

Pengasuhan Keluarga Terhadap Aktivitas Keseharian Lanjut Usia di Rumah

Anggun Julia¹ Daeng Ayub² Ria Rizkia Alvi³

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Pendidikan Masyarakat, Universitas Riau,
Indonesia^{1,2,3}

Email: anggunjulia1292@student.unri.ac.id¹ daengayub@lecturer.unri.ac.id²
ria.rizkia@lecturer.unri.ac.id³

Abstrak

Aktivitas-aktivitas yang diberikan keluarga dalam pengasuhan pada lanjut usia teramat penting untuk menunjukkan kepedulian, kehangatan, perhatian, cinta, dukungan dan rasa hormat kepada orang tua. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kegiatan yang dilakukan keluarga dalam merawat lansia dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif dengan naratif analisis. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa keluarga memainkan peran yang optimal. Hal ini dapat dilihat dari aktivitas religius dan aktivitas fisik keluarga yang sudah menyediakan sarana dan prasarana yang memadai bagi lansia, dengan mempertimbangkan keberadaannya atas pelayanan pengasuhan dan perawatan pada lanjut usia.

Kata Kunci: Aktivitas, Pengasuhan, Keluarga, Lanjut Usia

Abstract

The activities that the family provides in the care of the elderly are very important to show care, warmth, care, love, support and respect for the parents. This study aims to describe the activities carried out by families in caring for the elderly in daily life. This research was conducted using qualitative methods with narrative analysts. The findings of this study suggest that the family plays an optimal role. This can be seen from the religious activities and physical activities of families who have provided adequate facilities and infrastructure for the elderly, taking into account their existence for the entrustment of care and care for the elderly.

Keywords: Activities, Parenting, Family, Elderly



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

PENDAHULUAN

Menurut UU No. 13 pasal (1) ayat 2, 3 dan 4, Tahun 1998, yang menyangkut kesejahteraan lansia, disebutkan bahwa lansia adalah orang yang telah berusia di atas 60 tahun dan telah mengalami perubahan anatomi, fisik dan biokimia dalam tubuh untuk mempengaruhi fungsi dan kemampuan seluruh tubuh. Menurut Amalia Senja dan Tulus Prasetyo (2019:1) Penuaan adalah tahap akhir dari siklus hidup seseorang. Pada tahap ini, banyak perubahan terjadi secara fisik dan mental, terutama dengan menurunnya aktivitas dan keterampilan yang dimilikinya. Mereka yang berada pada tahap ini harus mengatasi hilangnya peran, status sosial, dan perpisahan mereka dari orang yang mereka cintai. Karena kondisi ini, lansia lebih cenderung mengalami masalah mental, salah satunya adalah depresi.

Menurut World Health Organization (WHO) Batasan usia untuk orang tua, menurut beberapa ahli, sangat beragam. UU No. 13 Tahun 1998 menyatakan bahwa lansia adalah mereka yang mencapai usia 60 tahun atau lebih, batas usia 60 hingga 74 tahun, dan lansia berusia 75 tahun ke atas. Definisi umum bahwa orang tua berusia di atas 65 tahun. Orang tua adalah tahap kehidupan yang mewakili penurunan kemampuan fisik untuk mengatasi beban lingkungan, serta orang yang tidak mampu menemukan dirinya kehidupan untuk mendapatkan dirinya sendiri untuk memenuhi kebutuhan kehidupan sehari-harinya, di mana orang telah

mencapai keganasan ukuran dan pekerjaannya dan perjuangan tambahan yang dia alami dalam perjuangan yang dia alami dari waktu ke waktu.

Menurut Pujian Yuhono (2017:3) Pengasuh lansia adalah keluarga, di bidang kesehatan mental lansia salah satu aspek terpenting adalah hubungan keluarga atau hubungan keluarga dan kualitas komunikasi dalam lingkungan keluarga. Keluarga yang peduli pada orang tua dan menunjukkan kepedulian, kehangatan, perhatian, kasih sayang, dukungan, dan rasa hormat kepada orang tua. Seterusnya, Menurut teori dari Friedman dalam Livana PH (2020:87) bahwa bentuk ukuran keluarga mempengaruhi pola dukungan yang diberikan anggota keluarga kepada anggota keluarga lainnya. Orang tua dengan keluarga besar akan menerima lebih banyak dukungan daripada dalam bentuk keluarga kecil. Pentingnya menjadi orang tua pada orang tua adalah keluarga, yaitu sekelompok orang dengan ikatan darah hidup di bawah satu atap, tetapi dalam prosesnya mereka bertanggung jawab satu sama lain. Dalam kondisi sosial, perhatian keluarga besar lebih ditujukan kepada istri, anak-anak dan kegiatan tradisional, kepada orang tua.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian yang dilakukan di Kampung Maredan Barat Kecamatan Tualang Kabupaten Siak. Penelitian ini penggunaan metode deskriptif dan metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif. Menggunakan metode ini kualitatif dalam melakukan penelitian pada kondisi objek secara alamiah atas dasar tujuan penelitian agar dapat mendeskripsikan peran penting Penghulu fasilitator peningkatan pelayanan perpustakaan desa berdasarkan pelibatan masyarakat. Strategi yang digunakan dalam pengumpulan data merupakan langkah-langkah strategis dalam penelitian ini untuk memperoleh informasi yang tepat dan diperlukan untuk mencapai tujuan penelitian ini. Dapatkan data yang tepat, maka teknik pengumpulan data sangat berpengaruh terhadap kualitas data penelitian yang diperoleh, oleh karena itu berbagai metode pengumpulan data digunakan untuk memperoleh data yang akurat dalam penelitian ini. Oleh karena itu, metode yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian ini adalah bukti, pengamatan spot. dan wawancara.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Aktivitas Fisik

Menurut Fatmah dalam Heni Purnama dan Tia Suahta (2019) Aktivitas fisik adalah keadaan orang yang bergerak ketika bisnis mereka membutuhkan energi untuk mengakhiri pertandingan. Aktivitas fisik adalah pergerakan anggota badan, yang menyebabkan pengeluaran energi yang sangat penting untuk menjaga kesehatan fisik dan mental, serta menjaga kualitas hidup agar sehat dan bugar penuh waktu sepanjang hari. Keluarga memberikan aktivitas fisik untuk mengisi waktu luang dengan baik dan sesuai dengan kemampuan kesehatan lanjut usia, tubuh lanjut usia yang mulai lamban bergerak membuat keluarga berpikir bahwa yang terbaik bagi lanjut usia adalah bersantai dan melakukan kegiatan yang tidak menimbulkan resiko, upaya dilakukan agar fisik lansia tetap eksis dan memiliki kebugaran yang baik. Seterusnya, keluarga sangat memperhatikan batasan serta pengawasan lanjut usia dalam melakukan kegiatan-kegiatannya. Keluarga yang memperhatikan tugas kesehatan dengan baik maka keluarga akan sanggup menyelesaikan masalah kesehatan dikeluarga terutama pada orangtua.

Menurut Wijaya, Ulfiana & Wahyuni dalam Nadya Ristamida Al Mubaroh,dkk (2021) Aktivitas fisik, didukung oleh gaya hidup bersih yang sehat, seperti mengonsumsi makanan bergizi seimbang, menerapkan protokol kesehatan, produktivitas dan olahraga teratur, dapat menjaga kesehatan fisik dan mental agar tetap bugar dan sehat serta melawan kekurangan

aspek psikologis, serta dapat mengembangkan sistem kekebalan tubuh bagi lansia agar tidak mudah terserang infeksi. Menurut Dian dalam Tabita Ma Windri (2019) Gerakan anggota tubuh adalah aktivitas fisik, yang dapat menyebabkan pengeluaran energi untuk menjaga kesehatan fisik dan mental, serta menjaga kualitas hidup agar tetap sehat dan bugar sepanjang hari. Aktivitas fisik sangat penting, terutama bagi lansia. Dengan melakukan aktivitas fisik, lansia dapat mempertahankan dan meningkatkan tingkat kesehatan mereka.

Ternyata dapat ditemui bahwa dalam kegiatan rumahan, keluarga berupaya untuk mengurangi aktivitas lanjut usia dalam melakukan pekerjaan rumah, hal ini dilakukan agar tidak terlalu membebani tulang pada lanjut usia. Seterusnya, olahraga rutinitas yang diterapkan keluarga hanya dalam intensitas rendah bagi lanjut usia yang tidak terlatih. Bagi keluarga, olahraga untuk lanjut usia dikaitkan dengan kegiatan sehari-hari, seperti berjalan, berjemur, membersihkan perkarangan rumah pada saat berjemur dipagi hari, dan lain sebagainya. Dengan berolahraga menurut keluarga yang mengasuh, lanjut usia akan lebih bugar dan resiko jatuhnya akan berkurang.

Aktivitas Religius

Menurut Taylor dan Chatter dalam Sherkat dan Ellison dalam Novi Kosalina (2018) Kegiatan keagamaan memberikan peluang untuk kegiatan sosial dan komunikasi, yang dapat memberikan kesempatan yang baik untuk menjalin persahabatan. Kegiatan keagamaan adalah sumber penting dukungan sosial dan emosional informal dan menyediakan alat untuk membantu mereka yang membutuhkan teman dan kenyamanan dalam menemukan masalah kehidupan.

Keluarga bertanggung jawab memberikan bimbingan spritual pada lanjut usia. Menurut Hawari dalam Urai Riska (2018) mengatakan bahwa tujuan dari dimensi spiritual (religius) adalah untuk mendapatkan kedamaian. Kegiatan keagamaan memiliki pengaruh besar pada stres orang tua, orang tua, yang kegiatan keagamaannya baik, akan menjadi kuat dalam menerima tekanan yang memberi beban pikiran. Berdasarkan pengetahuan agama, keluarga mendorong lanjut usia untuk melihat dan mempelajari kembali kajian-kajian agama di penayangan televisi untuk membina hubungan lanjut usia dengan tuhan dan mempersiapkan diri untuk menghadapi saat-saat akhir kehidupan dan dalam perilaku agama, keluarga membimbing secara sederhana untuk diamalkan lanjut usia, dengan menutup aurat saat berada diluar rumah, serta pengamalan ritual agama yang diarahkan keluarga untuk lanjut usia ialah pelaksanaan shalat yang akan membuat lanjut usia senantiasa dalam kondisi sehat lahir dan bathin juga akan menimbulkan efek menenangkan bagi lanjut usia.

Dalam meningkatkan pengetahuan agama pada lanjut usia, keluarga melakukan penayangan ceramah-ceramah serta murotal melalui siaran televisi. Dan berupaya menjaga jarak pandang lanjut usia ketika melihat siaran televisi yang sedang ditayangkan untuk menjaga kesehatan mata lanjut usia yang sudah rentan. Selanjutnya, untuk melihat perilaku moralitas agama lanjut usia, keluarga berusaha menjaga pakaian yang dipakai serta menjaga aurat lansia ketika berada diluar rumah untuk menjaga pandangan dari orang lain. Sebagai bentuk tanggung jawab keluarga dalam merawat serta melindungi lanjut usia untuk kesejahteraan hidupnya. Seterusnya, dalam pengamalan ritual agama, keluarga senantiasa menjaga dan membimbing lanjut usia ketika tiba waktu untuk shalat,serta bersedia mengantarkan lanjut usia ke musholla terdekat dengan memperhatikan kesehatan lanjut usia pada saat itu.

KESIMPULAN

Semakin tua seseorang, semakin banyak kemampuan fisiknya akan menurun untuk mengurangi peran sosialnya dan menyebabkan gangguan dalam memenuhi kebutuhan

hidupnya. Dalam kondisi seperti itu, lansia membutuhkan lingkungan hidup dan lingkungan sosial yang sesuai sehingga dapat menjalani kehidupan lansia. keadaan seseorang, termasuk status kesehatannya yang banyak dipengaruhi oleh sifatnya, yaitu sifat sosial dan alam keluarga. Jadi dengan kegiatan keagamaan ada sesuatu yang memiliki pengaruh besar pada stres orang tua. Keluarga yakin bahwa dengan melaksanakan dan mengingatkan lansia tentang kegiatan keagamaan, Allah Yang Maha Esa akan selalu memberikan jalan keluar dari segala permasalahan yang dihadapi hambanya. Dengan keyakinan ini, para tetua akan menerima segala sesuatu yang terjadi dalam hidup mereka dan memberikan segalanya kepada Allaha SWT sehingga tingkat stres yang besar rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Mubarroh, N. R., Susanto, I. H., & Mustar, Y. S. (2021). Aktivitas fisik dan aspek kekhawatiran lansia pada masa pandemi Covid-19. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 10(1), 97-111.
- Kosalina, N. (2018). Gambaran kesejahteraan subjektif lansia yang aktif dalam kegiatan religius. *Psibernetika*, 11(1).
- Purnama, H., & Suhada, T. (2019). Tingkat Aktivitas Fisik Pada Lansia Di Provinsi Jawa Barat, Indonesia. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 5(2), 102-106.
- Riska, U. pengaruh antara aktivitas religi terhadap tingkat nilai depression anxiety stress scale (dass) lansia di panti tresna werdha mulia dharma kabupaten kubu raya. *Jurnal ProNers*, 3(1).
- Senja, A., & Prasetyo, T. (2021). Perawatan Lansia Oleh Keluarga dan Care Giver. Bumi Medika (Bumi Aksara).
- Windri, T. M., Kinasih, A., & Sanubari, T. P. E. (2019). Pengaruh Aktivitas Fisik dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Panti Wredha Maria Sudarsih Ambarawa. *e-Jurnal Mitra Pendidikan*, 3(11), 1444-1