

DUKUNGAN KELUARGA DENGAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA LANSIA DIDESA OLLOT SATU KECAMATANBOLANGITANG BARAT KABUPATEN BOLAANG MONGONDOWUTARA

¹Rona Ferbriyona, ²Andi Nuraina Sudirman
Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo
e-mail : ronafebriyona@umgo.ac.id

ABSTRACT

Elderly is someone over 60 years old that has decreased function and structure of the body's organs. In Clean and Healthy Behavior of elderly is need family support. The objective of research was to determine The Relationship of Family Support with Clean and Healthy Behavior in Elderly at Ollot Satu Village. Type of research used quantitative with analytic survey design and cross sectional approach, sampling technique used certain considerations or criteria using a questionnaire on 49 respondents. The samples determinate used Purposive sampling. data analysis used Spearman Rho test. The result showed family support with good category is 42 respondents (85.7%) and in less category is 7 respondents (14.3%), Clean and Healthy Behavior with good category is 41 respondents (83.7%) and in less category 8 reponden (16.3%).

Keywords: Family Support, Clean and Healthy Behavior of Elderl

ABSTRAK

Lansia adalah seseorang yang berumur 60 tahun keatas, dimana sudah mengalami penurunan fungsi maupun struktur organ tubuh. Untuk itu dalam berperilaku hidup bersih dan sehat lansia sangat membutuhkan dukungan keluarga. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Lansia di Desa Ollot Satu Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Bolaangmongondow utara. Jenis penelitian yang digunakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional* dan teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan atau kriteria-kriteria tertentu dengan menggunakan kuesioner pada 49 responden. Penentuan sampel menggunakan *Purposive sampling*. Analisa data menggunakan uji Spearman Rho. Hasil menunjukkan Dukungan keluarga dengan kategori baik 42 responden (85.7%) dan kategori kurang 7 reponden (14.3%), dan perilaku hidup bersih dan sehat dengan kategori baik 41 responden (83.7%) dan kategori kurang 8 reponden (16.3%).

Kata Kunci: Dukungan Keluarga, PHBS Lansia.

PENDAHULUAN

Orang lanjut usia atau lansia yang berada di tahap akhir usia dewasa atau tahap akhir kehidupan dewasa, sekitar usia 60 tahun dan lebih tua dimulai (Widyanto 2014).

Menurut *Word Health Organisation* (WHO) , lansia adalah seseorang yang

telah memasuki usia 60 tahun dan lebih tua. Usia adalah kelompok usia pada pria yang telah memasuki tahap akhir fase kehidupan. Kelompok-kelompok lansia dikategorikan akan berlangsung proses yang disebut proses penuaan atau proses penuaan (Padia 2013).

Di Indonesia populasi lansia setiap tahun mengalami peningkatan dimana pada 201 jumlah lansia 8,0% untuk jenis kelamin laki-laki dan 9,0% untuk jenis kelamin perempuan, hal ini disebabkan harapan hidup rata-rata lebih tinggi dari penduduk Indonesia, maka pada tahun 2017 ada sebuah diperkirakan 23.660.000 penduduk lansia di Indonesia (9,0%) dan di Indonesia merupakan yang terbesar keempat setelah China, India, dan Jepang. Berdasarkan data proyeksi penduduk memprediksi populasi lansia di Indonesia pada tahun 2020 (27.080.000) pada tahun 2025 (23.690.000), 2030 (40.950.000) dan 2035 (48.190.000) (pusat data dan informasih, 2017). Berdasarkan data di atas, dapat dilihat penduduk lansia di Indonesia dari tahun ke tahun mengalami peningkatan (Kemenkes RI, 2017).

Secara umum jumlah penduduk lansia di Provinsi Sulawesi Utara sebanyak 191.853 orang atau 8,45 persen dari keseluruhan penduduk jumlah penduduk lansia perempuan (103.673 orang) lebih banyak dari jumlah penduduk lansia laki-laki (88.180 orang). Jika dilihat menurut kelompok umur, jumlah penduduk lansia terbagi menjadi lansia muda (60-69 tahun) sebanyak 110.791 orang, lansia menengah (70-79 tahun) sebanyak 60.969 orang, dan lansia tua (80 tahun ke atas) sebanyak 20.093 orang. Sementara itu, penduduk pra lansia yaitu penduduk kelompok umur 45-54 tahun dan 55-59 tahun masing-masing sebanyak 268.022 orang dan 98.179 orang.

Masalah yang timbul pada orang tua karena kemunduran sel-sel yang dapat mempengaruhi sistem tubuh. (Darmono et al, 2006) Mengingat dampak dari perilaku pada status kesehatan cukup besar, itu adalah upaya yang diperlukan untuk perilaku yang tidak sehat menjadi sehat. Salah satunya adalah melalui Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Berdasarkan hasil wawancara awal terhadap 10 orang lansia bahwa perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) tersebut di desa olot satu kecamatan bolangitang barat terhadap lansia di dapatkan beberapa masalah kesehatan terutama pada lansia tersebut dimana perilaku lansia masih banyak yang kurang menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat seperti penggunaan jamban sehat ada beberapa dari lansia yang tidak menggunakan jamban sehat dikarenakan keluarga kurang mampu menyediakan fasilitas jamban sehat, olahraga yang cukup dan teratur lansia yang jarang bahkan tidak melakukan olahraga secara teratur karena tidak mengetahui pentingnya olahraga, mengonsumsi rokok terutama pada lansia laki-laki yang tidak mengetahui bahaya merokok, serta kurang konsumsi buah dan sayur pada lansia dikarenakan keluarga tidak menyediakan, mencuci tangan sebelum makan beberapa lansia tidak mencuci tangan sebelum makan dikarenakan keluarga tidak memberitahukan pentingnya mencuci tangan sebelum makan. Dari wawancara tersebut tersebut saya jugame lakukan wawancara pada keluarga lansia dimana keluarganya masih kurang adanya

adukungan terhadap perilaku hidup bersih dan sehat karena keluarga memiliki aktivitasnya masing-masing seperti kesibukan sebagai PNS, keluarga yang sibuk bertani dan melakukan pekerjaan lainnya.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Eka Kristiawan (2014) dengan judul “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) pada Lansia Di Desa Rakit Kabupaten Banjarnegara” dengan Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang ada di Desa Rakit Kabupaten Banjarnegara sebanyak 400 lansia. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 48 sampel yang diambil secara *Simpel Random Sampling* Analisis data yang digunakan adalah *Uji Chi square*.

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan cerminan dari pola kehidupan keluarga, yang mengamati dan menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga. Beberapa indikator yang digunakan untuk mengukur tingkat Gaya Hidup Sehat dan Bersih yaitu, mencuci tangan dan menggosok gigi, Makan makanan bergizi, makan buah-buahan dan sayuran setiap hari, menjaga kebersihan lingkungan, Olahraga secara teratur, menggunakan toilet yang sehat, Mengatur waktu untuk istirahat dengan baik dan tidak merokok. keluarga lansia membutuhkan dukungan dalam perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang

dapat memberikan dukungan untuk memotivasi atau mendorong orang tua untuk dapat membersihkan dan perilaku hidup sehat.

Berdasarkan pada latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada lansia Di Desa Ollot Satu kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Bolaangmongondow Utara.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia Desa Ollot Satu Kecamatan Bolangitang Barat yaitu sebanyak 261 orang. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 49 lansia. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Purposive sampling*. Penelitian ini dilakukan pada satu bulan Juli-Agustus dengan alat penelitian menggunakan kuesioner karakteristik lansia, kuesioner dukungan keluarga dan kuesioner perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Data dianalisis menggunakan Spearman RHO.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBEHASAN ANALISIS UNIVARIAT

Table 1. Distribusi Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga

Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
----------	------------	----------------

Baik	42	85.7
Kurang	7	14,3
Total	49	100.0

Dukungan keluarga lansia di Desa Ollot satu Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Bolaang mongondow utara sebagian besar adalah kategori baik.

Table 2. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada lansia

Perilaku hidup bersih dan sehat Lansia	Jumlah (n)	Persentase (%)
Baik	41	83.7
Kurang	8	16.3
Total	49	100.0

Perilaku hidup bersih dan sehat lansia di Desa Ollot satu Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Bolaang mongondow utara sebagian besar adalah kategori baik.

ANALISIS BIVARIAT

Tabel 3. Distribusi responden Berdasarkan Hubungan Dukungan Keluarga dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)

		Correlations	
Spesimen's	Dukungan Keluarga	Correlation Coefficient	1.000
			.866**

rho	rga	Sig. (2-tailed)	49	.000
		N	49	
	PHBS	Correlation Coefficient	.866**	1.000
	S	Sig. (2-tailed)	49	49
		N		

** . Correlation id significant at the 0.01 level (2-tailed).

yang berarti terdapat hubungan yang kuat signifikan antara variabel dukungan keluarga dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

PEMBAHASAN

Analisa Univariat

1. Dukungan Keluarga di Desa Ollot Satu Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Bolaang mongondow utara

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 49 responden menunjukan bahwa responden yang memiliki dukungan keluarga dengan kategori baik sebanyak 42 responden (85.7%), dengan kategori kurang baik sebanyak 7 responden (14.3%).

Responden yang memiliki dukungan keluarga dengan kategori kurang baik sebanyak 7 responden (14.3%) hal ini dikarenakan sebagian responden mempunyai masalah pada dukungan emosional yang dimana keluarga tidak mengingatkan lansia untuk mencuci tangan sebelum makan dan sesudah melakukan kegiatan, mencuci rambut 2x dalam 1 minggu. Dukungan instrumental dimana keluarga tidak pernah menyediakan lansia makanan dan minuman yang seimbang seperti

(nasi, sayur, lauk, buah dan air), keluarga tidak mampu menyediakan jamban bersih untuk lansia BAK/BAB. Dan dukungan informasi seperti keluarga kadang-kadang memberitahukan manfaat untuk berolahraga setiap pagi kepada lansia, keluarga tidak mengingatkan lansia tentang bahaya merokok.

Dukungan keluarga sangat penting dalam mendorong orang tua untuk berperilaku bersih dan hidup sehat dan untuk membantu mengatasi masalah orang tua. Efek dari dukungan keluarga yang memadai untuk kesehatan dan kesejahteraan terbukti mengurangi angka kematian mempercepat penyembuhan orang sakit, meningkatkan kesejahteraan terbukti mengurangi kognitif, fisik dan emosional, di samping pengaruh positif dari dukungan keluarga adalah penyesuaian untuk peristiwa dalam kehidupan sehari-hari diisi dengan stres (Panjaitan 2017).

Keluarga memiliki tugas untuk menjaga kesehatan setiap anggota keluarga yang mencegah masalah kesehatan, mengambil keputusan yang tepat ketika mengalami masalah, mengetahui upaya untuk mencegah penyebaran penyakit, memberikan dukungan bagi anggota keluarga. (Yuniar, 2017).

Hasil ini sesuai dengan penelitian Kristiawan, Eka pada tahun (2014) dengan judul Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kemandirian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Lansia di Desa Rakit Kabupaten Banjarnegara. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan dukungan keluarga

dengan kemandirian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada lansia dengan hasil uji statistik (nilai $p=0,03$).

2. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Lansia di Desa Ollot Satu Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Bolaang Mongondow utara

Hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 49 responden menunjukkan bahwa lansia yang memiliki perilaku hidup bersih dan sehat dengan kategori baik sebanyak 41 responden (83.7%), kategori kurang sebanyak 8 (16.3%).

Perilaku hidup bersih dan sehat adalah salah satu strategi yang dapat diambil untuk menghasilkan kemerdekaan sektor kesehatan baik di masyarakat dan dalam keluarga, yang berarti harus ada komunikasi antara keluarga / masyarakat untuk memberikan informasi dan melakukan pendidikan kesehatan. Ini menjadi pemerinta kabupaten dan kota di sepanjang jajaran sektor terkait untuk memfasilitasi di keluarga PHBS ingin dijalankan secara efektif. (Hepriansyah, et al., 2017).

Menurut asumsi peneliti bahwa responden yang perilaku hidup bersih dengan kategori kurang di karenakan kondisi lansia yang sudah tidak dapat beraktifitas dengan baik. Hal ini sesuai dengan wawancara dan observasi yang telah dilakukan bahwa masih ada lansia yang tidak menerapkan PHBS dengan baik seperti melakukan olahraga setiap pagi, membuang sampah pada tempatnya, dan kurang dukungan dari keluarga untuk melakukan perilaku hidup bersih dan

sehat seperti mencuci tangan sebelum dan sesudah melakukan kegiatan, padahal jika tidak mencuci tangan sebelum dan sesudah melakukan kegiatan akan membahayakan diri sendiri maupun keluarga karena kuman dari luar akan bebas masuk kemulut jika tidak mencuci tangan setelah melakukan kegiatan. Laki-laki yang sering merokok padahal mereka sudah mengetahui bahaya merokok menyebabkan penyakit dalam diri sendiri dan oranglain disekitarnya.

Menurut peneliti perilaku hidup bersih dan sehat sangat perlu di terapkan dalam kehidupan sehar-hari. Namun hal ini sangat sulit dilakukan oleh beberapa lansia yang kondisinya sudah tidak mampu melakukan aktivitas dengan baik. Oleh karena itu dukungan keluarga sangat penting untuk membantu lansia berperilaku hidup bersih.

Setiap manusia mendambakan tubuh yang bersih dan sehat. karena ketika manusia memiliki tubuh yang bersih dan sehat setiap kegiatan dan aktivitas yang dilakukan akan berjalan optimal. Namun itu sangat sulti diterapkan untuk berbagai situasi yang tidak memungkinkan. Gaya hidup sehat perlu diterapkan pada diri sendiri mulai berolahraga secara teratur, membuang sampah pada tempatnya, mencuci tangan sebelum makan dan tidak merokok. Mengingat banyak yang gagal untuk melakukan perilaku hidup bersih dan sehat kelalaian yang akan berdampak besar bagi dirinya sendiri.

Analisa Bivariat

Analisis Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Hidup

Bersih dan Sehat pada Lansia di Desa Ollot Satu Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Bolaang mongondow utara

Berdasarkan hasil analisis statistic dengan menggunakan uji korelasi Spearman Rho memperoleh hasil korelasi sebesar 0.866 dan nilai sig adalah p value = 0.000 lebih kecil dari $\alpha = 0.05$ dengan demikian dapat dikatakan terdapat hubungan yang kuat, signifikan antara dukungan keluarga dengan perilaku hidup bersih dan sehat pada lansia di Desa Ollot Satu Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Bolaang mongondow utara.

Hasil penelitian menunjukkan dukungan keluarga dapat mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat lansia. Ini terlihat dari hasil presentasi dukungan keluarga dengan kategori baik 42 responden (85%), dan perilaku hidup bersih dan sehat dengan kategori baik 41 responden (83.7%), hal ini menunjukkan bahwa semakin baik dukungan keluarga maka semakin baik pula perilaku hidup bersih dan sehat responden. Penelitian ini sejalan dengan pendapat Eka Kristiawan, (2016) , bahwa terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada lansia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nungki Kustanya (2013) tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Lansia yang mengungkapkan bahwa didapatkan nilai P Value $0,044 < 0,05$ sehingga disimpulkan ada hubungan tingkat pengetahuan dengan memiliki pengetahuan cukup.

Hal ini sesuai dengan Yanti Abdurahman Ibrahim (2012) bahwa dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga anggotanya. anggota keluarga melihat bahwa orang-orang yang selalu siap untuk mendukung bantuan dan bantuan jika diperlukan. dukungan keluarga digambarkan sebagai suatu proses yang terjadi sepanjang hidup dengan sifat dan jenis yang berbeda di setiap tahap kehidupan.

Menurut (MOH 2011) Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah upaya untuk memberikan pengalaman bagi individu, keluarga, kelompok dan masyarakat belajar, dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan mendidik, dalam rangka meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku, melalui pendekatan Advokasi Bina Suasana (Dukungan Sosial) dan Gerakan masyarakat (Pemberdayaan) sehingga untuk menerapkan cara-cara hidup sehat, dalam rangka membangun, memelihara dan meningkatkan kesehatan masyarakat.

PENUTUP

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian pada lansia di Desa Ollot satu Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Bolaang mongondow utara diperoleh Dukungan keluarga lansia sebagian besar adalah kategori baik, Perilaku hidup bersih dan sehat lansia sebagian besar adalah kategori baik, dan terdapat Hubungan korelasi sangat kuat antara dukungan keluarga dengan perilaku hidup bersih dan sehat pada lansia di Desa Ollot satu Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Bolaang mongondow utara.

DAFTAR PUSTAKA

- Hepriansyah , dkk. (2017). Hubungan Antara Motivasi Lansia Dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Di Ponorangan, Loa Kulu Kutai Kartanegara. Skripsi
- Kristiawan Eka, (2014). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Lansia Di Desa Rakit Kabupaten Banjarnegara. Skripsi.
- Panjaitan, Ambulan Arif. 2017. Dukungan Keluarga Terhadap Keaktifan Lansia dalam Mengikuti Posyandu Lansia Dipuskesmas Emparu. Issn 2442-5478. 31 Juli 2017
- Shofia Rosma Dewi,(2014). buku ajar keperawatan gerontik, yogyakarta p:4
- Padila, 2013. Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Yogyakarta : Nuha Medika
- Widyanto C.F. (2014). keperawatan komunitas Dengan Pendekatan Praktis. Yogyakarta. Nuha Medika