GAMBARAN MEKANISME KOPING LANSIA DALAM MENGHADAPI NYERI SENDI DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA BLITAR

KARYA TULIS ILMIAH

KHOIRUNNISA ALYASARI

NIM : P17230233087

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG

JURUSAN KEPERAWATAN

PROGRAM STUDI D-3 KEPERAWATAN BLITAR

2026

GAMBARAN MEKANISME KOPING LANSIA DALAM MENGHADAPI NYERI SENDI DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA BLITAR

Karya Tulis Ilmiah Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Menyelesaikan Pendidikan Ahli Madya di Program Dtudi D-3 Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

KHOIRUNNISA ALYASARI

NIM : P17230233087

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG

JURUSAN KEPERAWATAN

PROGRAM STUDI D-3 KEPERAWATAN BLITAR

2026

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilimiah

"GAMBARAN MEKANISME KOPING LANSIA
DALAM MENGHADAPI NYERI SENDI DI UPT PELAYANAN SOSIAL
TRESNA WERDHA BLITAR"

Disusun oleh:

KHOIRUNNISA ALYASARI

NIM: P17230233087

Telah disetujui oleh Pembimbing pada tanggal:

24 April 2026

Mengetahui, Ketua Program Studi D3 Keperawatan Blitar	Telah disetujui: Pembimbing
Wiwin Martiningsih, M.Kep., PhD., NS.	**M. Miftachul Ulum, S.Sos., S.Kep., Ns., M.Kes.**
NIP. 197109221996032001	**NIP. 196803121988031001**

HALAMAN PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH

"GAMBARAN MEKANISME KOPING LANSIA
DALAM MENGHADAPI NYERI SENDI DI UPT PELAYANAN SOSIAL
TRESNA WERDHA BLITAR"

Disusun oleh :
KHOIRUNNISA ALYASARI
NIM: P17230233087

Telah dipertahankan dalam Seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal :

05 Mei 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua Penguji,

Prof. Dr. Suprajitno, S.Kp., M.Kep., M.Kes.
NIP. 196705061989031003 (.....)

Anggota Penguji,

M. Miftachul Ulum, S.Sos., S.Kep., Ns., M.Kes.
NIP. 196803121988031001 (.....)

Malang, 05 Mei 2026
Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep., Ns, M.Kep
NIP. 197608102002122001

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya
Saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk
Telah saya nyatakan dengan benar

Nama : KHOIRUNNISA ALYASARI
NIM : P17230233087

Tanda Tangan :

Tanggal : 05 Mei 2026

HALAMAN PERSEMBAHAN DAN MOTTO

PERSEMBAHAN

Puji Syukur kehadirat Allah SWT yang senantiasa memberikan kemudahan, kelancaran dan keberkahan bagi penulis untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Dengan segenap cinta kasih penulis, persembahankan Karya Tulis Ilmiah ini untuk:

1. Kepada cinta pertama dan panutan, yakni Ayahanda tercinta Rizal Ahmad Gunaji serta kepada pintu surgaku dan *supermom*, yakni Ibunda tercinta Isgiasri terimakasih atas segala jerih payah, cucuran keringat, doa, dan segala pengorbanan yang tiada hentinya yang menjadi kekuatan bagi penulis
2. Saudara kandung penulis Vicky Nensy Novita Sari dan Ahmad Arif Rohmansyah yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan tempat berbagi suka maupun duka.

MOTTO

" Dan aku menyerahkan urusanku kepada Allah"

(QS. Ghofir: 44)

"Aku membahayakan nyawa ibu untuk lahir kedunia, jadi tidak mungkin aku tidak ada artinya."

Me and hasbunallah wa ni'mal wakil

ni'mal maulana wa ni'mannasir against the world

GAMBARAN MEKANISME KOPING LANSIA

DALAM MENGHADAPI NYERI SENDI DI UPT PELAYANAN SOSIAL

TRESNA WERDHA BLITAR

Alyasari*, Khoirunnisa

Program Studi D3 Keperawatan Kemenkes Malang, Jl. Dr. Sutomo 56 Blitar

Email: sarikhoirunnisaaa@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Nyeri sendi merupakan masalah kesehatan kronis yang banyak dialami lansia akibat proses degeneratif seperti osteoartritis, yang berdampak pada aspek fisik, psikologis, dan sosial. Mekanisme koping berperan penting dalam menentukan kemampuan lansia dalam menghadapi nyeri, namun strategi yang digunakan sering kali bersifat pasif dan kurang adaptif sehingga berpotensi menurunkan kualitas hidup. **Tujuan Penelitian** : Untuk mengidentifikasi gambaran mekanisme koping lansia dalam menghadapi nyeri sendi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar. **Metode Penelitian** : Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan kuantitatif cross sectional. Sampel berjumlah 30 lansia yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner Brief COPE dan dianalisis secara univariat menggunakan SPSS dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase. **Hasil Penelitian** : Hasil menunjukkan sebagian besar responden berada pada usia 60–69 tahun dengan tingkat nyeri sendi kategori sedang. Strategi koping yang dominan adalah emotion-focused coping sebesar 54,5%, diikuti less useful coping/avoidance coping sebesar 41,9%, sedangkan problem-focused coping memiliki persentase terendah yaitu 35,8%. **Kesimpulan** : Lansia cenderung menggunakan strategi koping yang berfokus pada emosi dan penghindaran dibandingkan pemecahan masalah, sehingga strategi koping yang digunakan masih kurang optimal dalam mengatasi nyeri sendi secara menyeluruh.

Kata Kunci : Lansia, Nyeri Sendi, Mekanisme Koping, Brief COPE

DESCRIPTION OF COPING MECHANISMS AMONG OLDER ADULTS IN DEALING WITH JOINT PAIN AT TRESNA WERDHA SOCIAL SERVICE CENTER, BLITAR

Alyasari*, Khoirunnisa

Diploma III Nursing Program, Ministry of Health Malang, Jl. Dr. Sutomo 56 Blitar

Email: sarikhoirunnisaaa@gmail.com

ABSTRACT

Background : Joint pain is a chronic health problem commonly experienced by the elderly due to degenerative processes such as osteoarthritis, which affect physical, psychological, and social aspects. Coping mechanisms play an important role in determining how the elderly manage pain; however, the strategies used are often passive and less adaptive, potentially reducing quality of life. **Objective** : To identify the description of coping mechanisms among the elderly in dealing with joint pain at UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar. **Methods** : This study used a descriptive design with a quantitative cross-sectional approach. The sample consisted of 30 elderly selected using purposive sampling technique. Data were collected using the Brief COPE questionnaire and analyzed using univariate analysis with SPSS in the form of frequency distribution and percentages. **Results** : The results showed that most respondents were aged 60–69 years with a moderate level of joint pain. The dominant coping strategy was emotion-focused coping (54.5%), followed by less useful/avoidance coping (41.9%), while problem-focused coping had the lowest percentage (35.8%). **Conclusion** : The elderly tend to use emotion-focused and avoidance coping strategies rather than problem-focused coping, indicating that the coping mechanisms used are not yet optimal in managing joint pain comprehensively.

Keywords : Elderly, Joint Pain, Coping Mechanism, Brief COPE

KATA PENGANTAR

Puji Syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul " Gambaran Mekanisme Koping Lansia Dalam Menghadapi Nyeri Sendi di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar" dengan baik. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan Program Studi Diploma 3 Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang. Penulis menyampaikan ucapan terimakasih seluruh pihak yang membantu, kepada:

1. Afnani Toyibah A.Per.Pen., M.Pd., selaku Plt. Direktur Poltekkes Kemenkes Malang.
2. Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang.
3. Wiwin Martiningsih, M.Kep., Ph.D.,NS, selaku Ketua Program Studi Diploma 3 Keperawatan Blitar.
4. Ns. M. Miftachul Ulum, SST.,S.Kep., S.Sos., M.Kes selaku dosen Pembimbing Karya Tulis Ilmiah yang selalu memberikan bimbingan kepada penulis sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan.
5. Prof. Dr. Suprajitno, S.Kep., M.Kep., M.Kes. selaku dosen Penguji Karya Tulis Ilmiah yang berkenan memberikan kritik, saran, dan saran dalam memperbaiki penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Kepada kedua orang tua penulis Ayahanda Rizal Ahmad Gunaji dan Ibunda Isgiasri terimakasih telah menjadi sumber kekuatan dan inspirasi, serta pelita yang tak pernah padam. Sehat selalu dan panjang umur karena kedua orangtuaku harus selalu ada disetiap perjalanan dan pencapaian hidup penulis di sepanjang masa.
7. Seluruh keluarga tercinta dan sahabat seperjuangan yakni Twelve Nurse yang selalu memberikan doa, semangat dan dukungannya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.

Akhir kata, saya berharap semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Blitar, 2026

KHOIRUNNISA ALYASARI

NIM. P17230233087

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM ..... **ii**
PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... **iii**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **iv**
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS ..... **v**
HALAMAN PERSEMBAHAN DAN MOTTO ..... **vi**
ABSTRAK ..... **vii**
ABSTRACT ..... **viii**
KATA PENGANTAR ..... **ix**
DAFTAR ISI ..... **x**
DAFTAR TABEL ..... **xiii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiv**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xv**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang **1**
B. Rumusan Masalah **5**
C. Tujuan Penelitian **5**
1. Tujuan Umum 5
2. Tujuan Khusus 5
D. Manfaat Penelitian **6**
1. Manfaat Teoritis 6
2. Manfaat Praktis 6
3. Manfaat Institusional 6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **7**
A. Teori-Teori **7**
1. Konsep Lansia 7
2. Konsep Nyeri Sendi 10
2. Konsep Mekanisme Koping 18

B. Kerangka Konseptual 28
BAB III METODE PENELITIAN 29
A. Jenis dan Desain Penelitian 29
B. Waktu dan Tempat Penelitian 30
C. Populasi dan Sampel 30
D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data 32
E. Alat Pengumpulan Data 35
F. Variabel 36
G. Definisi Operasional 38
H. Kerangka Operasional 39
I. Pengelolaan dan Analisa Data 40
J. Etika Penelitian 44
K. Rencana Kegiatan 46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 50
A. Hasil Penelitian 50
1. Gambaran Umum Tempat Penelitian 50
2. Gambaran Responden Penelitian 52
3. Data Umum Penelitian 53
4. Data Khusus Penelitian 54
B. Pembahasan 57
1. Jenis Kelamin Responden 57
2. Usia Responden 58
3. Lokasi Nyeri Sendi Responden 58
4. Skor Nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS) Responden 59
5. Mekanisme Coping Lansia Dalam Menghadapi Nyeri Sendi 60
6. Tabulasi Silang Skor Antara Numeric Rating Scale (NRS) dengan Strategi Koping Lansia 67
BAB V KEISMPULAN DAN SARAN 68
A. Kesimpulan 68

B. Saran 68
1. Bagi Lahan Penelitian 68
2. Bagi Lansia Penderita Nyeri Sendi 69
3. Bagi Peneliti Selanjutnya 69
DAFTAR PUSTAKA.....70

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional..... 38
Tabel 3. 2 Kriteria Persentase 43
Tabel 3. 3 Rencana Kegiatan..... 46
Tabel 4. 1 Distribusi Data Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin 53
Tabel 4. 2 Distribusi Data Karakteristik Responden Berdasarkan Usia 53
Tabel 4. 3 Distribusi Data Karakteristik Responden Berdasarkan Lokasi Nyeri Sendi 54
Tabel 4. 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Kategori Skor Numeric Rating Scale (NRS) 55
Tabel 4. 5 Hasil Presentase Rata-Rata Strategi Coping 55
Tabel 4. 6 Hasil Tabulasi Silang Skor Numeris Rating Scale dengan Strategi Koping..... 56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Numeric Rating Scale (NRS) 17
Gambar 2. 2 Kerangka Operasional 29
Gambar 3. 1 Kerangka Operasional 39
Gambar 3. 2 Rumus Presentase 41
Gambar 3. 3 Rumus Rata-Rata 42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Permohonan Menjadi Responden 75
Lampiran 1. 2 Persetujuan Responden/Informed Consent 76
Lampiran 1. 3 Lembar Skrining Nyeri Sendi 77
Lampiran 1. 4 Lembar Kuesioner Brief Cope 78
Lampiran 1. 5 Tabulasi Data Mentah Resonden 85
Lampiran 1. 6 Keterangan Coding Data 91
Lampiran 1. 7 Tabulasi Data Strategi Coping 92
Lampiran 1. 8 Tabulasi Data Umum Responden 96
Lampiran 1. 9 Tabulasi Data Khusus Responden 97
Lampiran 1. 10 Surat Izin Studi Pendahuluan 106
Lampiran 1. 11 Surat Permohonan Izin Penelitian 107
Lampiran 1. 12 Pernyataan Persetujuan Publikasi 111
Lampiran 1. 13 Dokumentasi Penelitian 112
Lampiran 1. 14 Lembar Konsultasi 113