

## Peran Keluarga dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lansia

Fauziah Nasution<sup>1\*</sup>, Fadilah Rahmi Nasution<sup>2</sup>, Nazala Putri Hutasuhut<sup>3</sup>, Rohima Dinda Kusumai<sup>4</sup>, Zahra Aulia<sup>5</sup>

<sup>1-5</sup> Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia

Email : [fauziahnasution@uinsu.ac.id](mailto:fauziahnasution@uinsu.ac.id)<sup>1\*</sup>, [rahminasti53@gmail.com](mailto:rahminasti53@gmail.com)<sup>2</sup>, [nazalaputri16@gmail.com](mailto:nazalaputri16@gmail.com)<sup>3</sup>, [rohimadindakusuma@gmail.com](mailto:rohimadindakusuma@gmail.com)<sup>4</sup>, [za1375037@gmail.com](mailto:za1375037@gmail.com)<sup>5</sup>

Korespondensi penulis : [fauziahnasution@uinsu.ac.id](mailto:fauziahnasution@uinsu.ac.id)

**Abstract** As life expectancy and the number of elderly people increase in many countries, the welfare of the elderly is becoming an increasingly important issue. In this context, the family plays an important role in improving the physical, mental and social quality of life of the elderly. This research aims to determine the role of the family in improving the welfare of the elderly. This research method uses a qualitative approach and involves literature study, data collection techniques using interview methods and literature research. This research discusses that the family provides important support for the elderly in terms of physical care, emotional support, economic resources and social involvement. However, from the research results, the author found that the elderly people interviewed felt that family members had limited time in terms of dividing their time between work and visiting and exchanging stories.

**Keywords:** Welfare, Elderly, Family Role

**Abstrak** Seiring dengan meningkatnya angka harapan hidup dan jumlah lansia di banyak negara, kesejahteraan lansia menjadi isu yang semakin penting. Dalam konteks ini, keluarga memegang peranan penting dalam meningkatkan kualitas hidup fisik, mental dan sosial lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran keluarga dalam meningkatkan kesejahteraan lansia. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan melibatkan studi kepustakaan, teknik pengumpulan data menggunakan metode wawancara dan literature research. Penelitian ini membahas bahwa keluarga memberikan dukungan penting bagi lansia dalam hal perawatan fisik, dukungan emosional, sumber daya ekonomi dan keterlibatan sosial. Namun dari hasil penelitian, penulis menemukan hasil bahwa lansia yang diwawancarai merasa keterbatasan waktu anggota keluarga dalam hal membagi waktu antara pekerjaan dengan berkunjung, dan saling bertukar cerita.

**Kata Kunci:** Kesejahteraan, Lansia, Peran Keluarga

### 1. PENDAHULUAN

Proses penuaan menghadirkan salah satu tantangan paling berat dalam perkembangan kehidupan manusia. Menurut sifatnya: "Bahkan di usia tua, seseorang menolak untuk berpisah dengan kemenangan hidup. Namun, semua orang mengalami proses penuaan dan penuaan, dan proses ini tidak dapat dihindari". Kebanyakan orang lanjut usia menderita masalah hidup berbeda yang berkaitan dengan kehidupan lama mereka. Mereka berjuang untuk bertahan di masa sulit. Orang lanjut usia biasanya menghadapi beberapa tantangan dasar: kesehatan, pendapatan atau penghidupan, dan pekerjaan. Pada saat yang sama, tentu saja terdapat permasalahan praktis lainnya, termasuk permasalahan fisik, psikologis, sosial, dan budaya yang lebih kompleks. Banyak lansia, baik pria maupun wanita, setuju bahwa perjuangan terbesar mereka adalah kesepian. Mereka seringkali diabaikan oleh keluarga dan dianggap sebagai beban bagi mereka. (Dewi, 2022)

Lanjut Usia yang karena sebab-sebab tertentu tidak mampu memenuhi kebutuhan dasar fisik, mental, dan sosialnya, digolongkan sebagai Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS) sehingga memerlukan pelayanan kepedulian sosial dari pemerintah daerah maupun keluarga. (Anggraeni, 2017) Kesejahteraan lansia merupakan salah satu isu sosial yang semakin mendapat perhatian. Perubahan demografi yang mengarah pada peningkatan angka harapan hidup dan penuaan penduduk memerlukan perhatian serius terhadap kualitas hidup penduduk lanjut usia. Kesejahteraan lansia tidak hanya mencakup kesejahteraan fisik, emosional, sosial, dan ekonomi. Dalam konteks ini, keluarga memegang peranan yang sangat penting dalam meningkatkan kesejahteraan lansia, baik dalam hal perawatan fisik, dukungan emosional, dan penguatan keterlibatan sosial. (Gorman, 2009)

Keluarga merupakan lingkungan terbaik untuk memenuhi kebutuhan seluruh lansia. Saat ini, seiring dengan meningkatnya angka harapan hidup, masyarakat yang memiliki kebutuhan besarlah yang ingin menjaga hubungan dengan lingkungan. Stereotip orang lanjut usia, yang terkait dengan penyakit, ketergantungan pada orang lain, dan berkurangnya kebutuhan dan peluang, kehilangan relevansi dan relevansinya. Keluarga memainkan peranan penting dalam menentukan keadaan kesejahteraan dan keselamatan lansia. Keluarga sebagai sumber dukungan sosial yang alami dapat memberikan berbagai bentuk dukungan kepada lansia. (Devy, 2021)

Dukungan emosional dari keluarga berdampak langsung pada peningkatan kualitas hidup individu. Dukungan psikologis disini mengacu pada adanya anggota keluarga yang memperhatikan keluhan lansia, kepercayaan dan kasih sayang terhadap lansia, sehingga lansia merasa dekat secara emosional, termotivasi, dan mendapatkan kepercayaan diri yang berarti untuk berkembang dan meningkatnya kualitas hidup. (Nuurhidayat, 2011)

Namun, meskipun peran keluarga sangat penting, mereka juga menghadapi berbagai tantangan dalam merawat lansia. Keterbatasan waktu, keuangan, dan pengetahuan tentang perawatan lansia seringkali menjadi hambatan besar bagi keluarga untuk memenuhi kebutuhan lansia. Beberapa anggota keluarga merasa stres dengan beban yang harus mereka pikul, yang dapat berdampak buruk pada kesehatan fisik dan mental pengasuhnya. Oleh karena itu, penting untuk mempertimbangkan peran keluarga dalam merawat lansia dan mengidentifikasi tantangan yang dihadapi keluarga dalam merawat lansia. (Aris, 2023)

Dari uraian di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peran keluarga dalam meningkatkan kesejahteraan lansia. Fokus utama penelitian ini adalah untuk memahami bagaimana keluarga memberikan perawatan fisik dan dukungan emosional kepada lansia. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi berbagai tantangan yang dihadapi keluarga dalam merawat lansia dan mengidentifikasi strategi untuk mengatasinya

## **2. METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan melibatkan studi kepustakaan, tahapan penelitian dimulai dari teknik pengumpulan data literature research yang melibatkan penjelasan terhadap buku dan artikel yang relevan dengan objek kajian yang memuat terkait peran keluarga dalam meningkatkan kesejahteraan lansia. Kemudian peneliti melakukan wawancara mendalam dengan dua orang lansia. Wawancara semi-terstruktur dilakukan untuk menggali pandangan mereka mengenai peran keluarga dalam mendukung kesejahteraan lansia. Beberapa pertanyaan wawancara difokuskan pada dukungan emosional, fisik, dan ekonomi yang diberikan oleh keluarga.

## **3. KAJIAN TEORI**

### **Kesejahteraan Lansia**

Menurut Suharto (2005), kesejahteraan pada hakikatnya mencakup tiga konsep: Pertama suatu lembaga, bidang, atau area kegiatan yang melibatkan lembaga kesejahteraan sosial. Kedua berbagai profesi kemanusiaan yang menyediakan inisiatif dan layanan kesejahteraan sosial. Ketiga aktivitas, yaitu kegiatan atau usaha yang terorganisasi untuk mencapai kekayaan. Kemudian menurut Bubolz dan Sontag(1993), kesejahteraan merupakan terminologi lain dari kualitas hidup manusia (*quality of life*) yaitu suatu keadaan ketika terpenuhinya kebutuhan dasar serta terealisasinya nilai-nilai hidup.

Sedangkan Menurut Midgley, Tracy, dan Livermore (2009), kesejahteraan dikaitkan dengan kondisi terpenuhinya kebutuhan material dan non material. Kebutuhan lansia memiliki tiga karakteristik (Kragerr & Buterfill, 2004). Pertama, terpenuhinya kebutuhan fisik, meliputi kebutuhan dasar penghidupan yang layak, sandang, dan pelayanan kesehatan yang layak. Yang kedua adalah kebutuhan spiritual para lansia, seperti rasa cinta terhadap keluarga dan orang-orang disekitarnya, selama mereka menjalani sisa hidupnya. Ketiga, kebutuhan sosial seperti hubungan sosial dan lingkungan yang baik(Dina, 2016)

Dari definisi tersebut dapat dikatakan bahwa kesejahteraan lanjut usia adalah suatu keadaan terpenuhinya kebutuhan dan hak-hak lanjut usia. Sebagaimana yang tertuang dalam Undang-Undang RI Nomor 13 Tahun 1998, Pasal 5 mengamanatkan: *pertama*, Lanjut usia mempunyai hak yang sama dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara. 2) Sebagai penghormatan dan penghargaan kepada lanjut usia diberikan hak untuk meningkatkan kesejahteraan sosial yang meliputi: pelayanan keagamaan dan mental spiritual; pelayanan kesehatan; pelayanan kesempatan kerja; pelayanan pendidikan dan pelatihan; kemudahan dalam penggunaan fasilitas, sarana, dan prasarana umum; kemudahan dalam layanan dan bantuan hukum; perlindungan sosial; bantuan sosial. (Mulia, 2016)

### **Peran Keluarga**

Peran adalah serangkaian perilaku yang diharapkan orang lain dari seseorang, bergantung pada posisinya dalam sistem. Peran dipengaruhi oleh kondisi sosial internal dan eksternal dan bersifat stabil. (Faridain, 2018). Sedangkan menurut (Momon Sudarman, 2008) peran Ketika seseorang memasuki suatu komunitas, baik kecil (keluarga) maupun besar (komunitas luas), setiap orang harus belajar memainkan peran tertentu. Dua aspek peran sosial yang perlu diperhatikan antara lain pembelajaran bagaimana memenuhi tugas dan menuntun hak dari peran tersebut, serta adanya sikap, emosi, dan harapan yang konsisten dengan peran tersebut.

Maka dapat dimengerti peran keluarga mengacu pada bagaimana keluarga berfungsi sebagai unit sosial yang memberikan dukungan emosional, fisik, dan sosial. Dalam konteks perawatan lansia, teori ini menekankan pentingnya peran keluarga dalam memenuhi kebutuhan dasar lansia, baik dari aspek medis maupun psikososial. Peran keluarga dalam perawatan lansia tidak hanya terbatas pada aspek fisik saja, namun juga mencakup menjaga hubungan sosial, memberikan perawatan emosional, dan berpartisipasi dalam berinteraksi dengan lansia. (Dewi, 2012)

Dari teori di atas, dimaknai anggota keluarga memainkan peran yang berbeda-beda tergantung pada status kesehatan dan kebutuhan lansia. Misalnya, anak dan cucu sering kali mengambil peran perawatan emosional dan sosial, sedangkan pasangan dan saudara kandung fokus pada perawatan fisik dan kesehatan. Pembagian peran ini penting untuk mengurangi beban pengasuhan dan menjamin kesehatan lansia.

## Dukungan Sosial

Sarason (Sumeet, 1994) mendefinisikan dukungan sosial sebagai dukungan sosial yang meliputi pemberian informasi, nasihat verbal atau non-verbal, bantuan materi atau non-materi, dll. Perilaku bermanfaat secara sosial dan memiliki efek perilaku pada penerimanya sehingga melindungi mereka dari perilaku negatif. Sedangkan menurut (King, 2010) dukungan sosial adalah informasi dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik.

Beda halnya dengan dua ahli di atas, Utami (2013) yang menyatakan “bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan penerimaan diri individu yang mengalami asma, dimana dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga dapat berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi. Setiap dukungan memberikan pengaruh atau manfaat bagi individu yang menerimanya.”(Ani, 2015)

Dengan demikian, teori dukungan sosial menjelaskan bagaimana interaksi sosial dan dukungan dari lingkungan sosial mempengaruhi kesejahteraan individu. Bagi lansia, dukungan sosial dari keluarga memegang peranan yang sangat penting dalam meningkatkan kualitas hidup. Dukungan sosial dapat dikategorikan menjadi dukungan emosional, dukungan instrumental (dukungan fisik atau material), dan dukungan informasional (nasihat atau bimbingan). Sebagai sumber utama dukungan sosial bagi lansia, keluarga memberikan dukungan emosional yang penting dengan memberikan cinta, pengertian, dan kasih sayang.

## 4. HASIL PENELITIAN

Dari wawancara yang dilakukan dengan narasumber lansia pertama, yang bernama Ibu Siti Kholija Umur 72 tahun. Beliau mengatakan “*Saya rasa kasih sayang dan kebersamaan itu sangat membantu. Ketika keluarga berkumpul, saya merasa lebih semangat. Selain itu, mereka juga sering memperhatikan makanan saya, memastikan saya makan yang sehat, dan membantu kalau saya merasa lelah atau butuh ke dokter.*” Dari pernyataan dari ibu Siti ditemukan bahwa beliau merasa lebih nyaman berkat dukungan fisik dan emosional dari keluarga yang sangat memperhatikan kesehatannya akan lebih percaya diri dengan kesehatan fisik dan mentalnya. Keluarga berpartisipasi dalam perawatan lansia dengan membantu aktivitas sehari-hari, memberikan obat-obatan, dan memastikan bahwa lansia menerima pemeriksaan kesehatan rutin.

Namun, beda halnya dengan pernyataan narasumber kedua, yang bernama Bapak Firmansyah berumur 78 tahun. Bapak tersebut menyatakan “*Saya merasa bersyukur sekali, keluarga saya selalu memberikan perhatian yang baik. Mereka sering mengunjungi saya, memastikan saya tidak merasa kesepian, dan selalu menanyakan kabar. Meskipun begitu, kadang saya merasa mereka sibuk dengan pekerjaan dan jarang punya waktu lebih lama untuk mengobrol santai*”. Pernyataan tersebut menunjukkan adanya perbedaan dalam kualitas interaksi. Bapak Firman merasa kurang mendapatkan perhatian, terutama jika anak-anak mereka bekerja di luar kota atau memiliki kesibukan yang padat. Dalam hal ini, dukungan dari keluarga lebih terbatas, terutama dalam memberikan perhatian emosional yang cukup.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa peran keluarga dalam meningkatkan kesejahteraan lansia sangat ditentukan oleh kedekatan emosional dan fisik keluarga dengan lansia. Keluarga yang mampu memberi perhatian lebih dan meluangkan waktu lebih lama untuk mengobrol santai akan lebih bahagia seiring bertambahnya usia. Namun keterbatasan waktu dan jarak antara anggota keluarga dengan lansia seringkali menjadi hambatan dalam mendapatkan dukungan yang optimal.

## **5. KESIMPULAN**

Peran keluarga sangat penting dalam meningkatkan kesejahteraan lansia. Dukungan fisik, emosional, sosial, dan finansial dari anggota keluarga dapat meningkatkan kualitas hidup lansia secara signifikan. Namun, tantangan seperti jarak geografis dan kesibukan keluarga harus diatasi untuk memastikan semua lansia menerima perawatan yang layak mereka dapatkan.

## **SARAN**

Penelitian lebih lanjut dapat dilakukan dengan melibatkan lebih banyak keluarga dari berbagai daerah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi peran keluarga terhadap kesejahteraan lansia. Penelitian juga dapat mengkaji kebijakan sosial yang mendukung peran keluarga dalam perawatan lansia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, M. (2016). Dukungan keluarga bagi kesejahteraan lanjut usia. *Sosio Informa: Kajian Permasalahan Sosial Dan Usaha Kesejahteraan Sosial*, 2(2).
- Baroroh, D. B., & Irafayani, N. (2012). Peran keluarga sebagai care giver terhadap pengelolaan aktivitas pada lansia dengan pendekatan NIC (Nursing Intervention Classification) dan NOC (Nursing Outcome Classification). *Jurnal Keperawatan*, 3(2).
- Gorman, B. K., & Schmitt, K. L. (2009). Pengaruh struktur dan dukungan keluarga terhadap kesejahteraan lansia. *Jurnal Penuaan & Kebijakan Sosial*, 21(4), 358-377.
- Jafar, N., Wiarsih, W., & Permatasari, H. (2011). Pengalaman lanjut usia mendapatkan dukungan keluarga. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 14(3), 157-164.
- Juita, D. R., & Shofiyyah, N. A. (2022). Peran keluarga dalam merawat lansia. *Al-Mada: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, 5(2), 206-219. <https://e-journal.uac.ac.id/index.php/almada/article/view/2413>
- Lase, N. P., & Souisa, D. L. R. (2021). Peran keluarga bagi orang usia lanjut. *SUNDERMANN: Jurnal Ilmiah Teologi, Pendidikan, Sains, Humaniora dan Kebudayaan*, 14(2), 87-96.
- Marni, A., & Yuniawati, R. (2015). Hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta (Doctoral dissertation, Universitas Ahmad Dahlan).
- Rahmawati, D. A. (2016). Kesejahteraan lansia di Provinsi Jawa Timur tahun 2016.
- Rida, F. (2018). Peran keluarga dalam mencegah demensia pada lansia di Dusun Asem Kandang Desa Prajegan Kecamatan Sukorejo Kabupaten Ponorogo (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Ponorogo).
- Smet, B. (1994). Psikologi kesehatan (Ahli bahasa: Bagus Wismanto). Jakarta: PT. Sindo Persada.
- Stiyani, A. R. (2017). Peran keluarga dalam pelayanan sosial lanjut usia di Dusun Jambu Hargosari Tanjungsari Gunungkidul. Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta.
- Sudarman, M. (2008). Sosiologi untuk kesehatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Wawomeo, A., Cahyani, S. L., Woga, R., & Kurnia, T. A. (2023). Pemberdayaan keluarga sebagai upaya meningkatkan kesehatan lansia. *Indonesia Berdaya*, 4(3), 877-884.