

**DUKUNGAN KELUARGA PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DALAM KEMANDIRIAN MELAKUKAN AKTIVITAS SEHARI-HARI****Emira Apriyeni*, Siska Sakti Angraini, Dwi Christina Rahayuningrum**^{1,2,3} STIKES Syedza Sainatika Padang(email*: emira.apriyeni@gmail.com, 082287858882)**ABSTRAK**

Lansia penderita hipertensi akan mengalami perubahan fisik dan resiko komplikasi. Kondisi ini akan mempengaruhi kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari, sehingga meningkatkan tingkat ketergantungannya pada keluarga. Salah satu yang mempengaruhi kemandirian lansia adalah dukungan dari keluarga. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui dukungan keluarga pada lansia penderita hipertensi dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Jenis penelitian adalah *analitik* dengan pendekatan *cross sectional study* pada tahun 2020 di Jorong Silago Wilayah Kerja Puskesmas Silago. Sampel penelitian berjumlah 42 orang dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan diolah dan di analisis secara univariat dan bivariat dengan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian didapatkan bahwa lebih dari separoh lansia tidak mandiri (61,9%), dan 54,8% lansia mendapatkan dukungan keluarga yang kurang baik. Berdasarkan uji statistik didapatkan *pvalue*=0,007. Kesimpulan penelitian yaitu ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kemandirian lansia hipertensi di Jorong Silago Wilayah Kerja Puskesmas Silago. Diharapkan petugas kesehatan lebih meningkatkan kegiatan posyandu lansia dengan meningkatkan penyuluhan tentang kemandirian pada lansia penderita hipertensi beserta keluarga.

Kata kunci : Dukungan keluarga; Lansia; Hipertensi; Kemandirian**ABSTRACT**

*The hypertensive elderly will experience physical changes and the risk of complications. This condition will affect to their independence daily lives, so that increasing the level of dependence on the family. One of the factors that affect elderly's independence is family support. The research objective was to determine the family supports toward the hypertensive elderly in their independence daily life. This research's type is analytic with a cross sectional study approach in October 2020 in Jorong Silago, the Silago health center work area. The research sample consisted of 42 people using purposive sampling technique. Data collection using a questionnaire and processed and analyzed by univariate and bivariate with chi-square test. The results showed that more than half of the elderly were not independent (61.9%), and 54.8% of the elderly received poor family support. Based on the statistical test, it was found that *p-value* = 0.007. The conclusion of this research is that there is a relationship between family support and independence of elderly hypertension in Jorong Silago, Silago public health center. It is hoped that health workers will further increase posyandu activities for the elderly by increasing counseling on independence for elderly people with hypertension and their families.*

Keywords : Family support; elderly; hypertension; independence**PENDAHULUAN**

Lanjut usia (lansia) merupakan bagian dari proses tumbuh kembang manusia (Azizah, 2011). *World Health Organization* (WHO) memperkirakan proporsi populasi penduduk lanjut usia (lansia) di dunia yang berusia diatas 60

tahun menjadi dua kali lipat dari 15% pada tahun 2008 menjadi 29% pada tahun 2050. Pada tahun 2010 sampai 2016, yaitu jumlah lanjut usia di Indonesia berjumlah sekitar 23,7 juta jiwa dan diperkirakan naik 13,7% pada tahun 2050 (WHO, 2018). Provinsi Sumatera Barat memiliki jumlah



lanjut usia sebanyak 1.151.629 jiwa (23,22%) (Badan Pusat Statistik, 2017)

Lansia mengalami proses penuaan yang menjadi penyebab munculnya penyakit degeneratif pada lansia diantaranya penyakit hipertensi. Pasien dengan hipertensi membutuhkan memerlukan pengobatan rutin dan pengawasan yang tepat agar tidak berlanjut kepada komplikasi penyakit salah satunya seperti stroke (La ode, 2012). Lansia dengan penyakit hipertensi akan mengalami ketergantungan pada anggota keluarganya. Selain itu populasi lansia yang timbul dari peningkatan jumlah penduduk lansia dengan hipertensi juga akan memberikan peningkatan ratio ketergantungan lanjut usia (*old age dependency ratio*).

Lansia dengan hipertensi cenderung membutuhkan bantuan dalam menjalani kehidupan sehari-hari, hal ini disebabkan karena lansia sering mengalami pusing, mata berkunang-kunang, pundak bera, pandangan berputar-putar, cenderung merasakan tekanan darah naik tanpa disadari dan bisa terjadi dimana saja. Sehingga lansia membutuhkan orang lain dalam menjalani aktivitasnya sehari-hari dan hal ini akan mempengaruhi tingkat kemandirian lansia itu sendiri (Padila, 2013).

Kemandirian lansia adalah kebebasan untuk bertindak, tidak tergantung pada orang lain, tidak terpengaruh pada orang lain dan bebas mengatur diri sendiri atau aktivitas seseorang baik individu maupun kelompok dari berbagai kesehatan atau penyakit (Ediawati, 2012). Kemandirian lansia juga dilihat dari cara lansia melakukan ADL (*Activity Of Daily Living*) atau Aktivitas kehidupan sehari-hari (AKS). Aktivitas kehidupan sehari-hari (AKS) merupakan aktivitas pokok bagi perawatan diri. AKS meliputi antara lain: ke toilet, makan, berpakaian, mandi, berpindah, dan kontinensia. Pengkajian AKS penting untuk mengetahui tingkat ketergantungan (Tamher & Noorkasiani, 2009). Pengkajian ini menggunakan indeks kemandirian Katz untuk aktivitas kehidupan sehari-hari yang berdasarkan pada evaluasi fungsi mandiri atau bergantung dari klien dalam hal: makan, kontinen (BAB/BAK), berpindah, kamar kecil, mandi dan berpakaian

(Maryam, 2011). Dampak dari kemandirian lansia yang buruk yaitu lansia membutuhkan orang lain untuk melakukan aktivitasnya, karena hal yang paling ditakutkan lansia mengalami pusing tiba-tiba dan resiko untuk jatuh. Lansia dengan tingkat kemandirian buruk juga beresiko untuk mengalami komplikasi hipertensi seperti stroke (Padila, 2013).

Dukungan keluarga merupakan unsur terpenting dalam membantu individu menyelesaikan masalah. Apabila ada dukungan, rasa percaya diri akan bertambah dan motivasi untuk menghadapi masalah yang terjadi akan meningkat (Tamher & Noorkasiani, 2009). Menurut penelitian Indah Sampelan (2015) mengatakan ada hubungan dukungan keluarga dan dukungan sosial terhadap tingkat kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan penelitidengan mewawancarai 10 orang lansia, didapatkan 7 orang lansia mengatakan setiap kontrol ulang kepuskesmas tidak pernah ditemani keluarga karena anak-anak pada bekerja dan lansia meminta bantuan tetangga atau orang sekitar tempat tinggalnya untuk mengantarkannya kontrol ke Puskesmas. Sedangkan 3 lansia mengatakan keluarganya selalu menyediakan makanan, mengantar lansia ke puskesmas, meningkatkan lansia untuk sholat 5 waktu sehari. Sementara 6 dari 10 lansia mengatakan dalam melakukan aktivitas sehari-hari lansia dibantu keluarga seperti mandi dibantu keluarga, mengambil baju dari lemari dan memakai pakaian bersih di bantu keluarga, masuk dan keluar kamar mandi dibantu keluarga, berpindah tempat dari tempat tidur ke kursi juga dibantu keluarga. Berdasarkan data dan latar belakang di atas maka peneliti melakukan penelitian mengenai dukungan keluarga pada lansia penderita hipertensi dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian menggunakan rancangan desain dengan pendekatan *cross sectional study*. Penelitian ini dilakukan di Jorong Silago Wilayah



Kerja Puskesmas Silago pada tanggal 16-20 Oktober 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien lansia yang memiliki riwayat penyakit hipertensi di Jorong Silago wilayah Puskesmas Saligo Kab Dharmasraya Tahun 2020 dalam 3 bulan terakhir sebanyak 74 orang lansia dengan hipertensi. Sampel

penelitian berjumlah 42 orang dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan diolah dan di analisis secara univariat dan bivariat dengan uji *Chi-Square*.

HASIL**A. Analisa Univariat**

1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kemandirian Lansia

Tabel 4.1**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kemandirian Lansia**

No	Kemandirian	<i>f</i>	%
1	Ketergantungan	26	61,9
2	Mandiri	16	38,1
	Total	42	100

2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga

Tabel 4.2**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga**

No	Dukungan Keluarga	<i>f</i>	%
1	Kurang Baik	23	54,8
2	Baik	19	45,2
	Total	42	100

B. Analisa Bivariat**Tabel 4.3****Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kemandirian pada Lansia Hipertensi**

Dukungan Keluarga	Kemandirian				Total		p value
	Ketergantungan		Mandiri		<i>f</i>	%	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%			
Kurang Baik	19	82,6	4	17,4	23	100	0,007
Baik	7	36,8	12	63,2	19	100	
Total	26	61,9	16	38,1	42	100	



PEMBAHASAN

A. Analisa Univariat

1. Kemandirian

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan lebih dari separoh lansia hipertensi memiliki ketergantungan dalam aktivitas sehari-hari yaitu sebesar 26 (61,9%) di Jorong Silago Wilayah Kerja Puskesmas Silago Tahun 2020. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputri (2011) tentang hubungan kemandirian dengan pola kebiasaan lansia di kecamatan Puwakerto. Terdapat 55,2% responden dengan ketergantungan. Penelitian (Annisa, 2016) tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kemandirian pada lansia terdapat sebanyak 59% ketergantungan pada lansia 65 tahun keatas.

Kemandirian adalah berarti tanpa pengawasan, pengarahan, atau bantuan pribadi aktif (Maryam, 2011). Kemandirian adalah kemampuan klien dalam melakukan fungsi tanpa memerlukan supervisi, petunjuk maupun bantuan aktif. misalnya bagi klien yang menolak untuk melakukan sendiri suatu fungsi tertentu padahal dia masih mampu dianggap bisa melakukannya (Tamher & Noorkasiani, 2009). Kemandirian lansia dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari dipengaruhi dengan kondisi kesehatan, kondisi ekonomi, dan kondisi sosial (Hardywinoto, 2015).

Menurut asumsi penelitian didapatkan juga bahwa sebagian besar lansia ketergantungan dengan anggota keluarga. Berdasarkan hasil penyebaran kusioner didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kemandirian bergantung pada orang lain, seperti mencuci baju, mengingat obat dan diet serta kontrol berulang lansia membutuhkan bantuan orang lain. Artinya lansia di Puskesmas Silago harus lebih hati-hati dalam menjaga kondisi kesehatan tubuhnya. Lansia di daerah ini juga harus selalu rajin mengkonsultasikan kesehatannya ke pelayanan kesehatan secara rutin agar tetap menjaga kesehatan.

2. Dukungan Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan lebih dari separoh lansia hipertensi memiliki dukungan keluarga kurang baik yaitu 23 (54,8%) pada lansia di Jorong Silago wilayah kerja Puskesmas Silago Tahun 2020. Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Abdurrahman (2013) mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam pemenuhan aktifitas sehari-hari di rt 03/rw 04 kelurahan jatiluhur kecamatan jatiasih kota bekasididapatkan 41,8 % lansia mendapatkan dukungan emosional kurang baik, 47,3 % lansia mendapatkan dukungan informasi kurang baik, 36,4 % lansia mendapatkan dukungan instrumental kurang baik, dan 38,2% lansia mendapatkan dukungan instrumentasi kurang baik.

Dukungan keluarga merupakan unsur terpenting dalam membantu individu menyelesaikan suatu masalah. Jika dukungan dan rasa percaya diri dimiliki oleh lansia maka akan bertambahnya motivasi lansia dalam melakukan aktivitas untuk menghadapi masalah yang terjadi (Tamher & Noorkasiani, 2009). Berdasarkan analisa kusioner didapatkan bahwa lebih banyak keluarga yang tidak memberikan informasi baru tentang hipertensi, tidak mau mengerti tentang bagaimana perasaan lansia, mengingatkan membeli dan pembayar pengobatan penyakit hipertensi.

Menurut Logan dan Dakwin dalam Abdurrahman (2013), dukungan keluarga merupakan proses hubungan diantara keluarga dengan lingkungan sosialnya, jenis dukungan yang dapat diberikan oleh keluarga kepada lansia dapat membentuk komunikasi secara reguler, interaksi sosial, emosional, mempertahankan kegiatan rumah tangga, menyiapkan makanan, dukungan sarana transportasi dan dukungan sumber finansial. Selain itu, dukungan emosional merupakan aspek penting dalam keluarga termasuk membantu anggota keluarga dalam memfasilitasi kehilangan, ketidakmampuan akibat penyakit



konis dan membantu anggota keluarga dalam menghadapi berbagai situasi yang terjadi. Ada berbagai jenis dukungan keluarga menurut (Friedman, 2010) antara lain dukungan emosional, dukungan penilaian, dukungan instrumental, dan dukungan informasi.

Menurut analisa peneliti, dukungan keluarga sangat dibutuhkan oleh seseorang lansia dalam menjalani sisa hidupnya agar seorang lansia tidak mengalami kesepian dalam kehidupan sehari-hari. Keluarga merupakan tempat bagi lansia untuk menggantungkan hidupnya. Bila seorang lansia mengalami kesepian dan merasa sendiri bisa terjadi depresi yang akan berdampak buruk bagi lansia tersebut.

A. Analisa Bivariat Hubungan Dukungan Keluarga dan Kemandirian Lansia

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa proporsi kemandirian lansia hipertensi yang ketergantungan pada responden dengan dukungan keluarga kurang baik (82,6%) dibandingkan responden dengan dukungan keluarga baik (36,8%) . Pada hasil uji statistik didapatkan p value = 0,007 ($p \leq 0,05$) yang artinya ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kemandirian pada lansia hipertensi di Jorong Silago Wilayah Kerja Puskesmas Silago Tahun 2020.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Pratama (2019) tentang Hubungan keluarga dengan kemandirian ADL (Activity Daily Living) lansia di Jombang didapatkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kemandirian ADL lansia. Lanjut usia (lansia) merupakan bagian dari proses tumbuh kembang manusia. Manusia tidak secara tiba-tiba menjadi tua, tetapi berkembang dari bayi, anak-anak, remaja, dewasa dan akhirnya menjadi tua lansia merupakan suatu proses alami yang ditentukan oleh Tuhan Yang Maha Esa. Semua orang akan mengalami proses menjadi tua dan merupakan masa hidup manusia yang terakhir (Azizah, 2011).

Menurut analisa peneliti, dukungan keluarga dapat mempengaruhi status kesehatan pasien itu sendiri serta kemandiriannya. Artinya individu dengan dukungan keluarga baik memiliki kondisi tubuh yang sehat dan mandiri. Berdasarkan penyebaran kuesioner didapatkan bahwa lansia yang dukungan keluarga baik membantu lansia untuk lebih positif dalam menjalani kegiatan sehari-harinya. Keluarga merupakan tempat bagi lansia untuk menggantungkan hidupnya dan dukungan dari keluarga mempunyai peranan penting dalam kemandirian pemenuhan ADL pada lansia.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah didapatkan tentang dukungan keluarga pada lansia penderita hipertensi dalam melakukan aktivitas sehari-hari, dapat ditarik kesimpulan bahwa lebih dari separoh lansia tidak mandiri (61,9%), dan 54,8% lansia mendapatkan dukungan keluarga yang kurang baik. Berdasarkan uji statistik didapatkan ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kemandirian lansia hipertensi di Jorong Silago Wilayah Kerja Puskesmas Silago Diharapkan petugas kesehatan lebih meningkatkan kegiatan posyandu lansia dengan meningkatkan penyuluhan tentang kemandirian pada lansia penderita hipertensi beserta keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, T. (2013). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Aktifitas Sehari-Hari Di Rt 03/Rw 04 Kelurahan Jatiluhur Kecamatan Jatiasih Kota Bekasi Tahun 2013*. Fakultas Kedokteran Dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Annisa, D. F. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Konselor*, 5(2).
- Azizah. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta. Graha ilmu.
- Badan, P. S. (2017). *Jumlah Penduduk Lansia tahun 2017*. Badan Pusat Statistik
- Ediawati. (2012). *Gambaran Tingkat*



Kemandirian ADL Dengan Resiko Jatuh Pada Lansia di PSTW Mulia Jakarta Timur. Universitas Indonesia.

Friedman, M. (2010). *Keperawatan Keluarga Riset, teori, Dan Praktek. Edisi 5.* Jakarta. EGC.

Hardywinoto. (2015). *Panduan gerontik : Tinjauan dari berbagai aspek.* Jakarta. PT. Gramedia pustaka Utama.

Laode, S. (2012). *Asuhan Keperawatan Gerontik.* Yogyakarta. Nuha Medika.

Maryam, R. S. (2011). *Mengenal Usia Lanjut dan perawatannya.* Jakarta. Salemba Medika.

Padila. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah.* Yogyakarta Nuha Medika.

Pratama, Z. M. (2019). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Adl (Activities Daily Living) Pada Lansia.* Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang.

Sampelan, I. (2015). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari di Desa Batu Kecamatan Lingkupang Selatan Kabupaten Minahasa Utara. *Journal Keperawatan*, 3(2).

Tamher, & Noorkasiani. (2009). *Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan.* Jakarta. Salemba Medika.

WHO. (2018). *Angka harapan hidup Indonesia meningkat.* Diakses April 2020 dari <http://www.rri.co.id>.