

## HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEMANDIRIAN LANSIA DALAM PEMENUHAN AKTIVITAS SEHARI-HARI

Aulya Lintang Octa Astika<sup>1</sup>, Puji Lestari\*<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Prodi S1 Keperawatan, Universitas Ngudi Waluyo

\*korespondensi penulis, email: pujilestari@unw.ac.id

### ABSTRAK

Penurunan berbagai fungsi organ pada lansia menyebabkan penurunan kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari. Hal ini membutuhkan dukungan dari keluarga. Fenomena yang ditemukan, terdapat lansia dengan dukungan keluarga sudah baik, namun pemenuhan aktivitas sehari-hari masih rendah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari. Desain penelitian adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Responden sebanyak 51 orang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner *Perceived Social Support-Family* dan *Lawton Instrumental Activity Everyday Living*. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji *chi square*. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dukungan keluarga sebagian besar kategori cukup (60,8%) dan kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari sebagian besar mandiri (56,9%). Ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari dengan *p-value* sebesar 0,046 ( $\alpha < 0,05$ ).

**Kata kunci:** dukungan keluarga, lansia, tingkat kemandirian dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari

### ABSTRACT

The decrease in various organ functions in the elderly leads to a decrease in the independence of the elderly in the fulfillment of daily activities. It requires the support of the family. The phenomenon found, there are elderly people with good family supports but the fulfillment of daily activities is still low. This study was to determine the relationship between family support and the independence of the elderly in fulfilling daily activities. The design of this study is descriptive correlational with a cross sectional approach. 51 respondents were taken with purposive sampling technique. The measuring instrument used is a questionnaire *Perceived Social Support-Family* and *Lawton Instrumental Activity Everyday Living*. The data obtained were analyzed using the chi square test. Most of family support is sufficient (60,8%) and the independence of the elderly in fulfilling daily activities is mostly independent (56,9%). There is a significant relationship between family support and the independence of the elderly in fulfilling daily activities with *p-value* of 0,046 ( $\alpha < 0,05$ ).

**Keywords:** elderly, family support, level of independence activity daily living

## **PENDAHULUAN**

Dunia saat ini sedang menghadapi masalah besar yaitu meningkatnya jumlah lansia. Populasi diperkirakan meningkat sekitar 56% menjadi 1,4 miliar orang antara tahun 2015 dan 2030 (*National Institute of Aging*, 2020). Asia Tenggara memiliki populasi tua 8% atau sekitar 142 juta orang menurut Organisasi Kesehatan Dunia. Populasi tua diperkirakan meningkat empat kali lipat pada tahun 2050. Tahun 2016, Indonesia memiliki 22,6 juta orang lanjut usia yang merupakan 8,75% dari populasi. Tahun 2030, jumlah itu diperkirakan meningkat menjadi 41 juta, terhitung 13,82% dari populasi (Badan Pusat Statistik, 2019). Data sensus penduduk tahun 2020, jumlah lansia (usia 60 tahun ke atas) di Jawa Tengah relatif tinggi yaitu sekitar 4,4 juta jiwa atau 12,15% dari total penduduk. Jumlah lansia di Kabupaten Temanggung meningkat dari 11.696 pada tahun 2019 menjadi 12.525 pada tahun 2020 (Badan Pusat Statistik, 2020).

Sebagai hasil dari pertumbuhan yang efektif di beberapa bidang, khususnya di bidang kesehatan, angka harapan hidup meningkat. Indonesia berpotensi menghadapi beban rangkap tiga, yaitu meningkatnya angka kelahiran dan beban penyakit (baik menular maupun tidak menular), peningkatan jumlah tanggungan usia produktif dan usia tanggungan tidak produktif. Lansia mengalami penurunan kesehatan, baik secara alami maupun akibat penyakit (Kemenkes RI, 2017). Hilangnya fungsi anggota tubuh akibat usia dapat menimbulkan masalah atau gangguan dalam pekerjaan sehari-hari, seperti menurunnya kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri (Stanley dan Beare, 2017).

Lansia memiliki tingkat kemandirian yang bervariasi dalam tugas sehari-hari apabila dibandingkan dengan kelompok usia lainnya (Potter & Perry, 2013). Perubahan dalam peristiwa kehidupan, aturan sosial, usia, dan penyakit mempengaruhi kemampuan seseorang untuk mandiri. Kapasitas fisik menurun

seiring bertambahnya usia dan kerentanan penyakit kronis meningkat. Ketergantungan orang tua terutama laki-laki tidak hanya pada aspek fisik, namun juga aspek ekonomi (Putri 2011). Berkurangnya kondisi fisik, kapasitas mental, status mental seperti melankolis dan depresi, penerimaan terhadap fungsi tubuh, dan dukungan keluarga juga merupakan faktor yang mempengaruhi kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari. Kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari meliputi kemampuan menggunakan telepon, berbelanja, mempersiapkan makanan, pekerjaan rumah tangga, mencuci baju, menggunakan transportasi, tanggung jawab untuk obatnya sendiri, kemampuan mengelola keuangan (Friedman, 2014).

Dukungan keluarga sangat penting dalam memotivasi lansia untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Dukungan keluarga terdiri dari dukungan informasional, penilaian, instrumental, dan emosional. Keluarga memberikan banyak bantuan pendidikan dan instrumental kepada orang tua. Keluarga selalu memberikan informasi tentang nilai hidup sehat, serta penjelasan tentang pola makan yang teratur, serta memberikan dukungan yang informatif. Selain berkontribusi dalam memberikan dukungan instrumental, keluarga juga memberikan banyak bantuan dalam hal memenuhi kebutuhan lansia secara konsisten dan selalu memperhatikan kebutuhan makan dan minum mereka (Padila, 2013).

Penelitian di Posyandu Lansia Permadi Desa Tlogomas Kota Malang menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari (Danguwole dkk, 2017). Temuan penelitian sebelumnya tidak sesuai dengan penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Sekip Palembang yang tidak menemukan pengaruh yang signifikan antara usia, jenis kelamin, status kesehatan, dukungan sosial terhadap kemandirian lansia (Dwifenisah, 2019). Berdasarkan

studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Kandangan Temanggung pada bulan Desember 2021 menunjukkan terdapat lansia yang memiliki aktivitas sehari-hari yang rendah meskipun mendapat dukungan

dari keluarga yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari.

### METODE PENELITIAN

Desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Responden penelitian ini adalah lansia di Desa Kandangan, Kecamatan Kandangan, Kabupaten Temanggung sebanyak 51 lansia yang diambil dengan teknik *purposive sampling* dengan kriteria lansia yang mampu berkomunikasi dengan baik, tidak mengalami demensia, dan tidak sedang dirawat di rumah sakit. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner

*Perceived Social Support-Family* untuk mengukur dukungan sosial keluarga, sedangkan variabel kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari diukur menggunakan kuesioner *Lawton Instrumental Activity Everyday Living*. Analisis univariat ditampilkan dengan menggunakan distribusi frekuensi sedangkan analisis bivariat menggunakan *chi square*.

### HASIL PENELITIAN

Dukungan keluarga lansia di Desa Kandangan, Kecamatan Kandangan,

Kabupaten Temanggung ditampilkan pada tabel berikut:

**Tabel 1.** Gambaran Dukungan Keluarga pada Lansia di Desa Kandangan (n=51)

Kategori Dukungan Keluarga	f	%
Cukup	31	60,8
Baik	20	39,2
<b>Total</b>	<b>51</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1 didapatkan bahwa dukungan keluarga paling banyak adalah kategori cukup yaitu sebanyak 31

(60,8%), dibandingkan kategori baik sebanyak 20 (39,2%).

**Tabel 2.** Gambaran Tingkat Kemandirian dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-Hari pada Lansia di Desa Kandangan (n=51)

Kategori Tingkat Kemandirian	f	%
Mandiri	29	56,9
Ketergantungan Sebagian	22	43,1
<b>Total</b>	<b>51</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 2 diketahui lansia dengan tingkat kemandirian dalam kategori mandiri sebanyak 29 (56,9%) lebih banyak

dibandingkan ketergantungan sebagian yaitu sebanyak 22 (43,1%).

**Tabel 3.** Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-Hari (n=51)

Dukungan Keluarga	Tingkat Kemandirian				p-value
	Ketergantungan Sebagian		Mandiri		
	n	%	n	%	
Cukup	17	54,8	14	45,2	0,046
Baik	5	25	15	75	
<b>Total</b>	<b>22</b>	<b>43,1</b>	<b>29</b>	<b>56,9</b>	

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa pada lansia dengan ketergantungan sebagian lebih banyak mendapatkan dukungan keluarga yang cukup yaitu

54,8% dan lansia dengan tingkat kemandirian kategori mandiri lebih banyak mendapatkan dukungan keluarga baik yaitu 75%. Hal ini berarti lansia yang

mendapatkan dukungan keluarga baik cenderung mempunyai tingkat kemandirian dalam kategori mandiri dan lansia yang mendapatkan dukungan keluarga cukup cenderung mempunyai tingkat kemandirian dengan kategori ketergantungan sebagian.

## **PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menunjukkan lansia dengan tingkat kemandirian dalam kategori mandiri sebanyak 29 (56,9%) lebih banyak dibanding ketergantungan sebagian yaitu sebanyak 22 (43,1%). Kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari meliputi kemampuan menggunakan telepon, berbelanja, mempersiapkan makanan, melakukan pekerjaan rumah tangga, dan mengelola keuangan. Kemampuan untuk beroperasi tanpa bergantung pada orang lain dan mengendalikan aktivitas sendiri atau orang lain disebut sebagai kemandirian (Stanley dan Beare, 2017). Seiring bertambahnya usia, kemampuan fisik, penglihatan, pendengaran, dan keterampilan motorik mereka menurun, sehingga memerlukan penggunaan teknologi bantu untuk melakukan tugas sehari-hari. Penyakit akut atau penyakit yang memburuk dari waktu ke waktu dapat mempercepat penurunan fungsional, menurunkan kemampuan lansia untuk melakukan tugas sehari-hari sendiri (Potter & Perry, 2013).

Lansia memiliki tingkat kemandirian yang berbeda dalam aktivitas sehari-hari dibandingkan kelompok usia lainnya. Kemandirian lansia tidak hanya ditentukan oleh kemampuannya untuk beradaptasi dan melaksanakan tugas rutin sehari-hari, tetapi juga oleh keadaan tubuh dan kesehatannya. Kapasitas lansia untuk berpartisipasi dalam aktivitas menurun seiring dengan memburuknya kesehatan mereka. Ada dua jenis aktivitas hidup sehari-hari: standar dan instrumental. Toilet, makan, berpakaian, berpindah tempat, dan mandi adalah contoh dari tindakan standar kehidupan sehari-hari, sedangkan aktivitas kompleks seperti memasak, mencuci, menggunakan telepon,

Hasil uji statistik dengan *chi square* didapatkan *p-value* 0,046 ( $\alpha < 0,05$ ), maka ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari di Desa Kandangan Kecamatan Kandangan Kabupaten Temanggung.

dan menggunakan uang adalah contoh dari aktivitas instrumental dalam kehidupan sehari-hari (Potter & Perry, 2013).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa lansia memiliki tingkat kemandirian yang rendah dalam tugas sehari-hari. Menurut penelitian Sari (2013), 35,71% responden lansia di Dusun Blimbing, Desa Sukorejo, Kabupaten Ponorogo sudah mandiri secara finansial. Berdasarkan temuan penelitian Primadayanti (2011) terhadap 25 responden lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Sumbersari Kabupaten Jember, yaitu 9 responden kurang mandiri (36%). Berbeda dengan temuan Rohaedi dkk (2016) yang menyatakan bahwa mayoritas lansia 86% bergantung, ada lansia tertentu yang menderita penyakit seperti stroke dan Parkinson, membutuhkan bantuan orang lain untuk segala aktivitasnya dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari.

Berkurangnya kemandirian dapat membuat orang lebih rentan terhadap penyakit seiring bertambahnya usia. Perubahan dalam peristiwa hidup, aturan masyarakat, usia, dan penyakit akan berdampak pada kemandirian. Usia, pendidikan, masalah kesehatan, kondisi ekonomi, keadaan sosial dan keluarga merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi kemandirian (Hurlock, 2010). Apabila lansia memiliki tingkat kemandirian yang rendah dalam melakukan aktivitas sehari-hari, maka beban keluarga, masyarakat, dan pemerintah semakin bertambah. Kenaikan ini sebagian besar disebabkan oleh permintaan akan layanan khusus seperti kesehatan dan gizi, yang seiring bertambahnya populasi lansia, menimbulkan beban sosial yang besar.

Para lansia menjadi semakin menyendiri dan kesepian akibat kesan keluarga mereka bahwa mereka adalah beban (Friedman, 2014).

Hasil penelitian juga menunjukkan dukungan keluarga lansia di Desa Kandangan Kecamatan Kandangan Kabupaten Temanggung sebagian besar dalam kategori cukup sebanyak 31 responden (60,8%), sedangkan dukungan dalam kategori baik sebanyak 20 responden (39,2%). Dukungan keluarga meliputi dukungan informasional, penilaian, instrumental, dan emosional. Salah satu jenis dukungan keluarga adalah dukungan informasional. Keluarga memberikan dukungan informasional dengan mengumpulkan dan menyebarkan informasi. Bantuan informatif adalah bantuan yang diberikan dengan maksud membantu seseorang dalam memecahkan suatu masalah, seperti memberikan nasihat, arahan, ide, atau informasi lain yang dapat diteruskan kepada orang lain yang mungkin menghadapi masalah yang sama atau sebanding (Friedman, 2014).

Dukungan untuk keluarga di semua tahap memungkinkan mereka untuk bekerja dengan kecerdasan ganda dan otak, yang meningkatkan kesehatan dan kemampuan beradaptasi mereka dalam kehidupan. Bantuan eksternal dan internal keluarga terbukti sangat bermanfaat dalam hal koping keluarga. Sumber dukungan eksternal bagi keluarga antara lain teman, pekerjaan, tetangga, sekolah, keluarga besar, kelompok sosial, kelompok rekreasi, tempat ibadah, dan praktisi kesehatan. Dukungan internal keluarga dapat berupa bantuan dari suami atau istri, saudara kandung, atau anak-anak (Harnilawati, 2013).

Hasil penelitian menunjukkan lansia dengan ketergantungan sebagian lebih banyak mendapatkan dukungan keluarga cukup yaitu 54,8% dan lansia dengan tingkat kemandirian kategori mandiri lebih banyak mendapatkan dukungan keluarga baik yaitu 75%. Hal ini berarti lansia yang mendapatkan dukungan keluarga baik,

cenderung mandiri dan lansia yang mendapatkan dukungan keluarga cukup cenderung mempunyai tingkat kemandirian ketergantungan sebagian. Hasil uji statistik dengan *chi square* didapatkan *p-value* 0,046 ( $\alpha < 0,05$ ), maka ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari di Desa Kandangan Kecamatan Kandangan Kabupaten Temanggung.

Bantuan keluarga kepada lansia perlu ditingkatkan karena meringankan permasalahan lansia. Bantuan keluarga dapat berbentuk dukungan sosial, informasional, emosional, atau instrumental agar anggota keluarga merasa diperhatikan (Friedman, 2014). Lansia juga memerlukan pendampingan keluarga agar dapat menikmati hidup di usia lanjut, bahagia atau merasa senang, serta mampu menjalankan tugas sehari-hari secara konsisten dan optimal (Rahayu, 2019).

Kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari seperti mandi, berpakaian rapi, ke toilet, berpindah tempat, mengontrol urin atau feses, dan makan sendiri menunjukkan tingkat kemandiriannya. Kemandirian lansia adalah tidak adanya pengawasan aktif, bimbingan, atau bantuan pribadi bagi lansia (Maryam dkk, 2011). Kesehatan lansia meningkat apabila ada pendampingan keluarga yang optimal dan aktivitas sehari-hari menjadi lebih teratur dan tidak berlebihan. Cinta dan kasih sayang, yang harus dipahami secara individu sebagai bagian dari perawatan dan perhatian dalam memfungsikan keluarga dengan baik, adalah bagian dari dukungan sosial. Dengan adanya bantuan dan pendampingan dari keluarga, lansia menjadi lebih mudah untuk mempertahankan kebebasannya dalam kehidupan sehari-hari karena merasa diperhatikan sehingga menghasilkan kemandirian yang baik (Stanley dan Beare, 2017).

## SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari di Desa Kandangan Kecamatan Kandangan Kabupaten Temanggung. Keluarga lansia

diharapkan untuk selalu memberikan dukungan agar kemandirian lansia meningkat dan perlu upaya pembinaan dari pemegang program untuk meningkatkan motivasi keluarga dalam memberikan dukungan kepada lansia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2020). Indeks Pembangunan Manusia (IPM) Menurut Kabupaten/Kota di Indonesia. Retrieved from: <https://bps.go.id/indicator/26/35/4/indeks-pembangunan-%0Amanusia.html>
- Badan Pusat Statistik. (2019). Profil Lansia Provinsi Jawa Tengah 2019. In *Badan Pusat Statistik Kota Semarang*.
- Danguwole, F. J., Wiyono, J., & Ardiyani, V. M. (2017). Hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari di posyandu lansia Permadi Kelurahan Tlogomas Kota Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(3).
- Dwifenisah, A. (2019). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kemandirian Lansia dalam Melakukan Aktivitas Sehari-Hari di Wilayah Kerja Puskesmas Sekip Palembang* (Poltekkes Kemenkes Palembang). Retrieved from <https://repository.poltekkespalembang.ac.id/items/show/758>.
- Friedman. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga* (5th ed.). Jakarta: EGC.
- Harnilawati. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Keluarga*. Sulawesi Selatan: Pustaka As Salam.
- Hurlock. (2010). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Kemenkes RI. (2017). *Situasi dan Analisis Lanjut Usia*. Retrieved from <https://pusdatin.kemkes.go.id/article/view/16092300002/infodatin-situasi-lanjut-usia-lansia-di-indonesia.html>
- Maryam, S. R., Ekasari, Fatma, M., Rosidawati, Jubaedi, A., & Batubara, I. (2011). *Mengenal Usia Lanjut dan perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- National Institute of Aging. (2020). *Diagnosing Dementia*.
- Padila. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Potter, & Perry, (2013). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik Volume 1. (Edisi 4)*. Jakarta: EGC.
- Primadayanti. (2011). *Perbedaan Tingkat Kemandirian Activity of Daily Living (ADL) pada Lansia yang Mengikuti dan tidak Mengikuti Posyandu di Wilayah Kerja Puskesmas Sumber Sari Kabupaten Jember*. UNIVERSITAS JEMBER.
- Rahayu, A. (2019). *Buku Ajar: Kesehatan Reproduksi Remaja dan Lansia*. Yogyakarta: CV. Mine.
- Rohaedi, S., Putri, S. T., & Kharimah, A. D. (2016). Tingkat kemandirian lansia dalam activities daily living di panti sosial tresna werdha senja rawi. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 2(1), 16-21.
- Sari, A. A. P. (2013). *Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia di Dusun Blimbing Desa Sukorejo Kecamatan Sukorejo Kabupaten Ponorogo* (Doctoral dissertation, universitas muhammadiyah ponorogo).
- Stanley dan Beare. (2017). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.