

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN KEMAMPUAN PERAWATAN DIRI LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA PASURUAN

Tiara Dea Ananda¹, Retno Lestari², Wening Prastowo³

¹ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya

² Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya

³ Dosen Departemen Forensik Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya

ABSTRAK

Populasi lanjut usia meningkat dengan sangat cepat di berbagai Negara di dunia, padahal banyaknya lansia yang tidak terawat dapat menjadi beban dan tanggungan bagi Pemerintah. Dukungan teman sebaya merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan perawatan diri. Dukungan tersebut memiliki peran penting dalam meningkatkan kemampuan perawatan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kemampuan perawatan diri lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan. Penelitian menggunakan desain *cross sectional* dengan teknik *non-probability sampling* untuk pengambilan sampel penelitian. Variabel dukungan teman sebaya diukur dengan kuisioner *Berlin Social Support Scale* (BSSS) dan kuisioner kemampuan perawatan diri diukur dengan *Health Assessment Questionnaire* (HAQ) yang sama-sama telah dimodifikasi. Sampel yang digunakan adalah 52 lansia yang memenuhi kriteria inklusi. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji statistik *Spearman's Rho*. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa 45,6% responden telah memperoleh dukungan yang baik dari teman-teman sesama lanjut usia. Didapatkan data bahwa 50,9% dari total responden memiliki kemampuan perawatan diri yang baik. Hasil analisa data menunjukkan bahwa *p value* $0,000 < 0,10$, sehingga H_0 ditolak. Kekuatan korelasi yang sebesar 0,615 termasuk dalam kategori korelasi kuat dengan arah korelasi positif. Kesimpulannya adalah terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya terhadap kemampuan perawatan diri lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan. Saran untuk tempat penelitian agar menambah kegiatan yang dapat meningkatkan kekompakan lansia dengan teman sebaya, seperti kegiatan berkebun, menghias wisma, serta makan dan *sharing* bersama.

Kata Kunci: Dukungan Teman Sebaya, Kemampuan Perawatan Diri, Lansia

ABSTRACT

Many elderly who live with inability of self-care can be burden to the government. It's associated with the fast growth of elderly population. Peer support is one of factor that influences self-care ability. This support has important role for increasing the self-care ability. The aim of this research was to look for the correlation between peer support and self-care ability of the elderly at UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan. The research used cross sectional design with non-probability sampling technique for choosing the sample of respondents. Variable of peer support was measured by Berlin Social Support Scale (BSSS) questionnaire and self-care ability variable was measured

by Health Assessment Questionnaire (HAQ), which was modified. There were 52 elderly as respondents of this research that fulfilled inclusion criteria. The data was analyzed using Spearman's Rho statistic test. The result of research indicated that 45,6% of the respondents received good support from their peer-group and 50,9% of the respondents have good self-care ability. Result of data analysis shows that p value $0,000 < 0,10$, indicating H_0 is rejected. The result has correlation coefficient 0,615 indicates strong correlation between both variables with positive relation. There is significant correlation between peer support and self-care ability of the elderly at UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan. Suggestion for UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan is adding to activities that be able to increase solidarity of elderly, like gardening, decorating room, having mealtime, and sharing together.

Keyword: Peer Support, Self-Care Ability, Elderly

1. PENDAHULUAN

Populasi lanjut usia meningkat dengan sangat cepat di berbagai Negara di dunia, padahal banyaknya lansia yang tidak terawat dan terabaikan dapat menjadi beban dan tanggungan bagi Pemerintah, baik dari segi sosial, kesehatan, ekonomi, serta menjadi tantangan tersendiri pada aspek kesejahteraan umum. Data *United Nations Population Fund* (2013), memperkirakan di tahun 2025 terdapat 1,2 milyar lansia dan di tahun 2050 akan menjadi 2 milyar jiwa. Sekitar 80% lansia hidup di negara berkembang. Wilayah Asia-Pasifik merupakan bagian dunia yang mengalami peningkatan jumlah lansia tercepat, termasuk negara Indonesia.^[1]

Salah satu konsekuensi dari meningkatnya populasi usia lanjut adalah banyaknya orang yang akan terus hidup dengan penurunan fungsional tubuh. Lansia membutuhkan perhatian khusus untuk menghadapi perubahan-perubahan kompleks dalam aspek kehidupannya, seperti kemunduran fisik, gerakan melamban, dan penurunan fungsi organ penting lainnya. Penurunan dan keterbatasan tersebut berpengaruh dengan kemampuan perawatan diri lansia.

Kemampuan perawatan diri dengan status kesehatan memiliki keterkaitan satu sama lain. Studi di Swedia menemukan bahwa usia lanjut dan status kesehatan yang rendah berhubungan dengan lemahnya kemampuan perawatan diri.^[2] Pada studi lainnya dinyatakan bahwa kemampuan perawatan diri yang kurang baik akan berdampak pada koping dan kesehatan

jiwa, serta tingkat kepuasan hidup yang rendah.^[3]

Terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan perawatan diri pada kelompok usia lanjut. Salah satunya adalah dukungan dari lingkungan sekitar yang ikut berpengaruh terhadap kemampuan perawatan diri lansia.^[4] Dukungan dari teman sebaya memiliki peran penting dalam meningkatkan kemampuan tersebut.^[5]

Dukungan teman sebaya bagi lanjut usia merupakan hal yang menjadi sangat berharga dan akan menambah ketentraman hidup. Dukungan tersebut dapat berupa informasi verbal dan/atau non-verbal, bantuan nyata, dan tindakan yang diberikan, sehingga terjalin pertalian sosial yang baik.^[6] Teman sebaya di kalangan lansia merupakan tempat berbagi untuk mencurahkan perasaan dan tempat untuk mengasah interaksi sosial. Interaksi lansia dengan teman sebaya yang tercipta dapat menjadi dukungan yang kuat.

Para lansia yang ada di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan merupakan lanjut usia yang terlantar dan mengakui bahwa sistem dukungan terbesar yang mereka miliki berasal dari teman sebaya. Dari hasil studi pendahuluan diketahui alasan-alasan mengapa para lansia tinggal di pelayanan khusus tersebut, seperti tidak memiliki keluarga satu pun, ditelantarkan anaknya, hingga ditangkap Satpol PP karena tidak memiliki identitas diri. Para lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan menghabiskan sebagian besar waktu yang dimiliki dengan kegiatan bersama dengan teman sebayanya, seperti senam lansia, terapi aktivitas kelompok, kerja bakti, dan

kegiatan lainnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa tingkat dukungan teman sebaya pada UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan termasuk dalam kategori baik. Berdasarkan pemaparan masalah dengan adanya fenomena-fenomena, maka peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara tingkat dukungan teman sebaya dengan tingkat kemampuan perawatan diri lanjut usia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan.

2. METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik observasional dengan metode pendekatan *Cross Sectional*.

Jenis *sampling* dalam penelitian ini adalah *non-probability sampling*, yaitu dengan teknik *consecutive sampling*. Penetapan sampel dilakukan dengan cara memilih setiap lansia yang memenuhi kriteria penelitian. Jumlah sampel pada penelitian diperoleh dari hasil perhitungan:

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

d = Tingkat signifikan (0,1).^[7]

Dari rumus di atas didapat:

$$n = \frac{107}{1 + 107(0,1)^2} = \frac{107}{1 + 1,07} = 52 \text{ lansia}$$

Peneliti menilai dukungan teman sebaya menggunakan lembar kuisiener *Berlin Social Support Scale* (BSSS) yang telah dimodifikasi, berjumlah 14 pertanyaan, dengan nilai uji reliabilitas 0,899 (> r_{tabel} 0,3233).

Alat ukur variabel kemampuan perawatan diri menggunakan lembar instrumen *Health Assessment Questionnaire* (HAQ), berjumlah 16 pertanyaan, dengan nilai uji reliabilitas 0,925 (> r_{tabel} 0,3233).

Jumlah skoring dari dukungan teman sebaya akan dikategorikan menjadi tinggi, sedang, dan kurang. Penilaian kemampuan perawatan diri lansia juga akan dikategorikan menjadi baik, cukup, dan kurang dari akumulasi skor jawaban. Jika nilai 29-42, maka dukungan teman sebaya dikategorikan tinggi. Jika nilai 15-28, maka dukungan teman sebaya

dikategorikan sedang. Dan jika nilai 0-14, maka dukungan teman sebaya kurang. Uji variabel menggunakan *Spearman*.

3. HASIL PENELITIAN

Dari penelitian ini diantaranya:

3.1 Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan

Klasifikasi Usia	Frekuensi	Persentase
<i>Elderly</i> (60-74 tahun)	39	75%
<i>Old</i> (75-89 tahun)	12	23,1%
<i>Very Old</i> (lebih dari 90 tahun)	1	1,9%
Total	52	100%

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Perempuan	31	59,6%
Laki-Laki	21	40,4%
Total	52	100%

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Tinggal di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan

Lama tinggal	Frekuensi	Persentase
6 bulan – 5 tahun	34	65,3%
>5 tahun – 10 tahun	11	21,2%
>10 tahun	7	13,5%
Total	52	100%

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Gangguan Kognitif Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan

Jenis Gangguan Kognitif	Frekuensi	Persentase
Tidak Ada Gangguan Kognitif	34	65,4%
Gangguan Kognitif Sedang	18	34,6%
Total	52	100%

3.2 DATA KHUSUS

Tabel 5. Gambaran Dukungan Teman Sebaya yang Diperoleh Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan

Dukungan Teman Sebaya	Frekuensi	Persentase
Tinggi	25	48,1%
Sedang	23	44,2%
Rendah	4	7,7%
Jumlah	52	100%

Tabel 6. Gambaran Dukungan Instrumental yang Diperoleh Lansia dari Teman Sebaya di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan

Dukungan Instrumental	Frekuensi	Persentase
Tinggi	19	36,5%
Sedang	25	48,1%
Rendah	8	15,4%
Jumlah	52	100%

Tabel 7. Gambaran Dukungan Emosional yang Diperoleh Lansia dari Teman Sebaya di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan

Dukungan Emosional	Frekuensi	Persentase
Tinggi	40	77%
Sedang	7	13,4%
Rendah	5	9,6%
Jumlah	52	100%

Tabel 8. Gambaran Dukungan Emosional yang Diperoleh Lansia dari Teman Sebaya di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan

Dukungan Emosional	Frekuensi	Persentase
Tinggi	40	77%
Sedang	7	13,4%
Rendah	5	9,6%
Jumlah	52	100%

Tabel 9. Gambaran Dukungan Penghargaan yang Diperoleh Lansia dari Teman Sebaya di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan

Dukungan Penghargaan	Frekuensi	Persentase
Tinggi	39	75%
Sedang	5	9,6%
Rendah	8	15,4%
Jumlah	52	100%

Tabel 10. Gambaran Dukungan Informatif yang Diperoleh Lansia dari Teman Sebaya di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan

Dukungan Informatif	Frekuensi	Persentase
Tinggi	25	48%
Sedang	19	36,6%
Rendah	8	15,4%
Jumlah	52	100%

Tabel 11. Gambaran Kemampuan Perawatan Diri Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan

Kemampuan Perawatan Diri	Frekuensi	Persentase
Baik	28	53,8%
Cukup Baik	24	46,2%
Jumlah	52	100%

3.3 Analisa Bivariat

Tabel 12. Tabulasi Silang antara Dukungan Teman Sebaya dengan Kemampuan Perawatan Diri Lansia

		Kemampuan Perawatan Diri		Total
		Baik	Cukup	
Dukungan Teman Sebaya	Tinggi	18 (34,6%)	7 (13,5%)	25 (48,1%)
	Sedang	10 (19,2%)	13 (25%)	23 (44,2%)
	Rendah	-	4 (7,7%)	4 (7,7%)
Total		28 (53,8%)	24 (46,2%)	52 (100%)

Sebagian besar lansia yang memiliki kemampuan perawatan diri yang baik ternyata memperoleh dukungan yang tinggi dari teman sebaya, yaitu sebanyak 34,6% (18 orang lansia). Sebanyak 13,5% (7 orang lansia) memperoleh dukungan yang tinggi dari teman sebaya, tetapi memiliki kemampuan perawatan diri yang cukup. Terdapat pula responden yang memiliki kemampuan perawatan diri yang baik, namun merasa dukungan teman sebaya yang diperoleh dalam kategori sedang, yaitu sebanyak 19,2% atau 10 orang lansia. Sebanyak 25% (13 orang lansia) menyatakan bahwa dirinya memperoleh

dukungan teman sebaya dalam kategori sedang dengan kemampuan perawatan diri yang dimiliki juga dalam kategori cukup baik. 7,7% atau 4 responden menyatakan bahwa dirinya memperoleh dukungan yang kurang dari teman sebaya di panti dan merasa bahwa kemampuan perawatan diri yang dimiliki dalam kategori cukup. Tidak ada responden yang mengeluh kesulitan dalam melakukan perawatan diri.

Tabel 13. Uji Korelasi *Rank Spearman* pada Variabel Dukungan Teman Sebaya dengan Kemampuan Perawatan Diri Lansia

<i>p-value</i>	Koefisien Korelasi
0,000	0,622

Hasil analisis diperoleh nilai signifikan 0,000 ($P\text{-value} < 0,1$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kemampuan perawatan diri lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan. Dilihat dari hasil koefisien korelasi didapatkan bahwa korelasi bersifat positif dan bermakna bahwa hubungan antara variabel dukungan teman sebaya dengan kemampuan perawatan diri bersifat searah. Semakin tinggi dukungan teman sebaya yang diperoleh lansia, maka semakin baik pula kemampuan perawatan dirinya. Kekuatan korelasi bernilai 0,622 menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang kuat.

Tabel 14. Uji Korelasi *Rank Spearman* pada Jenis-Jenis Dukungan Teman Sebaya dengan Kemampuan Perawatan Diri Lansia

Jenis Dukungan	Koefisien Korelasi	<i>p-value</i>
Dukungan Instrumental	0,663	0,000
Dukungan Emosional	0,578	0,000
Dukungan Penghargaan	0,298	0,024
Dukungan Informatif	0,599	0,000

Seluruh jenis dukungan teman sebaya yang diperoleh lansia memiliki hubungan yang signifikan terhadap kemampuan perawatan diri ($p\text{-value} < 0,1$). Hasil analisa data menunjukkan

bahwa dukungan instrumental memiliki hubungan yang kuat dan positif terhadap kemampuan perawatan diri lansia. Dukungan emosional dan informatif memiliki hubungan yang sedang dan positif terhadap kemampuan perawatan diri lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan, sedangkan dukungan penghargaan hanya berkorelasi lemah terhadap kemampuan perawatan diri lansia.

4. PEMBAHASAN

4.1 Dukungan Teman Sebaya yang Diperoleh Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan

Dukungan teman sebaya adalah hubungan interpersonal yang ada di dalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek-aspek informasi, perhatian emosi, penilaian dan penghargaan, serta bantuan instrumental yang diperoleh lansia melalui interaksi dengan teman sebayanya. Hasil penelitian menemukan bahwa dukungan dari teman sebaya yang paling memberi kontribusi terhadap kemampuan perawatan diri responden adalah dukungan instrumental. Dukungan emosional dan dukungan penghargaan merupakan dukungan yang paling tinggi diperoleh lansia dari teman sebayanya.

Dukungan instrumental mencakup bantuan secara langsung yang diberikan kepada orang lain, seperti bantuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari termasuk perawatan diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 36,5% responden mendapatkan dukungan instrumental dari teman sebayanya dalam kategori tinggi. Sebanyak 48,1% menyatakan mendapatkan dukungan instrumental sedang dari teman sebaya dan 15,4% sisanya menyatakan mendapatkan dukungan instrumental yang rendah. Bentuk dukungan ini sangat berkontribusi terhadap perawatan diri lansia karena bantuan ini diberikan secara nyata. Terbukti dari hasil analisa koefisien korelasi antara dukungan instrumental dengan kemampuan perawatan diri

yang bernilai 0,663 dan memiliki arti bahwa hubungan diantara keduanya bersifat positif dan kuat. Semua lansia yang menjadi responden adalah lansia yang tinggal di wisma-wisma non perawatan khusus, artinya tidak ada pemberian bantuan secara instrumental dari petugas panti dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari para lansia. Lansia melakukannya secara mandiri di wisma, sehingga apabila terdapat sedikit kesulitan maka teman sewisma yang akan membantu. Sebagian besar responden menyatakan bahwa sebisa mungkin aktivitasnya dalam perawatan diri dilakukan secara mandiri.

Dukungan emosional merupakan wujud dari kasih sayang yang diberikan teman sebaya kepada lansia yang tinggal di panti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 77% responden mendapatkan dukungan emosional yang tinggi dari teman sebayanya. Tingginya persentase dukungan emosional antara lansia dengan teman sebayanya ditunjukkan dengan sikap sesama lansia penghuni panti yang saling menyayangi dan mengayomi, selalu rukun, dan berusaha selalu melakukan aktivitas yang bermanfaat secara bersama-sama. Lansia yang ada di UPT mengakui bahwa mereka menghindari perdebatan, permusuhan, gosip, dan hal-hal negatif yang lain selama di wisma. Lansia juga menambahkan bahwa mereka berusaha meninggalkan hal yang sia-sia dan menggantinya dengan kegiatan rohani agar selalu dapat dekat dengan Tuhan di sisa usia senjanya. Namun, dukungan emosional sedikit berkontribusi terhadap kemampuan perawatan diri lansia. Hasil analisa koefisien korelasi dukungan emosional dengan kemampuan perawatan diri bernilai 0,578 dan memiliki makna bahwa hubungan diantara keduanya bersifat positif dan dalam kategori sedang.

Dukungan penghargaan diberikan dalam bentuk *feedback*, respon, dan dorongan yang positif, seperti memberikan nasehat yang baik atau persetujuan gagasan yang

disampaikan lansia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 75% dari total responden merasa memperoleh dukungan penghargaan yang tinggi dari teman sebayanya. Hal ini ditunjukkan dengan sikap terbuka para lansia untuk mendengarkan gagasan temannya dalam pengambilan keputusan. Para lansia juga saling mendukung untuk tetap semangat dalam menjalani hari-hari, namun dukungan penghargaan tidak terlalu berkontribusi terhadap kemampuan perawatan diri lansia. Hasil analisa koefisien korelasi dukungan penghargaan dengan kemampuan perawatan diri bernilai 0,298 dan memiliki makna bahwa hubungan diantara keduanya bersifat positif, tetapi lemah.

Dukungan informasi dari teman sebaya mencakup bantuan berupa petunjuk, saran, instruksi, nasehat, dan saran sehubungan dengan perawatan diri lansia. Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 48% memperoleh dukungan informatif yang baik dari teman sebayanya. 36,6% responden merasa mendapatkan dukungan informatif dalam kategori sedang dan 15,4% responden menyatakan kurang mendapat dukungan informatif dari teman sebaya. Variasi dukungan informatif yang diperoleh lansia ini tergantung dengan karakter masing-masing lansia. Sebagian besar merasa bahwa nasehat dari teman sewisma adalah hal yang patut dipertimbangkan mengingat mereka adalah orang yang tahu tentang permasalahannya. Sebagian responden lainnya merasa bahwa lebih baik meminta nasehat atau informasi penting kepada perawat, pengasuh, dan pengurus wisma karena orang-orang tersebut adalah pihak penting di panti. Dukungan informatif ini sedikit berkontribusi terhadap kemampuan perawatan diri lansia. Hasil analisa koefisien korelasi dukungan penghargaan dengan kemampuan perawatan diri bernilai 0,599 dan memiliki makna bahwa hubungan diantara keduanya bersifat positif dan dalam kategori sedang.

Berbagai kegiatan dapat dilakukan oleh lansia di wisma untuk meningkatkan dukungan teman sebaya. Kegiatan berkebudayaan memanfaatkan lahan yang tersedia dapat menjadi alternatif bagi lansia untuk mengisi waktu luang bersama teman sebaya. Kegiatan lain yang dapat dilakukan lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan adalah menghias wisma bersama-sama. Menghias wisma di waktu luang dapat meningkatkan rasa kekeluargaan dan kekompakan lansia. Kegiatan lainnya yang bisa meningkatkan kebersamaan lansia dengan teman sebaya di wisma adalah dengan makan bersama dan saling *sharing* antar lansia.

4.2 Kemampuan Perawatan Diri Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan

Lansia yang menyatakan bahwa dirinya sepenuhnya mampu melakukan perawatan diri ditunjukkan dengan sikap dan perilaku mandiri dalam memenuhi kebutuhan di dalam wisma, sedangkan lansia yang menyatakan bahwa dirinya memiliki kemampuan perawatan diri dalam kategori sedang masih merasa terdapat sedikit atau beberapa kesulitan apabila terdapat penyakit yang kambuh, misal asam urat atau hipertensi.

Asam urat atau *gout arthritis* merupakan salah satu penyakit degeneratif yang menyerang sistem muskuloskeletal. *Gout arthritis* dapat terjadi karena berbagai faktor, salah satunya adalah penuaan yang menyebabkan kerusakan tulang rawan sendi yang progresif. Kerusakan tersebut menyebabkan perubahan metabolisme tulang serta peningkatan aktivitas enzim yang merusak makro molekul matriks tulang rawan sendi. Peningkatan aktivitas enzim tersebut mempengaruhi penurunan kadar proteoglikan dan berdampak pada perubahan sifat kolagen yang semakin memburuk. Kolagen bersifat menyimpan air dalam tulang rawan sendi, sehingga apabila kolagen

memburuk maka kadar air pada tulang rawan sendi akan berkurang. Banyak aktivitas yang melibatkan tulang rawan sendi, terutama di bagian anggota gerak. Aktivitas yang sering dilakukan ini juga menurunkan kadar kolagen di dalam tulang, sehingga menimbulkan robekan pada permukaan sendi dan menimbulkan laserasi^[8]. Laserasi tersebut akan menyebabkan nyeri dan menyebabkan ketidaknyamanan dalam melakukan aktivitas, termasuk dalam melakukan perawatan diri. Saat *gout arthritis* kambuh dan menyerang seseorang, maka akan terasa nyeri di bagian anggota gerak. Lansia yang mengalami asam urat akan mengalami penurunan kemampuan perawatan diri dan membutuhkan orang lain untuk membantu dirinya memenuhi kebutuhan.

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang hanya bisa dikontrol dengan menjalankan gaya hidup sehat. Banyak penyebab dan faktor risiko dari hipertensi, salah satunya adalah penuaan. Penuaan menyebabkan penurunan elastisitas dan kemampuan meregang pada aorta. Tekanan aorta meningkat sangat tinggi dengan penambahan volume intravaskuler yang sedikit menunjukkan kekakuan pembuluh darah pada lansia. Secara hemodinamik, hipertensi ditandai penurunan kelenturan pembuluh darah arteri resisten perifer yang tinggi, pengisian diastolik abnormal, dan bertambahnya masa ventrikel kiri. Berbagai permasalahan pembuluh darah tersebut menyebabkan beban kerja jantung meningkat. Beban kerja jantung yang meningkat ini berdampak pada vasokonstriksi pembuluh darah sistemik, termasuk di area vaskular serebral. Vasokonstriksi vaskular serebral akan menstimulasi ujung saraf bebas, sehingga menyebabkan pusing.^[9] Lansia yang mengalami kekambuhan hipertensi dan mengalami pusing akan kesulitan melakukan perawatan diri. Lansia tersebut akan membutuhkan pertolongan orang lain untuk memenuhi kebutuhan dirinya.

Faktor penyakit-penyakit degeneratif tersebut menyebabkan 46,2% lansia menyatakan bahwa dirinya memiliki kemampuan perawatan diri dalam kategori cukup. Responden pada penelitian ini tidak ada yang mengeluhkan rendahnya kemampuan perawatan diri yang dimiliki. Para lansia menjelaskan apabila dirinya merasa sudah benar-benar tidak sanggup melakukan perawatan diri, maka akan dipindahkan ke wisma perawatan khusus untuk mendapatkan bantuan dari petugas panti.

4.3 Hubungan antara Dukungan Teman Sebaya dengan Kemampuan Perawatan Diri Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hubungan dukungan teman sebaya dengan kemampuan perawatan diri lansia pada 52 responden di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan. Hal ini dibuktikan dengan uji hipotesis menggunakan *Spearman* dengan taraf signifikan 10% (0,1), didapatkan nilai *Sig. 2-tailed* sebesar 0,000 ($P\text{-value} < 0,1$) yang memiliki arti terdapat hubungan yang signifikan di antara kedua variabel. Kekuatan korelasi dari bivariat ini bernilai 0,622, artinya dukungan teman sebaya dengan kemampuan perawatan diri lansia memiliki hubungan yang kuat dan bersifat positif. Koefisien determinan ($r^2 \times 100\%$) dari analisa bivariat sebesar 38,68%. Artinya dukungan teman sebaya memberikan sumbangsih terhadap kemampuan perawatan diri lansia sebesar 38,68%, sedangkan 61,32% kemampuan perawatan diri lansia berhubungan dengan faktor-faktor lain di luar dukungan teman sebaya.

Dukungan yang diperoleh lansia dari teman sebayanya dapat berupa empati untuk menghibur di saat sedih, saling mendengarkan apabila ingin bertukar cerita, saling bahu-membahu dan tolong-menolong ketika terdapat sesuatu hal yang tidak dapat ditangani sendiri, dengan

hadirnya teman sebaya juga dapat meningkatkan semangat yang meredup, serta lansia akan mendapatkan informasi tentang pentingnya perawatan diri dari teman sebayanya. Kebanyakan lansia masih sanggup untuk menggunakan pakaian, memakai sampo saat mandi, berdiri dari kursi, naik dan turun dari tempat tidur, makan sendiri, berjalan hingga menaiki beberapa anak tangga, menjangkau benda yang ada di atas atau di bawah lansia, membuka pintu sendiri, hingga merawat tanaman. Sebagian besar lansia menyatakan bahwa tanpa kesulitan apapun mampu merawat diri sendiri, beberapa lainnya menyatakan bahwa masih terdapat hal-hal yang dilakukan dengan sedikit atau banyak kesulitan.

Dukungan instrumental merupakan jenis dukungan yang secara nyata berkorelasi terhadap kemampuan perawatan diri. Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan yang tinggal di wisma non-perawatan khusus merasa bahwa ada teman sebaya yang dapat diandalkan ketika lansia mengalami kesulitan melakukan perawatan diri, membantu ketika tidak mampu merawat diri, dan jika terdapat banyak hal yang harus ditangani sendiri, maka selalu ada teman sebaya yang akan membantu.

Berdasarkan hasil penelitian ini dukungan teman sebaya memiliki hubungan terhadap kemampuan perawatan diri lansia dalam *setting* panti wredha. Sebagian besar responden memperoleh dukungan teman sebaya dalam kategori tinggi. Sebagian besar lansia juga memiliki tingkat kemampuan perawatan diri yang baik. Sehingga semakin tinggi dukungan teman sebaya yang diperoleh lansia, maka semakin baik pula kemampuan lanjut usia dalam melakukan perawatan diri.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan uji *Spearman* didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kemampuan perawatan

diri lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan ditunjukkan dengan nilai *Sig. 2-tailed* sebesar 0,000 (*P-value* < 0,1). Dilihat dari hasil koefisien korelasi hubungan kedua variabel bersifat positif dan dari analisa kekuatan korelasi didapatkan nilai 0,622 yang menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang kuat. Dari hasil penelitian ini diharapkan lansia, khususnya yang ada di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan dapat terus meningkatkan dukungan teman sebaya dengan menambah kegiatan yang dapat meningkatkan kekompakan antar lansia, seperti kegiatan berkebun di lahan yang tersedia di depan wisma, menghias wisma yang dilakukan bersama-sama, serta makan dan *sharing* bersama. Tingginya tingkat dukungan teman sebaya tersebut diharapkan berdampak pada tingkat kemampuan perawatan diri lansia.

6. SARAN

Berdasarkan simpulan hasil penelitian di atas, maka penulis mencoba untuk menyampaikan beberapa saran, yaitu:

1. Diharapkan lansia, khususnya yang ada di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pasuruan dapat terus meningkatkan dukungan teman sebaya dengan menambah kegiatan yang dapat meningkatkan kekompakan antar lansia, seperti kegiatan berkebun di lahan yang tersedia di depan wisma, menghias wisma yang dilakukan bersama-sama, serta makan dan *sharing* bersama. Tingginya tingkat dukungan teman sebaya tersebut diharapkan berdampak pada tingkat kemampuan perawatan diri lansia.
2. Melihat adanya hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kemampuan perawatan diri pada lansia, maka diharapkan pelayanan keperawatan dapat melibatkan teman sebaya yang dimiliki lansia dalam pemberian intervensi untuk meningkatkan kemampuan perawatan diri pada lanjut usia.
3. Penelitian selanjutnya yang tertarik dengan topik yang sama, hendaknya mengukur atau meneliti hal-hal lain yang dipengaruhi oleh dukungan teman sebaya, misalnya angka

kejadian hipertensi dan *gout arthritis* lansia dan menggunakan pendekatan lain, seperti *Case Control Study*.

DAFTAR PUSTAKA

1. *United National Population Fund*. 2013. *Ageing*. [online]. (<http://www.unfpa.org/ageing>, diunduh pada 31 Maret 2015).
2. Dale, Bjorg., Soderhamn. 2011. *Self-Care Ability Among Home-Dwelling Older People In Rural Areas In Southern Norway*. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*.
3. Muko, Sri Yulan. 2014. *Perbedaan Personal Hygiene pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Ilomata dan Beringin Provinsi Gorontalo*. Tesis. Universitas Negeri Gorontalo.
4. Wartonah. 2006. *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
5. Chambers, Ruth., Wakley, Gill., Blenkinsopp, Alison. 2006. *Supporting Self-Care in Primary Care*. United Kingdom: Radcliffe Publishing Ltd.
6. Stanley, Mickey. 2006. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.
7. Hidayat, Alimul. 2007. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis*. Jakarta: Salemba Medika.
8. Lukman. 2012. *Asuhan Keperawatan pada Klien dengan Gangguan Sistem Muskuloskeletal*. Jakarta: Salemba Medika.
9. Corwin. 2001. *Buku Saku Patofisiologi*. Jakarta: EGC.

