

ABSTRAK

Nama : Rafly Muhammad Adhirajasa

NPM : 1102022231

Program Studi : Kedokteran

Judul Skripsi : Gambaran Tingkat Stres Lansia di Tiga Sekolah Lansia Jakarta dan Tinjauan pada Islam

Stres merupakan respons alami tubuh terhadap tuntutan dan tekanan yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari. Pada golongan lansia, stres dapat muncul akibat berbagai faktor stres internal, yaitu sering bingung, mudah gugup, marah diluar kendali, dan masalah mengendalikan atau mengatasi hal diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres pada lansia serta tinjauannya menurut pandangan Islam. Penelitian menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan instrumen *Perceived Stress Scale* (PSS-10). Sampel berjumlah 100 lansia yang dipilih dengan metode random sampling. Hasil penelitian menunjukkan seluruh responden memiliki kecenderungan stres dengan skor menunjukkan sebagian besar lansia yang terlibat dalam penelitian, (57%) responden mengalami stres pada tingkat sedang, sementara (43%) responden mengalami stres pada tingkat ringan. Tidak ada responden yang terklasifikasi dengan tingkat stres berat, yang menunjukkan bahwa meskipun tingkat stres pada lansia cukup bervariasi, sebagian besar responden berada pada kategori stres sedang. Dampak psikologis berada pada kategori sedang. Karakteristik responden yang dominan adalah perempuan, usia >65 tahun. Dalam perspektif Islam, stres diajarkan banyak cara untuk menguranginya melalui beribadah selain itu Islam juga diajarkan fisiologis rentannya manusia lansia ditegaskan dalam QS. Ar-Rum: 54.

Kata Kunci: Stress, Lansia, *Perceived Stress Scale*, Faktor Stres Internal, Tingkat Stres

ABSTRACT

Name : Rafly Muhammad Adhirajasa

NPM : 1102022231

Study Program : Medicine

Title : *A Description of The Stress Level of Elderly People in Three Schools for The Elderly in Jakarta and A Review of Islam*

Stress is the body's natural response to the demands and pressures faced in everyday life. In the elderly, stress can arise due to various internal stress factors, namely frequent confusion, nervousness, uncontrolled anger, and problems controlling or coping with self-doubt. This study aims to determine the level of stress in the elderly and its review from an Islamic perspective. The study used a quantitative descriptive design with the Perceived Stress Scale (PSS-10) instrument. A sample of 100 elderly people was selected using a random sampling method. The results showed that all respondents had a tendency to stress with scores indicating that the majority of elderly people involved in the study, (57%) respondents experienced moderate stress, while (43%) respondents experienced mild stress. No respondents were classified as having severe stress levels, indicating that although stress levels in the elderly vary quite a lot, most respondents were in the moderate stress category. Psychological impacts were in the moderate category. The dominant characteristics of respondents were women, aged >65 years. From an Islamic perspective, stress is taught many ways to reduce it through worship. In addition, Islam also teaches that the physiological vulnerability of elderly humans is emphasized in QS. Ar-Rum: 54.

Keywords: *Stress, Elderly, Perceived Stress Scale, Internal Stress Factors, Stress Level*