

PENGEMBANGAN MODEL PEER GROUP SUPPORT BERBASIS FAMILY CENTERED NURSING TERHADAP KUALITAS HIDUP KELUARGA LANSIA DI DESA MELINGGIH

IGP Darma Suyasa¹, NLP Inca Buntari Agustini^{2*}, IA Ningrat³, Komang
Ardidhana Nugraha Putra⁴, I Nyoman Windhu Paramarta⁵, Wahyu
Krisna Yoga⁶

¹²³Dosen Program Studi Magister Keperawatan, Fakultas Kesehatan, ITEKES Bali

⁴⁵Mahasiswa Program Studi Magister Keperawatan, Fakultas Kesehatan, ITEKES Bali

⁶Dosen Program Studi Sarjana Teknologi Pangan, Fakultas Kesehatan ITEKES Bali

* Penulis Korespondensi: incaagustini@gmail.com

Abstrak

Tingginya jumlah lansia di Indonesia berimplikasi terhadap peningkatan rasio ketergantungan lanjut usia (*old age dependency ratio*). Hal tersebut menunjukkan bahwa usia produktif harus bersiap menanggung semakin banyak penduduk lansia yang kemungkinan bisa menjadi beban baginya. Dalam memberikan perawatan terbaik kepada lansia, kualitas hidup sebagai pemberi rawat lansia juga sama pentingnya. Intervensi untuk meningkatkan kesiapan pemberi rawat lansia ini penting untuk diterapkan ke masyarakat. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk memberikan penyuluhan dengan pendekatan *Peer Group Support* berbasis *Family Centered Nursing* untuk meningkatkan kualitas hidup keluarga dengan lansia. Mitra kegiatan ini adalah keluarga yang merawat lansia di Desa Melinggih, Gianyar berjumlah 20 orang. Metode pelatihan pada kegiatan pengabdian ini yaitu penyuluhan dan demonstrasi. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan terdapat peningkatan kualitas hidup keluarga yang merawat lansia. Penerapan *Peer Group Support* berbasis *Family Centered Nursing* ini merupakan cara yang efektif dan penting dilakukan dalam meningkatkan kualitas hidup keluarga yang merawat lansia.

Kata kunci: *family centered nursing; kualitas hidup; peer group support*

Abstract

The high number of elderly people in Indonesia has implications for increasing the old age dependency ratio. This shows that the productive age must be prepared to bear the increasing number of elderly people who may become a burden for them. In providing the best care for the elderly, the quality of life as a caregiver for the elderly is equally important. Interventions to increase the readiness of elderly caregivers are important to be implemented in the community. The purpose of this community service activity is to provide counseling with a peer group support approach based on *Family Centered Nursing* to improve the quality of life for families with the elderly. The partners for this activity are 20 families who care for the elderly in Melinggih Village, Gianyar. The training method for this community service activity is counseling and practicum. The results of this community service activity show that there is an increase in the quality of life of families who care for the elderly. The application of family nursing support-based peer group support is an effective and important way to improve the quality of life for families who care for the elderly.

Keywords: *Communication; Community; Assertiveness Training; Interpersonal Relationship*

1. PENDAHULUAN

Meningkatnya jumlah lansia di Indonesia menyebabkan peningkatan masalah kesehatan baik pada lansia maupun keluarga yang merawatnya. Saat ini kita mulai memasuki periode aging population, dimana terjadi peningkatan umur harapan hidup yang diikuti dengan peningkatan jumlah lansia. Indonesia mengalami peningkatan jumlah penduduk lansia dari 18 juta jiwa (7,56%) pada tahun 2010, menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%) pada tahun 2019, dan diperkirakan akan terus meningkat dimana tahun 2035 menjadi 48,2 juta jiwa (15,77%) (Kementrian Kesehatan RI, 2019). Kondisi ini juga tercermin di desa melinggih, rekapan jumlah penduduk berdasarkan usia yang telah dilakukan pemerintah desa didapatkan kategori usia >60 tahun merupakan yang terbanyak yaitu 1.481 orang. Tingginya penduduk lansia ini berimplikasi terhadap peningkatan rasio ketergantungan lanjut usia (*old age dependency ratio*). Hal tersebut menunjukkan bahwa usia produktif akan menanggung semakin banyak penduduk lansia yang kemungkinan bisa menjadi beban baginya (Prabasari et al., 2017).

Seseorang yang telah mencapai fase lanjut usia akan mulai mengalami perubahan fisik, mental, sosial, dan kesehatan, banyak lansia yang merasa kesepian, stress, dan kehilangan kepercayaan diri (Prabasari et al., 2017). Berdasarkan skrining resiko yang dilakukan Mahasiswa Profesi Ners ITEKES Bali 2022 didapatkan tingkat resiko lansia di Desa Melinggih pada masing-masing level I, II, dan III adalah sebesar (54.1%, 37.5% dan 8,30% secara berurutan). Sehingga dibutuhkan keterlibatan keluarga dalam pemenuhan setiap kebutuhan/masalah yang di hadapi lansia. Keluarga menjadi unit dasar untuk perawatan individu dari anggota keluarga dan dari unit yang lebih luas, perpektif inilah yang mendasari praktik keluarga sebagai pusat keperawatan (*family-centered nursing*) (Friedman, 2003).

Perawatan lansia harus dilakukan dengan teliti, sabar, dan penuh cinta. Pemberian perawatan pada lansia diharapkan para lansia tetap merasa bahagia dan bisa menjalani hari tuanya, sehingga kualitas hidup lansia mengalami peningkatan (Kristina Pae, 2017). Peran yang dapat dilakukan keluarga meliputi peran mengenali gangguan perkembangan, membuat keputusan tindakan kesehatan, memberikan perawatan, memelihara suasana yang kondusif, menjaga hubungan antar keluarga maupun institusi Kesehatan (Afriani et al., 2020).

Pentingnya peran keluarga dalam peningkatan kualitas hidup lansia terkadang berbanding terbalik terhadap kualitas hidup keluarga yang merawat lansia. Berdasarkan hasil peninjauan, dari 20 keluarga lansia didapatkan sebanyak 85% memiliki kualitas hidup sedang dengan skor rata-rata 58,2 dan sebagian besar keluarga belum paham cara merawat lansia yang baik dan benar. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tangiisuran et al. (2018) menyatakan bahwa seorang

caregiver informal memiliki tingkat stres, kecemasan, dan depresi yang lebih tinggi dibandingkan *caregiver* formal. Keluarga sering menderita kesedihan dari orang yang dirawatnya mengalami penurunan kesehatan, sehingga menyebabkan keadaan depresif yang melelahkan, memburuknya kesehatan emosional dan mental. Beban yang dirasakan *caregiver* saat merawat lansia berupa beban fisik dan psikologis, sedangkan beban eksternal yang muncul berasal dari perilaku lansia dan tuntutan beban pekerjaan ganda karena selain merawat lansia, seorang *caregiver* juga merawat anak dan keluarganya dirumah (Prabasari et al., 2017).

Peer Group Support atau kelompok dukungan adalah suatu metode terapi kelompok atau kelompok dukungan diantara sesama korban ataupun orang-orang yang punya masalah atau pengalaman yang sama. *Peer Group Support* ini menjadi salah satu alternatif intervensi dalam penanganan depresi (Yusuf et al., 2008). Berdasarkan hasil penelitian dari Afandi (2016) melalui kajian literatur dari 25 artikel dinyatakan bahwa *Peer Group Support* dapat meningkatkan kualitas hidup dan dapat direkomendasikan sebagai berbagai intervensi keperawatan. Penelitian yang dilakukan oleh Misutarno et al. (2022) dari 23 artikel disimpulkan bahwa *Peer Group Support* sangat bermanfaat dalam meningkatkan kualitas hidup. Berdasarkan uraian tersebut penulis tertarik untuk melakukan penyuluhan dengan pendekatan *Peer Group Support* berbasis *Family Centered Nursing* untuk meningkatkan kualitas hidup keluarga dengan lansia.

2. BAHAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada 25 Oktober 2022 di Desa Melinggih, Gianyar, Bali menggunakan metode penyuluhan dan demonstrasi yang memiliki tahapan pelaksanaan mulai dari persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Jumlah peserta kegiatan terdiri dari 20 keluarga yang merawat lansia dengan level ketergantungan 2 dan 3. Langkah-langkah pelaksanaan kegiatan ini yaitu:

a. Tahap persiapan

Koordinasi antara tim kerja pengabdian dengan mitra pengabdian kepada masyarakat untuk mempersiapkan kegiatan. Adapun hal yang dipersiapkan antara lain jadwal kegiatan, peserta kegiatan, tempat kegiatan, materi yang akan disampaikan, media, *pretest*, dan metode yang akan digunakan saat kegiatan.

b. Tahap pelaksanaan

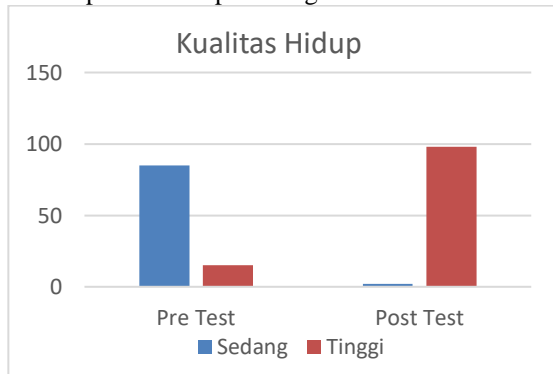
Proses pelaksanaan kegiatan ini meliputi psikoedukasi dan praktik. Psikoedukasi dilakukan dengan pemberian pendidikan kesehatan *Peer Group Support* berbasis *Family Centered Nursing*, dengan tujuan mengedukasi sekaligus memotivasi peserta agar dapat menerapkan tahapan *Peer Group Support* untuk meningkatkan kualitas hidup keluarga lansia dan meningkatkan kualitas perawatan yang akan diberikan keluarga kepada lansia.

c. Tahap evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan untuk mengukur ketercapaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat mulai dari awal sampai akhir pelaksanaan. Evaluasi dilakukan dengan melakukan pengukuran berupa posttest kualitas hidup menggunakan kuesioner WHOQOL-BREF. Adapun ukuran keberhasilan kegiatan ini didapatkan terjadi peningkatan kualitas hidup keluarga yang merawat lansia.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini didapatkan data pada diagram berikut ini:



Gambar 1. Diagram *Pre-Post* Kualitas Hidup Keluarga Lansia

Berdasarkan diagram tersebut, diketahui terdapat peningkatan kualitas hidup pada keluarga yang merawat lansia, terjadi peningkatan persentase kategori tinggi sebanyak 83%. Hal ini terlihat pada target capaian dari kegiatan ini yaitu meningkatnya kualitas hidup keluarga yang merawat lansia dan meningkatnya kemampuan pelaksanaan *Peer Group Support* berbasis *Family Centered Nursing*. Pemilihan metode *Peer Group Support* ini dikarenakan tindakan ini dinilai dapat menjadi suatu penyelesaian permasalahan antara kelompok yang memiliki pengalaman yang sama dalam hal ini merawat lansia baik melalui dukungan emosional, penghargaan, instrumental dan informasi (Kusrini & Prihartanti, 2014). Berikut ini merupakan dokumentasi kegiatan latihan *Peer Group Support* berbasis *Family Centered Nursing*:



Gambar 2. Foto Pelatihan *Peer Group Support* berbasis *Family Centered Nursing*

Peer group support berbasis *Family Centered Nursing* yang dilanjutkan dengan demonstrasi pada kegiatan ini berupa mempraktekan memahami diri dan mencari alternatif yang sesuai dengan kondisi peserta. Kegiatan seperti mengutarakan perasaan, hambatan dan pengalaman yang ditemui saat merawat lansia melalui *sharing* kelompok, memecahkan masalah secara bertahap dan berfokus pada solusi. Penggunaan metode *Peer Group Support* berbasis *Family Centered Nursing* dan praktek pada kegiatan pelatihan ini cukup efektif dalam menjawab permasalahan pada mitra sehingga sesuai target tujuan yang di inginkan. Upaya melalui metode ini senada dengan dalam penelitian menjelaskan metode *Peer Group Support* menjadi salah satu alternatif intervensi dalam penanganan depresi (Yusuf et al., 2019). Hal ini menjawab dari permasalahan mitra bahwa mereka merasa kualitas hidupnya kurang baik karena terkadang merasa depresi dalam merawat lansia. Stres pada keluarga yang menjadi *caregiver* ditandai sebagai tanda awal dimana jika tidak diatasi dengan baik, maka bisa mengarah pada stres berat yang merupakan salah satu dari gejala awal dari berbagai macam jenis gangguan jiwa, misalnya depresi, gangguan bipolar dan sebagainya (Stuart & Sundeen, 2016).

Perawatan lansia harus dilakukan dengan teliti, sabar, dan penuh cinta. Pemberian perawatan pada lansia diharapkan para lansia tetap merasa bahagia dan bisa menjalani hari tuanya, sehingga kualitas hidup lansia mengalami peningkatan (Kristina Pae, 2017). Peran yang dapat dilakukan keluarga meliputi peran mengenali gangguan perkembangan, membuat keputusan tindakan kesehatan, memberikan perawatan, memelihara suasana yang kondusif, menjaga hubungan antar keluarga maupun institusi Kesehatan (Afriani et al., 2020). Keluarga harus memiliki strategi koping yang efektif (Maryam, 2017). Strategi koping keluarga merupakan cara positif bagi keluarga untuk beradaptasi dengan situasi yang muncul, baik dalam memecahkan masalah maupun dalam mengurangi stres yang mungkin timbul (Malau & Jannah, 2018). Strategi koping yang diperlukan adalah strategi positif dari keluarga secara keseluruhan dengan membiasakan memecahkan masalah atau sumber stres secara adaptif salah satunya melalui *Peer Group Support*. Penelitian yang dilakukan oleh Ghasemi et al. (2019) *Peer Group Support* efektif meningkatkan kualitas hidup pasien dengan diabetes, dengan hasil yang jauh lebih baik dari pada kelompok pelatihan peneliti segera setelah pelatihan. metode ini dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas hidup penduduk lanjut usia. Hasilnya menunjukkan bahwa pasien yang didukung oleh kelompok sebaya menikmati kualitas hidup yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang lain (Taleghani et al., 2012).

SIMPULAN

Pelatihan *Peer Group Support* berbasis *Family Centered Nursing* pada keluarga yang merawat lansia ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan kualitas hidup pada peserta. Peserta mampu menjawab permasalahan yang dialami, mendiskusikan dan memilih strategi pemecahan yang terbaik. Dengan itu diharapkan pelaksanaan *Peer Group Support* ini dapat diimplementasikan secara berkelanjutan sebagai metode pemecahan masalah dalam merawat lansia untuk tercapainya perawatan yang terbaik dan sejalan dengan optimalnya kualitas hidup pemberi rawat lansia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami sampaikan ucapan terima kasih kepada pihak yang terlibat dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diantaranya mitra pengabdian yaitu Desa Melinggih, Institut Teknologi dan Kesehatan (ITEKES) Bali lembaga tempat kami mengabdikan dan yang dukungan yang luar biasa sampai proses kegiatan ini berjalan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, A. T. (2016). Peer Group Support Effectivity Toward the Quality of Life Among Pulmonary Tuberculosis and Chronic Disease Client: A Literature Review. *NurseLine Journal*, 1(2), 219–227.
- Afriani, B., Kes, M., Agustina, N. F., Kep, S., Sc, M., Budianto, N. Y., Kes, M., & Darussalam, H. (2020). Elderly in the Village of Panggung Island, Semende. 3(2), 18–21.
- Friedman, MM, Bowden VR, & Jones EG (2003). Family Nursing Research, Theory and Practice (5 ed). *New Jersey: Practice Hall*.
- Ghasemi, M., Hosseini, H., & Sabouhi, F. (2019). Effect of peer group education on the quality of life of elderly individuals with diabetes: A randomized clinical trial. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 24(1), 44–49. https://doi.org/10.4103/ijnmr.IJNMR_39_17
- Kementrian, Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Dipetik November 20, dari Kementrian Kesehatan Republik Indonesia: <https://www.kemkes.go.id>, 2020
- Kristina Pae. (2017). Perbedaan Tingkat Depresi pada Lansia yang tinggal di Panti Werdha dan yang tinggal di Rumah bersama Keluarga. *Jurnal Ners Lentera*, 5(1), 21–32.
- Kusrini, W., & Prihartanti, N. (2014). Hubungan dukungan sosial dan kepercayaan diri dengan prestasi bahasa Inggris siswa kelas VII SMP Negeri 6 Boyolali. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 15(2), 131–140.
- Malau, R., & Jannah, S. R. (2018). Stres Dengan Strategi Koping Keluarga Dalam Merawat Anggota
- Maryam, S. (2017). Stres Keluarga: Model Dan Pengukurannya. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 1(2), 335–343. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i2.920>
- Misutarno, M., Nursalam, N., Sukartini, T., Khamida, K., & Hasina, S. N. (2022). The Effectiveness of Peer Group Support to Increase Health Related Quality of Life among Human Immunodeficiency Virus/Acquired Immunodeficiency Syndrome Patients: A Systematic Review. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(F), 129–135. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.8502>
- Prabasari, N. A., Juwita, L., & Maryuti, I. A. (2017). Pengalaman Keluarga Dalam Merawat Lansia di Rumah (STUDI FENOMENOLOGI). *Jurnal Ners Lentera*, 5(1), 56–68.
- Stuart, G. W., Keliat, B. A., & Pasaribu, J. (2016). Prinsip dan praktik keperawatan kesehatan jiwa stuart. Edisi Indonesia (Buku 1). Singapura: Elsevier
- Taleghani, F., Babazadeh, S., Mosavi, S., & Tavazohi, H. (2012). The effects of peer support group on promoting quality of life in patients with breast cancer. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 17(2 Suppl 1), S125-30. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23833594> <http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=PMC3696969>
- Tangiisuran, B., Tye, S. C., Leow, M. Y., & Awang, R. (2018). Comparison of nurses and general caregivers' knowledge, attitude, and practice on medication administration process and their distress level in long-term care facilities across Penang, Kuala Lumpur, and Selangor of Malaysia. *Aging Clinical and Experimental Research*, 30(2), 183–191. <https://doi.org/10.1007/s40520-017-0772-1>
- Yusuf, A., A, N. K. A., & Hardiyan, D. (2008). Peer Group Support Menurunkan Tingkat Depresi Wanita Menopause. *Jurnal Ners*, 3(031), 61–66.