

DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KEMANDIRIAN LANSIA DALAM AKTIVITAS SEHARI-HARI: STUDI KUALITATIF DI PUSKESMAS MANGASA KOTA MAKASSAR

(Family Support for Elderly Independence in Daily Living Activities: A Qualitative Study at Mangasa Health Center, Makassar)

Abdul Kadir Ahmad*, Baharuddin, Agusti Fauziah, Tistayanti

Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Makassar

*) abdulkadirahmad68@gmail.com, 089505350302

ABSTRACT

Elderly individuals face increasing challenges in maintaining independence due to aging-related physical and social changes. In Mangasa Health Center, Makassar, there is no prior study exploring changes in family support post-health education. This study aimed to explore the forms and changes in family support for elderly independence in daily activities before and after community nurse education. A descriptive qualitative design was used. Data were collected through semi-structured interviews with two families living with elderly aged ≥ 70 years in Mangasa area. Interviews were conducted over three days and analyzed thematically. The study found meaningful improvements in instrumental and informational support after the intervention. Participants reported greater involvement in assisting the elderly ("now I always accompany my mother to the market"). Elderly individuals showed better hygiene and mobility independence. Within this limited context, community-based education appears to enhance family roles in supporting elderly autonomy.

Keywords: Family support, elderly, daily activities.

ABSTRAK

Lansia menghadapi tantangan dalam mempertahankan kemandirian akibat perubahan fisik dan sosial. Di wilayah kerja Puskesmas Mangasa Kota Makassar, belum ada kajian spesifik mengenai perubahan dukungan keluarga pasca intervensi edukatif perawat komunitas. Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi bentuk dan dinamika perubahan dukungan keluarga terhadap kemandirian lansia dalam menjalani aktivitas sehari-hari sebelum dan sesudah edukasi kesehatan. Desain penelitian deskriptif kualitatif. Data diperoleh melalui wawancara semi-terstruktur terhadap dua keluarga dengan lansia berusia ≥ 70 tahun yang tinggal di wilayah kerja Puskesmas Mangasa. Wawancara berlangsung selama tiga hari, dianalisis menggunakan pendekatan tematik. Penelitian menemukan peningkatan makna dalam dimensi dukungan instrumental dan informasional setelah edukasi. Partisipan melaporkan keterlibatan lebih aktif dalam membantu lansia ("sekarang saya selalu temani Ibu kalau ke pasar"). Kemandirian lansia juga meningkat dalam hal kebersihan diri dan mobilitas ringan. Studi ini menunjukkan kecenderungan bahwa edukasi komunitas dapat memperkuat peran keluarga dalam mendukung kemandirian lansia, khususnya dalam konteks terbatas ini.

Kata kunci: Dukungan keluarga, lansia, aktivitas sehari-hari.

PENDAHULUAN

Peningkatan jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia menimbulkan tantangan dalam sistem pelayanan kesehatan dan sosial. Data Badan Pusat Statistik (2020) menunjukkan bahwa Sulawesi Selatan memiliki 721.353 lansia, atau sekitar 9,19% dari total populasi. Di wilayah kerja Puskesmas Mangasa Kota Makassar, kecenderungan peningkatan jumlah lansia belum diimbangi dengan studi sistematis mengenai bentuk dukungan keluarga terhadap kemandirian mereka, khususnya dalam konteks kehidupan sehari-hari.

Secara fisiologis, lansia mengalami penurunan kemampuan motorik dan kognitif yang dapat berdampak pada menurunnya kemampuan dalam menjalani aktivitas harian, seperti makan,

mandi, berpakaian, dan mobilitas. Kemandirian dalam aktivitas sehari-hari menjadi salah satu indikator utama kualitas hidup lansia. Ketika kemandirian tersebut terganggu, dukungan dari lingkungan terdekat, terutama keluarga, menjadi sangat krusial (Mulyadi & Utario, 2022).

Dukungan keluarga meliputi berbagai dimensi, seperti dukungan emosional (perhatian dan empati), dukungan instrumental (bantuan langsung dalam aktivitas), dukungan informasional (pemberian informasi dan nasihat), dan dukungan penilaian (penguatan dan validasi positif) (Puspitasari et al., 2023). Namun, dalam konteks lokal seperti Makassar, nilai-nilai budaya seperti *Siri'* dan *Sipakatau* dapat mempengaruhi cara keluarga memberikan perawatan

dan dukungan terhadap lansia. Nilai-nilai ini menekankan rasa hormat, harga diri, dan kewajiban moral dalam merawat anggota keluarga yang lebih tua.

Sayangnya, peran keluarga dalam mendukung kemandirian lansia masih kurang optimal, baik karena keterbatasan informasi maupun beban ekonomi dan sosial. Studi yang secara spesifik mengeksplorasi perubahan bentuk dukungan keluarga pasca edukasi kesehatan di tingkat puskesmas belum banyak dilakukan, termasuk di wilayah kerja Puskesmas Mangasa.

Berdasarkan latar tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bentuk dan dinamika perubahan dukungan keluarga terhadap kemandirian lansia dalam menjalani aktivitas sehari-hari sebelum dan sesudah edukasi kesehatan oleh tenaga perawat komunitas. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi praktik keperawatan keluarga dan pengembangan intervensi berbasis komunitas.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menggali secara mendalam pengalaman dan persepsi keluarga dalam memberikan dukungan kepada lansia, khususnya sebelum dan sesudah intervensi edukatif. Metode ini relevan untuk memahami konteks sosial, nilai budaya, serta dinamika interpersonal yang tidak dapat diukur secara kuantitatif.

Subjek penelitian dipilih secara purposive, yaitu dua keluarga yang memiliki lansia berusia ≥ 70 tahun dan berdomicili di wilayah kerja Puskesmas Mangasa, Makassar. Kriteria inklusi meliputi: (1) lansia tinggal serumah dengan anggota keluarga, (2) anggota keluarga sebagai perawat utama bersedia diwawancarai, (3) lansia tidak mengalami gangguan kognitif berat. Sementara itu, kriteria eksklusi adalah lansia yang sedang dirawat inap, atau keluarga yang menolak direkam selama wawancara.

Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur menggunakan pedoman wawancara yang telah diuji secara terbatas. Wawancara dilakukan secara langsung di rumah partisipan selama tiga hari berturut-turut, dengan durasi 30–45 menit per sesi. Proses wawancara direkam menggunakan perangkat audio digital, dengan persetujuan sebelumnya dari partisipan. Data sekunder diperoleh dari dokumentasi kunjungan lansia dan laporan kegiatan puskesmas.

Analisis data dilakukan dengan pendekatan analisis tematik (*thematic analysis*) sesuai prosedur Braun dan Clarke, yang meliputi enam tahap: (1) familiarisasi dengan data, (2) pengkodean awal, (3)

pencarian tema, (4) penelaahan tema, (5) penamaan tema, dan (6) penyusunan narasi hasil. Pengolahan data dilakukan secara manual menggunakan matriks tematik sederhana.

Untuk menjaga validitas data, digunakan teknik triangulasi sumber (membandingkan keterangan dari lansia dan keluarga) dan member checking, yaitu klarifikasi ulang hasil wawancara kepada partisipan pada hari ketiga. Peneliti juga melakukan pencatatan reflektif (*reflexive journaling*) guna menghindari bias interpretatif.

Aspek etis penelitian ini mengacu pada prinsip otonomi, beneficence, dan justice. Peneliti memperoleh izin dari Kepala Puskesmas Mangasa dan Komite Etik Penelitian Poltekkes Kemenkes Makassar. Partisipan diberikan penjelasan dan diminta menandatangani lembar persetujuan setelah memahami tujuan, risiko, dan manfaat penelitian. Identitas partisipan dijaga kerahasiaannya melalui penggunaan inisial.

HASIL

Penelitian ini menghasilkan dua tema utama: (1) perubahan bentuk dukungan keluarga terhadap lansia, dan (2) perubahan tingkat kemandirian lansia dalam aktivitas sehari-hari. Data diperoleh dari dua keluarga (Subjek A dan Subjek B) yang merawat lansia di rumah.

1. Dukungan Keluarga

Sebelum edukasi kesehatan, bentuk dukungan yang diberikan cenderung terbatas pada aspek emosional, seperti memberikan perhatian dan menemani lansia saat istirahat. Namun, partisipan belum sepenuhnya memahami pentingnya dukungan instrumental dan informasional yang bersifat praktis.

Setelah dilakukan edukasi oleh petugas puskesmas, terdapat peningkatan dukungan keluarga dalam dimensi instrumental dan informasional. Subjek A menyatakan:

“Kalau dulu saya kira cukup temani saja, sekarang saya bantu antar ke pasar atau urus bajunya.” (Partisipan A)

Demikian pula Subjek B menambahkan pernyataan senada:

“Saya baru tahu pentingnya kasih tahu Ibu soal kebersihan. Sekarang saya ingatkan dan bantu siapkan air mandinya.” (Partisipan B)

Dukungan dikategorikan “baik” jika partisipan menunjukkan keterlibatan aktif secara rutin dalam kegiatan lansia, dan “kurang” jika hanya bersifat pasif atau insidental.

2. Kemandirian Lansia dalam Aktivitas Sehari-hari

Kemandirian lansia diukur berdasarkan kemampuan melakukan aktivitas dasar seperti makan, mandi, berpakaian, dan mobilisasi ringan

tanpa bantuan penuh dari orang lain.

Sebelum intervensi, Subjek A mengalami ketergantungan dalam menjaga kebersihan diri, sedangkan Subjek B mengalami kesulitan dalam berpindah tempat. Setelah edukasi dan peningkatan peran keluarga, kedua lansia menunjukkan peningkatan.

“Sekarang Ibu sudah mau mandi sendiri pagi-pagi, nggak perlu disuruh-suruh.” (Partisipan A)

“Kalau naik tangga, biasanya minta gendong. Tapi sekarang cukup saya pegang tangannya saja.” (Partisipan B)

Perubahan ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki pengaruh terhadap motivasi dan kemandirian lansia. Kategori “mandiri” diberikan jika lansia dapat menjalankan aktivitas dengan bantuan minimal atau hanya supervisi.

Tabel 1 Karakteristik Subjek Penelitian

Inisial	Usia (Tahun)	Jenis Kelamin	Pendidikan Terakhir
Ny. S	70	Perempuan	SD
Ny. M	72	Perempuan	SD

Tabel 2 Hasil Awal Wawancara Dukungan Keluarga

Jenis Dukungan	Subyek 1		Subyek 2	
	Baik	Kurang	Baik	Kurang
Emosional	√		√	
Instrumental		√	√	
Informasional	√			√
Penghargaan	√			√

Tabel 3 Hasil Awal Wawancara Aktivitas Sehari-Hari Lansia

Aktivitas Sehari-Hari	Subyek 1		Subyek 2	
	Baik	Kurang	Baik	Kurang
Makan-minum	√		√	
Kebersihan diri		√	√	
Berpakaian	√		√	
Berpindah	√			√

Tabel 4 Hasil Akhir Wawancara Dukungan Keluarga

Jenis Dukungan	Subyek 1		Subyek 2	
	Baik	Kurang	Baik	Kurang
Emosional	√		√	
Instrumental	√		√	
Informasional	√		√	
Penghargaan	√		√	

Tabel 5 Hasil Akhir Wawancara Aktivitas Sehari-Hari Lansia

	Subyek 1	Subyek 2
--	----------	----------

Aktivitas Sehari-Hari	Baik	Kurang	Baik	Kurang
Makan-minum	√		√	
Kebersihan diri	√		√	
Berpakaian	√		√	
Berpindah	√		√	

PEMBAHASAN

1. Dukungan Keluarga

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum edukasi, dukungan keluarga cenderung terbatas pada dimensi emosional, seperti menemani dan menyapa lansia. Namun, setelah intervensi edukatif oleh perawat komunitas, terjadi peningkatan signifikan pada dimensi instrumental dan informasional.

Perubahan ini sesuai dengan konsep dukungan sosial oleh House (1981) yang membagi dukungan ke dalam empat bentuk utama: emosional, instrumental, informasional, dan penilaian. Dukungan instrumental—seperti membantu mobilitas dan aktivitas fisik lansia—merupakan bentuk dukungan yang paling berdampak dalam studi ini.

Dalam konteks budaya Bugis-Makassar, nilai Siri' (harga diri dan kehormatan) mendorong keluarga untuk tidak membiarkan orang tua mereka “terlihat terlantar” di mata tetangga. Selain itu, nilai Sipakatau (memanusiakan sesama) memperkuat perasaan tanggung jawab terhadap anggota keluarga yang lemah, seperti lansia. Nilai-nilai ini dapat menjadi penggerak positif dalam merawat lansia, namun kadang juga membuat keluarga ragu meminta bantuan profesional karena khawatir dianggap gagal menjalankan fungsi keluarga.

Perubahan sikap partisipan setelah edukasi menunjukkan bahwa pendekatan yang disesuaikan dengan kearifan lokal memperbesar peluang keberhasilan intervensi. Salah satu partisipan bahkan menyatakan bahwa dirinya baru merasa “berani bertindak” setelah mengetahui bahwa apa yang ia lakukan selama ini ternyata bisa ditingkatkan dan dibenarkan secara medis.

2. Kemandirian Lansia:

Kemandirian lansia dalam penelitian ini mengacu pada kemampuan menjalankan aktivitas dasar sehari-hari secara mandiri atau dengan bantuan minimal. Setelah keluarga meningkatkan peran mereka dalam mendukung lansia, terjadi perubahan perilaku yang konsisten, seperti kesediaan mandi secara rutin, berpakaian sendiri, dan berani berpindah tempat dengan bantuan ringan.

Temuan ini memperkuat teori motivasi

sosial bahwa dukungan yang diterima seseorang dapat meningkatkan self-efficacy dan persepsi kemampuan diri. Dalam konteks lansia, kehadiran keluarga yang mendukung tidak hanya membantu secara fisik, tetapi juga memberikan dorongan psikologis yang penting. Seperti yang diungkapkan salah satu partisipan, "Sekarang Ibu sudah semangat bangun pagi karena tahu ada yang bantu dan tidak dimarahi."

Kemandirian ini juga dipengaruhi oleh aspek emosional, seperti rasa percaya diri dan perasaan dihargai. Penelitian oleh Mulyadi dan Utario (2022) menunjukkan bahwa dukungan keluarga yang konsisten dapat mencegah ketergantungan progresif pada lansia.

Namun demikian, perlu dicatat bahwa kemampuan lansia juga dipengaruhi oleh kondisi fisik yang tidak selalu bisa dikendalikan oleh keluarga. Karena itu, peran edukasi dan pemantauan berkala dari tenaga kesehatan tetap diperlukan sebagai bagian dari sistem pendukung yang berkelanjutan.

Dari segi refleksi metodologis, meskipun jumlah partisipan terbatas, penggunaan kutipan langsung dan triangulasi sumber meningkatkan validitas deskriptif temuan. Hasil studi ini menunjukkan bahwa perubahan kecil dalam peran keluarga dapat berdampak signifikan terhadap kualitas hidup lansia.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi komunitas yang dilakukan oleh perawat dapat mendorong perubahan positif dalam bentuk dukungan keluarga terhadap lansia, khususnya pada dimensi instrumental dan informasional. Perubahan ini secara langsung berkontribusi terhadap peningkatan kemandirian lansia dalam menjalani aktivitas sehari-hari seperti mandi, makan, dan berpindah tempat.

Temuan ini menggarisbawahi pentingnya

DAFTAR PUSTAKA

- Antara, A.N., Dipura, S.K. & Rinaldi, R. (2018). *The relationship of family support with independence of elderly in the fulfillment of daily activities*. Yogyakarta: STIKES Wira Husada. (Skripsi Sarjana, tidak diterbitkan)
- Asikin, A.M., Andi, N. & Sari, L. (2021). Penduduk lansia dan tantangan kesehatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(2), pp. 1–10.
- Bongoura, M.L., Atindana, J.N., Ming, Z.H., Wei, P., Mothibe, K.J. & Xue, Z.K. (2012). Starch functional properties and resistant starch from foxtail millet (*Setaria italica* (L.) P. Beauv) species. *Pakistan Journal of Nutrition*, 11(10), pp. 919–928.
- Endang, R. & Suhariati, N. (2021). Kemandirian lansia dalam aktivitas sehari-hari. *Jurnal Keperawatan*, 5(1), pp. 45–52.
- Gibson, R.S. (2005). *Principles of nutritional assessment*. 2nd ed. New York: Oxford University Press.
- Kementerian Kesehatan RI. (2013). *Riset kesehatan dasar*. Jakarta: Kemenkes RI.

keterlibatan aktif keluarga sebagai mitra dalam pelayanan keperawatan komunitas. Nilai-nilai budaya lokal seperti Siri' dan Sipakatau dapat dimanfaatkan sebagai pintu masuk dalam pendekatan edukatif kepada keluarga di wilayah urban yang masih memegang nilai tradisional.

Studi ini memiliki keterbatasan pada jumlah partisipan yang terbatas serta durasi observasi yang relatif singkat. Konsekuensinya, generalisasi temuan harus dilakukan dengan kehati-hatian, dan disarankan adanya penelitian lanjutan dengan cakupan partisipan dan waktu yang lebih luas.

SARAN

Dukungan keluarga terhadap lansia perlu terus diperkuat melalui peningkatan peran aktif keluarga dalam memberikan bantuan fisik, informasi, dan motivasi yang sesuai kebutuhan. Tenaga keperawatan komunitas disarankan untuk merancang pendekatan edukasi yang tidak hanya berbasis bukti, tetapi juga responsif terhadap nilai-nilai lokal seperti Siri' dan Sipakatau, agar pesan kesehatan lebih mudah diterima dan diterapkan.

Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan studi serupa dengan jumlah partisipan lebih besar dan cakupan waktu yang lebih luas, guna menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang dinamika dukungan keluarga dan kemandirian lansia dalam berbagai konteks sosial budaya.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Direktur Poltekkes Kemenkes Makassar, Ketua Jurusan Keperawatan dan Ketua Prodi D.III Keperawatan;
2. Kepala Puskesmas Mangasa dan petugas kesehatan yang membantu pelaksanaan penelitian;
3. Mahasiswa yang turut terlibat dalam penelitian.

- Lara, A.N. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari: Literature review. *Tidak dipublikasikan*.
- Martina, S.E., Rahman, M. & Akbar, R. (2023). Dukungan keluarga terhadap kemandirian lansia dalam aktivitas sehari-hari di desa Suka. *Jurnal Kesehatan*, 6(4), pp. 267–274.
- Mulyadi, M. & Utario, Y. (2022). Dukungan keluarga pada kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari: Studi kualitatif. *Jurnal Keperawatan Rafflesia*, 4(1), pp. 51–60.
- Puspitasari, S., Husni, A. & Meilianingsih, L. (2023). Dukungan keluarga dengan kemandirian lansia. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 3(1), pp. 66–71.
- Sumbara, R., Mauliani, R. & Puspitasari, S. (2019). Hubungan tingkat kemandirian dengan kualitas hidup lanjut usia. *Jurnal Keperawatan*, 3(2), pp. 120–132.
- Veneranda, S. & Kenjaplun, T.Y. (2021). Praktik keperawatan komunitas pada keluarga dengan lansia. Makassar: Program Studi Keperawatan, STIKes Stella Maris. (*Modul internal*)
- Wagiyono. (2003). Menguji kesukaan secara organoleptik. [Online]. Tersedia di: http://psbtik.smkn1cms.net/pertanian/agroindustri/agroindustri_non_pangan/mengujikesukaan_secara_organoleptik.pdf (Diakses: 9 November 2024).
- Wulandari, M. (2021). Dukungan keluarga dengan kemandirian lansia. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 8(2), pp. 110–120.