

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KEMANDIRIAN
LANSIA USIA DI ATAS 65 TAHUN DALAM PEMENUHAN AKTIVITAS
SEHARI HARI DI DESA MATITI I KECAMATAN DOLOKSANGGUL
KABUPATEN HUMBANG HASUNDUTAN TAHUN 2026**

Mery L Simanjuntak¹, Rouli DF Simamora², Adelima CR Simamora³

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesehatan Baru Doloksanggul

Jln. Bukit Inspirasi Sipalakki Doloksanggul Kabupaten HumbangHasundutan

Email : mery.simanjuntak@stikeskb.ac.id

ABSTRAK

Kemandirian pada lanjut usia tergantung pada kemampuan status fungsionalnya dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Penurunan kemandirian adalah indikator krusial tentang adanya penyakit pada lansia seperti aktivitas kehidupan sehari-hari (activity of daily living) yang mencakup makan, keluarmasuk toilet, mandi, berjalan serta mengenakan pakaian. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif analitik kuantitatif dengan desain crosssectional, peneliti menggunakan kuesioner, jumlah populasi sebanyak 145 kk dan jumlah sampel sebanyak 59 orang dengan menggunakan rumus lovin untuk menentukan samel. Berdasarkan hasil penelitian dari 59 responden dapat disimpulkan bahwa yang dukungan baik sebanyak 27 orang (45,5%) dukungan keluarga yang kurang baik (3254,2% Dukungan keluarga merupakan suatu sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap penderita yang sakit) Kemandirian pada lanjut usia tergantung pada kemampuan status fungsionalnya dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Kemenkes RI (2021) menjelaskan tentang lanjut usia adalah individu yang sdah memasuki usia dari 60 tahun dan memiliki perubahan aspek fisik-psiko-sosial emosional dan spritual dalam pemenuhan kebutuhan dasarnya, serta upaya untuk mendapatkannya memerlukan suatu bantuan baik yang bersifat mandiri, bantuan sebagian hingga total. Pengumpulan data dilakukan dengan survey lapangan dengan mewawancarai pasien yang melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri dengan dukungan keluarga dan yang melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri tanpa dukungan keluarga.

Kata Kunci : *Dukungan Keluarga, Kemandirian, Aktifitas*

ABSTRACT

Independence in the elderly depends on their functional status in performing daily activities. Decreased independence is a crucial indicator of disease in the elderly, including activities of daily living (ADLs), which include eating, toileting, bathing, walking, and dressing. This study is a quantitative analytical descriptive study with a cross-sectional design. The researcher used a questionnaire. The population was 145 families, and the sample size was 59 individuals, using the Lovin formula to determine the sample size. Based on the results of the study, it can be concluded that 27 individuals (45.5%) received good family support, while 32% (5.4%) received poor family support. Family support is the attitude, actions, and acceptance of the family toward a patient with an illness. Independence in the elderly depends on their functional status in performing daily activities. The Indonesian Ministry of Health (2021) defines elderly individuals as individuals who have reached the age of 60 and experience physical, psychosocial, emotional, and spiritual changes in meeting their basic needs. These needs require assistance, whether independent, partial, or total. Data collection was conducted through a field survey interviewing patients who performed daily activities independently with family support and those who performed daily activities independently without family support.

Keywords: *Family Support, Independence, Activity*

PENDAHULUAN

Penuaan adalah proses alami yang dialami oleh semua organisme hidup yang ditandai dengan hilangnya kemampuan organ serta jaringan secara bertahap dan tidak dapat diubah, untuk mempertahankan struktur dan fungsi normal (Antara et al., 2020;Noviati et al., 2022). Seiring dengan terjadinya proses penuaan, ada beberapa perubahan antara lain perubahan fisik, mental, spiritualserta psikososial yang diduga akan mempengaruhi kemandirian sertakesehatan lansia (Purba et al., 2022; Kusumawaty et al., 2021; Heryani et al., 2019).

Penurunan kemandirian adalah indikator krusial tentang adanya penyakit pada lansia seperti aktivitas kehidupan sehari-hari (activity of daily living) yang mencakup makan, keluarmasuk toilet, mandi, berjalan serta mengenakan pakaian. Faktor yang menyugesti kemandirian lansia ialah usia, kesehatan, sosial, serta dukungan keluarga (Mulyadi & Utario, 2022; Kusumawaty et al.,2021).

Menurut world Health Organization (WHO) Lansia adalah

seseorang yang memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia dikatakan sebagai tahap perkembangan daur kehidupan manusia berlahan- lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki kerusakan yang diderita. Jumlah lansia diperkirakan mencapai 28,8000.000 (11,34%) dikawasan asia tenggara dari total populasi pada tahun 2020. Indonesia merupakan negara berkembang yang memasuki era penduduk, karena angka lansia lebih dari 7,0 % (BKKBN, 2019).

Berdasarkan hasil sensus penduduk tahun 2021 di Provinsi Sumatera Utara yang dilakukan Badan Pusat Statistik (BPS), populasi lansia diIndonesia diketahui sebesar 8,85%. Angka ini mengalami penurunan dibandingkan tahun 2020 yaitu sebesar 9,78%. Peningkatan jumlah lansia sejalan dengan peningkatan usia harapan hidup. Indonesia berada pada masa transisi menuju eraageing populasi ketika persentase usia penduduk usia lanjut (60 tahun keatas) mencapai lebih dari 10%. Usia harapan hidup (UHH) diIndonesia tahun 221 diketahui 73,5 tahun, dan UHH di Provinsi Sumatera Utara sebesar 69, 23 tahun.

Berdasarkan hasil sensus penduduk tahun 2021 di Provinsi Sumatera Utara yang dilakukan Badan Pusat Statistik (BPS), populasi lansia di Indonesia diketahui sebesar 8,85%. Angka ini mengalami penurunan dibandingkan tahun 2020 yaitu sebesar 9,78%. Peningkatan jumlah lansia sejalan dengan peningkatan usia harapan hidup. Indonesia berada pada masa transisi menuju era ageing populasi ketika persentase usia penduduk usia lanjut (60 tahun keatas) mencapai lebih dari 10%. Usia harapan hidup (UHH) di Indonesia tahun 2021 diketahui 73,5 tahun, dan UHH di Provinsi Sumatera Utara sebesar 69,23 tahun. Aktivitas fisik dengan intensitas tinggi secara berlebih dapat memberikan ketegangan atau beban berlebih pada sendi dan meningkatkan risiko cedera (Purbasari & Edy, 2022).

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, 2022).

Berdasarkan survei awal, program Puskesmas di beberapa daerah seperti di Gorontalo sudah ada yaitu home care dan follow up. Namun sayangnya, program ini belum dilaksanakan secara optimal. Hal ini disebabkan kurangnya tenaga keperawatan baik kuantitas maupun kualitas, sehingga berdampak pada tidak optimalnya penerapan perawatan kesehatan lansia. Dapat dikatakan bahwa peningkatan jumlah lansia tidak diikuti dengan pelaksanaan program lansia di puskesmas dan kurangnya dukungan keluarga terhadap lansia untuk kemandirian lansia: dalam Merdasarkan hasil penelitian

Ramadan et al.(2023), didapatkan dari 67 subjek

Berdasarkan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari diperoleh hasil pada kategori mandiri yaitu sebanyak 33 orang (49,2%) ketergantungan ringan 4 orang berdasarkan hasil penelitian Ramadan et al.(2023) didapatkan dari 67 subjek Berdasarkan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari diperoleh hasil pada kategori mandiri yaitu sebanyak 33 orang (49,2%), ketergantungan ringan 4 orang.

Berdasarkan hasil penelitian Ramadan et al.(2023) didapatkan dari 67 subjek Berdasarkan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari diperoleh hasil pada kategori mandiri yaitu sebanyak 33 orang (49,2%) ketergantungan ringan 4 orang (6%) ketergantungan sedang 16 orang (23,8) ketergantungan berat 8 orang (12%) dan tingkat ketergantungan total yaitu 6 orang (9%) Pemberi pelayanan pada lansia, yaitu orang yang dekat dengan lansia dan mengerti tentang hal-hal yang berhubungan dengan lansia tersebut, baik tentang perubahan fisik,

psikis, dan sosial. Orang-orang tersebut seperti petugas panti, pekerja sosial, dan yang terutama adalah petugas kesehatan perawat dandokter (Muhtar dan Aniharyati, 2023). Pada saat ini lansia kurang sekali mendapatkan perhatian serius ditengah keluarga dan masyarakat terutama dalam hal pemenuhan kebutuhan Activity Daily Living. Hal ini disebabkan karena lansia memiliki keterbatasan waktu, dana, tenaga dan kemampuan untuk merawat diri (Sholihuddin, 2022)

Kemandirian pada lanjut usia tergantung pada kemampuan status fungsionalnya dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Kemandirian merupakan sikap individu yang diperoleh secara kumulatif dalam perkembangan dimana individu akan terus belajar untuk bersikap mandiri dalam menghadapi berbagai situasi di lingkungan, sehingga individu mampu berfikir dan bertindak sendiri. Dengan kemandirian seseorang dapat memilih jalan hidupnya untuk berkembang ke yang lebih mantap(Sihaloho, 2022). Activity Daily Living (ADL) ialah tindakan menyelesaikan pekerjaan, jadwal, keseharian serta sebagai tindakan

mendasar untuk merawat diri sendiri. Tindakan kehidupan sehari-hari ialah suatu alat mengevaluasi batas praktis seseorang dengan meminta aktivitas dari kehidupan sehari-hari untuk mengetahui lansia yang memerlukan bantuan orang lain dalam menyelesaikan kegiatan kehidupan sehari-hari atau bisa melakukannya dengan bebas. Menghasilkan data yang berharga untuk memutuskan keberadaan kerapuhan pada lansia yang membutuhkan perawatan (RahmawatiIva MH et al.,2020).

Survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada bulan April di Desa Lumban Purba Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan tahun 2026 di dapat jumlah lanjut usia sebanyak 145 jiwa. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap 4 orang lanjut usia diperoleh informasi bahwa 2 orang melakukan aktivitas sehari-hari tanpa bantuan keluarga karena hanya tinggal sendiri dan 1 orang lainnya melakukan aktivitas sehari-hari terkadang dibantu keluarga dikarenakan anak-anaknya sudah berkeluarga dan jauh dari orang tua. Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk

melakukan penelitian tentang hubungan dukungan keluarga terhadap kemandirian lansia usia diatas 65 tahun dalam pemenuhan aktivitas sehari- hari di Desa Lumban Purba Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2026

METODOLOGI

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif analitik kuantitatif dengan desain crossectional melihat hubungan antara variabel independen (dukungan keluarga, kemandirian Lansia) dengan variabel dependen (pemenuhan aktivitas sehari-hari Lansia) dan kemudian melakukan analisa data dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi yaitu pengukuran pada saat bersamaan untuk mengetahui “hubungan dukungan keluarga terhadap kemandirian lansia Usia diatas 65 tahun dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari di Desa Lumban Purba Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2026”

HASIL**Analisa Univariat**

Analisa univariat dilakukan untuk menggambarkan panyajian data dari

variabel dependen independen pada penelitian tentang "hubungan dukungan

keluarga terhadap kemandirian lansia usia diatas 65 tahun dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Hubungan Hasundutan tahun 2026" dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan keluarga Terhadap Kemandirian Lansia Usia Diatas 65 Tahun

Dalam pemenuhan Aktivitas Sehari-hari, Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2026.

N	Variabel	Jumlah	Persentase
1	Dukungan Keluarga		
	Baik	27	45,8
	Kurang Baik	32	54,2
Total		59	100,0
2	Kemandirian Lansia		
	Mandiri	29	49,2

Tidak Mandiri	30	50,8
Total	59	100,0

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui dari 59 responden yang dukungan keluarganya baik sebanyak 27 orang (45.8%), dukungan keluarganya kurang baik sebanyak 32 orang (54.2). Berdasarkan kemandirian lansia dari 59 responden yang kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari adalah sebanyak 29 orang (49.2%), dan yang tidak mandiri melakukan aktivitasnya sebanyak 30 orang (50.8%).

Tabel 4.2 Tabel karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan, Pekerjaan Lanjut Usia Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari Di Desa Lumban Purba Kecamatan Doloksanggul Humbang Hasundutan Tahun 2026

N	Variabel	Jumlah	Persentase
1	Usia		
	65-77	45	76,3
	77-87	14	27,7
Total		59	100,0

2	Pekerjaan		
	n		
	Petani	43	27,7
	Guru	3	5,1
	Ibu Rumah tangga	13	22,0
	Total	59	100,0
3	Pendidikan		
	n		
	SD	5	8,5
	SMP	20	33,9
	SMA	31	52,5
	Perguruan tinggi	3	5,1
	Total		100,0

Berdasarkan Tabel 4.2 dapat dilihat bahwa berdasarkan usia lansia dari 59 responden yang berusia 65-76 Tahun sebanyak 45 orang (76.3%) dan berusia 77-87 tahun sebanyak 14 orang (23.7%).

Berdasarkan Pendidikan lansia yang berpendidikan SD sebanyak 5 orang (8.5%), yang berpendidikan SMP sebanyak 20 orang (33.9%), yang berpendidikan SMA sebanyak 31 orang (52.5%), dan yang berpendidikan Perguruan Tinggi sebanyak 3 orang (5.1 %).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian yang berjudul hubungan dukungan keluarga terhadap kemandirian lansia usia diatas 65 tahun terhadap pemenuhan aktivitas sehari-hari di Desa Lumban Purba Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan tahun 2026 maka diperoleh pembahasan sebagai berikut:

Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari Di Desa Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2026.

Berdasarkan uji chi-square, ada hubungan antara dukungan keluarga terhadap pemenuhan aktivitas sehari-hari pada lansia di Desa Lumban Purba Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2026, didapat hasil pengolahan data variabel dimana diketahui bahwa X^2 Hitung (2,706) lebih kecil dari X^2 tabel (2,706) dengan $df=1$ ($\alpha=0,1$). Hal ini terjadi karena dukungan keluarga sangat tergantung pada lansia baik dalam hal memberi dorongan ataupun bantuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

Hasill penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga sangat berhubungan dengan pemenuhan aktivitas sehari-hari pada lansia. Akan tetapi ada juga lansia dengan dukungan keluarga baik tidak memberi dukungan dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari lansia. Dukungan keluarga merupakan suatu sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap penderita yang sakit. Sedangkan menurut fatmawati (2022) lanjut usia dapat melakukan kegiatan sehari-hari secara mandiri dan produktif. Dukungan keluarga dapat diperoleh lansia dengan berbagai cara, baik inisiatif sendiri ataupun orang lain. Hal ini sejalan dengan penelitian Nagoklan Simbolon,dkk (2020) yang berjudul “Hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari” di Kota Pancur Batu tahun 2020, dan hasil uji statistik menunjukkan bahwa dukungan keluarga kategorikan baik 24 orang (88,9%) berarti terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan pemenuhan aktivitas sehari-hari.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian dan pembahasan dari hubungan dukungan keluarga terhadap kemandirian lansia usia 65-87 tahun dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari di Desa Lumban Purba Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan tahun 2026, pada 59 responden yang bertempat tinggal di Desa Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan tahun 2026 maka diambil kesimpulan sebagai berikut: Ada hubungan dukungan keluarga terhadap kemandirian dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari usia 65-87 tahun di Desa Lumban Purba Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasudutan Tahun 2026. Dari hasil uji chi-square diperoleh chi-square hitung 13,450 lebih kecil X₂ tabel (2,706) dengan df=1 ($\alpha=0,1$) maka ada hubungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aco Mursid. (2023). *Kebutuhan Praktik Keperawatan Keluarga: Tinjauan Literatur*. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 8(2).
- Desi Natalia Vera. (2024). *Dukungan Keluarga pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II Pasca Amputasi: Literature Review*.

- Jurnal EdukasiINPRMAL, 5(1). E-ISSN: 2715-2634.
- Gabriel Natali Rawun. (2021). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke*. Jurnal ProNers, 1(1). Fakultas Keperawatan, Universitas Klabat.
- Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Provinsi Jambi Tahun 2023*. (2023). Pinang Masak Nursing Journal, 2(1).
- Hanif Riyeldi Ramadan. (2023). *Dukungan Keluarga bagi Kemandirian Lansia*. Jurnal Keperawatan Silampari, 6(2).
- Hubungan Aktivitas Sosial dan Spiritual dengan Kemandirian Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda*. (2023). Pinang Masak Nursing Journal, 2(1).
- Jajuk Kusumawaty. (2023). *Dukungan Keluarga bagi Kemandirian Lansia*. Jurnal Keperawatan Silampari, 6(2). e-ISSN: 2581-1975; p-ISSN: 2597-7482.
- Nisa Hutasoit. (2023). *Dukungan Keluarga pada Anak Berkebutuhan Khusus (Tunagrahita) melalui Program di SDLBN 033702*. Jurnal Keperawatan Silampari, 6(2).
- Nurmaliel Toding K. (2023). *Pendidikan Kristen dalam Keluarga dalam Upaya Membangun Karakter Anak Generasi Z*. ADIBA: Journal of Education, 3(4), 510–519. e-ISSN: 2808-4721.
- Rizky Widya A. (2020). *Tingkat Kemandirian Lansia dalam Activities Daily Living di Panti Sosial Tresna Werdha Senja Rawi*. 1(3). e-ISSN: 2721-5725.
- Syamsudin. (2023). *Literature Review: Dukungan Keluarga terhadap Tingkat Depresi pada Lansia*. Jurnal Keperawatan, 9(1), 36–46. e-ISSN: 2716-0785.