

KOMUNIKASI DENGAN KELOMPOK KELUARGA PADA LANSIA

By Giri Susilo Adi MKep



PENDAHULUAN

- INDONESIA MENGALAMI PENINGKATAN JUMLAH LANSIA SEIRING DENGAN BERTAMBAHNYA HARAPAN HIDUP DAN PENURUNAN ANGKA KELAHIRAN.
- BERDASARKAN DATA BADAN PUSAT STATISTIK (BPS), POPULASI LANSIA DI INDONESIA DIPERKIRAKAN AKAN MENCAPAI 20% DARI TOTAL PENDUDUK PADA TAHUN 2045.
- PASIEN LANJUT USIA MEMPUNYAI CIRI-CIRI: MEMILIKI BEBERAPA PENYAKIT KRONIS/MENAHUN, GEJALA PENYAKITNYA TIDAK KHAS, FUNGSI ORGAN YANG MENURUN, TINGKAT KEMANDIRIAN BERKURANG, SERING DISERTAI MASALAH NUTRISI
- KETERLIBATAN PENDAMPING LANSIA TERUTAMA KELUARGA SANGAT MEMBANTU DALAM MENGATASI MASALAH KESEHATAN DAN KUALITAS HIDUP LANSIA.
- PENDAMPINGAN DAN KOMUNIKASI YANG EFEKTIF SANGAT PENTING UNTUK MEMASTIKAN KUALITAS HIDUP MEREKA TETAP BAIK.



Konsep Pendampingan Lansia

- Pendampingan lansia adalah proses mendukung kebutuhan fisik, emosional, sosial, dan spiritual seseorang yang telah memasuki usia lanjut.

Fokus Pendampingan :

1. Perhatian terhadap kebutuhan fisik: Pemenuhan kebutuhan dasar seperti makanan bergizi, aktivitas fisik, dan akses terhadap layanan Kesehatan
2. Dukungan emosional: Memberikan rasa aman, cinta, dan penghargaan kepada lansia agar mereka merasa dihargai.
3. Keseimbangan sosial: Mendorong lansia untuk tetap berinteraksi dengan komunitas, seperti kegiatan sosial atau keagamaan.
4. Pendampingan spiritual: Mendukung mereka dalam menjalankan aktivitas keagamaan atau kegiatan yang memberikan makna hidup.

Pentingnya Komunikasi dalam Pendampingan Lansia

Komunikasi dalam keluarga

1. Kesabaran: Mengingat perubahan kemampuan fisik dan kognitif, kesabaran sangat dibutuhkan.
2. Empati: Mendengarkan dan memahami perasaan lansia tanpa menghakimi.
3. Penggunaan bahasa sederhana: Gunakan kata-kata yang mudah dipahami agar pesan tersampaikan dengan baik.
4. Keterbukaan: Berikan kesempatan kepada lansia untuk menyampaikan pendapat atau cerita mereka

Tantangan dalam Pendampingan dan Komunikasi dengan Lansia

1. Perubahan psikologis: Lansia sering mengalami rasa kesepian, kecemasan, atau depresi akibat perubahan fisik dan sosial.
2. Perbedaan pola pikir: Perbedaan generasi sering kali menimbulkan konflik dalam cara pandang atau nilai-nilai.
3. Keterbatasan fisik: Gangguan pendengaran, penglihatan, atau mobilitas dapat menghambat komunikasi.
4. Minimnya waktu keluarga: Kesibukan anggota keluarga sering kali menjadi penghambat utama dalam memberikan perhatian penuh kepada lansia

Strategi Pendampingan dan Komunikasi yang Efektif

- ▶ Menyediakan waktu berkualitas: Luangkan waktu untuk berbincang atau melakukan kegiatan bersama lansia.
- ▶ Melibatkan lansia dalam keputusan keluarga: Memberikan peran aktif kepada lansia akan meningkatkan rasa dihargai.
- ▶ Memanfaatkan teknologi: Gunakan alat bantu seperti telepon atau video call untuk menjaga komunikasi saat berjauhan.
- ▶ Memberikan pendidikan kepada keluarga: Mengadakan pelatihan atau diskusi keluarga tentang cara merawat lansia yang baik.
- ▶ Mengakses bantuan profesional: Konsultasi dengan psikolog, pekerja sosial, atau komunitas lansia jika diperlukan

PERAN KELUARGA DALAM MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP LANSIA

Beberapa peran tersebut meliputi:

1. Sebagai pengasuh: Memastikan lansia mendapatkan perawatan yang sesuai.
2. Sebagai pendamping emosional: Menjadi tempat berbagi cerita, memberikan perhatian, dan mendukung secara emosional.
3. Sebagai fasilitator sosial: Membantu lansia tetap aktif dalam kegiatan sosial atau keagamaan.
4. Sebagai motivator: Mendorong lansia untuk tetap berpikir positif dan menjalani hidup dengan semangat.