, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan strategi koping dengan tingkat stres pada lansia dengan komorbid di fasilitas pelayanan kesehatan primer di Indonesia masih terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya dilakukan pada populasi lansia secara umum atau lebih berfokus pada depresi, kecemasan, maupun kualitas hidup, sehingga bukti empiris mengenai pengaruh strategi koping terhadap tingkat stres pada lansia dengan komorbid di tingkat Puskesmas masih belum memadai.

Keterbatasan tersebut menunjukkan adanya *research gap*, yaitu belum tersedianya bukti empiris mengenai pengaruh strategi koping terhadap tingkat stres pada lansia dengan komorbid yang memperoleh pelayanan di fasilitas kesehatan primer. Penelitian ini memiliki nilai kebaruan karena secara khusus menganalisis hubungan strategi koping dengan tingkat stres pada lansia dengan komorbid di Puskesmas Rawa Buntu. Hasil penelitian diharapkan dapat memperkaya bukti ilmiah dalam bidang keperawatan gerontik, khususnya terkait pengelolaan kesehatan psikologis lansia melalui penguatan strategi koping adaptif sebagai dasar pengembangan intervensi keperawatan berbasis bukti di pelayanan kesehatan primer.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh strategi koping terhadap tingkat stres pada lansia dengan komorbid di Puskesmas Rawa Buntu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional untuk menganalisis pengaruh strategi koping terhadap tingkat stres pada lansia dengan komorbid. Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Rawa Buntu, Kota Tangerang Selatan. Populasi penelitian adalah seluruh lansia dengan komorbid yang tercatat di

Puskesmas sebanyak 205 orang. Sampel penelitian berjumlah 135 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5% dan dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Kriteria inklusi meliputi lansia berusia ≥ 60 tahun, memiliki minimal dua penyakit kronis (komorbid), mampu berkomunikasi dengan baik, dan bersedia menjadi responden, sedangkan lansia dengan gangguan kognitif berat atau kondisi kesehatan yang tidak memungkinkan mengikuti penelitian dikeluarkan dari penelitian.

Data primer dikumpulkan melalui wawancara terstruktur menggunakan kuesioner *Brief COPE* untuk mengukur strategi koping dan *Perceived Stress Scale (PSS)* untuk mengukur tingkat stres. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden, distribusi strategi koping, dan tingkat stres dalam bentuk frekuensi serta persentase. Hubungan antara strategi koping dan tingkat stres dianalisis menggunakan uji korelasi *Spearman Rank* karena hasil uji normalitas menunjukkan data tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), dengan tingkat signifikansi ditetapkan pada $p < 0,05$ dan tingkat kepercayaan 95%.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari institusi terkait. Seluruh responden diberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, prosedur penelitian, serta hak sebagai responden, kemudian menandatangani informed consent sebelum

pengumpulan data. Kerahasiaan identitas responden dijamin dan seluruh proses penelitian dilaksanakan sesuai prinsip etik

penelitian yang meliputi *respect for persons*, *beneficence*, dan *justice*.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Gambaran Karakteristik Responden

Karakteristik Responden		Frekuensi	%
Usia	60–74 tahun	97	72%
	≥75 tahun	38	28%
Jenis Kelamin	Laki-laki	46	34%
	Perempuan	89	66%
Jumlah Komorbid	≥ 2 penyakit	135	100%
Total		135	100%

Tabel 1, menggambarkan karakteristik responden didominasi oleh kelompok usia lanjut awal (60–74 tahun) yaitu sebesar 72%, dengan mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 66%. Sebagian besar responden memiliki kondisi komorbid dengan jumlah penyakit

≥2, yang umumnya terdiri dari hipertensi dan diabetes melitus. Kondisi ini menggambarkan bahwa responden berada dalam kelompok rentan yang tidak hanya menghadapi masalah kesehatan fisik, tetapi juga berpotensi mengalami tekanan psikologis akibat penyakit kronis yang dialami.

Tabel 2. Gambaran Strategi Koping

Strategi Koping	Jumlah	Persentase (%)
Adaptif	84	62%
Maladaptif	51	38%
Total	135	100%

Berdasarkan Tabel 2, sebagian besar responden menggunakan strategi koping adaptif yaitu sebanyak 62%, sedangkan 38% lainnya masih menggunakan strategi koping maladaptif. Hal ini menunjukkan bahwa

mayoritas lansia telah memiliki kemampuan dalam mengelola stres secara konstruktif, meskipun masih terdapat proporsi yang cukup signifikan yang menggunakan koping yang kurang efektif

Tabel 3. Tingkat Stres

Tingkat Stes	Jumlah	Persentase (%)
Ringan	38	28%
Sedang	77	57%
Berat	20	15%
Total	135	100%

Berdasarkan Tabel 3, sebagian besar responden berada pada kategori stres sedang yaitu sebesar 57%, diikuti oleh stres ringan sebesar 28% dan stres berat sebesar 15%. Temuan ini mengindikasikan bahwa

meskipun sebagian besar lansia menggunakan koping adaptif, tekanan psikologis yang dialami masih berada pada tingkat yang cukup tinggi, yang kemungkinan dipengaruhi oleh kompleksitas kondisi komorbid yang dimiliki.

Analisis Bivariat

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Menggunakan Uji Kolmogorov-Smirnov

Variabel	Statistik	p	Hasil
Strategi Koping	0,142	<0,001	Tidak Normal
Tingkat Stres	0,167	<0,001	Tidak Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov terhadap variabel penelitian yaitu strategi koping dan tingkat stres, diperoleh bahwa kedua variabel memiliki nilai $p < 0,05$. Variabel strategi koping memiliki nilai $p < 0,001$ dan variabel tingkat stres juga memiliki

nilai $p < 0,001$. Hal ini menunjukkan bahwa data kedua variabel tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji non-parametrik yaitu uji korelasi Spearman Rank.

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi Spearman Rank

Variabel	Uji Hipotesis	Nilai	Keterangan
Strategi Koping – Tingkat Stres	<i>p-value spearman</i>	0,000 -0,482	Hubungan signifikan ($p < 0,05$) Korelasi sedang

Hasil uji hipotesis antara strategi koping dan tingkat stres pada lansia dengan komorbid di Puskesmas Rawa Buntu. Hal ini ditunjukkan dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan nilai koefisien sebesar $r = -0,482$, yang menunjukkan kekuatan hubungan sedang dengan arah negatif. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin adaptif strategi koping yang digunakan oleh lansia, maka semakin rendah tingkat stres yang dialami. Sebaliknya, penggunaan koping maladaptif cenderung berkaitan dengan tingkat stres yang lebih tinggi.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara strategi koping dengan tingkat stres pada lansia dengan komorbid di Puskesmas Rawa Buntu, dengan nilai korelasi sedang ($r = -0,482$; $p = 0,000$). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin adaptif strategi koping yang digunakan oleh lansia, maka semakin rendah tingkat stres yang dialami. Kondisi ini sejalan dengan teori *Stress and Coping* yang dikemukakan oleh

Lazarus & Folkman, yang menyatakan bahwa respons individu terhadap stres sangat ditentukan oleh kemampuan dalam melakukan penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) dan memilih strategi koping yang sesuai. Dalam konteks ini, Ahmadi et al. (2023) menjelaskan bahwa individu yang mampu menggunakan koping adaptif memiliki kemampuan regulasi emosi yang lebih baik sehingga dapat menurunkan intensitas stres. Hal serupa juga ditemukan oleh Liu et al. (2025) yang menyatakan bahwa koping positif berhubungan dengan peningkatan resiliensi psikologis pada lansia.

Meskipun mayoritas responden dalam penelitian ini menggunakan strategi koping adaptif (62%), tingkat stres yang dialami masih didominasi kategori sedang (57%). Temuan ini menunjukkan bahwa keberadaan koping adaptif belum sepenuhnya mampu menurunkan stres secara optimal. Kondisi ini dapat dijelaskan oleh kompleksitas stresor yang dihadapi lansia dengan komorbid, yang tidak hanya berasal dari aspek fisik tetapi juga psikososial. Jalali et al. (2024) menyatakan bahwa lansia dengan penyakit kronis sering mengalami stres berkepanjangan akibat

ketidakpastian kondisi kesehatan dan kebutuhan pengobatan jangka panjang. Selain itu, Qiu et al. (2025) menegaskan bahwa komorbiditas memiliki dampak kumulatif terhadap kondisi mental, termasuk peningkatan kecemasan dan stres. Dengan demikian, meskipun koping adaptif telah digunakan, beban stres yang tinggi tetap dapat terjadi karena sifat stresor yang kronis dan multidimensional.

Jika dianalisis lebih mendalam, efektivitas strategi koping juga dipengaruhi oleh faktor eksternal, terutama dukungan sosial. Dalam penelitian ini, meskipun tidak diukur secara langsung, karakteristik lansia yang sebagian besar tinggal bersama keluarga mengindikasikan adanya potensi dukungan sosial. Wang et al. (2021) menyatakan bahwa dukungan sosial berperan sebagai faktor protektif yang dapat mengurangi dampak stres terhadap kesehatan mental. Hal ini diperkuat oleh Zhang et al. (2020) yang menunjukkan bahwa lansia dengan dukungan keluarga yang baik memiliki tingkat stres yang lebih rendah. Di sisi lain, Rahman et al. (2021) menekankan bahwa intervensi berbasis keluarga dan budaya dapat meningkatkan efektivitas koping adaptif. Oleh karena itu, dapat diasumsikan bahwa koping yang digunakan oleh lansia dalam penelitian ini tidak berdiri sendiri, tetapi dipengaruhi oleh lingkungan sosial yang ada.

Sebaliknya, lansia yang menggunakan

koping maladaptif dalam penelitian ini cenderung memiliki tingkat stres yang lebih tinggi. Koping maladaptif seperti penarikan diri, penolakan (*denial*), dan pasrah tanpa usaha merupakan bentuk respons yang tidak menyelesaikan sumber stres, sehingga memperburuk kondisi psikologis. Gao et al. (2024) menemukan bahwa penggunaan koping maladaptif berkorelasi dengan peningkatan kecemasan dan depresi pada individu dengan kondisi kesehatan tertentu. Temuan ini juga didukung oleh Low et al. (2025) yang menyatakan bahwa koping negatif berhubungan dengan peningkatan tingkat stres pada lansia. Selain itu, Vitaliano et al. (2021) menegaskan bahwa ketidakmampuan dalam mengelola stres secara adaptif dapat meningkatkan risiko gangguan mental pada usia lanjut.

Dari perspektif perkembangan psikososial, hasil penelitian ini dapat dijelaskan melalui teori Erikson pada tahap *integrity versus despair*. Lansia yang mampu menerima kondisi hidupnya, termasuk penyakit yang diderita, cenderung memiliki koping yang lebih adaptif dan tingkat stres yang lebih rendah. Sebaliknya, lansia yang tidak mampu menerima kondisi

tersebut berisiko mengalami keputusasaan (*despair*) yang ditandai dengan meningkatnya stres dan kecemasan. Dalam konteks ini, Chen et al. (2022) menyatakan bahwa penerimaan terhadap kondisi penyakit merupakan salah

satu bentuk koping adaptif yang berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia. Hal ini menunjukkan bahwa aspek psikologis dan spiritual memiliki kontribusi penting dalam proses adaptasi lansia terhadap penyakit kronis.

Nilai korelasi yang berada pada kategori sedang ($r = -0,482$) menunjukkan bahwa strategi koping bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi tingkat stres. Faktor lain seperti kondisi ekonomi, tingkat pendidikan, lama menderita penyakit, serta akses terhadap layanan kesehatan juga berperan dalam menentukan kondisi psikologis lansia. Kim (2021) menyatakan bahwa lansia dengan kondisi ekonomi rendah cenderung memiliki tingkat stres yang lebih tinggi karena keterbatasan dalam memenuhi kebutuhan kesehatan. Sementara itu, Park et al. (2022) menunjukkan bahwa durasi penyakit kronis yang lebih lama berkorelasi dengan peningkatan stres akibat kelelahan psikologis yang berkepanjangan. Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa stres pada lansia dengan komorbid merupakan fenomena multifaktorial yang memerlukan pendekatan komprehensif.

Dari perspektif keperawatan, temuan ini memiliki implikasi penting dalam pengembangan intervensi pelayanan kesehatan lansia. Perawat tidak hanya berperan dalam memberikan perawatan fisik, tetapi juga harus mampu mengidentifikasi kondisi psikologis dan strategi koping yang

digunakan oleh lansia. Ahmadi et al. (2023) menekankan bahwa intervensi berbasis koping, seperti edukasi manajemen stres dan terapi kelompok, dapat meningkatkan kemampuan adaptasi lansia terhadap stres. Selain itu, Liu et al. (2025) menunjukkan bahwa peningkatan resiliensi psikologis melalui pelatihan koping adaptif dapat menurunkan tingkat stres secara signifikan. Oleh karena itu, integrasi layanan kesehatan jiwa dalam pelayanan Puskesmas menjadi sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup lansia dengan komorbid.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa strategi koping memiliki peran penting dalam menurunkan tingkat stres pada lansia dengan komorbid, namun efektivitasnya sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Pendekatan holistik yang mencakup aspek bio-psiko-sosial diperlukan untuk mengoptimalkan penanganan lansia di tingkat pelayanan primer. Penelitian ini juga memberikan dasar bagi pengembangan intervensi keperawatan yang lebih komprehensif dan berbasis bukti dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia.

Temuan penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan gerontik, khususnya dalam memahami hubungan strategi koping dengan kesehatan psikologis lansia yang memiliki komorbiditas. Bukti yang dihasilkan dapat

menjadi dasar bagi tenaga kesehatan di pelayanan primer untuk mengembangkan intervensi yang tidak hanya berorientasi pada pengendalian penyakit kronis, tetapi juga pada peningkatan kesehatan mental dan kualitas hidup lansia.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa strategi koping berpengaruh signifikan terhadap tingkat stres pada lansia dengan komorbid di Puskesmas Rawa Buntu ($p < 0,001$; $r = -0,482$). Lansia yang menggunakan strategi koping adaptif cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah dibandingkan lansia yang menggunakan strategi koping maladaptif. Temuan ini menunjukkan bahwa penguatan strategi koping adaptif merupakan salah satu upaya yang dapat dipertimbangkan dalam intervensi keperawatan untuk membantu menurunkan tingkat stres pada lansia dengan komorbid di pelayanan kesehatan primer.

SARAN

1. Bagi Pelayanan Kesehatan (Puskesmas)
Puskesmas diharapkan dapat mengembangkan program pelayanan lansia yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga mencakup aspek psikologis. Integrasi layanan kesehatan jiwa, seperti skrining stres dan intervensi psikososial, perlu dilakukan secara rutin untuk meningkatkan kualitas hidup lansia.

2. Bagi Perawat

Perawat diharapkan dapat meningkatkan peran dalam memberikan edukasi terkait strategi koping adaptif kepada lansia, serta melakukan pendekatan holistik yang mencakup aspek bio-psiko-sosial. Intervensi seperti konseling, terapi kelompok, dan dukungan spiritual dapat diterapkan untuk membantu lansia dalam mengelola stres.

3. Bagi Keluarga

Keluarga sebagai sistem pendukung utama diharapkan dapat memberikan dukungan emosional, sosial, dan instrumental kepada lansia. Keterlibatan keluarga dalam proses perawatan dapat meningkatkan efektivitas strategi koping dan menurunkan tingkat stres lansia.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain longitudinal atau analisis multivariat guna mengkaji faktor-faktor lain yang memengaruhi stres pada lansia, seperti dukungan sosial, kondisi ekonomi, dan lama menderita penyakit. Selain itu, penelitian intervensi terkait peningkatan strategi koping adaptif juga perlu dikembangkan.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, A., Allahverdipour, H., Valiee, S., & Mohammadi, M. (2023). Coping strategies and psychological responses

- among older adults: A systematic review. *BMC Psychology*, *11*(1), 333. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01382-1>
- Chen, Y., Liu, X., & Zhang, J. (2022). Coping strategies and psychological well-being among older adults with chronic illness. *BMC Geriatrics*, *22*(1), 845. <https://doi.org/10.1186/s12877-022-02845-3>
- Gao, X., Zhao, T., Ma, A., Liu, Y., & Li, J. (2024). Coping style as a predictor of anxiety among individuals with mental health conditions. *BMC Psychiatry*, *24*(1), 674. <https://doi.org/10.1186/s12888-024-06088-1>
- Jalali, A., Ziapour, A., Karimi, Z., & Mohammadi, R. (2024). Global prevalence of depression, anxiety, and stress in the elderly population: A systematic review and meta-analysis. *BMC Geriatrics*, *24*(1), 809. <https://doi.org/10.1186/s12877-024-05311-8>
- Kim, J. (2021). Chronic illness and stress in older adults: The role of coping strategies. *Journal of Aging and Health*, *33*(4), 215–224. <https://doi.org/10.1177/0898264321991123>
- Liu, S., Xiao, H., Qi, P., & Zhang, Y. (2025). The relationship between coping style, resilience, and psychological outcomes in older adults. *BMC Geriatrics*, *25*(1), 51. <https://doi.org/10.1186/s12877-025-05682-6>
- Park, S., Lee, H., & Kim, M. (2022). Longitudinal changes in coping and stress among older adults. *Geriatric Nursing*, *43*, 45–52. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2021.10.012>
- Qiu, H., Wang, Z., & Wang, Y. (2025). Influence of comorbid anxiety and depression on cognitive function in older adults. *Frontiers in Psychiatry*, *16*, 1598767. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2025.1598767>
- Rahman, A., Rahman, A., & Ahmed, S. (2021). Cultural adaptation of coping strategies among older adults. *International Journal of Mental Health Nursing*, *30*(5), 1234–1242. <https://doi.org/10.1111/inm.12845>
- Wang, H., Xia, Q., Xiong, Z., Li, Z., Xiang, W., Yuan, Y., & Liu, Y. (2021). The psychological impact of COVID-19 on older adults and the role of social support. *Journal of Affective Disorders*, *283*, 120–127.

<https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.01.06>

5

Zhang, Y., Ma, Z. F., & Sun, H. (2020). The role of social support in mental health among older adults. *Frontiers in Psychiatry*, *11*, 587143. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.587143>

43