

## Dukungan Keluarga Untuk Pemenuhan *Activities Daily Living* (ADL) Pada Lansia

Helmanis Suci<sup>1</sup>, Tomi Jepisa<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Keperawatan, STIKes Alifah Padang, Jl. Khatib Sulaiman No.52B,  
Padang, Indonesia  
Email: [helmanis.suci@gmail.com](mailto:helmanis.suci@gmail.com)

### Abstrak

Menurut WHO (2013) populasi lansia di kawasan Asia Tenggara berjumlah 142 juta jiwa, di Indonesia sendiri diperkirakan 2025 mencapai 36 juta jiwa. Dengan bertambahnya jumlah lansia maka permasalahan kesehatan pada lansia juga meningkat, salah satunya masalah *Activity Daily Living* (ADL) sebanyak 48% lansia mengalami masalah lansia. Bertambahnya usia dan mempunyai masalah yang kompleks sehingga mengalami penurunan kemandirian dan meningkatkan ketergantungan lansia kepada orang lain dalam mencukupi pemenuhan aktivitas sehari-hari. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Dukungan Keluarga dengan Pemenuhan Kebutuhan *Activities Daily Living* (ADL) pada Lansia di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2019. Jenis penelitian analitik dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian semua lansia yang berkunjung ke Puskesmas Andalas Padang penelitian dilakukan pada tanggal 05 – 14 Agustus 2019. Teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. Data dianalisis secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian kurang dari separo (46,9%) lansia memiliki keluarga kurang mendukung Lebih dari separo (61,5%) lansia memiliki ketergantungan dalam pemenuhan kebutuhan *activity daily living*. Adanya dukungan keluarga terhadap ketergantungan pemenuhan kebutuhan *Activity Daily Living* dengan ( $p < 0,05$ ). Diharapkan tenaga kesehatan dapat memberikan informasi kepada keluarga lansia tentang dukungan keluarga dan aktifitas sehari-hari pada lansia terutama dukungan penilaian.

**Kata kunci:** Dukungan Keluarga, Pemenuhan ADL

### *Family Support to Fulfillment of Activities Daily Living (ADL) Needs on Elderly*

#### Abstract

According to WHO (2013) the elderly population in the Southeast Asian region is 142 million, in Indonesia, it is estimated that in 2025 it will reach 36 million. With the increase in the number of elderly, health problems in elderly also increase, one of which is the problem of *Activity Daily Living* (ADL) as much as 48% of elderly people experience problems. Increasing age and have complex problems so that decreased independence and increase the dependence of the elderly to others in fulfilling daily activities. The purpose of this study was to determine the Relationship of Family Support with Meeting the Needs of *Activities of Daily Living* (ADL) in the Elderly at the Andalas Padang Health Center in 2019. This type of analytic research with cross sectional design. The population in the study was all elderly who visited Andalas Padang Health Center in January - March 2019 with a sample of 96 people. Data were collected on August 5-14 August 2019. Sampling technique in this research was using *accidental sampling*. Data were analyzed univariately and bivariately. The results of the study were less than half (46.9%) of the elderly had less supportive families More than half (61.5%) of the elderly had a dependency in meeting their daily living activity needs. There is a relationship of family support with the dependency of meeting the needs of *Activity Daily Living* ( $p < 0,05$ ). It is expected that health workers can provide information to elderly families about family support and daily activities for the elderly, especially assessment support.

**Keywords:** Family Support, Fulfilling ADL

## PENDAHULUAN

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan Lanjut Usia, yang dimaksud dengan lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Keberhasilan pembangunan di berbagai bidang terutama bidang kesehatan menyebabkan terjadinya peningkatan usia harapan hidup penduduk dunia termasuk Indonesia. Namun dibalik keberhasilan peningkatan usia harapan hidup terselip tantangan yang harus diwaspadai, yakni kedepannya Indonesia akan menghadapi beban tiga (*tripel bulder*) yaitu di samping meningkatnya angka kelahiran dan beban penyakit (menular dan tidak menular), juga akan terjadi peningkatan angka beban tanggungan penduduk kelompok usia produktif terhadap kelompok usia tidak produktif (Risksedas, 2014).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2013 di kawasan Asia Tenggara populasi Lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan populasi Lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun ini. Pada tahun 2010 jumlah Lansia 24,000,000 (9,77%) dari total populasi, dan tahun 2020 diperkirakan jumlah Lansia mencapai 28,800,000 (11,34%) dari total populasi. Sedangkan di Indonesia sendiri pada tahun 2020 diperkirakan jumlah Lansia sekitar 80.000.000 (Kemenkes RI, 2018).

Menurut (Kemenkes RI, 2016) Indonesia termasuk dalam 5 besar negara dengan jumlah lanjut usia terbanyak di dunia. Berdasarkan sensus penduduk pada tahun 2010, jumlah lanjut usia di Indonesia yaitu 18,1 juta jiwa (7,6% dari total penduduk). Pada tahun 2014 jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia menjadi 18,781 juta dan diperkirakan pada tahun 2025 jumlahnya akan mencapai 36 juta jiwa. Sementara itu di Sumatera Barat menempati posisi ke 6 dengan jumlah 96.819 penduduk lanjut usia dari jumlah provinsi yang ada di Indonesia. *Activities Daily Living* (ADL) adalah kegiatan melakukan pekerjaan rutin sehari-hari. ADL merupakan aktivitas pokok bagi perawatan diri. ADL meliputi antara lain : ketoilet, makan, berpakaian

(berdandan), mandi, dan berpindah tempat. ADL adalah aktifitas perawatan diri yang harus pasien lakukan setiap hari untuk memenuhi kebutuhan dan tuntutan hidup sehari-hari (Danguwole, 2017).

Ketergantungan lanjut usia disebabkan oleh kondisi orang lansia banyak mengalami kemunduran fisik maupun psikis jika lansia tidak mendapatkan dukungan dari keluarganya maka lansia akan sulit untuk melakukan aktivitas sehari-hari karena kurangnya kemampuan dan kurang imobilitas fisik masalah itu yang sering di jumpai pada lansia akibatnya berbagai masalah fisik, psikologis, dan lingkungan yang di alami oleh lansia. Imobilisasi dapat menyebabkan komplikasi hampir pada semua sistem organ. Kondisi kesehatan mental lansia menunjukkan bahwa pada umumnya lansia tidak mampu melakukan aktivitas sehari-hari (Rohaedi, 2016).

Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan pada keluarga yang sedang mengalami pengobatan. Keluarga memiliki beberapa bentuk dukungan yaitu : dukungan informasi, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional (Fiedman, 2010).

Upaya untuk meningkatkan kemandirian aktifitas lansia perlu adanya peran serta keluarga dan adanya pembinaan kesehatan. Dari salah satu upaya tersebut dukungan keluarga merupakan faktor yang paling berperan dalam hal ini. Dukungan keluarga sebagai suatu proses hubungan antara keluarga dengan lingkungan sosialnya. Dukungan keluarga tersebut bersifat reprovokasi (timbal balik atau sifat dan frekuensi hubungan timbal balik), umpan balik (kualitas dan kuantitas komunikasi), dan keterlibatan emosional (kedalam intimasi dan kepercayaan) dalam hubungan sosial. Berbagai bentuk kehidupan keluarga menunjukkan berbagai kemampuan menyediakan dukungan yang diperlukan Dukungan keluarga dimaksudkan membantu lansia beraktifitas sehari-hari,

agar lansia mampu mandiri atau mendapat bantuan yang minimal (Puspitasari, 2016). Hasil penelitian Sampelan (2015), di Desa Batu menunjukkan, bahwa kurangnya dukungan keluarga dengan kemandirian lansia sebanyak (30.2%) Pada dukungan keluarga kurang ada 11 dari 19 (48%) yang kemandirian lansia kurang. Hal tersebut menunjukkan, bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Dukungan Keluarga dengan Pemenuhan Kebutuhan Activities Daily Living (ADL) pada Lansia

**METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian *analitik* dengan desain *cross sectional* yaitu variabel independen (dukungan keluarga) dan dependen (pemenuhan kebutuhan *Activities Daily Living* (ADL) pada lansia) di Puskesmas Andalas yang variabelnya sama-sama diobservasi atau dikumpulkan sekaligus dalam waktu yang bersamaan. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *accidental sampling* yaitu responden yang ada di tempat sesuai dengan konteks penelitian. Sampel dalam penelitian ini adalah lansia yang berkunjung ke Puskesmas Andalas Padang

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2019**

Dukungan Keluarga	f	%
Kurang Mendukung	45	46,9
Mendukung	51	53,1
<b>Jumlah</b>	<b>96</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 96 responden, sebanyak 45 responden (46,9%) memiliki keluarga kurang

mendukung di Puskesmas Andalas Padang tahun 2019.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Sampelan (2015), tentang dukungan keluarga bahwa secara umum masih kurangnya dukungan keluarga yaitu (48%).

Dukungan keluarga merupakan suatu upaya pencegahan terjadinya depresi pada usia tua dimana dukungan keluarga merupakan suatu bentuk hubungan interpersonal yang melindungi seseorang dari efek stress, dukungan keluarga juga dapat memberi petunjuk tentang kesehatan mental, fisik, dan emosi usia tua. Dukungan keluarga tersebut dapat berupa dukungan informasi, dukungan penilaian, dukungan instrumental, dan dukungan emosional (Wiguna, 2010).

Usia tua yang mendapat dukungan dari keluarganya akan memperlihatkan kondisi kesehatan fisik dan mental yang lebih baik dibanding usia tua yang sedikit mendapat dukungan keluarga, hal ini sesuai juga dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti.

Dukungan keluarga juga merupakan bentuk terapi keluarga yang termasuk pada penatalaksanaan depresi pada usia tua sehingga usia tua dapat menjalankan hidupnya lebih baik dan terhindar dari depresi (Wiguna, 2010).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pemenuhan Kebutuhan Activity Daily Living (ADL) di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2019**

Pemenuhan Kebutuhan Activity Daily Living (ADL)	f	%
Ketergantungan	59	61,5
Mandiri	37	38,5
<b>Jumlah</b>	<b>96</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 96 responden, sebanyak 59 responden (61,5%) memiliki ketergantungan dalam pemenuhan kebutuhan *activity daily living*.

Hasil penelitian ini hampir sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Afifah (2016), dinyatakan lansia tidak memenuhi *Activites Dailay Living* (ADL) 54,5% berada pada tingkat ketergantungan.

*Activities Daily Living* (ADL) adalah kegiatan melakukan pekerjaan rutin sehari-hari. ADL merupakan aktivitas pokok bagi perawatan diri. ADL meliputi antara lain : ketoilet, makan, berpakaian (berdandan), mandi, dan berpindah tempat. ADL adalah aktifitas perawatan diri yang harus pasien lakukan setiap hari untuk memenuhi kebutuhan dan tuntutan hidup sehari-hari (Danguwole, dkk 2017).

Ketergantungan lanjut usia disebabkan oleh kondisi orang lansia banyak mengalami kemunduran fisik maupun psikis jika lansia tidak mendapatkan dukungan dari keluarganya maka lansia akan sulit untuk melakukan aktivitas sehari-hari karena kurangnya kemampuan dan kurang imobilitas fisik masalah itu yang sering di jumpai pada lansia akibatnya berbagai masalah fisik, psikologis, dan lingkungan yang di alami oleh lansia. Imobilisasi dapat menyebabkan komplikasi hampir pada semua sistem organ. Kondisi kesehatan mental lansia menunjukkan bahwa pada umumnya lansia tidak mampu melakukan aktivitas sehari-hari (Rohaedi, dkk 2016).

**Tabel 3. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pemenuhan Kebutuhan Activity Daily Living di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2019**

Dukungan Keluarga	Pemenuhan Kebutuhan ADL		M		Jumlah	
	Ketergantungan		andiri		f	%
	f	%	f	%		
Kurang Mendukung	35	77,8	10	22,2	45	100
Mendukung	24	47,1	27	52,9	51	100
<b>Jumlah</b>	<b>59</b>	<b>61,5</b>	<b>37</b>	<b>38,5</b>	<b>96</b>	<b>100</b>

P Value = 0,004

Berdasarkan tabel 3. terlihat bahwa proporsi pemenuhan ADL ketergantungan lebih banyak pada dukungan keluarga.

Hasil penelitian ini didukung pula oleh penelitian yang dilakukan Sampelan

(2015), tentang dukungan keluarga bahwa secara umum masih kurangnya dukungan keluarga yaitu (48).

Dukungan keluarga dimaksudkan membantu lansia beraktifitas sehari-hari, agar lansia mampu mandiri atau mendapat bantuan yang minimal ((Puspitasari, 2016)

Dukungan keluarga juga merupakan bentuk terapi keluarga yang termasuk pada penatalaksanaan depresi pada usia tua sehingga usia tua dapat menjalankan hidupnya lebih baik (Wiguna 2010).

### SIMPULAN

Kurang dari separo (46,9%) memiliki keluarga kurang mendukung di Puskesmas Andalas Padang tahun 2019. Dan (61,5%) memiliki ketergantungan dalam pemenuhan kebutuhan *activity daily living*. Maka dari itu adaya hubungan dukungan keluarga dengan ketergantungan pemenuhan kebutuhan *Activity Daily Living* di Puskesmas Andalas Padang tahun 2019.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Pimpinan Puskesmas Andalas dan Ketua STIKes Alifah Padang yang telah memberikan izin penelitian kepada peneliti.

### DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad. (2012). Gambaran Dukungan keluarga Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehai-Hari Lansia Di Desa Tongko Kecamatan Baroko Kabupaten Enrekang. *Skripsi*, 1–69.
- Alfyanita, A., Martini, R. D., & Kadri, H. (2016). Hubungan Tingkat Kemandirian dalam Melakukan Aktivitas Kehidupan Sehari-Hari dan Status Gizi pada Usia Lanjut di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin. *Kesehatan Andalas*, 5(1), 201–208.
- BKKBN. (2015). *Sumbar 91.829 Lansia Yang Akan Dioptimalkan*.
- Danguwole, Felpina Jati, Joko Wiyono, & 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*, 2(3), 230–239.
- Dinas Kesehatan Kota Padang. (2017). *Laporan Tahunan Padang*.
- Fiedman, marilly m., Bowden, vicky r., & Jones, elaine g. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga Riset, Teori, & Praktik Edisi 5*.
- Ida Untari, AMK., S.K.M., M. K. (2018). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Terapi tertawa & senam cegah pikun*. Jakarta: ECG.
- Islamiati, D. N. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-Hari Di Des Ngiliran Wilayah Kerja Puskesmas Panekan Kabupaten Magetan. *Skripsi*, 1–78.
- Kemendes RI. (2016). *Profil Kesehatan Indonesia*.
- KemendesRI. (2018). *Populasi lansia diperkirakan terus meningkat hingga tahun 2020*. (2), 1–12.
- Maryam, R. S., Ekasari, mia fatma, Rosidawati, Jubaedi, A., & Batubara, I. (2011). *Mengenal Usia Lanjut Perawatannya*. jakarta.
- Nasullah, Muzakkir, & Pajeriaty. (2018). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Kebutuhan Adl Di Wilayah Kerja Puskesmas Tammero'do Kab.Majene Sul-Bar. *Ilmiah Kesehatan Diagnosa*, 12(6), 650–654.
- Notoatmodjo. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Puspitasari, M. T. (2016). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Lanjut Usia Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-Hari Di Desa Banjaragung Kecamatan Bareng Kabupaten Jombang. *Nursing Journal of STIKES Insan Cendekia Medika Jombang*, 12(1), 14–22.
- Riskesdas. (2014). *Situasi dan Analisis Lanjut Usia* (pp. 1–8). pp. 1–8.
- Rohaedi, S., Putri, S. T., & Karimah, A. D. (2016). Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Activities Daily Living Di Panti Sosial Tresna Werdha Senja Rawi. *Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 2(1).
- Sampelan, I., Kundre, R., & Lolong, J. (2015). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-Hari Di Desa Batu Kecamatan Likupang Selatan Kabupaten Minahasa Utara. *E-Journal Keperawatan (e-Kp)*, 3(2), 1–7.
- Sanifah, L. J. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Keluarga Tentang Perawatan Activities Daily Living (ADL) Pada Lansia Di Dusun Candimulyo, Desa Candimulyo, Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang. *Skripsi*, 1–67.
- Suciati, Ningsih. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pemenuhan Activities Daily Living (Adl) Pada Lansia Di Posyandu Lansia Dukuh Krajan Desa Prajegan Kecamatan Sukoerejo Kabupaten Ponorogo. *Skripsi (S1) Thesis*, Universitas Muhammadiyah Ponorogo.