

# HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN MOTIVASI LANSIA DALAM MENJAGA POLA HIDUP SEHAT SELAMA PANDEMI COVID-19

Ida Dwiyanti<sup>1</sup> Endang Yuswatiningsih<sup>2</sup> Hartatik<sup>3</sup>

Fakultas Keperawatan

ITSKes Insan Cendekia Medika Jombang

<sup>1</sup>email: [idaidadwi@gmail.com](mailto:idaidadwi@gmail.com) <sup>2</sup>email: [ramaazzahudha@gmail.com](mailto:ramaazzahudha@gmail.com) <sup>3</sup>email: [hartatikicme@gmail.com](mailto:hartatikicme@gmail.com)

## ABSTRAK

Pola hidup sehat selama pandemi Covid-19 merupakan perilaku untuk menjaga serta meningkatkan kesehatan tubuh, selama pandemi lansia rentan terkena virus, kurangnya motivasi lansia akibat dukungan keluarga kurang dapat mempengaruhi pola hidup sehat lansia selama pandemi. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan motivasi lansia dalam menjaga pola hidup sehat selama pandemi Covid-19.

Jenis penelitian ini adalah *analitic* dengan pendekatan *cross sectional*, populasi pada penelitian ini lansia yang mengikuti posyandu semua lansia usia 60-70 tahun dengan jumlah 55 orang, sampel pada penelitian ini 35 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *simple random sampling*. Variabel *independen* adalah dukungan keluarga dan variabel *depennden* adalah motivasi lansia. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Pengolahan data dengan *editing, coding, scoring, tabulating*, dan analisis data menggunakan uji *Rank Spearman* alpha  $<0,05$ .

Hasil penelitian menunjukkan lansia memiliki dukungan keluarga sebagian besar cukup sebanyak 18 responden (51,4%). Lansia memiliki motivasi sedang sebagian besar sebanyak 20 responden (57,1%). Uji *Rank Spearman* dengan nilai kesalahan  $\alpha= 0,05$  menunjukkan nilai *p -Value*  $0,000 < \alpha= 0,05$ , sehingga *H1* diterima.

Kesimpulan penelitian ini, ada hubungan dukungan keluarga dengan motivasi lansia dalam menjaga pola hidup sehat selama pandemi Covid-19 Di Posyandu Lansia Dusun Banjardowo.

Saran bagi petugas kesehatan dapat memberikan edukasi atau penyuluhan kepada lansia maupun keluarga lansia terkait meningkatkan dukungan keluarga dengan motivasi lansia baik selama pandemi bahkan setelah pandemi Covid-19.

**Kata kunci:** Dukungan Keluarga, Motivasi, Lansia, Pola hidup sehat, Covid-19

## **ABSTRACT**

### ***THE RELATIONSHIP OF FAMILY SUPPORT WITH THE MOTIVATION OF THE ELDERLY IN MAINTAINING HEALTHY LIFE PATTERNS DURING THE COVID-19 PANDEMIC***

*A healthy lifestyle during the Covid-19 pandemic is behavior to maintain and improve body health, during the pandemic the elderly are vulnerable to viruses, the lack of motivation of the elderly due to lack of family support can affect the healthy lifestyle of the elderly during the pandemic. The purpose of this study was to analyze the relationship between family support and the motivation of the elderly in maintaining a healthy lifestyle during the Covid-19 pandemic.*

*This type of research is analytic with a cross sectional approach, the population in this study is elderly who follow posyandu, all elderly aged 60-70 years with a total of 55 people, the sample in this study is 35 people. The sampling technique in this research is simple random sampling. The independent variable is family support and the dependent variable is the motivation of the elderly. Data collection techniques using a questionnaire. Processing data by editing, coding, scoring, tabulating, and analyzing data using the Spearman Alpha  $<0.05$  rank test.*

*The results showed that the elderly had sufficient family support as many as 18 respondents (51.4%). The elderly have moderate motivation, mostly 20 respondents (57.1%). Spearman's Rank test with an error value of  $\alpha = 0.05$  shows a  $p$  value of  $0.000 < \alpha = 0.05$ , so  $H_1$  is accepted.*

*The conclusion of this study, there is a relationship between family support and the motivation of the elderly in maintaining a healthy lifestyle during the Covid-19 pandemic at the Elderly Posyandu, Dusun Banjardowo.*

*Suggestions for health workers can provide education or counseling to the elderly and elderly families regarding increasing family support with the motivation of the elderly both during the pandemic and even after the Covid-19 pandemic.*

**Keywords:** *Family Support, Motivation, Elderly, Healthy Lifestyle, Covid-19*

#### **A. PENDAHULUAN**

Anatomi dan fisiologis lansia mengalami penurunan sehingga mudah mengalami sakit dan lelah, hal ini menyebabkan tidak memungkinkan untuk melakukan aktivitas sehari-hari terutama dalam menerapkan pola hidup sehat. Pola hidup sehat yang menurun ini selama pandemi dapat membuat lansia rentan terkena virus Covid-19. Kurangnya motivasi lansia dan kurangnya dukungan keluarga karena aktivitas keluarga yang tinggi seperti sebagian besar anggota keluarga adalah seorang pekerja akan mempengaruhi pola hidup sehat lansia, hal ini menyebabkan keluarga tidak mempunyai waktu untuk mengingatkan lansia memakai masker saat keluar rumah, keluarga tidak mengatur konsumsi makanan, keluarga tidak mengingatkan untuk rutin olahraga, ataupun tidak mengingatkan jadwal posyandu. Motivasi dari diri lansia sendiri juga masih kurang terutama tidak

menyadari pentingnya mencuci tangan sebelum makan, pola tidur yang kurang, bahkan kurang merawat kebersihan diri (Pustikasari *et al.*, 2021).

Kemampuan fisik lansia telah menurun sampai pada titik dimana mereka tidak dapat lagi melakukan aktivitas yang diperlukan untuk menerapkan pola hidup sehat. Dari data WHO (2021) lebih dari 95% kematian akibat Covid-19 terjadi pada usia 60 tahun keatas. Data nasional (2021) yang terpapar Covid-19 usia 60 tahun keatas sebesar 11%. Data dari profil dinas kesehatan Provinsi Jawa Timur yang terpapar Covid-19 usia 60 tahun keatas sebesar 14,68%, sedangkan data dari profil dinas kesehatan Kabupaten Jombang yang terpapar Covid-19 usia 60 tahun keatas sebesar 15%. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Dusun Banjardowo data diambil dari data desa didapatkan lansia yang terpapar Covid-19 di Dusun Banjardowo sebesar 11,6% atau 23 lansia. Lansia banyak yang terpapar Covid-19 karena masih banyak yang kurang menerapkan pola hidup sehat, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Brojeni (2019) didapatkan 48,6% lansia dengan kurang menerapkan pola hidup sehat. Data Kemenkes RI (2020) di Indonesia 75,7% lansia kurang menerapkan pola hidup sehat karena tidak berolahraga atau mengatur asupan makanannya, sedangkan di Jawa Timur 61% lansia tidak menjalani pola hidup sehat. Penelitian yang dilakukan oleh Merry (2019) terdapat perbedaan pola hidup yang kurang sehat, yaitu pola hidup yang kurang sehat lebih banyak ditemukan pada lansia sebesar 9,3% dibandingkan dengan usia 30-40 tahun yaitu 4,7% dengan pola hidup sehat yang baik (Merry, 2019).

Masa pandemi Covid-19 lansia lebih rentan terhadap penyakit, resiko tertular virus cukup signifikan bagi lansia terutama mereka yang memiliki penyakit penyerta yang dapat menurunkan pola hidup sehat. Masih banyak yang mengabaikan pola hidup sehat selama pandemi Covid-19 seperti tidak memakai masker saat keluar rumah, tidak mencuci tangan sebelum makan, tidak mengikuti posyandu, merokok, jarang berolahraga, pola tidur yang kurang, ataupun kurang memperhatikan makanan yang dikonsumsi. Akibat dari kurang dilakukannya pola hidup sehat maka muncul berbagai penyakit sehingga dapat menurunkan derajat kesehatan, hal ini disebabkan kurangnya dukungan keluarga yang dapat mempengaruhi motivasi lansia untuk menjalani pola hidup sehat di masa pandemi Covid-19 (Wina Fitriani, 2019).

Dukungan keluarga yang baik dapat membantu lansia menghadapi tantangan yang dihadapinya, karena keluarga merupakan sumber dukungan keluarga yang memberi makna bagi kehidupan lansia, sehingga membantu memotivasi lansia untuk menjalani pola hidup sehat. Dukungan keluarga untuk lansia yang diberikan dapat berupa dukungan emosional bisa dengan memberikan semangat ataupun nasehat kepada lansia untuk tetap memakai masker saat keluar rumah, dukungan penghargaan dengan memuji tindakan lansia yang mencuci tangan sebelum makan, dukungan informasional dengan memberikan informasi tentang makanan yang baik dikonsumsi oleh lansia, dan dukungan instrumental dengan membawa lansia berobat ketika sakit lalu meluangkan waktu menemani/mengunjungi lansia ketika sakit. Dukungan keluarga akan memberikan kekuatan dan menciptakan suasana saling memiliki satu sama lain pada anggota keluarga dalam memenuhi

kebutuhan perkembangan keluarga. Dukungan keluarga dapat meningkatkan kesehatan lansia, sikap, tindakan, dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya (Wina Fitriani, 2019).

Berdasarkan fenomena dan data di atas, dukungan keluarga sangat penting untuk memotivasi lansia untuk menjalani pola hidup sehat di masa pandemi Covid-19, hal tersebut menjadikan dasar bagi peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Motivasi Lansia Dalam Menjaga Pola Hidup Sehat Selama Pandemi Covid-19 Di Posyandu Lansia Dusun Banjardowo". Tujuan penelitian untuk menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan motivasi lansia dalam menjaga pola hidup sehat selama pandemi Covid-19 di Posyandu Lansia Dusun Banjardowo tahun 2022.

## B. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi *korelasional*. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan *analitic cross sectional* merupakan suatu penelitian untuk mempelajari korelasi antara faktor resiko dengan efek melalui pendekatan, observasi, atau pengumpulan data sekaligus dalam satu waktu/bersamaan (Nursalam, 2020). Populasi merupakan suatu kesatuan individu atau subyek pada wilayah dan waktu dengan kualitas tertentu yang akan diamati/diteliti (Nursalam, 2020). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang mengikuti posyandu lansia usia 60-70 tahun di Dusun Banjardowo Desa Banjardowo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang tahun 2022 dengan jumlah 55 lansia. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagian lansia yang mengikuti posyandu lansia usia 60-70 tahun di Dusun Banjardowo tahun 2022. Cara pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Variabel *Independent* dalam penelitian ini adalah dukungan keluarga. Variabel *Dependent* dalam penelitian ini adalah motivasi lansia. Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan cara membagikan kuesioner kepada responden dengan skala likert pernyataan positif: SS:4 S:3 TS:2 STS: 1 dan pernyataan negative: SS:1 S:2 TS:3 STS:4. Telah lolos uji etik dengan NO. 006/KEPK/ITSKES.ICME/VI/2022.

## C. HASIL PENELITIAN

### 1. Analisis univariat

#### a) Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Tabel 5. 1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden di Posyandu Lansia Dusun Banjardowo Juni 2022

No	Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1	Laki-laki	1	2,9
2	Perempuan	34	97,1
<b>Total</b>		<b>35</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer Juni Tahun 2022

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah responden 34 orang (97,1%).

b) Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan

Tabel 5. 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Pendidikan Responden di Posyandu Lansia Dusun Banjardowo Juni 2022

No	Tingkat pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak sekolah	8	22,9
2	SD	24	68,6
3	SMP	3	8,6
4	SMA	0	0
5	PT	0	0
<b>Total</b>		<b>35</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer Juni 2022

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tingkat pendidikan SD dengan jumlah responden 24 orang (68,6%).

c) Karakteristik responden berdasarkan umur

Tabel 5. 2 Distribusi Frekuensi Umur Responden di Posyandu Lansia Dusun Banjardowo Juni 2022

No	Umur	Frekuensi	Persentase (%)
1	60-64	13	37,1
2	65-69	16	45,7
3	70-74	6	17,1
<b>Total</b>		<b>35</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer Juni Tahun 2022

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa hampir setengahnya responden berumur 65-69 tahun dengan jumlah responden 16 orang (45,7%).

d) Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Tabel 5. 3 Distribusi Frekuensi Pekerjaan Responden di Posyandu Lansia Dusun Banjardowo Juni 2022

No	Tingkat pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Buruh tani	4	11,4
2	Pedagang	4	11,4
3	Tidak bekerja	27	77,1
<b>Total</b>		<b>35</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer Juni Tahun 2022

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden tidak bekerja dengan jumlah responden 27 orang (77,1%).

## 2. Analisis bivariat

a) Dukungan keluarga

Tabel 5. 4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Dukungan Keluarga Responden di Posyandu Lansia Dusun Banjardowo Juni 2022

No	Dukungan keluarga	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	16	45,7
2	Cukup	18	51,4
3	Kurang	1	2,9
<b>Total</b>		<b>35</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer Juni Tahun 2022

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa dari 35 responden, sebagian besar yaitu 18 responden (51,4%) memiliki dukungan keluarga yang cukup.

b) Motivasi lansia

Tabel 5. 5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Motivasi Lansia di Posyandu Lansia Dusun Banjardowo Juni 2022

No	Motivasi lansia	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kuat	14	40
2	Sedang	20	57,1
3	Lemah	1	2,9
<b>Total</b>		<b>35</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer Juni Tahun 2022

Berdasarkan tabel 5.6 menunjukkan bahwa dari 35 responden, sebagian besar responden dengan motivasi sedang yaitu 20 responden (57,1%).

c) Hubungan dukungan keluarga dengan motivasi lansia

Tabel 5. 6 Tabulasi Silang Dukungan Keluarga dengan Motivasi Lansia di Posyandu Lansia Dusun Banjardowo Juni 2022

Dukungan Keluarga	Motivasi Lansia							
	Kuat		Sedang		Lemah		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Baik	14	40	2	5,7	0	0	16	45,7
Cukup	0	0	18	51,4	0	0	18	51,4
Kurang	0	0	0	0	1	2,9	1	2,9
Total	14	40	20	57,1	1	2,9	35	100

Nilai p=0,000

Sumber: Data Primer Juni Tahun 2022

Berdasarkan tabel 5.7 menunjukkan bahwa dari 35 responden, sebagian besar yaitu 20 responden (57,1%) memiliki dukungan keluarga yang cukup dan motivasi lansia sedang.

Berdasarkan hasil perhitungan uji statistik *Spearman Rank* pada taraf kesalahan 5% didapatkan nilai korelasi sebesar 0,000. Dilakukan perhitungan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Hasil dari perhitungan *p-Value* adalah  $0,000 < \alpha 0,05$ . Bila *p-Value*  $< \alpha 0,05$  maka ada hubungan dukungan keluarga dengan motivasi lansia, hal ini menunjukkan bahwa 0,000 lebih kecil dari 0,05 dengan demikian  $H_1$  diterima. Kesimpulannya terdapat hubungan dukungan keluarga dengan motivasi lansia dalam menjaga pola hidup sehat selama pandemi Covid-19 di Posyandu Lansia Dusun Banjardowo tahun 2022.

#### D. PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga yang cukup dengan jumlah 18 orang (51,4%). Data dari hasil kuesioner penelitian didapatkan bahwa dukungan informasional dan penghargaan memiliki dukungan cukup dibandingkan dengan dukungan yang lainnya. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dukungan keluarga dalam kategori cukup disebabkan karena pada lansia mulai muncul ketergantungan sehingga keluarga dapat berperan lebih tinggi lagi dalam mendampingi lansia. Berdasarkan kuesioner penelitian dukungan

informasional dan penghargaan dengan cukup bahwa keluarga memberikan informasi tentang vaksinasi, makan makanan yang baik dikonsumsi, mengingatkan lansia mencuci tangan sebelum makan, menerima lansia dengan segala keterbatasan, serta mengikutsertakan lansia dalam acara keluarga, sehingga mempengaruhi dukungan keluarga yang cukup. Selaras dengan penelitian Citra Dewi (2020) yang berjudul Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kepatuhan Penatalaksanaan Diet Lansia dengan Hipertensi di Lingkungan Kelurahan Tonja menyatakan bahwa dari 40 responden sebagian besar responden mempunyai dukungan keluarga cukup sebanyak 57,5%.

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 34 orang (97,1%). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan jenis kelamin dapat mempengaruhi kesehatan lansia, karena pada saat penelitian hampir seluruhnya responden berjenis kelamin perempuan hal ini karena perempuan lebih rajin, lebih disiplin dibandingkan dengan laki-laki, pada saat penelitian bahwa hampir seluruhnya yang datang ke posyandu lansia adalah berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan lansia perempuan menyatakan suami lebih suka dirumah, suami sudah meninggal dan lansia laki-laki lebih suka menjaga cucu dirumah daripada mengikuti posyandu. Selaras dengan penelitian Rivai (2019) yang berjudul Hubungan Dukungan Keluarga dengan Keaktifan Lansia Mengikuti Senam di Club PROLANIS Diamen Barigas BPJS Kesehatan Palangka Raya, bahwa usia harapan hidup perempuan di Indonesia lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki, karena banyaknya aktivitas yang dilakukan perempuan dibandingkan laki-laki.

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tingkat pendidikan SD dengan jumlah responden 24 orang (68,6%). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan bahwa sebagian besar tingkat pendidikan SD sehingga mempengaruhi derajat kesehatan, karena semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi tingkat pengetahuan untuk meningkatkan derajat kesehatan dalam menjaga pola hidup sehat. Penelitian ini sebagian besar responden dengan tingkat pendidikan SD banyak dari lansia cukup mengetahui tentang pola hidup sehat, tapi hanya sebatas mengetahui secara umum pola hidup sehat. Penelitian ini tidak selaras dengan penelitian Savitri *et al.*, (2022) yang berjudul Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Kesehatan Lansia dalam Pencegahan Covid-19 bahwa tingkat pengetahuan yang tinggi dipengaruhi oleh tingkat pendidikan yang tinggi, hal ini akan mempengaruhi salah satunya kesehatan seseorang terutama dalam menjaga pola hidup sehat.

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa hampir setengahnya responden berusia 65-69 tahun dengan jumlah responden 16 orang (45,7%). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dukungan keluarga sangat dibutuhkan oleh lansia dengan usia yang sudah tidak muda lagi diharapkan lansia bisa menjaga pola hidup sehat untuk kesejahteraan di usia senja, maka dari itu peran keluarga sangat penting. Sejalan dengan penelitian Rivai (2019) yang berjudul Hubungan Dukungan Keluarga dengan Keaktifan

Lansia Mengikuti Senam di Club PROLANIS Diamen Barigas BPJS Kesehatan Kota Palangka Raya, bahwa mobilitas umum orang-orang berusia 60-70an tahun sangat besar dibandingkan dengan kelompok usia yang lebih tua sehingga orang-orang di atas 70 cenderung berperilaku kurang sehat. Selain itu, seiring bertambahnya usia ingatan dan perilaku sehat juga menurun.

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden tidak bekerja dengan jumlah responden 27 orang (77,1%). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan banyak lansia yang tidak bekerja karena sudah lansia kemampuan fisik sudah menurun, sehingga banyak yang tidak datang mengikuti posyandu lansia. Banyak lansia yang memilih untuk tidak mengikuti posyandu karena lebih memilih dirumah misalnya menjaga cucu bahkan ada juga karena jarak rumah dengan tempat posyandu jauh. Selaras dengan penelitian Rivai (2019) yang berjudul Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Keaktifan Lansia Mengikuti Senam di Club PROLANIS Diamen Barigas BPJS Kesehatan Kota Palangka Raya, bahwa lansia lebih banyak memilih untuk tinggal dirumah daripada mengikuti posyandu karena jarak rumah dengan tempat posyandu jauh, bahkan ada juga karena lansia takut jika memeriksakan kesehatannya, sehingga mempengaruhi derajat kesehatan lansia.

Berdasarkan tabel 5.6 menunjukkan bahwa dari 35 responden, sebagian besar responden dengan motivasi sedang yaitu 20 responden (57,1%). Data dari kuesioner penelitian menunjukkan bahwa motivasi *intrinsik* lebih besar daripada motivasi *ekstrinsik*, dengan rata-rata motivasi *ekstrinsik* 91,8. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan lansia dengan motivasi sedang mengalami hambatan atau faktor lain yang menyebabkan lansia kurang termotivasi untuk menjaga pola hidup sehat, terutama motivasi *ekstrinsik* yang didapatkan dari luar lansia seperti dari keluarga seperti keluarga kadang mengingatkan lansia memakai masker saat keluar rumah, serta keluarga kadang mengingatkan jadwal posyandu. Keluarga sangat berperan penting untuk meningkatkan motivasi lansia, membantu mengatasi segala permasalahan yang dialami lansia terutama masalah kesehatan. Selaras dengan penelitian Tyas *et al.*, (2018) yang Berjudul Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Motivasi Lansia Dalam Pengelolaan Penyakit Hipertensi Di Poli Interna RST dr. Soepraen Malang bahwa, motivasi lansia hampir setengahnya sebanyak 29 responden (63%) dikategorikan sedang. Motivasi bagi lansia dapat mempertahankan kondisi lansia agar tetap stabil, sehingga lansia dapat menjaga pola hidup sehat.

Berdasarkan tabel 5. 1 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah responden 34 orang (97,1%). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan membuktikan bahwa motivasi lansia yang diterima antara perempuan dan laki-laki sangat berbeda. Hampir seluruhnya responden yang mengikuti posyandu lansia adalah perempuan, karena perempuan cenderung memiliki sifat pemikir, perempuan lebih memikirkan dampak yang akan terjadi jika tidak menjaga pola hidup sehat. Selaras dengan penelitian Tyas *et al.*, (2018) yang berjudul Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Motivasi Lansia Dalam Pengelolaan Penyakit Hipertensi Di Poli Interna RST dr. Soepraen Malang bahwa,

perempuan memiliki motivasi yang cukup dibandingkan dengan laki-laki, sehingga mempengaruhi derajat kesehatan lansia terutama dalam menjaga pola hidup sehat.

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tingkat pendidikan SD dengan jumlah responden 24 orang (68,6%). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan bahwa sebagian besar tingkat pendidikan SD sehingga mempengaruhi derajat kesehatan, karena semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi tingkat pengetahuan untuk meningkatkan derajat kesehatan dalam menjaga pola hidup sehat. Penelitian ini sebagian besar responden dengan tingkat pendidikan SD banyak dari lansia cukup mengetahui tentang pola hidup sehat, tapi hanya sebatas mengetahui secara umum pola hidup sehat. Salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi lansia yaitu tingkat pendidikan, memiliki tingkat pendidikan yang tinggi dapat menunjukkan bahwa memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi pula. Hal ini mempengaruhi proses *intrinsik* motivasi pada lansia. Penelitian ini tidak selaras dengan penelitian Arneliwati *et al.*, (2019) yang berjudul Faktor-faktor yang Mempengaruhi Motivasi Lansia dalam melakukan Senam Lansia Di UPT Pelayanan Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru bahwa lansia yang memiliki pengetahuan baik memiliki motivasi yang baik lebih banyak dibandingkan dengan lansia yang memiliki pengetahuan tidak baik dengan motivasinya.

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa hampir setengahnya responden berusia 65-69 tahun dengan jumlah responden 16 orang (45,7%). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan usia seseorang juga berpengaruh terhadap cara berpikir, semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir logis sehingga timbul motivasi dalam melakukan sesuatu hal. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Maria *et al.*, (2019) yang berjudul Hubungan Dukungan Keluarga dengan Motivasi Lansia dalam Mengikuti Kegiatan Posyandu Lansia Di Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang bahwa, lansia cenderung terbiasa dengan situasi dan bertambah tua seiring waktu. Lansia dengan sepenuh hati menerimanya karena mereka percaya itu telah menjadi bagian yang dapat diterima dari proses penuaan.

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden tidak bekerja dengan jumlah responden 27 orang (77,1%). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan banyak lansia yang tidak bekerja karena sudah lansia kemampuan fisik sudah menurun, sehingga banyak yang tidak datang mengikuti posyandu lansia. Banyak lansia yang memilih untuk tidak mengikuti posyandu karena lebih memilih dirumah misalnya menjaga cucu bahkan ada juga karena jarak rumah dengan tempat posyandu jauh. Sehingga mempengaruhi motivasi lansia dalam menjaga pola hidup sehat sebab dengan mengikuti posyandu lansia dapat meningkatkan motivasi. Selaras dengan penelitian Maria *et al.*, (2019) yang berjudul Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Motivasi Lansia Dalam Mengikuti Kegiatan Posyandu Lansia Di Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang bahwa, lansia lebih banyak memilih untuk tinggal dirumah daripada mengikuti posyandu karena jarak rumah dengan tempat posyandu jauh,

bahkan ada juga karena lansia takut jika memeriksakan kesehatannya, sehingga mempengaruhi derajat kesehatan lansia

Hasil analisis data yang diperoleh pada tabel 5.7 menunjukkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan motivasi lansia dalam menjaga pola hidup sehat hal ini dibuktikan dengan uji statistik *Rank Spearman* dengan nilai  $p$ -Value = ,000 yang berarti ada hubungan antara dukungan keluarga dengan motivasi lansia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang mempunyai dukungan keluarga baik dengan motivasi kuat sebanyak 14 orang (40%), dukungan keluarga baik dengan motivasi sedang sebanyak 2 orang (5,7%), dukungan keluarga cukup dengan motivasi sedang sebanyak 18 orang (51,4%), sedangkan dukungan keluarga kurang dengan motivasi lemah sebanyak 1 orang (2,9%).

Berdasarkan tabel 5.7 menunjukkan bahwa responden dengan dukungan keluarga cukup dengan motivasi sedang sebanyak 18 orang (51,4%). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dukungan keluarga mempunyai peranan penting dalam memberikan dorongan terutama motivasi. Dukungan keluarga bisa seperti memberikan waktu luang untuk bersama lansia maupun memberikan materiil, memberikan saran maupun informasi terkait menjaga pola hidup sehat, memberikan perhatian bisa dengan mendengarkan keluh kesah lansia terkait kesehatannya, serta menghargai tindakan positif yang dilakukan oleh lansia terutama menjaga pola hidup sehat. Motivasi dipengaruhi dari dalam individu sendiri, harga diri, kebutuhan, harapan, dan tanggung jawab, adapun dari lingkungan sekitar, dorongan atau tuntutan, dan dukungan keluarga. Dukungan keluarga dapat memotivasi lansia untuk mencapai dan mempertahankan stabilitas, terutama dalam menjaga pola hidup sehat. Selaras dengan penelitian Tyas *et al.*, (2018) yang berjudul Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Motivasi Lansia Dalam Pengelolaan Penyakit Hipertensi Di Poli Interna RST dr. Soepraoen Malang menunjukkan bahwa, nilai probabilitas (Sig.) < 0,05 yaitu 0,00 yang berarti ada hubungan yang signifikan antara variabel dukungan keluarga dengan motivasi lansia. Lansia apabila mempunyai dukungan keluarga cukup, maka motivasi yang dimiliki lansia yang sedang. Kurangnya dukungan keluarga yang diperoleh dapat membuat lansia kurang termotivasi untuk melakukan berbagai hal. Keluarga merupakan *support system* utama untuk menjaga kesehatan lansia, dan dukungan keluarga meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi untuk menyelesaikan masalah yang muncul.

Berdasarkan tabel 5.7 menunjukkan bahwa responden dengan dukungan keluarga baik dengan motivasi kuat sebanyak 14 orang (40%). Penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara dukungan keluarga dengan motivasi lansia, semakin baik dukungan keluarga maka semakin baik juga motivasi lansia dalam meningkatkan pola hidup sehat. Responden jika memperoleh dukungan keluarga yang baik, maka responden dapat meningkatkan motivasi dengan baik. Salah satu faktor yang mempengaruhi meningkatnya motivasi lansia adalah dukungan keluarga. Selaras dengan penelitian Iqlima *et al.*, (2018) yang berjudul Hubungan Dukungan Keluarga dengan Motivasi dan Perilaku Lansia dalam Mengikuti Posyandu Di Rw V Puskesmas Dupak Kota Surabaya bahwa dukungan keluarga mempunyai

hubungan positif dengan motivasi lansia, dukungan keluarga berdampak pada harga diri, harapan, dan kepuasan hidup sehingga meningkatkan motivasi lansia.

Berdasarkan tabel 5.7 menunjukkan bahwa responden dengan dukungan keluarga baik dengan motivasi sedang sebanyak 2 orang (5,7%). Penelitian ini menunjukkan responden memiliki motivasi sedang. Mendorong terbentuknya motivasi lansia untuk menjaga pola hidup sehat, maka dibutuhkan dukungan keluarga. Dukungan keluarga yang baik dapat mempengaruhi motivasi lansia terutama dalam menjaga pola hidup sehat. Selaras dengan penelitian Pustikasari *et al.*, (2021) yang berjudul Dukungan Keluarga terhadap Motivasi Lanjut Usia dalam Meningkatkan Produktifitas Hidup melalui Senam Lansia bahwa dukungan keluarga mempunyai peran penting dalam meningkatkan motivasi lansia.

## **E. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **1. Kesimpulan**

- 1) Dukungan keluarga dalam menjaga pola hidup sehat selama pandemi Covid-19 di Posyandu Lansia Dusun Banjardowo Tahun 2022 sebagian besar adalah cukup.
- 2) Motivasi lansia dalam menjaga pola hidup sehat selama pandemi Covid-19 di Posyandu Lansia Dusun Banjardowo Tahun 2022 sebagian besar adalah sedang.
- 3) Ada hubungan dukungan keluarga dengan motivasi lansia dalam menjaga pola hidup sehat selama pandemi Covid-19 di Posyandu Lansia Dusun Banjardowo Tahun 2022.

### **2. Saran**

- 1) Bagi petugas kesehatan  
Bagi petugas kesehatan dapat memberikan arahan kepada keluarga terkait meningkatkan dukungan keluarga dengan motivasi lansia dalam menjaga pola hidup sehat, terutama dengan keluarga menemani lansia berobat ketika sakit, mengingatkan lansia untuk memakai masker saat keluarga rumah, serta mengingatkan jadwal posyandu. Petugas kesehatan bisa memberikan edukasi atau penyuluhan kepada lansia maupun kepada keluarga lansia terkait meningkatkan dukungan keluarga dan motivasi lansia baik selama pandemi Covid-19 bahkan setelah pandemi Covid-19 berakhir.
- 2) Bagi peneliti selanjutnya  
Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian terbaru tentang dukungan keluarga dengan motivasi lansia, sebab yang dilakukan oleh peneliti ini dukungan keluarga cukup dengan motivasi sedang, serta penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pembandingan untuk penelitian selanjutnya dan ruang lingkup penelitian akan lebih luas.

## **F. DAFTAR PUSTAKA**

Arneliwati *et al.*, (2019). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Lansia dalam Melakukan Senam Lansia di UPT Pelayanan Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru.*

- Brojeni, S. A., Ilali, E. S., Taraghi, Z., & Mousavinasab, N. (2019). *Lifestyle And Its Related Factors In Elderly*, 3–8. <https://doi.org/10.4103/Jnms.Jnms>.
- Dewi, C., (2020). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kepatuhan Penatalaksanaan Diet Lansia dengan Hipertensi di Lingkungan Kelurahan Tonja*.
- Depkes RI. (2020). *Rumah Tangga Berperilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Jakarta: Departemen Kesehatan.
- Friedman. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga Riset, Teori, dan Praktik*. Jakarta: EGC.
- Irwanto. (2019). *Psikologi Umum Buku Panduan Mahasiswa*. Jakarta: Gramedia.
- Iqlima et al., (2018). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Motivasi dan Perilaku Lansia dalam Mengikuti Posyandu Di Rw V Puskesmas Dupak Kota Surabaya*.
- Kemenkes RI. (2020). *Keperawatan Gerontik-Komprehensif*. Jakarta: Kementerian Kesehatan.
- Kemenkes RI. (2020). *Pedoman Pencegahan Dan Pengendalian Coronavirus Disese (Covid-19)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan.
- Maria et al., (2019). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Motivasi Lansia dalam Mengikuti Kegiatan Posyandu Lansia Di Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang*. Malang: Nursing News.
- Maryam. (2020). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Merry Mahadewi et al., (2019). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pola Hidup Sehat Hipertensi Pada Keluarga The Relation Of The Family Support With The Healthy Lifestyle Of Hypertension In Family*, 1–17.
- Nurhayati, S., Safitri, H. H., Apriliyanti, R., Karya, U., & Semarang, H. (2021). *Dukungan Keluarga Terhadap Lansia Pada Era Pandemi Covid 19*, 1125–1136.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pustikasari et al., (2021). *Dukungan Keluarga Terhadap Motivasi Lanjut Usia Dalam Meningkatkan Produktifitas Hidup Melalui Senam Lansia*, 11(September), 153–160.