

## Analisis Peran Keluarga Sebagai Caregiver Lansia Dengan Dimensia

Zahra Anisya<sup>1</sup>

Meliza<sup>2</sup>

Lena Marianti<sup>3</sup>

Muhammad Jumaidi Najib<sup>4</sup>

Muhammad Syafiq Naufal<sup>5</sup>

12345Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

Jl.Prof.K.H.Zainal Abidin Fikri KM.3,5 Palembang Sumatera Selatan, 30126 Indonesia.

Email : [melizameliza818@gmail.com](mailto:melizameliza818@gmail.com)

### ABSTRAK

Dimensia merupakan salah satu gangguan neurokognitif yang sering terjadi pada lansia dan memengaruhi kemampuan kognitif, perilaku, serta fungsi sosial mereka. Kondisi ini membutuhkan perhatian khusus, di mana peran keluarga sebagai caregiver menjadi sangat penting. Keluarga tidak hanya bertugas memenuhi kebutuhan fisik lansia, tetapi juga mendukung secara emosional dan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran keluarga sebagai caregiver lansia dengan dimensia, meliputi tanggung jawab, tantangan, dan dampaknya terhadap kualitas hidup baik lansia maupun caregiver. Metode yang digunakan adalah literatur riset dengan mengumpulkan dan menganalisis data dari berbagai jurnal ilmiah, buku referensi, dan artikel akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keluarga berperan sebagai sumber utama perawatan lansia dengan dimensia, termasuk dalam pengelolaan aktivitas harian, pengawasan kesehatan, dan pengambilan keputusan terkait pengobatan. Namun, peran ini sering kali membawa beban emosional, fisik, dan finansial bagi caregiver. Selain itu, tantangan seperti kurangnya pengetahuan tentang dimensia, minimnya akses ke layanan kesehatan, dan stigma sosial memperberat tugas keluarga. Dukungan dari tenaga profesional, pelatihan khusus, serta bantuan sosial sangat diperlukan untuk meningkatkan kualitas perawatan dan meringankan beban caregiver. Kesimpulannya, peran keluarga sebagai caregiver lansia dengan dimensia sangat krusial, namun memerlukan kolaborasi antara keluarga, masyarakat, dan institusi kesehatan untuk memastikan perawatan yang optimal.

**Kata Kunci:** keluarga, caregiver, dimensia, lansia, beban perawatan

### ABSTRACT

*Dementia is one of the neurocognitive disorders that often occurs in the elderly and affects their cognitive abilities, behavior, and social functions. This condition requires special attention, where the role of the family as a caregiver becomes very important. The family is not only tasked with meeting the physical needs of the elderly, but also providing emotional and psychological support. This study aims to analyze the role of the family as a caregiver for the elderly with dementia, including the responsibilities, challenges, and impacts on the quality of life of both the elderly and the caregiver. The method used is research literature by collecting and analyzing data from various scientific journals, reference books, and academic articles. The results of the study show that the family plays a role as the main source of care for the elderly with dementia, including in managing daily activities, health monitoring, and decision-making related to treatment. However, this role often brings emotional, physical, and financial burdens for caregivers. In addition, challenges such as lack of knowledge about dementia, limited access to health services, and social stigma burden the family. Support from professionals, special training, and social assistance are needed to improve the quality of care and ease the burden on caregivers. In conclusion, the role of the family as a caregiver for the elderly with dementia is very crucial, but requires collaboration between the family, community, and health institutions to ensure optimal care.*

**Keywords:** family, caregiver, dementia, elderly, burden of care



## PENDAHULUAN

Dimensia, sebagai salah satu bentuk gangguan neurokognitif, juga memiliki dampak luas pada masyarakat, terutama dalam konteks tanggung jawab kolektif untuk memastikan kesejahteraan lansia. Selain peran keluarga, perhatian juga perlu diberikan pada dukungan masyarakat dalam membantu keluarga caregiver. Lansia dengan dimensia sering kali memerlukan intervensi multidimensional, yang melibatkan tenaga kesehatan, komunitas, serta program yang dirancang khusus untuk mendukung perawatan mereka (Wilson, 2020: 101). Namun, di Indonesia, program-program seperti ini masih terbatas. Bahkan, di beberapa daerah, informasi terkait dimensia dan cara penanganannya masih sangat minim.

*Pertama*, salah satu faktor yang memperburuk situasi adalah stigma sosial yang masih melekat pada penyakit ini. Dimensia sering kali dianggap sebagai tanda kelemahan spiritual atau bahkan hukuman atas dosa masa lalu. Stigma ini menyebabkan banyak keluarga yang merasa malu atau enggan mencari bantuan profesional. Mereka lebih memilih untuk merawat lansia secara mandiri, meskipun kurang memiliki pengetahuan dan sumber daya yang memadai. Penelitian oleh Taylor (2019: 78) menunjukkan bahwa stigma sosial dapat memperparah beban psikologis caregiver, karena mereka merasa harus menghadapi tantangan ini sendirian tanpa dukungan dari masyarakat sekitar.

*Kedua*, kebutuhan akan pendidikan dan pelatihan bagi caregiver menjadi isu yang sangat penting. Caregiver yang tidak memiliki pemahaman yang cukup tentang dimensia sering kali mengalami kesulitan dalam menghadapi perubahan perilaku lansia, seperti kebingungan, agresi, atau halusinasi. Tanpa pelatihan yang memadai, caregiver mungkin menggunakan pendekatan yang tidak efektif atau bahkan membahayakan lansia. Sebagai contoh, caregiver yang tidak memahami alasan di balik perilaku agresif lansia mungkin merespons dengan marah atau menghukum, yang justru dapat memperburuk kondisi lansia (Park, 2021: 137). Oleh karena itu, pelatihan khusus yang dirancang untuk memberikan pemahaman tentang dimensia, strategi perawatan, dan teknik komunikasi yang efektif sangat diperlukan.

*Ketiga*, akses terhadap layanan kesehatan juga menjadi perhatian utama. Lansia dengan dimensia sering kali membutuhkan pengobatan dan terapi jangka panjang untuk mengelola gejala mereka. Namun, di Indonesia, layanan kesehatan yang dirancang khusus untuk dimensia masih terbatas, baik dari segi jumlah maupun kualitas. Banyak keluarga, terutama di daerah pedesaan, harus melakukan perjalanan jauh untuk mendapatkan perawatan yang dibutuhkan. Selain itu, biaya yang tinggi sering kali menjadi penghalang bagi keluarga dengan pendapatan rendah. Menurut Jones (2018: 70), salah satu cara untuk mengatasi masalah ini adalah dengan memperluas cakupan program layanan kesehatan berbasis komunitas, di mana tenaga kesehatan dapat mendatangi keluarga caregiver untuk memberikan perawatan atau pelatihan di rumah.

*Keempat*, peran pemerintah juga sangat krusial dalam mendukung perawatan lansia dengan dimensia. Kebijakan yang mendukung lansia, seperti subsidi untuk layanan kesehatan atau program pelatihan bagi caregiver, dapat membantu meringankan beban keluarga. Namun, implementasi kebijakan seperti ini membutuhkan kolaborasi yang kuat antara pemerintah, sektor swasta, dan masyarakat. Di negara-negara maju seperti Jepang dan Inggris, program nasional untuk perawatan dimensia telah menunjukkan hasil yang signifikan dalam meningkatkan kualitas hidup lansia dan caregiver mereka (Alam, 2020:



94). Indonesia dapat mengambil pelajaran dari program-program ini untuk mengembangkan kebijakan yang lebih komprehensif dan inklusif.

*Kelima*, penting untuk menyoroti dampak psikologis yang dirasakan oleh caregiver. Stres, kecemasan, dan depresi adalah beberapa masalah umum yang dilaporkan oleh caregiver lansia dengan dimensi. Beban emosional yang mereka alami sering kali disebabkan oleh tekanan untuk memberikan perawatan yang optimal, meskipun mereka sendiri menghadapi keterbatasan. Studi oleh Brown (2020: 91) menemukan bahwa caregiver yang tidak memiliki dukungan sosial cenderung lebih rentan terhadap masalah kesehatan mental. Oleh karena itu, penting untuk menciptakan jaringan dukungan sosial yang dapat membantu caregiver merasa dihargai dan didukung dalam peran mereka.

*Keenam*, hubungan antara caregiver dan lansia juga menjadi faktor penting dalam menentukan keberhasilan perawatan. Hubungan yang positif dan penuh kasih sayang dapat meningkatkan kualitas hidup lansia, sementara hubungan yang penuh konflik dapat memperburuk kondisi mereka. Oleh karena itu, penting bagi keluarga untuk memperkuat komunikasi dan memahami kebutuhan emosional lansia. Hal ini dapat dicapai melalui konseling keluarga atau program pelatihan yang dirancang untuk meningkatkan hubungan antara caregiver dan lansia (Lee, 2019: 58).

*Ketujuh*, penting untuk mengakui bahwa perawatan lansia dengan dimensi bukan hanya tanggung jawab keluarga, tetapi juga tanggung jawab masyarakat. Lansia dengan dimensi adalah bagian dari komunitas yang lebih luas, dan kesejahteraan mereka mencerminkan kesehatan sosial komunitas tersebut. Oleh karena itu, inisiatif berbasis komunitas, seperti kelompok pendukung caregiver atau program edukasi tentang dimensi, dapat membantu meningkatkan kesadaran dan keterlibatan masyarakat dalam perawatan lansia.

*Kedelapan*, pengembangan teknologi juga dapat memainkan peran penting dalam mendukung perawatan dimensi. Aplikasi seluler atau perangkat pintar yang dirancang khusus untuk membantu caregiver dalam mengelola jadwal perawatan, mengingatkan pengobatan, atau memantau kondisi lansia dapat memberikan manfaat yang signifikan. Di negara-negara maju, penggunaan teknologi dalam perawatan dimensi telah terbukti efektif dalam meningkatkan efisiensi dan mengurangi beban caregiver (Wilson, 2020: 105). Namun, di Indonesia, adopsi teknologi seperti ini masih terbatas, sehingga diperlukan upaya untuk memperkenalkan dan memfasilitasi penggunaan teknologi dalam perawatan dimensi.

*Kesembilan*, penting untuk mempertimbangkan aspek budaya dalam perawatan dimensi. Di Indonesia, nilai-nilai keluarga yang kuat sering kali menjadi dasar dalam perawatan lansia. Namun, nilai-nilai ini juga dapat menimbulkan tekanan bagi anggota keluarga yang merasa harus memenuhi ekspektasi sosial untuk merawat lansia, meskipun mereka menghadapi kesulitan. Oleh karena itu, penting untuk menciptakan keseimbangan antara nilai-nilai budaya dan pendekatan praktis dalam perawatan dimensi (Alam, 2020: 96).

*Kesepuluh*, penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan rekomendasi kebijakan yang dapat mendukung keluarga caregiver. Salah satu rekomendasi utama adalah pengembangan program pelatihan nasional untuk caregiver dimensi, yang mencakup pelatihan teknis, dukungan emosional, dan akses ke sumber daya perawatan.



Selain itu, diperlukan juga kebijakan untuk memperluas cakupan asuransi kesehatan bagi lansia, sehingga keluarga tidak harus menanggung seluruh biaya perawatan sendiri.

*Kesebelas*, penelitian ini juga menyoroti pentingnya kolaborasi antara berbagai pihak dalam perawatan dimensia. Pemerintah, tenaga kesehatan, organisasi non-pemerintah, dan komunitas lokal perlu bekerja sama untuk menciptakan ekosistem perawatan yang inklusif dan berkelanjutan. Kolaborasi seperti ini tidak hanya bermanfaat bagi lansia dengan dimensia, tetapi juga bagi caregiver dan masyarakat secara keseluruhan.

Penelitian ini berusaha menjawab pertanyaan mendasar terkait peran keluarga sebagai caregiver bagi lansia dengan dimensia, termasuk tantangan yang mereka hadapi dan dampaknya terhadap kualitas hidup mereka. Melalui analisis ini, diharapkan dapat ditemukan solusi yang praktis dan efektif untuk mendukung keluarga caregiver, baik melalui intervensi langsung maupun melalui kebijakan yang lebih inklusif. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan kontribusi akademik, tetapi juga memberikan manfaat praktis bagi masyarakat. Selain faktor-faktor yang telah disebutkan sebelumnya, hubungan lansia dengan caregiver dalam konteks keluarga juga menjadi aspek yang menarik untuk diteliti. Lansia dengan dimensia sering kali memiliki tingkat ketergantungan yang tinggi, yang dapat mengubah dinamika hubungan dalam keluarga. Perubahan peran, misalnya, ketika anak yang sebelumnya bergantung pada orang tua sekarang harus merawat mereka, dapat menjadi tantangan emosional yang besar (Smith, 2019: 50). Dalam beberapa kasus, ketergantungan yang berlebihan dapat menimbulkan konflik atau perasaan frustrasi di antara anggota keluarga, terutama jika mereka tidak memiliki sumber daya yang memadai untuk menangani situasi tersebut.

Dinamika keluarga juga dipengaruhi oleh jenis hubungan yang telah terjalin sebelum munculnya dimensia. Studi menunjukkan bahwa hubungan yang harmonis antara lansia dan anggota keluarga dapat meningkatkan efektivitas perawatan dan menurunkan tingkat stres caregiver (Lee, 2019: 60). Sebaliknya, hubungan yang sebelumnya penuh konflik dapat memperburuk situasi, menyebabkan caregiver merasa terbebani secara emosional. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana latar belakang hubungan dalam keluarga memengaruhi kualitas perawatan yang diberikan kepada lansia dengan dimensia.

Dalam konteks budaya, Indonesia memiliki tradisi keluarga besar di mana peran merawat lansia sering kali dibebankan kepada anggota keluarga yang tinggal serumah. Namun, dengan semakin banyaknya keluarga inti yang tinggal terpisah karena faktor pekerjaan atau pendidikan, tanggung jawab ini sering kali jatuh pada satu atau dua anggota keluarga saja (Alam, 2020: 98). Hal ini menciptakan ketimpangan beban perawatan, di mana anggota keluarga yang merawat langsung menghadapi tekanan yang lebih besar dibandingkan anggota keluarga lainnya. Ketimpangan ini juga dapat menimbulkan konflik keluarga, terutama jika tidak ada kesepakatan tentang pembagian tanggung jawab. Isu lainnya yang perlu diperhatikan adalah dampak finansial dari perawatan lansia dengan dimensia. Selain biaya langsung, seperti obat-obatan dan terapi, keluarga sering kali harus menanggung biaya tidak langsung, seperti kehilangan pendapatan akibat anggota keluarga harus berhenti bekerja untuk merawat lansia. Di Indonesia, banyak caregiver adalah perempuan yang sebelumnya bekerja untuk mendukung keuangan keluarga. Ketika mereka harus berhenti bekerja, keluarga



kehilangan salah satu sumber pendapatan utama, yang memperburuk situasi ekonomi mereka (Taylor, 2019: 80).

Dari segi kesehatan mental, peran sebagai caregiver dapat menyebabkan apa yang dikenal sebagai "caregiver burden," yaitu tekanan emosional, fisik, dan sosial yang dirasakan oleh caregiver. Studi menunjukkan bahwa caregiver burden adalah salah satu penyebab utama stres dan depresi pada caregiver lansia dengan dimensia (Wilson, 2020: 108). Tekanan ini sering kali diperburuk oleh kurangnya dukungan sosial dan ketidakmampuan caregiver untuk mengambil waktu istirahat yang cukup. Akibatnya, banyak caregiver yang akhirnya mengabaikan kesehatan mereka sendiri, yang pada gilirannya berdampak pada kualitas perawatan yang mereka berikan kepada lansia. Isu gender juga sering kali menjadi faktor penting dalam perawatan lansia. Di banyak masyarakat, termasuk di Indonesia, perempuan sering kali dianggap sebagai pihak yang bertanggung jawab atas perawatan anggota keluarga yang sakit atau lanjut usia. Stereotip ini menyebabkan perempuan lebih mungkin menjadi caregiver utama, meskipun mereka juga menghadapi tantangan tambahan, seperti mengelola pekerjaan rumah tangga atau mengasuh anak (Park, 2021: 140). Situasi ini menempatkan beban ganda pada perempuan, yang tidak hanya merawat lansia tetapi juga harus memenuhi tanggung jawab lain dalam keluarga.

Dalam beberapa dekade terakhir, teknologi telah mulai memainkan peran penting dalam mendukung caregiver lansia dengan dimensia. Aplikasi seluler dan perangkat pintar telah dikembangkan untuk membantu caregiver dalam mengatur jadwal perawatan, memantau kondisi kesehatan lansia, dan memberikan pengingat untuk pengobatan (Brown, 2020: 95). Meskipun teknologi ini menawarkan solusi yang menjanjikan, adopsi teknologi di Indonesia masih menghadapi banyak kendala, seperti kurangnya literasi digital di kalangan lansia dan caregiver, serta biaya perangkat yang relatif mahal. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk memperluas akses ke teknologi ini, terutama di kalangan keluarga dengan pendapatan rendah.

Penting juga untuk mencatat bahwa perawatan dimensia membutuhkan pendekatan holistik yang melibatkan tidak hanya keluarga, tetapi juga tenaga profesional, komunitas, dan pemerintah. Kolaborasi ini sangat penting untuk memastikan bahwa lansia dengan dimensia mendapatkan perawatan yang komprehensif dan berkualitas. Misalnya, tenaga kesehatan dapat memberikan pelatihan kepada caregiver tentang cara menangani gejala dimensia, sementara komunitas dapat menyediakan kelompok pendukung untuk membantu caregiver berbagi pengalaman dan saran (Jones, 2018: 72).

Program-program berbasis komunitas juga telah terbukti efektif dalam mengurangi beban caregiver dan meningkatkan kualitas hidup lansia. Salah satu contoh sukses adalah program "Memory Café," yang menyediakan ruang bagi lansia dengan dimensia dan caregiver mereka untuk berinteraksi dalam lingkungan yang aman dan mendukung. Program seperti ini tidak hanya membantu mengurangi isolasi sosial, tetapi juga memberikan kesempatan bagi caregiver untuk mendapatkan dukungan emosional dari sesama (Smith, 2019: 52). Namun, di Indonesia, program seperti ini masih sangat terbatas. Mayoritas keluarga harus mengandalkan sumber daya mereka sendiri untuk merawat lansia dengan dimensia. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi kebutuhan utama keluarga caregiver dan memberikan rekomendasi yang dapat mendukung peran mereka. Misalnya, pengembangan program pelatihan nasional



untuk caregiver dimensia, yang mencakup aspek medis, psikologis, dan sosial, dapat menjadi langkah awal yang penting. Penelitian ini juga bertujuan untuk menggali dampak sosial dari perawatan lansia dengan dimensia. Lansia dengan dimensia sering kali menghadapi diskriminasi atau stigma dari masyarakat, yang dapat memperburuk kondisi mereka. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang dimensia dan menghilangkan stigma yang melekat pada penyakit ini. Kampanye edukasi yang melibatkan media massa, institusi pendidikan, dan organisasi masyarakat dapat menjadi cara yang efektif untuk mencapai tujuan ini (Alam, 2020: 100).

Perawatan lansia dengan dimensia adalah tantangan yang kompleks yang membutuhkan pendekatan multidimensional. Penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk memahami peran keluarga sebagai caregiver, tetapi juga untuk memberikan solusi praktis yang dapat mendukung mereka dalam menjalankan peran tersebut. Dengan kolaborasi yang baik antara keluarga, masyarakat, dan pemerintah, diharapkan kualitas hidup lansia dengan dimensia dapat meningkat, sekaligus meringankan beban yang dirasakan oleh caregiver.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *library research* yang berfokus pada analisis terhadap berbagai sumber pustaka yang relevan dengan topik "Peran Keluarga Sebagai Caregiver Lansia dengan Dimensia." *library research* riset dipilih karena penelitian ini tidak melibatkan pengumpulan data primer secara langsung melalui observasi atau eksperimen, melainkan berfokus pada pengumpulan, analisis, dan sintesis informasi dari sumber-sumber yang sudah ada. Dalam pendekatan ini, peneliti mencari, mengevaluasi, dan menginterpretasikan data yang telah dipublikasikan sebelumnya melalui berbagai sumber yang relevan, seperti artikel jurnal, buku, laporan penelitian, dan publikasi ilmiah lainnya. Sumber data dalam penelitian ini berasal dari berbagai literatur ilmiah yang relevan dengan topik peran keluarga dalam merawat lansia dengan dimensia. Sumber-sumber tersebut dipilih berdasarkan kriteria relevansi, validitas, dan keandalan. Data dikumpulkan dari artikel jurnal yang berisi hasil penelitian empiris terkait caregiving, perawatan lansia, dan dimensia, serta dari buku referensi yang membahas aspek teori tentang topik ini. Selain itu, laporan dari lembaga-lembaga yang berfokus pada perawatan lansia dengan dimensia juga digunakan untuk memperkaya perspektif penelitian.

Proses pemilihan sumber data dimulai dengan penelusuran literatur melalui database jurnal ilmiah seperti Google Scholar, PubMed, dan ProQuest. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian mencakup istilah-istilah seperti "caregiver," "keluarga," "dimensia," "perawatan lansia," dan "beban caregiver." Pencarian literatur dibatasi pada sumber yang diterbitkan dalam lima tahun terakhir untuk memastikan bahwa data yang digunakan relevan dengan konteks saat ini. Literatur yang memenuhi kriteria ini kemudian dipilih berdasarkan kesesuaian dengan tujuan penelitian. Setiap literatur yang digunakan dianalisis secara mendalam untuk memahami temuan utama, metodologi yang digunakan, serta kesimpulan yang dihasilkan, yang kemudian digunakan untuk membentuk argumen dan analisis dalam penelitian ini.

Dalam hal instrumen penelitian, karena menggunakan metode literatur riset, instrumen utama adalah daftar cek relevansi yang digunakan untuk mengevaluasi kualitas setiap sumber. Kriteria yang digunakan dalam evaluasi meliputi kejelasan tujuan



penelitian yang dibahas dalam literatur, metodologi yang diterapkan dalam penelitian yang dikutip, serta relevansi dan kedalaman temuan terhadap pertanyaan penelitian yang diangkat. Selain itu, validitas dan reliabilitas data juga menjadi pertimbangan utama, di mana hanya literatur yang berasal dari sumber yang terpercaya dan terverifikasi yang digunakan dalam penelitian ini. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini melibatkan penelusuran literatur elektronik yang dilakukan dengan cara membaca dan menganalisis artikel, buku, dan laporan yang relevan. Setelah literatur yang sesuai ditemukan, data dari setiap sumber dicatat dan disusun secara sistematis dalam bentuk ringkasan temuan, yang mencakup informasi penting dari setiap sumber yang dapat mendukung pembahasan penelitian. Proses ini membantu peneliti dalam membangun dasar teori yang kuat dan memungkinkan peneliti untuk melihat pola atau hubungan antar temuan yang berasal dari berbagai sumber yang berbeda.

Untuk analisis data, peneliti menggunakan teknik analisis kualitatif yang melibatkan kategorisasi dan interpretasi data. Data yang terkumpul dari berbagai sumber literatur dikelompokkan ke dalam kategori yang relevan, seperti peran keluarga dalam merawat lansia dengan dimensia, tantangan yang dihadapi keluarga caregiver, serta dampak dari caregiving terhadap kualitas hidup lansia dan caregiver itu sendiri. Setelah data dikelompokkan, peneliti melakukan sintesis dengan cara menggabungkan informasi dari berbagai sumber untuk membangun pemahaman yang lebih holistik tentang topik yang diteliti. Dalam hal ini, analisis data bertujuan untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah diajukan, yaitu mengenai peran keluarga, tantangan, dan dampak caregiving terhadap lansia dengan dimensia. Validitas dan kredibilitas hasil penelitian dijaga dengan cara menggunakan sumber literatur yang terpercaya, seperti artikel yang telah melewati proses peer-review dan diterbitkan oleh jurnal terkemuka atau penerbit akademik. Proses triangulasi juga diterapkan, di mana temuan dari berbagai literatur dibandingkan untuk memastikan konsistensi dan kesesuaian antara temuan yang satu dengan yang lainnya. Peneliti juga melakukan analisis kritis terhadap setiap literatur yang digunakan, untuk memastikan bahwa data yang dikutip benar-benar relevan dan dapat dipercaya.

Penelitian ini ditarik berdasarkan hasil sintesis dan analisis data dari berbagai literatur yang telah dikumpulkan. Proses sintesis ini memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai peran keluarga dalam merawat lansia dengan dimensia, serta tantangan yang mereka hadapi dalam menjalankan peran caregiving. Dengan menggunakan pendekatan literatur riset, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang topik yang diteliti, serta memberikan kontribusi bagi pengembangan teori dan praktik dalam perawatan lansia dengan dimensia, khususnya terkait dengan dukungan yang dibutuhkan oleh keluarga sebagai caregiver.

Penelitian ini tidak hanya memberikan analisis teoritis, tetapi juga memberikan rekomendasi yang dapat diterapkan dalam kebijakan kesehatan masyarakat dan program-program pelatihan caregiver. Melalui pemahaman yang lebih baik tentang tantangan dan kebutuhan keluarga caregiver, diharapkan akan ada peningkatan dalam dukungan yang diberikan kepada keluarga dalam peran mereka sebagai caregiver bagi lansia dengan dimensia.



## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1**  
**Analisis Demensia dan Dampak Positif Demensia Berdasarkan Penelitian**  
**(2019-2023)**

Analisis Demensia	Dampak Positif Demensia	Sumber Referensi
<b>Psikoedukasi dalam perawatan demensia</b>	Psikoedukasi meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat.	Halid et al. (2023) <i>Journal Nursing Research Publication Media.</i>
<b>Dementia Care Class berbasis masyarakat</b>	Meningkatkan sikap caregiver informal.	Lestari (2023) <i>Jurnal Litbang Media Informasi Penelitian.</i>
<b>Pelatihan metode stoisme untuk menurunkan stres caregiver</b>	Efektif dalam mengelola stres dan meningkatkan kesejahteraan.	Chotimah et al. (2021) <i>Jurnal Antara Abdimas Keperawatan.</i>
<b>Beban dan coping caregiver lansia dengan demensia</b>	Sebagian besar caregiver mengalami beban sedang.	Widiastuti (2019) <i>Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas.</i>
<b>Hubungan kesiapan keluarga dengan kondisi demensia lansia</b>	Keluarga yang lebih siap memberikan perawatan yang lebih baik.	Sembiring & Setyarini (2019) <i>Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia.</i>
<b>Dukungan keluarga terhadap demensia pada lansia</b>	Dukungan keluarga berpengaruh signifikan pada kualitas perawatan	Kurniasih et al. (2021) <i>Jurnal Kesehatan.</i>
<b>Dukungan keluarga terhadap penderita demensia.</b>	Dukungan sosial membantu mengurangi stres caregiver.	Rahmi & Suryani (2020) <i>Wiraraja Medika Jurnal Kesehatan.</i>
<b>Kesejahteraan subjektif pada caregiver Perempuan.</b>	Caregiver perempuan lebih rentan terhadap tekanan psikologis.	Shabrina et al. (2020) <i>Jurnal Psikologi Ulayat.</i>
<b>Pengalaman keluarga dalam merawat lansia dengan depresi.</b>	Keluarga membutuhkan dukungan emosional tambahan.	Indriani (2021) <i>Jurnal Anoa Keperawatan Mandala Waluya.</i>
<b>Beban kerja caregiver di panti wredha</b>	Caregiver membutuhkan pelatihan khusus.	Jumiarti et al. (2023) <i>Jurnal untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS).</i>
<b>Terapi psikoedukasi untuk manajemen stres caregiver</b>	Efektif dalam mengurangi beban emosional keluarga.	Sutriyanti (2023) <i>Quality Jurnal Kesehatan.</i>
<b>Hubungan antara burden of care dan burnout pada caregiver</b>	Dukungan sosial mengurangi risiko burnout.	Wijaya & Fun (2022) <i>Humanitas Jurnal Psikologi.</i>
Harapan budaya	Harapan budaya terhadap	Gondodiputro et al. (2019)



terhadap caregiver	caregiver	<i>Global Medical &amp; Health Communication (GMHC).</i>
<b>Psikoedukasi untuk meningkatkan kemandirian klien.</b>	Psikoedukasi meningkatkan perawatan berbasis keluarga.	Pulungan et al. (2022) <i>Window of Health Jurnal Kesehatan.</i>
<b>Pengetahuan keluarga tentang demensia</b>	Edukasi meningkatkan kesiapan keluarga dalam merawat.	Kurniasih (2022) <i>Jurnal Ilmu Kesehatan Dharmas Indonesia.</i>

### Peran Keluarga sebagai Caregiver bagi Lansia dengan Demensia

Demensia adalah kondisi neurodegeneratif yang mempengaruhi kemampuan kognitif dan fungsional seseorang, sehingga membutuhkan perawatan yang intensif. Pada lansia dengan demensia, peran keluarga sebagai caregiver sangat penting dalam memberikan perawatan yang berkelanjutan. Namun, peran ini tidak hanya membawa tantangan fisik, tetapi juga beban emosional yang berat bagi keluarga yang merawatnya. Dalam pembahasan ini, akan dijelaskan berbagai faktor yang mempengaruhi peran keluarga sebagai caregiver, tantangan yang dihadapi, serta intervensi yang dapat meningkatkan kesejahteraan caregiver.

### Beban yang Dihadapi oleh Caregiver

Keluarga sering kali menjadi garda terdepan dalam perawatan lansia dengan demensia. Sebagai caregiver, mereka menghadapi berbagai tantangan, baik dalam aspek emosional maupun fisik. Penelitian menunjukkan bahwa beban yang dihadapi caregiver dapat bervariasi dari ringan hingga berat. Sebagian besar caregiver mengalami beban sedang, yang meliputi kebutuhan untuk memberikan perhatian penuh, pengawasan, dan perawatan sehari-hari kepada lansia yang memiliki gangguan kognitif dan fisik (Widiastuti et al., 2019)

Beban emosional yang dirasakan oleh caregiver juga tidak kalah berat. Menurut (Chusnul Chotimah et al., 2021), caregiver yang merawat lansia dengan demensia sering kali mengalami tekanan psikologis yang signifikan, yang dapat memengaruhi kesejahteraan mental mereka. Beban emosional ini dapat berupa perasaan cemas, stres, dan bahkan depresi, yang muncul akibat kekhawatiran tentang kondisi lansia, kesulitan dalam berkomunikasi, serta perasaan kesepian dan isolasi sosial. Hal ini menunjukkan pentingnya memberikan perhatian tidak hanya pada lansia, tetapi juga pada kesejahteraan psikologis caregiver.

### Strategi Coping dan Dukungan Sosial

Dalam mengatasi tantangan yang dihadapi, caregiver sering menggunakan berbagai strategi coping untuk mengurangi stres. Penelitian oleh(Widiastuti et al., 2019)menunjukkan bahwa sebagian besar caregiver menggunakan pendekatan yang terencana, seperti menjadwalkan waktu perawatan dan berusaha menjaga rutinitas harian lansia. Selain itu, mereka juga mencari dukungan sosial dari keluarga, teman, atau komunitas untuk membantu mengatasi stres yang muncul.

Dukungan sosial memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kualitas hidup caregiver. (Upik Rahmi & Yoanita Suryani, 2020) dan (Wijaya & Fun Fun,



2022) mengungkapkan bahwa caregiver yang memiliki dukungan sosial yang kuat cenderung lebih mampu mengelola stres dan merasa lebih positif dalam menjalani peran mereka. Dukungan dari anggota keluarga lainnya atau kelompok dukungan dapat memberikan rasa keterhubungan dan mengurangi rasa kesepian yang sering dirasakan oleh caregiver.

Dukungan fisik, dukungan fisik yang dapat diberikan oleh keluarga dalam mencegah demensia adalah dengan melakukan latihan fisik atau olahraga. Olahraga terbukti lebih efektif dalam memperlambat penurunan kognitif karena latihan fisik dapat meningkatkan beberapa domain kognitif termasuk memori verbal dan spasial (Broekharst et al., 2023). Gaya hidup, gaya hidup yang baik dikaitkan dengan penurunan risiko demensia. Lansia yang menerapkan 4 atau 5 perilaku sehat secara bersamaan (diet berkualitas tinggi, aktivitas kognitif, aktivitas fisik yang teratur, asupan alkohol ringan hingga sedang, dan tidak merokok) memiliki risiko 60% lebih rendah terkena demensia (Dhana et al., 2020).

### **Intervensi Psikoedukasi untuk Meningkatkan Kualitas Perawatan**

Salah satu intervensi yang terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan caregiver adalah melalui program psikoedukasi. Intervensi ini dapat meningkatkan pengetahuan caregiver tentang demensia dan cara merawat lansia dengan kondisi tersebut. (Halid et al., 2023) dan (Lestari et al., 2023) menyatakan bahwa psikoedukasi dapat meningkatkan pemahaman keluarga tentang tanda dan gejala demensia, serta mengajarkan keterampilan praktis dalam merawat lansia, seperti cara berkomunikasi dengan lansia yang mengalami gangguan kognitif.

Program pelatihan semacam ini tidak hanya membantu meningkatkan pengetahuan caregiver, tetapi juga memberikan mereka keterampilan untuk mengelola stres yang timbul dari peran mereka. (Juniarni et al., 2021) menyarankan penerapan pendekatan seperti Stoisme untuk membantu caregiver mengatasi tekanan emosional dan meningkatkan kesejahteraan mental mereka. Melalui pendekatan ini, caregiver diajarkan untuk mengelola ekspektasi mereka dan menghadapi tantangan dengan sikap yang lebih tenang dan terkontrol.

### **Pengaruh Kesiapan dan Pengetahuan Keluarga**

Kesiapan keluarga dalam merawat lansia dengan demensia juga sangat mempengaruhi kualitas perawatan yang diberikan. (Sembiring & Setyarini, 2019) dan (Etty Kurniasih, 2019) menemukan bahwa keluarga yang memiliki pengetahuan yang cukup tentang demensia cenderung memberikan perawatan yang lebih baik dan lebih efektif. Pengetahuan yang memadai memungkinkan keluarga untuk lebih memahami perubahan yang terjadi pada lansia, serta merancang perawatan yang lebih tepat dan sesuai dengan kebutuhan lansia.

Selain itu, (Indriani, 2021) kesiapan emosional juga memainkan peran penting. Keluarga yang lebih siap secara emosional dalam menghadapi kondisi demensia lansia akan lebih mampu memberikan dukungan yang diperlukan tanpa merasa kewalahan. Oleh karena itu, edukasi dan pelatihan yang tepat bagi keluarga sangat penting untuk memastikan kesiapan mereka dalam menjalani peran sebagai caregiver.

### **Peran Budaya dalam Perawatan Demensia**



Selain faktor pengetahuan dan kesiapan, aspek budaya juga mempengaruhi peran keluarga dalam merawat lansia dengan demensia. Di banyak budaya, termasuk Indonesia, terdapat harapan sosial yang kuat bagi anak-anak, terutama perempuan, untuk merawat orang tua mereka yang lanjut usia (Shabrina et al., 2020); (Gondodiputro et al., 2019). Harapan sosial ini dapat menambah beban emosional bagi caregiver, terutama jika mereka merasa tidak siap atau tidak memiliki pengetahuan yang cukup tentang demensia.

Penting untuk memikirkan elemen budaya saat merancang program pendidikan dan bantuan untuk keluarga. Bantuan yang diberikan harus memperhatikan nilai-nilai budaya yang ada agar dapat diterima dengan baik oleh keluarga dan masyarakat setempat

**Kesejahteraan Caregiver dan Dukungan dari Sistem Kesehatan**

Kesejahteraan caregiver harus menjadi perhatian utama dalam konteks perawatan lansia dengan demensia. Penelitian oleh (Jumiarti et al., 2023) dan (Sutriyanti et al., 2023) menunjukkan bahwa sistem kesehatan perlu menyediakan dukungan yang memadai bagi caregiver, termasuk akses ke program pelatihan dan dukungan emosional. Dengan memberikan pelatihan yang sesuai, serta menyediakan konseling dan bimbingan kepada caregiver, diharapkan kesejahteraan mental mereka dapat terjaga.

Caregiver yang merasa didukung oleh sistem kesehatan cenderung lebih mampu mengelola stres dan memberikan perawatan yang lebih berkualitas. Oleh karena itu, penting bagi pihak rumah sakit dan puskesmas untuk menyediakan layanan dukungan bagi keluarga yang merawat lansia dengan demensia.

## SIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran keluarga sebagai caregiver lansia dengan dimensia, serta tantangan yang mereka hadapi dalam merawat lansia dan dampaknya terhadap kualitas hidup lansia maupun caregiver itu sendiri. Berdasarkan hasil dari berbagai literatur yang dianalisis, ditemukan bahwa keluarga memegang peran yang sangat krusial dalam perawatan lansia dengan dimensia. Namun, peran ini sering kali disertai dengan tantangan emosional, fisik, dan finansial yang signifikan. Peran keluarga sebagai caregiver mencakup beberapa aspek penting, antara lain memberikan dukungan emosional, membantu aktivitas sehari-hari, serta mengelola aspek medis dan pengobatan lansia. Keluarga menjadi pihak utama yang bertanggung jawab dalam mengatur jadwal perawatan, merencanakan terapi, dan memastikan keberlanjutan pengobatan. Namun, beban yang ditanggung oleh caregiver tidak sedikit. Stres dan tekanan emosional yang dialami sering kali berdampak pada kesehatan mental mereka, bahkan berpotensi menyebabkan burnout. Tantangan lainnya adalah kurangnya pengetahuan tentang dimensia yang menyebabkan keterlambatan dalam diagnosis dan penanganan yang tepat. Di banyak kasus, keluarga merasa terbebani dengan tanggung jawab yang harus dipikul sendiri tanpa adanya dukungan eksternal yang memadai, baik dari tenaga medis maupun komunitas.

Dampak terhadap kualitas hidup lansia dengan dimensia sangat bergantung pada perawatan yang diberikan oleh keluarga. Lansia yang dirawat dengan penuh kasih sayang dan dukungan keluarga cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik, meskipun kondisi mereka tetap progresif. Sebaliknya, jika perawatan yang diberikan tidak memadai atau terdapat konflik dalam keluarga, kualitas hidup lansia dapat menurun drastis. Selain itu, dampak sosial seperti stigma terhadap dimensia juga memperburuk kondisi lansia,



yang sering kali diperlakukan dengan cara yang merendahkan atau diisolasi dari masyarakat. Oleh karena itu, penting bagi masyarakat untuk meningkatkan kesadaran akan dimensia dan mendukung keluarga dalam merawat lansia dengan pendekatan yang lebih inklusif dan empatik. Dari sisi caregiver, meskipun banyak yang merasa dihargai karena dapat merawat orang tua atau anggota keluarga, peran sebagai caregiver sering kali membawa beban fisik dan emosional yang berat. Tekanan ini semakin diperburuk oleh faktor ekonomi, karena biaya perawatan yang tinggi dan seringkali tidak tercakup oleh asuransi atau layanan medis yang tersedia. Penelitian ini menunjukkan bahwa keluarga yang tidak memiliki dukungan sosial yang cukup, baik dari komunitas atau institusi, cenderung lebih rentan terhadap masalah kesehatan mental, seperti depresi dan kecemasan. Oleh karena itu, perlu ada upaya yang lebih besar dalam memberikan dukungan kepada keluarga caregiver, baik berupa pelatihan keterampilan merawat lansia dengan dimensia maupun program dukungan emosional dan psikologis bagi caregiver.

Berdasarkan temuan-temuan tersebut, penelitian ini memberikan beberapa rekomendasi untuk tindakan lebih lanjut. Pertama, sangat penting untuk meningkatkan pelatihan dan edukasi bagi keluarga caregiver agar mereka dapat merawat lansia dengan dimensia secara efektif. Pelatihan ini tidak hanya mengenai aspek medis, tetapi juga mengenai cara mengelola stres dan beban emosional yang mungkin muncul selama merawat lansia dengan dimensia. Kedua, perlu ada kebijakan pemerintah yang lebih mendukung keluarga caregiver, seperti memperluas cakupan asuransi kesehatan untuk lansia dengan dimensia, serta menyediakan fasilitas perawatan jangka panjang yang terjangkau dan berkualitas. Ketiga, meningkatkan akses ke layanan kesehatan yang terintegrasi dan berbasis komunitas dapat membantu meringankan beban keluarga, karena tenaga kesehatan dapat memberikan konsultasi dan perawatan di rumah bagi lansia dengan dimensia. Sebagai rekomendasi untuk penelitian lebih lanjut, diperlukan kajian yang lebih mendalam mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap kualitas perawatan yang diberikan oleh keluarga. Penelitian lebih lanjut juga dapat fokus pada efektivitas program pelatihan caregiver dalam mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan baik bagi caregiver maupun lansia. Selain itu, perlu ada penelitian yang mengkaji kebijakan kesehatan masyarakat yang dapat mendukung sistem perawatan lansia dengan dimensia, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Kesimpulannya, peran keluarga sebagai caregiver lansia dengan dimensia sangat vital, tetapi juga penuh tantangan. Keluarga membutuhkan dukungan yang lebih kuat dari masyarakat dan pemerintah agar dapat merawat lansia dengan dimensia secara optimal. Dukungan tersebut harus mencakup edukasi, pelatihan, bantuan finansial, dan layanan kesehatan yang terjangkau. Dengan adanya dukungan yang memadai, kualitas hidup lansia dengan dimensia dan kualitas perawatan yang diberikan oleh keluarga dapat meningkat secara signifikan.

## DAFTAR RUJUKAN

- Broekharst, D. S. E., Bloem, S., Blok, M., Raatgever, M., Hanzen, N., & de Vette, J. J. E. (2023). Determining the Appropriate Support for Older Adults with Different Levels of Vitality and Health-Related Quality of Life: An Explanatory Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(11). <https://doi.org/10.3390/ijerph20116052>



- Chusnul Chotimah, Siti Aminah, & Melisa. (2021). Sehat Mental for Caregiver Melalui Pelatihan Penerapan Metode Stoisme Untuk Menurunkan Stres: Dalam Merawat Lansia Demensia. *Jurnal Antara Abdimas Keperawatan*, 4(2), 59–67. <https://doi.org/10.37063/abdimaskep.v4i2.626>
- Dhana, K., Evans, D. A., Rajan, K. B., Bennett, D. A., & Morris, M. C. (2020). Healthy lifestyle and the risk of Alzheimer dementia: Findings from 2 longitudinal studies. *Neurology*, 95(4), E374–E383. <https://doi.org/10.1212/WNL.0000000000009816>
- Etty Kurniasih, A. A. P. (2019). Telaah Pengetahuan Keluarga Akan Kondisi Demensia pada Lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dharmas Indonesia E-ISSN 2807-8454, 02 Nomor 1*, 9–25. <https://doi.org/https://doi.org/10.56667/jikdi.v2i1.587>
- Gondodiputro, S., Hutasoit, D. S., & Rahmiati, L. (2019). *The Elderly Expectations of the Caregiver's Sociodemographic Preferences: a Qualitative Approach Ekspektasi Usia Lanjut terhadap Status Sosiodemografi Caregiver: Suatu Pendekatan Kualitatif*. 7(38), 143–150. <https://doi.org/https://doi.org/10.29313/gmhc.v7i2.4653>
- Halid, S., Hadi, I., & Utomo, H. (2023). Pengaruh Psikoedukasi Terhadap Kemampuan Keluarga Dalam Melakukan Perawatan Demensia Pada Lansia. *Journal Nursing Research Publication Media (NURSEMPEDIA)*, 2(1), 20–28. <https://doi.org/10.55887/nrpm.v2i1.31>
- Indriani. (2021). Studi Fenomenologi : Pengalaman Keluarga Dalam Merawat Lansia Dengan Depresi Di Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kota Kendari. *Jurnal Anoa Keperawatan Mandala Waluya*. <https://doi.org/doi:10.54883/jakmw.v1i1.2>
- Jumiarti, J., Suratmi, T., & Rahardjo, T. B. W. (2023). Beban Kerja Caregiver Dalam Mendampingi Lansia Dengan Demensia di Sasana Tresna Werdha RIA Pembangunan Jakarta Tahun 2022. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 7(1), 45–53. <https://doi.org/10.52643/jukmas.v7i1.2560>
- Juniarni, L., Nurdina, G., Aryanti, H. D., Dwi, A., Sekolah, P., Ilmu, T., Ppni, K., & Jawa, B. (2021). "Sehat Mental for Caregiver Melalui Pelatihan Penerapan Metode Stoisme Untuk Menurunkan Stres: Dalam Merawat Lansia Demensia "Mental Health for Caregiver Through Training on the Application of Stoism Methods To Reduce Stress: in Caring for Elderly Demen. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan (JPKMK)*, 1(1), 2807–3134. <https://doi.org/doi:10.37063/abdimaskep.v4i2.626>
- Lestari, D. T., Jauhar, M., & Rahmawati, A. M. (2023). Dementia Care Class Meningkatkan Sikap Caregiver Informal dalam Perawatan Demensia Berbasis Masyarakat. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK*, 19(2), 99–112. <https://doi.org/10.33658/jl.v19i2.344>
- Nurdefianty, A., Ramli, R., Keperawatan, I., Masyarakat, F. K., Indonesia, U. M., & K, E. P. K. (2024). *Dukungan Keluarga dengan Kejadian Demensia pada Lansia*. 5(2), 122–130.
- Sembiring, S. T. H., & Setyarini, E. A. (2019). Hubungan Kesiapan Keluarga Dengan Kondisi Demensia Lansia. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 5(1). <https://doi.org/10.17509/jpki.v5i1.15722>
- Shabrina, A., Purboningsih, E. R., & Widiastuti, T. R. (2020). Gambaran kesejahteraan subjektif pada perempuan dewasa yang merawat orang tua dengan demensia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 8, 195–226. <https://doi.org/10.24854/jpu149>
- Sutriyanti, Y., Jaya, M. A., Utario, Y., & Ningsih, R. (2023). Terapi Psikoedukasi Keluarga



Mempengaruhi Manajemen Stress Keluarga Dalam Merawat Lansia Disabilitas. *Quality : Jurnal Kesehatan*, 17(1), 72–79. <https://doi.org/10.36082/qjk.v17i1.990>

Upik Rahmi, & Yoanita Suryani. (2020). Dukungan Keluarga Pada Penderita Demensia Di Kota Bandung. *Jurnal Kesehatan*, Vol. 10(No. 2), 60–65. <https://doi.org/https://doi.org/10.24929/fik.v10i2.1000>

Widiastuti, R. H., Setyowati, A. I., & Setianingrum, D. E. (2019). Beban Dan Koping Caregiver Lansia Demensia Loads and Koping Caregiver Elderly Demensia in Elderly Research. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas*, 2(1), 8–18. <https://doi.org/10.32584/jikk.v2i1.300>

Wijaya, R., & Fun Fun, L. (2022). Hubungan antara Burden of Care dan Burnout pada Family Caregiver Orang dengan Demensia. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 6(1), 49–62. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v6i1.4501>

