

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Lanjut Usia (Lansia)

1. Pengertian

Seseorang dikatakan lansia yaitu apabila berusia 60 tahun atau lebih, karena faktor tertentu tidak dapat memenuhi kebutuhan dasarnya baik secara jasmani, rohani maupun sosial (Nugroho, 2012)

Secara umum, seseorang dikatakan lanjut usia (lansia) apabila usianya 65 tahun ke atas. Lansia bukan suatu penyakit, namun merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stress lingkungan. Lansia adalah keadaan yang di tandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stress fisiologis. Kegagalan ini berkaitan dengan penurunan daya kemampuan hidup serta peningkatan kepekan secara individual (Effendi, 2009)

Usia 65 tahun merupakan batas minimal untuk kategori lansia. Usia kronologis biasanya tidak memiliki banyak keterkaitan dengan kenyataan penuaan lansia. Setiap orang menua dengan cara yang berbeda-beda, berdasarkan waktu dan riwayat hidupnya. Setiap lansia adalah unik, oleh karena itu perawat harus memberikan pendekatan yang berbeda antara satu lansia dengan lainnya (Potter et al. 2009)

2. Batasan Umur Lansia

Menurut pendapat berbagai ahli dalam Efendi (2009) batasan-batasan umur yang mencakup batasan umur lansia adalah sebagai berikut:

- a. Menurut Undang-Undang Nomor 13 tahun 1998 dalam Bab 1 Pasal 1 ayat 2 yang berbunyi “Lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia 60(enam puluh) tahun ke atas”.
- b. Menurut World Health Organization (WHO), usia lanjut dibagi menjadi empat kriteria yaitu: usia pertengahan (*middle age*) ialah 45-59 tahun, lanjut usia (*elderly*) ialah 60-74 tahun, lanjut usia tua (*old*) ialah 75-90 tahun, usia sangat tua (*very old*) ialah di atas 90 tahun.
- c. Menurut Masdani (Psikolog UI) terdapat empat fase yaitu: pertama (*fase inventus*) ialah 25 - 40 tahun, kedua (*fase virilities*) ialah 40 - 55 tahun, ketiga (*fase presenium*) ialah 55 - 65 tahun, keempat (*fase senium*) ialah 65 hingga tutup usia.
- d. Menurut Setyonegoro masa lanjut usia (*geriatric age*): > 65 tahun atau 70 tahun. Masa lanjut usia (*geriatric age*) itu sendiri dibagi menjadi tiga batasan umur, yaitu *young old* (70 -75 tahun), *old* (75 - 80 tahun), dan *very old* (> 80 tahun) (Efendi, 2009).

3. Klasifikasi Lansia

Menurut Depkes RI (2013) klasifikasi lansia terdiri dari:

- a. Pra lansia yaitu seseorang yang berusia antara 45-59 tahun
- b. Lansia ialah seseorang yang berusia 60 tahun atau lebih.

- c. Lansia resiko tinggi ialah seseorang yang berusia 60 tahun atau lebih dengan masalah kesehatan.
- d. Lansia potensial ialah lansia yang masih mampu melakukan pekerjaan dan kegiatan yang dapat menghasilkan barang atau jasa.
- e. Lansia tidak potensial ialah lansia yang tidak berdaya mencari nafkah, sehingga hidupnya bergantung pada bantuan orang lain.

4. Karakteristik Lansia

Lansia memiliki karakteristik yaitu lebih dari 60 tahun, kebutuhan dan masalah yang bervariasi dari rentang sehat sampai sakit, kebutuhan biopsikososial dan spiritual, kondisi adaptif hingga kondisi maladaptive (Maryam,2008).

5. Perubahan yang Terjadi pada Lansia

Menurut Nugroho (2012) perubahan-perubahan yang terjadi pada lansia diantaranya adalah:

a. Perubahan pada Sistem Gastrointestinal

Proses penuaan memberikan pengaruh pada setiap bagian dalam saluran gastro intestinal (GI) yaitu pada rongga mulut, esofagus, lambung, usus halus, usus besar dan rekturm, pankreas, dan hati.

b. Perubahan pada Sistem Muskuloskeletal

1) Jaringan penghubung (kolagen dan elastin)

Kolagen sebagai protein pendukung utama pada kulit, tendon, kartilago, dan jaringan pengikat mengalami perubahan menjadi tidak teratur dan penurunan hubungan pada jaringan kolagen, merupakan

salah satu alasan penurunan mobilitas pada jaringan tubuh. Sel kolagen mencapai puncak mekaniknya karena penuaan, kekakuan dari kolagen mulai menurun. Kolagen dan elastin yang merupakan jaringan ikat pada jaringan penghubung mengalami perubahan kualitas dan kuantitasnya.

Perubahan pada kolagen ini merupakan penyebab turunya fleksibilitas pada lansia sehingga menimbulkan dampak berupa nyeri, penurunan kemampuan untuk meningkat kekuatan otot, kesulitan bergerak dari duduk ke berdiri, jongkok dan berjalan dan hambatan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Upaya fisioterapi untuk mengurangi dampak tersebut adalah memberikan latihan untuk menjaga mobilitas.

2) Kartilago

Jaringan kartilago pada persendian menjadi lunak dan mengalami granulasi akhirnya permukaan sendi meliputi rata. Selanjutnya kemampuan kartilago untuk regenerasi berkurang dan degenerasi yang terjadi cenderung ke arah progresif. Proteoglikan yang merupakan komponen dasar matrik kartilago, berkurangnya atau hilang secara bertahap sehingga jaringan fibril pada kolagen kehilangan kekuatannya dan akhirnya kartilago cenderung mengalami fibrilasi. Kartilago mengalami klafikasi di beberapa tempat seperti pada tulang rusak dan tiroid. Fungsi kartilago menjadi tidak efektif tidak hanya sebagai peredam kejut, tetapi sebagai permukaan sendi

yang berpelumas. Konsekuensinya kartilago pada persendian menjadi rentan terhadap gesekan.

Perubahan tersebut sering terjadi pada sendi besar penumpu berat badan. Akibat perubahan itu sendi mudah mengalami peradangan, kekakuan, nyeri, keterbatasan gerak dan terganggunya aktivitas sehari-hari.

3) Sistem Skeletal

Manusia mengalami penuaan dan jumlah masa otot tubuh mengalami penurunan. Berikut ini merupakan perubahan yang terjadi pada sistem skeletal akibat proses menua:

- Penurunan tinggi badan secara progresif.
- Penurunan produksi tulang kortikal dan trabecular yang berfungsi sebagai perlindungan terhadap beban gerakan rotasi dan lengkungan. Implikasi dari hal ini adalah peningkatan terjadinya risiko fraktur (Stankey, 2007)

4) Sistem Muskular

Perubahan yang terjadi pada sistem muscular akibat proses menua yaitu waktu untuk kontraksi dan relaksasi muscular memanjang. Implikasi dari hal ini adalah perlambatan waktu untuk bereaksi, pergerakan yang kurang aktif. Perubahan kolumna vertebralis, akilosis atau kekakuan ligament dan sendi, penyusutan dan sclerosis tendon dan otot, dan perubahan (Stankey, 2007)

5) Sendi

Perubahan yang terjadi pada sendi akibat proses menua yaitu pecahnya komponen kapsul sendi dan kolagen. Implikasi dari hal ini adalah nyeri, inflamasi, penurunan mobilitas sendi, deformitas, kekakuan ligamen dan sendi. Implikasi dari hal ini adalah peningkatan risiko cedera (Stankey, 2007)

c. Perubahan pada sistem persarafan

Sistem neurologis, terutama otak adalah suatu faktor utama dalam. Neuron menjadi semakin kompleks dan tumbuh tetapi neuron tersebut tidak dapat mengalami regenerasi. Perubahan structural yang paling terlihat terjadi pada otak itu sendiri. Perubahan ukuran otak yang dipengaruhi oleh atrofi girus dan dilatasi sulkus dan ventrikel otak. Korteks serebral adalah daerah otak yang paling besar dipengaruhi oleh kehilangan neuron. Penurunan aliran darah serebral dan penggunaan oksigen dapat pula terjadi dengan penuaan.

d. Perubahan pada Sistem Endokrin

Perubahan pada sistem endokrin akibat penuaan antara lain produksi dan semua hormone menurun, fungsi paratiroid dan sekresinya tidak berubah, terjadi pitutari yaitu pertumbuhan hormone ada tetapi lebih rendah dan hanya di dalam pembuluh darah. Menurunnya aktivitas tiroid, menurun BMR (*Basal Metabolic Rate*) dan menurunnya daya pertukaran zat. Menurunnya produksi aldosterone dan menurunnya sekresi hormone kelamin, misalnya progesterone, estrogen dan testosterone (Darmojo dan Martono, 2006).

B. Waktu Luang

a. Definisi Waktu Luang

Dalam bahasa Inggris waktu luang dikenal dengan sebutan *leisure*. Kata *leisure* sendiri berasal dari bahasa Latin yaitu *licere* yang berarti diizinkan (*to be permitted*) atau menjadi bebas (*to be free*). Kata lain dari *leisure* adalah *loisir* yang berasal dari bahasa Perancis yang artinya waktu luang (*free time*), George Torkildsen (Januarius Anggoa, 2011).

Berdasarkan teori dari George Torkildsen dalam bukunya yang berjudul "*Leisure and Recreation Management*" (Januarius Anggoa, 2011) definisi berkaitan dengan *leisure* antara lain:

1) Waktu luang sebagai waktu (*leisure as time*)

Waktu luang digambarkan sebagai waktu senggang setelah segala kebutuhan yang mudah telah dilakukan. Yang mana ada waktu lebih yang dimiliki untuk melakukan segala hal sesuai dengan keinginan yang bersifat positif. Pernyataan ini didukung oleh Brightbill yang beranggapan bahwa waktu luang erat kaitannya dengan kaitannya dengan kategori *discretionary time*, yaitu waktu yang digunakan menurut pemilihan dan penilaian kita sendiri.

2) Waktu luang sebagai aktivitas (*leisure as activity*)

Waktu luang terbentuk dari segala kegiatan bersifat mengajar dan menghibur pernyataan ini didasarkan pada pengakuan dari pihak *The International Group of the Social Science of Leisure*, menyatakan bahwa: "waktu luang berisikan berbagai macam kegiatan

yang mana seseorang akan mengikuti keinginannya sendiri baik untuk beristirahat, menghibur diri sendiri, menambah pengetahuan atau mengembangkan keterampilannya secara objektif atau untuk meningkatkan keikutsertaan dalam bermasyarakat.

- 3) Waktu luang sebagai suasana hati atau mental yang positif (*leisure as an end in itself or a state of being*)

Pieper beranggapan bahwa: "Waktu luang harus dimengerti sebagai hal yang berhubungan dengan kejiwaan dan sikap yang berhubungan dengan hal-hal keagamaan, hal ini bukan dikarenakan oleh faktor-faktor yang datang dari luar. Hal ini juga bukan merupakan hasil dari waktu senggang, liburan, akhir pekan, atau liburan panjang."

- 4) Waktu luang sebagai sesuatu yang memiliki arti luas (*leisure as an all embracing*)

Menurut Dumadezirer, waktu luang adalah relaksasi, hiburan, dan pengembangan diri. Dalam ketiga aspek tersebut, mereka akan menemukan kesembuhan dari rasa lelah, pelepasan dari rasa bosan, dan kebebasan dari hal-hal yang bersifat menghasilkan. Dengan kata lain, waktu luang merupakan ekspresi dari seluruh aspirasi manusia dalam mencari kebahagiaan, berhubungan dengan tugas baru, etnik baru, kebijakan baru, dan kebudayaan baru.

5) Waktu luang sebagai suatu cara untuk hidup (*leisure as a way of living*)

Seperti yang dijelaskan oleh Thomas L. Goodale dan Geoffrey Godbey dalam buku "*The Evolution of Leisure*", waktu luang adalah suatu kehidupan yang bebas dari tekanan-tekanan yang berasal dari luar kebudayaan seseorang dan lingkungannya sehingga mampu untuk bertindak sesuai rasa kasih yang tak terelakkan yang bersifat menyenangkan, pantas, dan menyediakan sebuah dasar keyakinan.

Hal senada juga diungkapkan oleh Soetarlinah Sukadji (Triatmoko,2007) yang melihat arti istilah waktu luang dari 3 dimensi, yaitu:

- 1) Dilihat dari dimensi waktu, waktu luang dilihat sebagai waktu yang tidak digunakan untuk bekerja mencari nafkah, melaksanakan kewajiban, dan mempertahankan hidup.
- 2) Dari segi cara pengisian waktu luang adalah waktu yang dapat diisi dengan kegiatan pilihan sendiri atau waktu yang digunakan dan dimanfaatkan sesuka hati.
- 3) Dari sisi fungsi, waktu luang adalah waktu yang dimanfaatkan sebagai sarana mengembangkan potensi, meningkatkan mutu pribadi, kegiatan terapeutik bagi yang mengalami gangguan emosi, sebagai selingan hiburan, sarana rekreasi, sebagai kompensasi pekerjaan yang kurang menyenangkan, atau sebagai kegiatan menghindari sesuatu.

Dengan banyaknya definisi waktu luang, dapat disimpulkan bahwa waktu luang adalah waktu yang mempunyai posisi bebas penggunaannya dan waktu tersebut berada diluar kegiatan rutin sehari-hari sehingga dapat dimanfaatkan secara positif guna meningkatkan produktifitas hidup yang efektif dan pengisian waktu luang dapat diisi dengan berbagai macam kegiatan yang mana seseorang akan mengikuti keinginannya sendiri baik untuk beristirahat, menghibur diri sendiri, menambah pengetahuan atau mengembangkan keterampilannya secara objektif.

b. Manfaat Mengisi Waktu Luang

Orang yang menggunakan waktu secara efisien akan memperoleh banyak keuntungan, misalnya mereka dapat menyelesaikan pekerjaannya tepat waktu, sehingga ada waktu untuk memulihkan kebugaran fisik dan mental, rekreasi, dan interaksi sosial.

Manfaat mengisi waktu luang yaitu menurut Soetarlinah Sukadji (Triatmoko, 2007) yaitu:

- 1) Bisa meningkatkan kesejahteraan jasmani.
- 2) Meningkatkan kesegaran mental dan emosional.
- 3) Membuat kita mengenali kemampuan diri sendiri.
- 4) Mendukung konsep diri serta harga diri.
- 5) Sarana belajar dan pengembangan kemampuan.
- 6) Pelampiasan ekspresi dan keseimbangan jasmani, mental, intelektual, spiritual, maupun estetika.

- 7) Melakukan penghayatan terhadap apa yang anda sukai tanpa tidakmempedulikan segi materi.

Selain itu mengisi waktu luang juga berfungsi sebagai pemenuh kebutuhan sosial, seperti : Meningkatkan kehidupan bermasyarakat.

Manfaat mengisi waktu luang bisa dirasakan bila pemanfaatan waktuluang sesuai dengan kebutuhan. Menurut Yusuf Michael As'ad,2003:19-20) Berikut akan dipaparkan mengenai manfaat pentingnya waktu luang untuk kesehatan jasmani, kesehatan rohani, sosialisasi diri di masyarakat dan kestabilan ekonomi.

a. Waktu luang untuk kesehatan jasmani

Dalam hal ini dengan waktu luang akan bisa menikmati kesegaran kembali, sebagaimana keadaan urat syaraf bebas dari ketegangan. Pemanfaatan waktu luang untuk meningkatkan kesehatan diantaranya:

- 1) Membiasakan berolahraga.
- 2) Makan makanan ringan yang akan memberikan semangat.
- 3) Mengendurkan urat-urat syaraf dengan bersantai.
- 4) Menjauhi tempat keramaian yang dapat menimbulkan kebisingan disekitartempat beraktivitas (Yusuf Michael As'ad, 2003: 19-20).

b. Waktu luang untuk kesehatan rohani

Seseorang bisa berinteraksi dengan dua obyek yaitu obyek ekstern danobyek intern. Individu yang melakukan sesuatu maka

akan berkonsentrasi pada realita luar yang memberi efek pada tindakannya tersebut. Jika hal itu terjadi maka seseorang akan mengalami gangguan jiwa. Aktivitas kejiwaan agar individu paham dan membiasakannya sehingga memiliki kesehatan yang baik, yaitu:

- 1) Autokritik atau introspeksi diri.
 - 2) Memberi solusi terhadap problema dan hambatan.
 - 3) Menentukan tujuan yakni menyusun tujuannya atau tujuan yang baru.
 - 4) Membuat rencana baru dan mengganti rencana lama.
 - 5) Mencari pengalaman baru (Yusuf Michael As'ad, 2003: 23-26).
- c. Waktu luang untuk sosialisasi diri di masyarakat

Dalam interaksi sosial baik skala individu maupun kelompoksebagaimana membutuhkan waktu luang yang dapat memperbaharui potensi dan kesiapan berinteraksi dengan yang lainnya. Pentingnya waktu luang yang sesuai dan cukup untuk merealisasikan keharmonisan sosial dalam hubungan sosial, yaitu:

- 1) Menilai hubungan sosial dengan mengevaluasi yang berkembang antara dia dan orang yang ada disekelilingnya sesuai dengan opininya.
- 2) Menilai strata sosial yang dimiliki seseorang dalam satu komunitas.
- 3) Memprediksi masa depan.
- 4) Merencanakan masa depan.

5) Menyiapkan media aplikasi yang sesuai (Yusuf Michael As'ad, 2003:31-34).

d. Waktu luang untuk kestabilan ekonomi

Seseorang yang menggunakan waktu luang maka ia dapat mengevaluasi kondisi ekonominya, yaitu dengan mengevaluasi pemasukan dan pengeluaran serta menekan pengeluaran (Yusuf Michael As'ad, 2003: 39).

c. **Kegiatan Waktu Luang**

Berdasarkan definisi teori waktu luang yaitu waktu luang sebagai aktivitas yaitu waktu yang berisikan berbagai macam kegiatan baik untuk beristirahat, menghibur diri sendiri, menambah pengetahuan serta menggunakan keterampilan secara objektif untuk meningkatkan keikutsertaan dalam bermasyarakat setelah melepaskan diri dari segala pekerjaan rutinnnya, keluarga dan lingkungan sosial dan waktu luang sebagai relaksasi, hiburan, dan pengembangan diri. Beberapa kegiatan mengisi waktu luang diantaranya:

a. *Relaxation Activity* (Kegiatan Relaksasi)

Menurut Soetarlinah Sukadji (Triatmoko, 2007) kegiatan relaksasi diantaranya kegiatan relaksasi aktif misalnya: membetulkan alat rumah tangga atau berbenah rumah. Kegiatan tersebut sifatnya produktif cenderung meningkatkan ketrampilan dan harga diri. Selain itu bisa melakukan relaksasi pasif dengan cara menonton televisi, mendengarkan musik, dan membaca tulisan ringan. Namun

terlalu banyak melakukan kegiatan relaksasi pasif akan membuat kehilangan waktu untuk kegiatan yang lebih produktif.

b. *Entertainment Activity* (Kegiatan Hiburan)

Fine, Mortimer, & Robert (Broderick & Blewitt, 2013), menyebutkan bahwa kegiatan hiburan atau rekreasi dapat mempromosikan penguasaan keterampilan, seperti olahraga partisipasi, hobi, dan kesenian atau mungkin lebih murni rekreasi seperti, melamun atau duduk dengan teman.

d. **Permasalahan dalam Pemanfaatan Waktu Luang**

Permasalahan yang biasa ditemukan dalam pemanfaatan waktu luang ini disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya:

- a. Lansia cenderung tidak menyukai pemanfaatan waktu luang dengan sesuatu yang menurutnya menuntut pemikiran dan beban target, dan harus diberikan kegiatan yang diminati oleh Lansia tersebut.
- b. Waktu luang dianggap Lansia sebagai waktu untuk melakukan apapun yang disenanginya semata.
- c. Lansia menganggap bahwa waktu luang adalah waktu rehatnya diwaktu luang dianggap memanfaatkan waktu secara maksimal. Ketika lansia selonjoran ditempat tidur dengan membaca koran atau sekedar menonton televisi, maka cenderung kita menganggap mereka memanfaatkan waktu
- d. Bagi lansia waktu luang adalah waktu yang harus dimanfaatkan untuk sesuatu yang bermanfaat dan produktif.(Anonim, 2009).

e. Mengelola Waktu Luang

Waktu yang dimiliki setiap orang akan terus bergerak maju. Pada prinsipnya waktu luang yang bergerak maju ini akan mengikis habis waktu yang anda miliki. Kenyataan yang sering kita hadapi ternyata kita mengeluh dengan waktu yang tiba-tiba berlalu begitu saja, sementara anda tidak berbuat apapun (Frans M. Royan, 2011).

C. Dukungan Keluarga

a. Pengertian Dukungan Keluarga

Friedman (2010) menyatakan dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Anggota keluarga dipandang sebagai bagian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan keluarga. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan.

b. Bentuk Dukungan Keluarga

Keluarga memiliki beberapa bentuk dukungan (Friedman, 2010) yaitu:

1) Dukungan Penilaian

Dukungan ini meliputi pertolongan pada individu untuk memahami kejadian depresi dengan baik dan juga sumber depresi dan strategi koping yang dapat digunakan dalam menghadapi stressor. Dukungan ini juga merupakan dukungan yang terjadi bila ada ekspresi penilaian yang positif terhadap individu. Individu

mempunyai seseorang yang dapat diajak bicara tentang masalah mereka, terjadi melalui ekspresi pengharapan positif individu kepada individu lain, penyemangat, persetujuan terhadap ide-ide atau perasaan seseorang dan perbandingan positif seseorang dengan orang lain, misalnya orang yang kurang mampu. Dukungan keluarga dapat membantu meningkatkan strategi coping individu dengan strategi-strategi alternatif berdasarkan pengalaman yang berfokus pada aspek-aspek yang positif.

2) Dukungan Instrumental

Dukungan ini meliputi penyediaan dukungan jasmaniah seperti pelayanan, bantuan finansial dan material berupa bantuan nyata (instrumental support material support), suatu kondisi dimana benda atau jasa akan membantu memecahkan masalah praktis, termasuk di dalamnya bantuan langsung, seperti saat seseorang memberi atau meminjamkan uang, membantu pekerjaan sehari-hari, menyampaikan pesan, menyediakan transportasi, menjaga dan merawat saat sakit ataupun mengalami depresi yang dapat membantu memecahkan masalah. Dukungan nyata paling efektif bila dihargai oleh individu dan mengurangi depresi individu. Pada dukungan nyata keluarga sebagai sumber untuk mencapai tujuan praktis dan tujuan nyata.

3) Dukungan Informasional

Jenis dukungan ini meliputi jaringan komunikasi dan tanggung jawab bersama, termasuk di dalamnya memberikan solusi dari masalah, memberikan nasehat, pengarahan, saran, atau umpan balik tentang apa yang dilakukan oleh seseorang. Keluarga dapat menyediakan informasi dengan menyarankan tentang dokter, terapi yang baik bagi dirinya dan tindakan spesifik bagi individu untuk melawan stresor. Individu yang mengalami depresi dapat keluar dari masalahnya dan memecahkan masalahnya dengan dukungan dari keluarga dengan menyediakan feed back. Pada dukungan informasi ini keluarga sebagai penghimpun informasi dan pemberi informasi.

4) Dukungan Emosional

Selama depresi berlangsung, individu sering menderita secara emosional, sedih, cemas dan kehilangan harga diri. Jika depresi mengurangi perasaan seseorang akan hal yang dimiliki dan dicintai. Dukungan emosional memberikan individu perasaan nyaman, merasa dicintai saat mengalami depresi, bantuan dalam bentuk semangat, empati, rasa percaya, perhatian sehingga individu yang menerimanya merasa berharga. Pada dukungan emosional ini keluarga menyediakan tempat istirahat dan memberikan semangat.

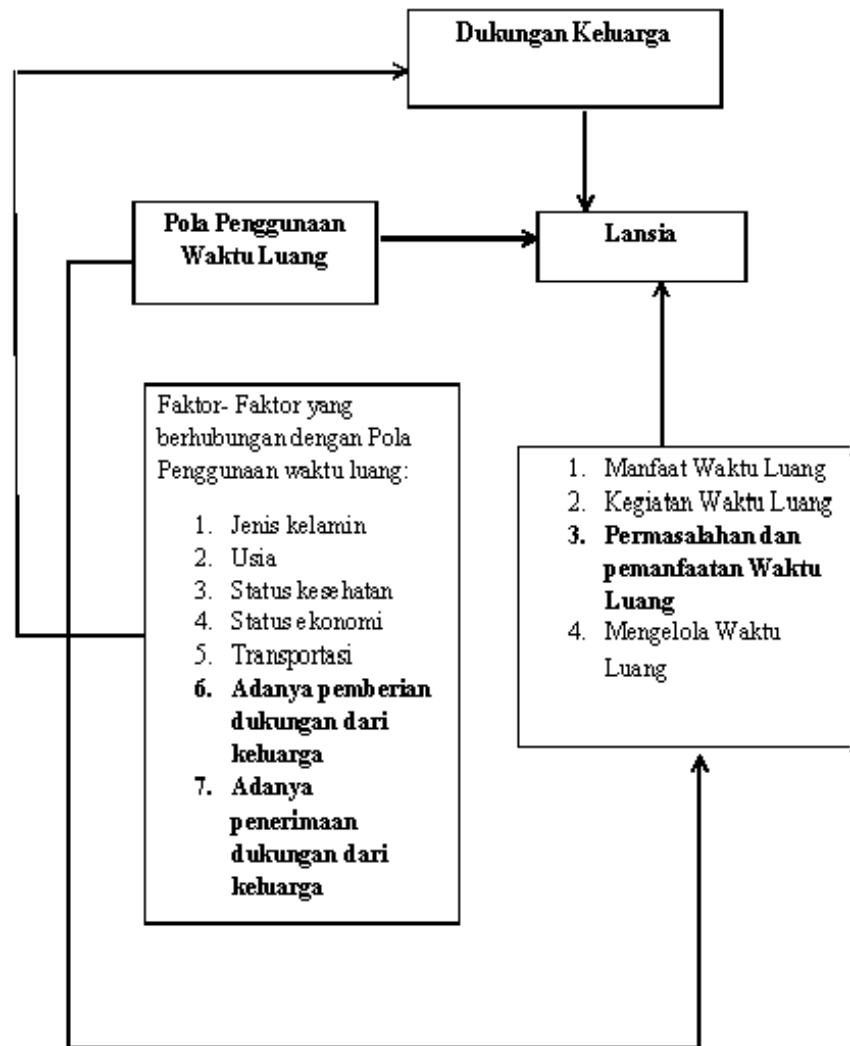
c. Dukungan Keluarga Bagi Kesehatan Lansia

Menurut Kuntjoro (2012) dukungan yang diberikan keluarga pada lansia dalam merawat dan meningkatkan status kesehatan adalah memberikan pelayanan dengan sikap menerima kondisinya.

Bomar (2014) menjelaskan bahwa dukungan keluarga adalah suatu bentuk perilaku melayani yang dilakukan oleh keluarga baik dalam bentuk dukungan emosi, penghargaan, informasi dan instrumental. Dukungan sosial keluarga mengacu pada dukungan-dukungan yang dipandang oleh anggota keluarga sebagai suatu yang dapat diakses atau diadakan untuk keluarga. Dukungan bisa atau tidak digunakan tapi anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan.

Keluarga merupakan sistem pendukung yang berarti sehingga dapat memberikan petunjuk tentang kesehatan mental, fisik dan emosi lanjut usia. Dukungan keluarga itu dapat dibagi menjadi empat aspek yaitu dukungan penilaian, dukungan instrumental, dukungan informasional dan dukungan emosional (Kaplan, 2010).

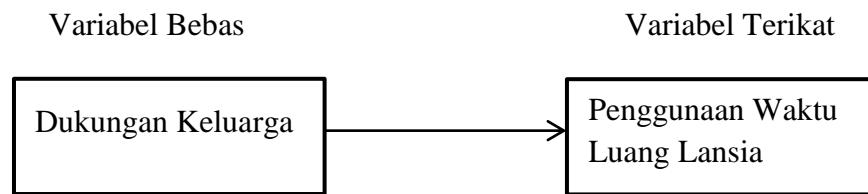
1. Kerangka Teori



Gambar 2.1. Kerangka Teori

(Sumber: Nugroho (2012), Potter et al (2009) , Efendi (2009), Maryam (2008), Stankey (2007), Darmojo & Martono (2006), Januarius Anggoa (2011),Triatmoko (2007), Yusuf Michel As'ad (2003), Broderick & Blewit (2016) , Anonim(2009) ,Frans M.Royan (2009), Friedman (2010), Kuntjoro (2012), Bomar (2014), Kaplan (2010)

E. Kerangka Konsep



Gambar 2.2. Kerangka Konsep

F. Hipotesis

Ha : Ada Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Penggunaan Waktu Luang Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Sokaraja I Kabupaten Banyumas.

Ho : Tidak ada Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Penggunaan Waktu Luang pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Sokaraja I Kabupaten Banyumas.