

## TINGKAT ANSIETAS KELUARGA YANG MERAWAT LANSIA

Livana PH<sup>1\*</sup>, Rita Kartika Sari<sup>2</sup>, Firman Aziz<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendal

<sup>2</sup>Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Sultan Agung Semarang

<sup>3</sup>Departemen Ilmu Komunikasi, Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Universitas Pendidikan Indonesia

\*Email: [livana.ph@gmail.com](mailto:livana.ph@gmail.com)

### ABSTRAK

Jumlah lanjut usia atau lansia dari tahun ke tahun selalu mengalami peningkatan jumlahnya. Usia harapan hidup lansia saat ini mengalami peningkatan hingga usia 70-an tahun. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin panjangnya usia harapan hidup lansia, maka jumlah lansia akan mengalami peningkatan. Hal ini tentu akan berdampak pada peran sosial lansia, baik yang disebabkan karena kondisi fisik atau kesehatan, psikologis, sosial, maupun ekonomi lansia tersebut. Hal ini membuat lansia membutuhkan orang lain atau keluarga untuk memenuhi kebutuhan dasarnya. Beban keluarga dalam merawat lansia dapat menyebabkan perubahan psikologis salah satunya, yaitu ansietas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat ansietas keluarga dalam merawat lansia di Bandengan Kota Kendal. Penelitian ini menggunakan metode *deskriptif analitik* dengan pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian ini berjumlah 89 keluarga. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling*. Alat pengumpul data menggunakan kuesioner. Data dianalisis secara distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata keluarga yang merawat lansia berusia 48 tahun, mayoritas berjenis kelamin perempuan, berpendidikan terakhir SLTP, dan berstatus tidak bekerja. Tingkat ansietas keluarga yang merawat lansia mayoritas berada dalam tingkat ansietas sedang.

Kata kunci: ansietas, keluarga, kesehatan fisik, lansia, merawat lansia

### ABSTRACT

*The number of elderly from year to year always increases in number. Life expectancy for the elderly is increasing until the 70s. This shows that the longer the life expectancy of the elderly, the number of elderly people will increase. This will certainly have an impact on the social role of the elderly, whether caused by physical or health, psychological, social, or economic conditions of the elderly. This makes the elderly need other people or families to meet their basic needs. Family burden in caring for the elderly can cause psychological changes, one of which is anxiety. This study aims to determine the level of family anxiety in caring for the elderly in Kendal City Bandengan. This research uses descriptive analytic method with quantitative approach. The sample of this research is 89 families. The sampling technique uses purposive sampling. Data collection tool using a questionnaire. Data analyzed by frequency distribution. The results showed that the average family caring for the elderly was 48 years old, the majority were female, had a high school education, and were unemployed. The level of ansietas family caring for the elderly majority is in the level of moderate anxiety.*

*Keywords: anxiety, caring for the elderly, family, elderly, physical health*

### PENDAHULUAN

Saat ini, jumlah lansia dari tahun ke tahun semakin mengalami peningkatan. Data proyeksi penduduk di Indonesia menurut data Kemenkes (2017), terdapat 23,66 juta (9,03%) jiwa penduduk lansia (berusia > 60 tahun) Diprediksi jumlah penduduk lansia tahun 2020 (27,08 juta), tahun 2025 (33,69 juta), tahun 2030 (40,95 juta) dan tahun 2035 (48,19 juta). Sementara itu, di Jawa Tengah sendiri

mencapai 12,59% dari sekitar 34 juta total penduduk. Jumlah tersebut merupakan tertinggi kedua setelah Yogyakarta (13,81%). Di Kabupaten Kendal usia harapan hidup lansia meningkat hingga usia 70-an tahun. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin panjangnya usia harapan hidup, maka jumlah lanjut usia akan mengalami peningkatan. Hal ini akan berdampak pada peran sosial lansia, baik yang disebabkan karena kondisi fisik,

psikologis, sosial, maupun ekonomi lansia tersebut. Hal ini membuat lansia membutuhkan orang lain atau keluarga untuk memenuhi kebutuhan dasarnya.

Beban keluarga dalam merawat lansia dapat menyebabkan perubahan psikologis baik pada lansia ataupun pada keluarga sendiri. Penelitian Sudawan dan Livana (2017) menyatakan bahwa mayoritas lansia dengan hipertensi mengalami tingkat stres sedang (52%). Hasil ini menunjukkan bahwa lansia dengan hipertensi juga mengalami perubahan psikologisnya karena penyakit fisik yang dialami. Hasil penelitian tersebut berbeda dengan Penelitian Livana, Susanti, Darwanti, dan Anggreni (2019) menunjukkan bahwa lansia yang berusia 60-74 tahun, sebagian besar dalam batas normal sebanyak 53 orang (46,9%). Hal ini menunjukkan bahwa lansia meskipun mengalami perubahan fisik karena usia yang telah lanjut, namun lansia masih dapat mengontrol emosi sehingga tingkat depresi yang dialami lansia dalam batas normal.

Keluarga yang merawat lansia tentunya juga mengalami beberapa masalah di antaranya sebagian besar keluarga merasa terbebani dengan adanya lansia. Keluarga harus membagi waktu untuk keluarganya sendiri dan membagi waktu untuk merawat lansia. Masalah tersebut juga menambah beban keluarga ketika keluarga yang merawat lansia, juga bekerja sehingga waktu mereka menjadi tersita, apalagi bagi keluarga yang memiliki lansia dengan gangguan fisik. Hal ini membuat keluarga harus ekstra membagi waktu untuk membantu memenuhi kebutuhan sehari-hari lansia (Mubin & Livana, 2019).

Beban keluarga selaku *caregiver* lansia, meliputi beban fisik, beban psikologis, beban sosial, dan beban ekonomi. Beban fisik yang dirasakan, seperti ketegangan otot, nyeri punggung, kelemahan lengan dan kaki. Beban sosial berupa konflik yang terjadi dalam keluarga, sedangkan beban psikologis, meliputi

depresi, ansietas, mudah marah, frustrasi serta terjadi ketegangan antara perawatan informal (keluarga) dengan penerima perawatan (Tatisina, 2013).

Penelitian Leung, Chen, Lue, dan Hsu (2007) menunjukkan dukungan emosional lebih penting dari pada dukungan instrumental untuk gejala psikologis. Keterlibatan emosional keluarga berkorelasi terbalik dengan depresi dan ansietas, sedangkan kritik berkorelasi positif dengan depresi dan ansietas. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial dan fungsi keluarga mempengaruhi kesehatan mental lansia.

Penelitian terkait dukungan sosial ataupun fungsi keluarga dalam merawat lansia sudah banyak dilakukan namun penelitian terkait gambaran tingkat ansietas keluarga lansia belum pernah dilakukan. Berdasarkan latar belakang di atas, perlu dilakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui tingkat ansietas keluarga dalam merawat lansia di Bandengan Kota Kendal.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *deskriptif analitik* dengan pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian adalah keluarga lansia yang merawat lansia dan tinggal satu rumah dengan lansia di Bandengan Kota Kendal. Sampel penelitian berjumlah 86 keluarga. Teknik penelitian menggunakan *purposive sampling*. Alat pengumpul data menggunakan 7 pertanyaan terkait ansietas dari kuesioner DASS 21. Data dianalisis secara univariat menggunakan distribusi frekuensi.

## HASIL PENELITIAN

Hasil analisis karakteristik responden berdasarkan usia disajikan pada tabel 1. Karakteristik dalam penelitian ini meliputi jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan disajikan dalam tabel 2. Analisis tingkat ansietas keluarga dalam merawat lansia disajikan pada tabel 2 berikut ini.

Tabel 1.  
Karakteristik responden berdasarkan usia (n=86)

Mean	SD	Min-Maks
48,23	5,03	28-56

Sumber: Diolah peneliti (2020)

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata keluarga yang merawat lansia berusia 48 tahun.

Tabel 2.  
Karakteristik responden (n=86)

Karakteristik	f	%
Jenis kelamin		
Laki-laki	18	21
Perempuan	68	79
Pendidikan		
Tidak sekolah	16	19
SD	21	24
SLTP	29	34
SLTA	18	21
PT	2	2
Pekerjaan		
Bekerja	38	
Tidak bekerja	48	

Sumber: Diolah peneliti (2020)

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin

perempuan, berpendidikan terakhir SLTP, dan tidak bekerja.

Tabel 3.  
Karakteristik responden berdasarkan usia (n=86)

Tingkat ansietas	f	%
Sangat berat	0	0
Berat	0	0
Sedang	40	46,5
Ringan	24	29
Normal	22	25,5

Sumber: Diolah peneliti (2020)

Tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat ansietas sedang.

mengalami ansietas berada pada usia dewasa. Ansietas yang terjadi dapat disebabkan beberapa hal salah satunya saat menghadapi penyakit fisik yang sedang dideritanya.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keluarga yang merawat lansia rata-rata berusia 48 tahun. Usia tersebut masuk dalam usia dewasa. Usia dewasa merupakan tahap dimana individu mempunyai fungsi keluarga (Friedman, 2010). Hasil ini sejalan dengan penelitian Livana, keliat, Putri (2016) bahwa mayoritas individu yang

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian Leung, Chen, Lue, dan Hsu (2007) bahwa perempuan memiliki lebih banyak gejala ansietas dari pada laki-laki. Penelitian Dourado, Rolim, Machado, Souza dan Batista, (2020) juga menyebutkan bahwa hubungan fungsi

keluarga dengan ansietas menunjukkan bahwa perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini dikarenakan perempuan lebih menunjukkan orientasi interpersonal yang lebih kuat dan lebih sensitif dalam berhubungan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas keluarga yang merawat lansia berpendidikan terakhir SLTP. Hal ini sesuai dengan pendapat Notoadmodjo (2010) bahwa tingkat pendidikan tinggi akan memberikan respon yang lebih rasional dalam menghadapi masalah sehingga dapat meminimalkan resiko ansietas. Pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi, misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga meningkatkan kualitas hidup. Pendapat Livana dan Wardani (2020) menunjukkan bahwa dengan pendidikan dapat menentukan perilaku individu dalam merawat anggota keluarganya

Hasil penelitian terkait tingkat ansietas keluarga yang merawat lansia menunjukkan bahwa mayoritas mengalami ansietas sedang. Hasil analisis kuesioner menunjukkan mayoritas responden merasa bibir kering, perasaan khawatir sering muncul dan tekanan darah meningkat/menurun. Hasil ini sejalan dengan penelitian Mubin dan Livana (2020) bahwa keluarga yang merawat anggota keluarga yang sakit mengalami perubahan kognitif dengan sulit konsentrasi, badan terasa pegal-pegal, dan sering merasa khawatir.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Sulistyowati dan Indria (2020) bahwa ansietas yang dialami caregiver tidak mempengaruhi kualitas hidup pasien. Penelitian Posluszny, Bovbjerg, Syrjala, Agha, dan Dew (2019) menunjukkan bahwa keluarga yang merawat anggota keluarga yang sakit ternyata memiliki tingkat ansietas dan gejala depresi yang lebih tinggi dibanding anggota keluarga yang sakit tersebut. Hasil ini mendukung pernyataan bahwa pengasuh atau caregiver memiliki sejumlah besar tanggung jawab, termasuk pengasuhan 24 jam sehari yang meliputi mengelola ansietas dan depresi penerima perawatan dalam melakukan perawatan di

rumah sehari-hari, sehingga dapat menyebabkan ansietas pada caregiver tersebut.

Ansietas yang dialami keluarga perlu adanya intervensi yang dapat mengurangi tingkat ansietas keluarga yang merawat lansia, salah satunya dengan bersikap empati. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Jütten, Mark, dan Sitskoorn (2019) bahwa empati mampu meningkatkan empati kognitif keluarga dan menurunkan empati afektif keluarga sehingga mampu mengurangi gejala ansietas.

## SIMPULAN

Hasil penelitian disimpulkan bahwa rata-rata keluarga yang merawat lansia berusia 48 tahun, mayoritas berjenis kelamin perempuan, berpendidikan terakhir SLTP, dan berstatus tidak bekerja. Tingkat ansietas keluarga yang merawat lansia mayoritas berada dalam tingkat ansietas sedang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dourado, D. M., Rolim, J. A., Machado, N., de Souza Ahnerth, N. M. G., & Batista, E. C. (2020). Anxiety and Depression in the Caregiver of the Family Member with Mental Disorder1. *Anxiety*, 3(1). <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2019.101090>
- Friedman, M. (2010) Buku Ajar Keperawatan Keluarga : Riset, Teori dan Praktek, edisi 5, Jakarta : EGC.
- Jütten, L. H., Mark, R. E., & Sitskoorn, M. M. (2019). Empathy in informal dementia caregivers and its relationship with depression, anxiety, and burden. *International journal of clinical and health psychology*, 19(1), 12-21. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1697260018301200>
- Leung, K. K., Chen, C. Y., Lue, B. H., & Hsu, S. T. (2007). Social support and

- family functioning on psychological symptoms in elderly Chinese. *Archives of gerontology and geriatrics*, 44(2), 203-213. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2006.05.001>
- Livana, P. H., & Wardani, I. Y. (2020). Karakteristik Keluarga Pasien Hemodialisis yang Mengalami Stres. *Jurnal Ners Widya Husada Semarang*, 6(3), 73-78. <http://stikeswh.ac.id:8082/journal/index.php/jners/article/view/318>
- Livana, P. H., Keliat, B. A., & Putri, Y. S. E. (2016). Penurunan Respons Ansietas Klien Penyakit Fisik dengan Terapi Generalis Ansietas di Rumah Sakit Umum. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 4(1), 13-20. <https://doi.org/10.26714/jkj.4.1.2016.13-20>
- Livana, P. H., Susanti, Y., Darwanti, L. E., & Anggraeni, R. (2019). Description Of Elderly Depression Levels. *Nurscope: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan*, 4(2), 80-93. <http://dx.doi.org/10.30659/nurscope.4.2.80-93>
- Moss, K. O., Kurzawa, C., Daly, B., & Prince-Paul, M. (2019). Identifying and addressing family caregiver anxiety. *Journal of Hospice & Palliative Nursing*, 21(1), 14-20. doi: 10.1097/NJH.0000000000000489
- Mubin, M. F., & Livana, P. H. (2020). Reduction of family stress level through therapy of psychoeducation of skizofrenia paranoid family. *Enfermería Clínica*, 30, 155-159. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.12.048>
- Mubin, M. F., Livana, P. H., & Mahmudah, A. R. (2019). Gambaran Tingkat Stres Keluarga Lansia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 6(2), 128-133. <https://doi.org/10.26714/jkj.6.2.2018.128-133>
- Notoatmodjo, S. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Posluszny, D. M., Bovbjerg, D. H., Syrjala, K. L., Agha, M., & Dew, M. A. (2019). Correlates of anxiety and depression symptoms among patients and their family caregivers prior to allogeneic hematopoietic cell transplant for hematological malignancies. *Supportive Care in Cancer*, 27(2), 591-600. <https://link.springer.com/article/10.1007/s00520-018-4346-3>
- Sudawam, S., & Livana, P. H. (2017). Gambaran Tingkat Stres Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 7(1), 32-36. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/160>
- Sulistiyowati, E., & Indria, D. M. (2020). Analisa Pengaruh Tingkat Kecemasan dan Depresi Pasien dengan Keluarga (Caregiver) terhadap Kualitas Hidup Pasien Kanker di Malang. *Jurnal Bio Komplementer Medicine*, 7(1). <http://riset.unisma.ac.id/index.php/jbm/article/view/6642>

