

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pengasuh atau *caregiver* memainkan peran krusial dalam memelihara kesejahteraan individu lansia, terutama mereka yang mengalami penurunan fungsi fisik dan psikologis. Secara global, signifikansi peran ini semakin meningkat seiring dengan pertumbuhan populasi usia lanjut. Pertumbuhan penduduk usia lanjut ini merupakan tahapan berikutnya dari Bonus Demografi, di mana keberhasilan dalam meningkatkan harapan hidup akibat kemajuan di bidang kesehatan berakibat pada perubahan komposisi demografi masyarakat, yang menyebabkan proporsi individu usia lanjut menjadi lebih dominan dibandingkan dengan jumlah usia muda (Putri et al., 2024). Berdasarkan laporan World Health Organization (WHO, 2022), diperkirakan sekitar dua pertiga lansia membutuhkan dukungan jangka panjang untuk melakukan aktivitas dasar sehari-hari, sehingga meningkatkan intensitas perawatan di banyak negara. Lebih lanjut, WHO melaporkan bahwa lebih dari 70% *caregiver* informal di negara berkembang tidak memiliki pelatihan khusus dalam perawatan lansia, sehingga mereka rentan terhadap stres, kelelahan emosional, dan ketidakmampuan untuk menangani tuntutan perawatan intensif (WHO, 2022).

Badan Pusat Statistik (2021) menunjukkan bahwa proporsi penduduk lansia telah mencapai 11,75% atau sekitar 31,3 juta jiwa, dengan proyeksi peningkatan menjadi lebih dari 48 juta jiwa pada tahun 2035. Kartika et al. (2023) menunjukkan bahwa 43,22% penduduk lansia mengalami berbagai masalah

kesehatan, di mana 39,63% di antaranya memiliki disabilitas yang memerlukan bantuan pengasuh untuk memenuhi aktivitas hidup sehari-hari (ADL). Kondisi ini meningkatkan tambahan tanggung jawab keluarga sebagai pengasuh utama, yang terbukti mengalami pengasuhan tingkat sedang hingga tinggi. Hasil penelitian Susanti et al. (2022) menunjukkan skor rata-rata tanggung jawab *caregiver* $30,54 \pm 14,34$. Selain itu, *caregiver* menghadapi keadaan objektif dan subjektif, termasuk kelelahan fisik, keterbatasan waktu, stres emosional, dan masalah kesehatan pribadi selama proses perawatan (Kamila & Dewi, 2023).

Laporan tahunan Dinas Kesehatan Surabaya tahun 2024 menyebutkan ada 378.637 lansia di kota Surabaya, dan dari jumlah tersebut, 1.150 orang di antaranya berada di wilayah kerja Puskesmas Rangkah dan tercatat melakukan kunjungan layanan setiap bulannya. Tingginya jumlah lansia menjadi alasan serta faktor krusial bagi peneliti dalam memilih wilayah yang relevan untuk mengamati dan menangani tantangan perawatan lansia di lingkungan perkotaan. Kondisi ini menunjukkan bahwa kebutuhan pelayanan kesehatan lansia di wilayah kerja Rangkah cukup tinggi, terutama dalam aspek pemenuhan aktivitas sehari-hari ADL yang sering kali mengalami penurunan seiring bertambahnya usia. Selain itu, meningkatnya jumlah kunjungan lansia ke fasilitas kesehatan juga mengindikasikan adanya berbagai permasalahan kesehatan yang memerlukan perhatian khusus, baik dari tenaga kesehatan maupun *caregiver* sebagai pendamping utama.

Mayoritas *caregiver* di Indonesia merupakan anggota keluarga tanpa latar belakang kesehatan, sehingga menghadapi tantangan dalam memberikan perawatan yang tepat dan berkelanjutan. Tantangan ini dipengaruhi oleh dua

faktor utama, yaitu tingginya tingkat ketergantungan lansia dalam pemenuhan ADL, serta keterbatasan pengetahuan dan dukungan psikologis bagi pengasuh. Penelitian oleh Sutriyanti et al. (2023) menjelaskan bahwa *caregiver* sering mengalami stres, kelelahan, dan ketegangan emosional saat merawat lansia penyandang disabilitas, yang pada akhirnya dapat menurunkan efektivitas perawatan serta berdampak pada kesejahteraan lansia dan *caregiver*.

Kurangnya edukasi dan dukungan bagi *caregiver* dapat memicu berbagai risiko bagi lansia. *Caregiver* yang tidak memahami teknik perawatan yang memadai cenderung kurang efektif dalam membantu lansia menjaga keseimbangan, mengidentifikasi tanda-tanda bahaya, atau menjalani aktivitas sehari-hari dengan aman. Situasi ini berpotensi meningkatkan kemungkinan lansia mengalami jatuh, cedera, serta trauma fisik dan psikologis. Lebih lanjut, tanpa pengetahuan dan dukungan yang memadai, *caregiver* juga rentan terhadap kelelahan dan stres, yang pada gilirannya menurunkan standar perawatan dan meningkatkan kerentanan lansia terhadap masalah kesehatan (Hutomo & Binoriang, 2024). Oleh karena itu, memberikan edukasi dan dukungan bagi *caregiver* sangat penting untuk mengurangi risiko dan memastikan keselamatan serta kesejahteraan lansia dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

Berdasarkan Model Adaptasi Roy (RAM), yang dikembangkan oleh Suster Calista Roy, manusia dipandang sebagai sistem adaptif yang terus berinteraksi dengan lingkungannya melalui berbagai stimulus (Laily & Nursanti, 2024). Dalam konteks *caregiver*, stimulus fokal seperti tingkat ketergantungan lansia dalam memenuhi aktivitas kehidupan sehari-hari (ADL), stimulus kontekstual seperti dukungan keluarga dan kondisi lingkungan, stimulus residual

seperti pengalaman dan pendidikan akan memengaruhi proses adaptasi. Stimulus-stimulus ini diproses melalui mekanisme koping yang melibatkan subsistem regulator dan kognotor, di mana subsistem regulator berkaitan dengan respon fisiologis seperti kelelahan dan gangguan tidur, sedangkan subsistem kognotor berkaitan dengan proses psikologis seperti persepsi, pembelajaran, dan manajemen emosi (Haumahu et al., 2023). Respons ini dimanifestasikan dalam empat mode adaptasi: fisiologis, konsep diri, fungsi peran, dan interdependensi, yang mencerminkan perilaku adaptif dan maladaptif (Laily & Nursanti, 2024). Oleh karena itu, psikoedukasi dalam penelitian ini diposisikan sebagai stimulus positif untuk memperkuat mekanisme koping, sehingga mampu memberikan perawatan ADL pada lansia.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa *caregiver* memiliki peran penting dalam menjaga kondisi lansia, sehingga mereka perlu memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri dan menghadapi berbagai perubahan yang terjadi selama proses perawatan. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk membantu *caregiver* adalah dengan memberikan psikoedukasi, sehingga mereka lebih siap dalam merawat lansia sehari-hari. Dengan adanya psikoedukasi, *caregiver* diharapkan mampu mengelola stres, memahami kebutuhan lansia, serta memberikan dukungan yang lebih efektif. Oleh karena itu, dilakukan penelitian tentang psikoedukasi dalam meningkatkan kemampuan *caregiver* dalam merawat lansia dengan lebih baik.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang maka, rumusan masalahnya adalah: “Apakah terdapat pengaruh psikoedukasi terhadap peningkatan kemampuan *caregiver* dalam perawatan *Activities of Daily Living* (ADL) lansia di Wilayah Rangkah?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum:

Mengetahui pengaruh psikoedukasi terhadap peningkatan kemampuan *caregiver* dalam perawatan aktivitas sehari-hari

1.3.2 Tujuan Khusus:

1. Mengidentifikasi tingkat kemampuan *caregiver* dalam perawatan ADL lansia sebelum diberikan intervensi psikoedukasi.
2. Mengidentifikasi tingkat kemampuan *caregiver* dalam perawatan ADL lansia setelah diberikan intervensi psikoedukasi.
3. Menganalisis pengaruh pemberian psikoedukasi terhadap peningkatan kemampuan *caregiver* dalam perawatan ADL lansia.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis:

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya perkembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam disiplin ilmu keperawatan geriatri yang menekankan peningkatan fungsi *caregiver* dalam

mendukung lansia dalam menjalankan ADL. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar pengembangan model intervensi untuk meningkatkan kompetensi pemberi perawatan, sekaligus menjadi acuan bagi peneliti lain yang ingin meneliti intervensi serupa pada kelompok populasi berbeda.

1.4.2 Manfaat Praktis:

1) Bagi *Caregiver*

Memberikan pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan diri dalam membantu orang lanjut usia dengan aktivitas dasar sehari-hari, seperti makan, mandi, berpakaian, berpindah tempat, dan menggunakan toilet, memungkinkan *caregiver* menjadi lebih siap dan kompeten dalam memberikan perawatan berkualitas.

2) Bagi Tenaga Kesehatan dan Puskesmas

Berfungsi sebagai referensi dalam pengembangan program intervensi psikoedukasional bagi keluarga atau *caregiver* lansia di tingkat layanan kesehatan primer. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar perencanaan kegiatan promosi kesehatan dan pelatihan berkelanjutan bagi *caregiver*.

3) Bagi Institusi Pendidikan

Menjadi rujukan ilmiah dan bahan ajar dalam mata kuliah keperawatan komunitas, keperawatan geriatri, dan keperawatankeluarga, serta mendorong mahasiswa melakukan penelitian serupa dengan menggunakan pendekatan intervensi edukatif.