Journal of Bionursing
2026, VOL.8, NO. 3, 200-209

Gambaran Kesejahteraan Psikologis dan Kecemasan Pada Lansia di Kota Banda Aceh

Nurul Hidayah[1], Juanita Juanita[2] ✉, Khairani Khairani[3]

[1] Program Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Keperawatan, Universitas Syiah Kuala, Jl. Teungku Tanoh Abee, Kopelma Darussalam, Syiah Kuala, Banda Aceh, Aceh 23111, Indonesia
[2, 3] Bagian Keilmuwan Keperawatan Gerontik, Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala, Jl. Teungku Tanoh Abee, Kopelma Darussalam, Syiah Kuala, Banda Aceh, Aceh 23111, Indonesia
✉ Correspondence Author : nurulhdyjuli03@gmail.com

ABSTRACT

Peningkatan jumlah lansia dapat meningkatkan usia harapan hidup dan juga masalah kesehatan. Pada lansia tidak hanya terjadi perubahan fisik, namun juga perubahan psikologis. Salah satu perubahan psikologis lansia adalah kecemasan yang merupakan hal yang normal pada individu namun menjadi gangguan apabila mempengaruhi aktivitas sehari-hari. Lansia yang mampu beradaptasi dengan perubahan akibat penuaan akan mempengaruhi kesejahteraan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran kesejahteraan psikologis dan kecemasan terhadap lansia di Kota Banda Aceh. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan desain cross-sectional study. Populasi penelitian yaitu lansia di Kota Banda Aceh. Teknik pengambilan sampel menggunakan Accidental Sampling. Jumlah sampel dihitung menggunakan rumus Slovin diperoleh sebanyak 392 responden. Instrumen kesejahteraan psikologis yaitu Ryff's Psychological Well Being (PWB) yang dikembangkan dari Ryff (1989) dan untuk kecemasan menggunakan Geriatric Anxiety Scale (GAS). Hasil penelitiannya membuktikan bahwasanya kesejahteraan psikologis terhadap lansia di Kota Banda Aceh ada dalam kategori tinggi yaitu 302 lansia (77%) dan hasil terkait kecemasan membuktikan bahwasanya kebanyakan lansia tidak terjadi kecemasan (minimal) berjumlah 340 lansia (86,7%). Kesejahteraan psikologis yang tinggi meliputi penerimaan diri, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, dan hubungan positif. Sedangkan kecemasan minimal dapat dipengaruhi dari kematangan pengalaman lansia dalam menghadapi masalah kehidupan sehingga menjadikan lansia lebih tenang dan tidak mudah mengalami kecemasan. Disarankan kepada lansia agar ikut terlibat aktif dengan komunitas dalam meningkatkan kesejahteraan psikologisnya. Disarankan kepada petugas kesehatan agar melaksanakan kegiatan yang dapat mengurangi tingkat kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan psikologis pada lansia.

KEYWORDS
Kecemasan, kesejahteraan psikologis, lansia

PENDAHULUAN

Lansia adalah sebuah proses berkelanjutannya dikehidupan yang dilihat dari beberapa perubahan mengarah ke penurunan. Penurunan yang terjadi tidak hanya penurunan fisik tetapi juga psikologis, hal ini dipengaruhi oleh menurunnya proses informasi, menurunnya daya ingat jangka pendek keterbelakangnya kemampuan otak dalam membedakan stimulus atau rangsangan yang hadir, dan mudah sensitif akan dunia sekitarnya. Kesejahteraan psikologis mengacu pada bagaimana orang mengevaluasi kehidupan mereka berupa kognisi atau afek. Terdapat beberapa faktor psikologis dan sosial yang dikaitkan dengan peningkatan harapan hidup individu dan kualitas hidup pada orang lansia. Kesejahteraan psikologis telah diteliti sebagai indikator keberhasilan adaptasi pada usia tua dan sangat tua (Tandon, 2017).

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2022, sebagian orang di dunia usianya dapat mencapai lebih dari 60 tahun pada tahun 2030. (2010-2021) menjadi 10,82 %. Proporsi penduduk yang berusia lansia mengalami peningkatan minimal sebesar 3% setiap 10 tahun. Pada tahun 2021, Indonesia mencatat proporsi penduduk lansia diatas 10%. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS 2023), Jumlah penduduk yang berumur 80 tahun lebih kemungkinan diperkirakan akan bertambah tiga kali

lipat sekitar tahun 2020 dan 2050, hingga 426 juta orang.

Menurut Ryff dan Keyes dalam Pedhu (2022) menyebutkan kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu dukungan sosial, status sosial ekonomi, jaringan sosial, spiritualitas, dan kepribadian dengan meninjau beberapa aspek usia, jenis kelamin, dan budaya. Pada setiap tahap perkembangan manusia terjadi perubahan fisik dan psikis sehingga memerlukan proses adaptasi bahkan pada usia lanjut. Secara mental, orang lansia mungkin memiliki masalah psikologis seperti depresi berat, gangguan kecemasan dan perasaan kesepian (Santrock dalam Ahmad, 2014). Hal ini didukung penelitian oleh Riyanti (2021) dimana terjadi perubahan psikologis pada perubahan kehidupan lansia dikerenakan anak-anak tumbuh dan berkembang secara mandiri juga keluar dari rumah hingga hidup terpisah sehingga lansia mengalami kesepian.

Berdasarkan hasil penelitian Salsabilla, Febriana dan Juanita, 2023 lansia di Kota Banda Aceh memiliki kesejahteraan psikologis tinggi dengan jumlah 41 responden (41,8 %). Hal ini membuktikan bahwa lansia dapat menguasai 6 dimensi kesejahteraan psikologis seperti hubungan positif terhadap orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tunjuan hidup, penerimaan diri dan pertumbuhan diri. Kesejahteraan psikologis ini dikategorikan tinggi karena faktor pendidikan terakhir, status pernikahan dan tinggal bersama siapa (Salsabilla, Febriana & Juanita, 2023)

Jika lansia tidak mampu mengendalikan perubahan yang terjadi, lansia cenderung menghindar dan menutup diri dari orang lain, jarang berkumpul dengan teman sebaya dikarenakan lansia cenderung merasa tersisihkan seperti menjadi orang tua, kakek dan nenek. Selain itu, lansia kurang membentuk hubungan sosial dan tidak memiliki kualitas serta kuantitas aktivitas yang bermanfaat. Dampak lain yang dirasakan lansia dalam perubahan psikologisnya adalah perasaan cemas. Hal ini sejalan dengan penelitian Nurjanah, Suryani (2023) tentang hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan lansia mengatakan bahwa lansia mengalami kekurangan dukungan sosial cenderung menutup diri yang disebakan oleh rendahnya penerimaan diri dan rasa isolasi sehingga dengan adanya dorongan sosial dari teman seumur memiliki peran penting untuk menurunkan kecemasan pada lansia.

Berdasarkan penjelasan terkait kesejahteraan psikologis dan kecemasan bahwa lansia dengan kesejahteraan yang baik adalah yang memiliki kemampuan beradaptasi terhadap proses perubahan kehidupan dimasa tua dan penerimaan diri yang baik yang dapat mencegah terjadinya gangguan kecemasan pada lansia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia di kota Banda Aceh, dan teknik pengambilan sampel yang dipakai peneliti yakni accidental sampling. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas pada wilayah Kota Banda Aceh, dan waktu penelitian dilakukan oleh peneliti pada bulan november sampai desember 2024. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah Ryff's Psychological well being (PWB) terdiri dari 42 item pertanyaan dengan

nilai validitas 0,72-0,97, reabilitas 0,8, skoring dikategorikan dalam rendah, sedang, tinggi, instrumen selanjutnya adalah Geriatric Anxiety Scale (GAS) total 30 item pertanyaan dengan 3 sub skala yaitu somatik, kognitif dan afektif dengan nilai validitas p < 0,1 dan reabilitas 0,93, skoring dikategorikan dalam minimal, mild, moderate dan severe pada masing-masing sub skala.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 14 November-19 Desember 2024 pada lansia di wilayah kerja Kota Banda Aceh. Jumlah responden yang diteliti sebanyak 392 orang.

1. Data Demografi

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Data Demografi

	Karakteristik	Frekuensi (f)	%
1.	**Usia (Mean (X) 69,32, SD ± 6,349)**		
	Elderly	309	78,8
	Old Elderly	83	21,2
2.	**Jenis Kelamin**		
	Laki-laki	132	33,7
	Perempuan	260	66,3
3.	**Kecamatan**		
	Syiah Kuala	129	32,9
	Kuta Alam	160	40,8
	Ulee Kareng	103	26,3
4.	**Agama**		
	Islam	383	97,7
	Kristen	3	0,8
	Katolik	1	0,3
	Budha	5	1,3
5.	**Suku**		
	Aceh	379	9,7*
	Jawa	5	1,3
	Tionghoa	8	2,0
6.	**Pendidikan**		
	Tidak Sekolah	16	4,1
	Pendidikan Dasar	163	41,6
	Pendidikan Menengah	130	33,2
	Pendidikan Tinggi	83	21,2
7.	**Pekerjaan**		
	Tidak Bekerja	162	41,3
	Pensiunan	115	29,3
	Wiraswasta	115	29,3
8.	**Sosial Ekonomi**		
	Sangat Rendah (Rp. 1.000.000 s/d per bulan)	71	18,1
	Rendah (Rp. 1.500.000 s/d per bulan)	109	27,8
	Menengah (Rp. 1.500.000 s/d Rp. 2.500.000 per bulan)	118	30,1
	Tinggi (Rp. 2.500.000 s/d Rp. 3.500.000 per bulan)	21	5,4
	Sangat Tinggi (Rp. 3.500.000 per bulan)	73	18,6
9.	**Status Perkawinan**		
	Menikah	221	56,4
	Janda/Duda	171	43,6
10.	**Riwayat Penyakit**		
	Tidak Ada Penyakit	47	12,0
	Single Morbidity	198	50,5
	Multiple Morbidity	147	37,5
11.	**Durasi Penyakit**		
	Tidak Ada	47	12,0
	Kurang dari 1 tahun	47	12,0
	1–5 Tahun	207	52,8
	Lebih dari 5 Tahun	91	23,2
12.	**Tinggal Bersama**		
	Suami/Istri	222	56,6
	Anak	136	34,7
	Tinggal Sendiri	14	3,6
	Keluarga Lainnya	20	5,1
13.	**Kehilangan Minat**		
	Ya	15	3,8
	Tidak	377	96,2
14.	**Merasa Sedih**		
	Ya	40	10,2
	Tidak	352	89,8
15.	**Fungsi Kognitif**		
	Normal	333	84,9
	Sedang	47	12,0
	Demensia	12	3,1

Sumber Data Primer (diolah tahun 2024)

Berdasarkan daftar distribusi pada tabel 1 bisa diidentifikasi bahwasanya usia responden terhadap penelitian ini sebagian besarnya ada dalam kategori elderly yaitu berjumlah 309 lansia (78,8%). Sebagian besar lansia yang menjadi responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 260 orang (66,3%). Selanjutnya didalam penelitian ini, rata-rata lansia beragama islam yaitu 383 orang (97,7%) dan sebagian besar lansia berasal dari suku Aceh yang berjumlah 379 responden (96,7%). Sebagian besar lansia memiliki tingkat pendidikan terakhir yaitu Pendidikan dasar dengan jumlah 163 orang (41,6%). Sedangkan

untuk pekerjaan rata-rata lansia tidak bekerja yaitu 162 orang (41,3%). Sosial ekonomi lansia pada penelitian ini rata-rata berada pada kategori menengah yaitu 118 orang (30,1%). Sedangkan status pernikahan lansia yaitu menikah yang berjumlah 221 orang (56,4%).

Terkait riwayat penyakit yang diderita oleh lansia di wilayah kerja Kota banda Aceh yaitu single morbidity yang berjumlah 198 orang (50,5%). Lamanya lansia menderita penyakit sebagian besar antara 1-5 tahun yang berjumlah 207 orang (52,8%). Rata-rata lansia masih tinggal bersama suami/istri yaitu 222 orang (56,6%). Sebagian besar lansia tidak mengalami kehilangan minat dalam melakukan kegiatan yaitu berjumlah 377 orang (96,2%) dan juga sebagian besar lansia tidak merasa sedih yang berjumlah 352 responden (89,8%). Setelah dilakukan pengkajian kognitif diperoleh data bahwasanya lansia yang berada wilayah kerja Kota Banda Aceh memiliki status kognitif dalam rentang normal yaitu 333 orang (84,9%).

2. Analisis Univariat

a. Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia di Kota Banda Aceh

Tabel 2. Distribusi Frekuensi dan Presentase Terkait Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia di Kota Banda Aceh

Kategori	Frekwensi	%
Rendah	34	8,7
Sedang	56	14,3
Tinggi	302	77,0

Sumber Data Primer (diolah tahun 2024)

Dari hasil pengumpulan data bagi variabel tingkat kesejahteraan psikologis menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di Kota Banda Aceh memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi yaitu 302 responden (77,0%).

b. Kecemasan Pada Lansia di Kota Banda Aceh

Tabel 3. Distribusi Frekuensi dan Presentase Tentang Kecemasan Pada Lansia di Kota Banda Aceh

	Kategori	Frekuensi	%
1.	**Tingkat Kecemasan Lansia**		
	Minimal	340	86,7
	Mild	48	12,2
	Severe	4	1,0
a.	**Kecemasan Kategori Somatic**		
	Minimal	323	82,4
	Mild	59	15,1
	Moderate	8	2,0
	Severe	2	0,5
b.	**Kecemasan Kategori Kognitif**		
	Minimal	338	86,2
	Mild	49	12,5
	Moderate	1	0,3
	Severe	4	1,0
c.	**Kecemasan Kategori Afektif**		
	Minimal	343	87,5
	Mild	40	10,2
	Moderate	5	1,3
	Severe	4	1,0

Sumber Data Primer (diolah tahun 2024)

Berdasarkan hasil pengumpulan data untuk variabel tingkat kecemasan menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di Kota Banda Aceh tidak mengalami kecemasan (minimal) yaitu berjumlah 340 lansia (86,7%) dengan hasil tingkat kecemasan dari sub skala yaitu pada kategori somatic berjumlah 323 responden (82,4%), kategori kognitif yaitu 338 responden (86,2%) dan kategori afektif yaitu 343 responden (87,5%).

Pembahasan

1. Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia di Kota Banda Aceh

Berdasarkan hasil penelitian terkait tingkat kesejahteraan psikologis menunjukkan bahwa kebanyakan lansia di Kota Banda Aceh mempunyai kesejahteraan psikologis yang tinggi yaitu 302 responden (77,0%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Salsabila (2024) menunjukkan bahwa sebanyak 35 orang lansia (35,7%) yang sudah menikah memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Akbar et al (2014) menunjukkan bahwa lansia di panti sosial Tresna

Werdha Budi Sejahtera Banjabaru rata-rata memiliki kesejahteraan psikologis sedang yang berjumlah 20 orang (35,71%). Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Astutik (2019) menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi yaitu sebanyak 60,8% (30 lansia). Penelitian terbaru mengungkapkan bahwa pentingnya kesejahteraan psikologis yang baik pada lansia sebagai kunci dalam mendorong penuaan yang sehat dan tangguh. Kesejahteraan psikologis mencakup bagian-bagian seperti penerimaan diri, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, dan hubungan positif (Morales et al, 2020). Masa lansia merupaka masa evaluasi kehidupan yang telah dijalani oleh individu. Puas atau tidaknya lansia dalam menjalani hidup tergantung dari kemampuan individu dalam mengevaluasi setiap pengalaman hidupnya. Hal tersebut yang akan menghasilkan kesejahteraan psikologis pada lansia (Octavia, 2022).

Kondisi kesejahteraan psikologis lansia juga dipengaruhi oleh faktor demografi seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, tempat tinggal dan status ekonomi. Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 menunjukkan bahwa usia responden sebagian besar berada pada kategori elderly yaitu berjumlah 309 lansia (78,8%), Jenis kelamin terbanyak yaitu perempuan dengan jumlah 260 orang (66,3%) dengan tingkat pendidikan terakhir yaitu pendidikan dasar yang jumlah 163 orang (41,6%). Sedangkan untuk sosial ekonomi lansia pada penelitian ini rata- rata berada pada kategori menengah yaitu 118 orang (30,1%). Jika dilihat dari aspek jenis kelamin, perempuan biasanya mempunyai tingkatan kesejahteraan psikologis yang lebih besar hal tersebut terjadi karena perempuan mempunyai potensi interpersonal yang lebih baik dibandingkan laki-laki.

Laki-laki dan perempuan juga memiliki perbedaan pola pikir, strategi atau cara guna mengatasi sebuah persoalan dan juga perempuan dilihat dapat membangun hubungan interpersonal yang hangat Bersama orang lain, mempunyai transparansi terhadap pengalaman baru dan mempunyai problem solving yang optimal. Saat dilihat dari faktor usia, seseorang yang ada pada umur yang lebih tua dapat memperoleh kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi sampai usia tertentu. Jika dilihat pada aspek status pernikahan, hasil penelitiannya dalam tabel 1 membuktikan bahwasanya didominasi lansia masih berstatus menikah. Suatu individu yang mempunyai pasangan lebih memegang kesejahteraan psikologis yang baik.

Individu yang telah menikah merasa bahagia, memunculkan efek positif dan menurunkan depresi, sedangkan lansia yang berada dalam status janda, duda, atau belum menikah rentan akan kesepian (Putro & Mariyati, 2024). Selanjutnya faktor pendidikan dan pekerjaan sangat mempengaruhi kesejahteraan psikologis, Pendidikan dan pekerjaan individu sangat berpengaruh tehadap kesejahteraan psikologisnya, bertambahnya pendidikan dan pekerjaan membuat tingkat kesejahteraan psikologis semakin tinggi sehubungan dengan tingkat pendidikan menambah wawasan akan pertumbuhan pribadi individu (Ainayya, 2023).

Hasil penelitian terkait status pekerjaan, riwayat penyakit yang diderita dan sosial ekonomi pada lansia dalam penelitian ini terlihat pada tabel 1 yaitu terkait status pekerjaan rata-rata lansia tidak bekerja yang berjumah 162 orang (41,3%). Sosial ekonomi lansia

sebagian besarnya berada pada kategori menengah yaitu 118 orang (30,1%), terkait riwayat penyakit yang diderita oleh lansia di wilayah kerja Kota banda Aceh yaitu single morbidity yang berjumlah 198 orang (50,5%). Lansia mempunyai penilaian yang relatif optimal akan pengalaman-pengalaman hidupnya, hal-hal yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada lansia yakni mempunyai penghasilan, kesehatan yang baik, gaya hidup aktif dan terdapat jaringan teman dan keluarga yang baik (Akbar, 2014). Lansia yang mempertahankan kesejahteraan psikologis yang tinggi menunjukkan ketangguhan yang lebih besar dalam menghadapi setiap tantangan seperti, usia, penurunan fungsi, penyakit kronis, dan isolasi sosial. Lansia lebih mudah beradaptasi dengan perubahan yang terkait dengan penuaan dengan cara menumbuhkan rasa tujuan hidup, keterlibatan aktif dengan komunitas dan hubungan positif antar sesama (Das et al, 2020).

Kesejahteraan psikologis terdapat enam dimensi yakni: penerimaan diri, hubungan positif bersama orang lain, otonomi, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup, perkembangan pribadi. Penerimaan diri merupakan pengakuan dan penerimaan diri berbagai aspek diri, memiliki aspek positif terhadap diri sendiri dan merasa positif terhadap kehidupan yangg dilewati. Pada aspek hubungan positif Bersama orang lain, dimana lansia harus terdapat potensi membangun hubungan interpersonal yang hangat dan saling percaya, saling mengembangkan pribadi satu sama yang lainnya, adanya

afeksi akan orang lain dan bisa membangun persahabatan yang intim. Aspek ketiga yaitu otonomi dimana seseorang harus mempunyai pusat pengendalian internal terhadap melakukan tindakan. Pada aspek penguasaan lingkungan, yakni terdapat penguasaan dan kompetensi saat menjaga situasi eksternal yang komplek. Selanjutnya aspek tujuan hidup yaitu individu harus memiliki tujuan dan arah dalam hidup. Dan pada aspek perkembangan pribadi dilihat dari keinginannya dalam terus berkembang, terbuka akan pengalaman yang baru dan mampu melihat kemajuan dalam diri sendiri (Dyah & Fourianalistyawati, 2018).

2. Gambaran Kecemasan Pada Lansia di Wilayah Kota Banda Aceh

Hasil penelitian pada tabel 3 membuktikan bahwasanya sebagian besar lansia di Kota Banda Aceh tidak mengalami kecemasan (minimal) yaitu berjumlah 340 lansia (86,7%) dengan hasil kategori yaitu somatic berjumlah 323 responden (82,4%), kategori kognitif yaitu 338 responden (86,2%) dan kategori afektif yaitu 343 responden (87,5%). Menurut penelitian Said (2022) menunjukkan bahwa rata-rata lansia berada pada kategori kecemasan ringan sebanyak 17 responden (47,2%). Hal tersebut terjadi karena sebagian besar lansia tinggal bersama keluarga, memiliki kelompok sosial, masih bekerja dan lansia masih melakukan hal-hal yang disenangi sehingga menurunkan tingkat kecemasan. Penelitian yang dilaksanakan oleh Lestari et al (2023) didapatkan bahwasanya tingkat kecemasan lansia di Desa Cibangkong berada pada kategori ringan yaitu 139 responden (64,1%).

Kecemasan yang dialami oleh lansia disebabkan karena adanya faktor penuaan, hal tersebut berdampak pada kemampuan tubuh yang dimiliki lansia mengalami kemunduran sehingga

banyak lansia merasa tidak berdaya dalam mencukupi kebutuhan hidupnya. Kecemasan lainnya yang sering dialami lansia yaitu karena masalah pribadi, sehingga lansia tidak dapat menyelesaikan masalahnya sendiri. Oleh karena itu perlunya dukungan keluarga dalam menurunkan kecemasan pada lansia. Dukungan keluarga sangat membantu lansia dalam menyelesaikan masalah dan menjadi motivasi bagi lansia dalam meningkatkan rasa percaya diri (hidayatunnisa & Arifin, 2021).

Perasaan cemas yang terus menerus dirasakan lansia bisa mempengaruhi status kesehatannya. Adapun fisik ataupun mental sehingga terjadinya penurunan kemampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan dapat mengancam perasaan aman dan sejahtera (Ultami & Silvitasari, 2022). Kecemasan merupakan bagian dari gangguan kesehatan mental yang dialami lansia. Kecemasan terhadap lansia bisa dikarenakan dari penerimaan diri yang kurangnya proses penuaan juga kesulitan untuk mencukupi kebutuhan serta menyelesaikan masalah keluarga. Penyebab lainnya dari kecemasan yaitu kesepian akibat kehilangan pasangan atau dorongan keluarga, penurunan keadaan fisik dan psikis dan juga penurunan pendapatan (Praptomo et al, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 bisa diidentifikasi bahwasanya umur responden dalam penelitian ini kebanyakan ada dalam kategori elderly yaitu berjumlah 309 lansia (78,8%) dan Sebagian besar lansia memiliki Tingkat pendidikan terakhir yaitu pendidikan dasar dengan jumlah 163 orang (41,6%). Terkait riwayat penyakit yang diderita oleh lansia di wilayah kerja Kota banda Aceh yaitu single morbidity yang berjumlah 198 orang (50,5%). Lamanya lansia menderita penyakit sebagian besar antara 1-5 tahun yang berjumlah 207 orang (52,8%).

Penelitian yang dilaksanakan oleh AQN et al (2021) yang melalui hasil uji statistik regresi logistic membuktikan bahwasanya adanya hubungan diantara faktor usia dan tingkat kecemasan pada lansia. Biasanya lansia tua akan mengalami kecemasan yang lebih berat. Hal tersebut menunjukkan bahwasanya seiring bertambah usia lansia dikatakan tingkat kecemasannya akan semakin berat. Menurut Ngadiran (2019) waktu lansia berusia lebih dari 60 tahun sehingga kecemasan lansia akan kian meningkat., lansia akan semakin gelisah untuk menghadapi masalah kesehatannya. Hal tersebut dapat mengakibatkan penurunan kemampuan fisik dan kognitif lansia maka mempengaruhi kecemasan Jika dilihat dari tingkat pendidikan menurut Ningrum et al, (2018) membuktikan bahwasanya suatu individu yang berpendidikan rendah mudah merasakan kecemasan dari pada lansia yang pendidikannya tinggi. Hal tersebut dikarenakan pendidikan berguna akan mengubah cara berpikir, berperilaku, dan pengambilan keputusan. Pada faktor riwayat penyakit pada lansia, menurut penelitian AQN et al (2021) membuktikan bahwasanya adanya hubungan terkait tingkat kecemasan terhadap riwayat penyakit yang dimiliki oleh lansia. Lansia yang terdapat riwayat penyakit kronis biasanya memiliki kecemasan yang lebih berat.

Keterbatasan Penelitian

Pengumpulan data menggunakan 2 metode yang berbeda yaitu wawancara dan angket. Metode wawancara dapat mempengaruhi jawaban dari respon,

sedang metode angket memiliki kesulitan dalam mengumpulkan kembali kuesionernya.

SIMPULAN DAN SARAN

Ditinjau dari 6 dimensi kesejahteraan psikologis, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis lansia di Kota Banda Aceh umumnya pada kategori tinggi, yang diartikan memiliki tingkat kemandirian yang tinggi, dapat menguasai lingkungan dengan baik, menunjukkan pertumbuhan pribadi yang positif,memiliki kualitas baik antar sesama, memiliki tujuan hidupnya jelas dan menunjukkan penerimaan diri yang tinggi.

Kemudian ditinjau dari kategori kecemasan pada lansia, yakni sebanyak 323 lansia dengan tingkat somatic minimal (dengan kondisi yang baik dan tidak memiliki kemampuan), sebanyak 338 lansia dengan tingkat cognitive minimal (mampu memahami dan berpikir dengan positif), sebanyak 343 lansia dengan tingkat affective minimal (kemampuan mengelola emosi dengan baik).

DAFTAR PUSTAKA

Ainayya, D. R., & Periantalo, J. (2023). Gambaran psychological well-being lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi: An Overview Of Elderlyâ€™S Psychological Well Being At Tresna Werdha Budi Luhur Nursing Home Jambi. Jurnal Psikologi Jambi, 8(01), 7-16. Https://Doi.Org/10.22437/Jpj.V8i01.27585

Akbar, S. N. (2014). Hubungan psychological well-being dengan kecemasan dalam menghadapi kematian pada lansia di Panti Werdha Budi Sejahtera. Jurnal Ecopsy, 1(4).

Aqn, H. R., Ernawati, D., & Anggoro, S. D. (2021). Analisa Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Panti Werdha Hargodedali Surabaya. Hospital Majapahit (Jurnal Ilmiah Kesehatan Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto), 13(1), 35-45.

Astutik, D., Indarwati, R., & Has, E. M. M. (2019). Kesepian dan kesejahteraan psikologis lansia yang tinggal di masyarakat. Indonesian J. Of Community Health Nurs. J., 4(1), 34- 40.

Badan Pusat Statistik. 2022. Statistik Penduduk Lansia 2022. Badan Pusat Statistik

Berman, A., Snyder, S.J., Frandsen, G. (2016). Kozier & Erb's Fundamentals Of Nursing: Concepts, Process, And Practice (Tenth Edition). New York: Pearson Education, Inc

Chaerunisa, S., Merida, S. C., Novianti, R., Bhayangkara, U., Raya, J., & No, J.P. (2022). Intervensi perilaku untuk mengurangi gejala kecemasan pada lansia di desa Mekarsari Rw 12 Tambun Selatan (Behavior Intervention To Reduce Anxiety Symptoms For Elderly In Mekarsari Village Rw 12 South Tambun). 1(1), 21–40.

Das, K. V., Jones-Harrell, C., Fan, Y., Ramaswami, A., Orlove, B., & Botchwey, N. (2020). Understanding Subjective Well-Being: Perspectives From 59 Psychology And Public Health. Public Health Reviews, 41(1), 25.

Dyah, A. S. P., & Fourianalistyawati, E. (2018). Peran trait mindfulness terhadap kesejahteraan psikologis pada lansia. Jurnal Psikologi Ulayat, 5(1), 109- 122.

Ezalina, E., Alfianur, A., & Dendi, D. (2023). Self Efficacy

Terhadap Kesejahteraan Psikologis Lansia. Jurnal Kesehatan Perintis, 10(1), 37-43.

Fitriani, A. (2016). Peran religiusitas dalam meningkatkan Psychological Well Being. Al-Adyan: Jurnal Studi Lintas Agama, 11(1), 57–80

Hidayati, N., Febriana, D., & Khairani, K. (2021). Instrumen untuk mengukur kecemasan pada lansia. Idea Nursing Journal, 12(3), 70-81.

Hidayatunisa, N., & Arifin, M. (2021). Gambaran tingkat kecemasan dan Kualitas tidur pada lansia: Literature Review. In Prosiding Seminar Nasional Kesehatan (Vol. 1, Pp. 2261-2268).

Kurniawan, Y. M., & Susilarini, T. (2021). Gambaran psychological well being di komunitas Lansia Adi Yuswo Gereja St . Albertus Agung Harapan Indah Bekasi. Ikra-Ith Humaniora, 5(2), 47–57.

Lestari, M., Wirakhmi, I., & Triana, N. (2023). Gambaran tingkat kecemasan pada lansia. Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan, 14(2), 95-100. Https://Doi.Org/10.54630/Jk2.V14i2.310

Mailisa, N., & Khairani. (2017). Gambaran psychological well being pada lansia di Panti Werdha An Overview Of Elderly ' S Psychological Well Being At Werdha Nursing Home. Jim Fkep, 2(4), 1–8.

Morales-Rodríguez, F. M., Espigares-López, I., Brown, T., & Pérez-Mármol, J. M. (2020). The Relationship Between Psychological Well-Being And Psychosocial Factors In University Students. International Journal Of Environmental Research And Public Health, 17(13), 4778.

Mundakir. (2021). Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa 1. Um Surabaya Publishing.

Ngadiran, A. 2019. Hubungan Karakteristik (Umur, Pendidikan, Dan Lama Tinggal Di Panti). Jurnal Ilmu Kesehatan, 104-108.

Notoatmodjo, S. (2018) Metodologi Penelitian Kesehatan. Cetakan Ke. Jakarta: Rineka Cipta.

Nurjanah, S., & Suryani, L. (2023). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan pada lansia. Psikologia, 11(2), 45-56

Praptomo, A. D., Iw, M. V., & Pratiwi, S. (2024). Pendekatan terapi psikologi dan nonfarmakologi Kkcemasan dan stres pada lansia: Literature Review. Jurnal Kesehatan Tambusai, 5(3), 8297-8306.

Pedhu, Y. (2022). Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara. Jurnal Konseling Dan Pendidikan, 65-78.

Putro, S. A., & Mariyati, L. I. (2024). Senam lansia dan kesejahteraan psikologis studi wilayah Mojokerto. Journal Of Islamic Psychology, 1(2), 13-13.

Retna Febri Arifiati, E. S. (2019). Peningkatan sense of humor untuk Menurunkan kecemasan pada lansia. Indonesian Journal Of Islamic Psychology, 139-169.

Tandon, M. (2017). A study on psychological well-being among elderly. Internasional Journal Of Home Science, 389.

Sa'diyah, K., & Amiruddin. (2020). Undefined. Jurnal Kariman, 8(02), 221-232.

Said, F. F. I. (2022). Gambaran kecemasan pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Unurum Guay Kabupaten Jayapura. Sby Proceedings, 1(1), 125-138

Salsabila C. F., Febriana, D., & Juanita (2023). Gambaran kesejahteraan psikologis pada lansia

laki-laki di Kota Banda Aceh. Jim Fkep.

Sandwich Dilema Generasi Mempersiapkan Kesejahteraan Finansial Dan Psikologis: Persiapan Pensiun Menjadi Prioritaskah? (2023). Penerbit Nem.

Seke, B. & L. (2016). Hubungan kejadian sters dengan penyakit hipertensi pada lansia di Balai Penyantunan Lansia Senjah Cerah Kecamatan Mapanget Kota Manado. E-Journal Keperawatan(E-Kp, 4(2), 1–5.

Siti Rachmah, M. (2022). Buku Ajar Keperawatan Gerontik.

Utami, L. T., & Silvitasari, I. (2022). Tingkat kecemasan berhubungan tingkat kemandirian lansia di Posyandu Mawar X Pajang Laweyan. Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan, 6(3), 144-152.

Octavia, I. Lenggogeni, P. Mayhart, R. (2022) Psychological well being pada lansia. Jurnal Sudut Pandang, 2(12). Doi:Https://Doi.Org/10.55314/Jsp.V2i12

Videback, S. L. (2020). Psychiatric-Mental Health Nursing (8th Ed.). Wolters Kluwer.