

BAB V

PEMBAHASAN

A. Karakteristik Responden

1. Usia

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden berada pada kelompok usia 60–69 tahun sebanyak 35 orang (63,6%), diikuti usia 70–79 tahun sebanyak 17 orang (30,9%), dan usia lebih dari 80 tahun sebanyak 3 orang (5,5%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden termasuk dalam kategori lansia awal (elderly). Secara teori, semakin bertambah usia seseorang maka akan terjadi penurunan fungsi fisiologis, psikologis, dan sosial yang dapat memengaruhi tingkat kemandirian lansia (Potter & Perry, 2022). Usia merupakan salah satu faktor yang memengaruhi kondisi fisik, psikologis, dan tingkat kemandirian seorang lansia. Semakin bertambah usia, maka akan terjadi proses penuaan yang menyebabkan penurunan fungsi tubuh, seperti menurunnya kekuatan otot, keseimbangan, penglihatan, pendengaran, serta kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari. Lansia pada kelompok usia 60–69 tahun umumnya masih mampu melakukan aktivitas secara mandiri karena kondisi fisik mereka relatif masih baik dibandingkan lansia usia di atas 70 tahun. Lansia usia 60–69 tahun umumnya masih memiliki kondisi fisik yang relatif lebih baik dibandingkan kelompok usia di atasnya, sehingga masih mampu melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri.

Mayoritas responden yang berada pada rentang usia 60–69 tahun dalam penelitian ini kemungkinan masih memiliki kemampuan adaptasi dan aktivitas yang cukup baik dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh kondisi kesehatan, dukungan emosional, aktivitas sosial, serta lingkungan yang mendukung lansia untuk tetap aktif. Selain itu, lansia usia awal cenderung masih mampu berinteraksi dengan lingkungan sekitar sehingga dukungan emosional yang diterima juga dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri dan semangat dalam mempertahankan kemandirian. Namun dalam penelitian saya terdapat lansia yang berumur 60-69 mengalami ketergantungan dikarenakan sakit dan kondisi fisik yang kurang memungkinkan untuk melakukan aktivitas seperti butuh bantuan saat kamar mandi, berpindah dan mandi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2022) yang menyatakan bahwa mayoritas responden lansia berada pada kelompok usia 60–69 tahun dan masih memiliki tingkat kemandirian yang cukup baik. Dan temuan dari peneliti Lestari (2022) juga menunjukkan bahwa peningkatan usia berhubungan dengan penurunan kemampuan aktivitas sehari-hari. Usia merupakan faktor penting yang dapat memengaruhi kondisi fisik dan kemandirian lansia.

2. Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan sebanyak 29 orang (52,7%), sedangkan laki-laki sebanyak 26 orang (47,3%). Hasil ini menunjukkan bahwa jumlah lansia perempuan

lebih banyak dibandingkan laki-laki.

Secara demografis, perempuan memiliki angka harapan hidup yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki sehingga populasi lansia perempuan cenderung lebih banyak (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Hal ini juga disebabkan oleh faktor biologis dan gaya hidup yang memengaruhi tingkat mortalitas.

Perempuan cenderung memiliki angka harapan hidup yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki sehingga jumlah lansia perempuan pada usia lanjut lebih banyak ditemukan di masyarakat. Selain itu, perempuan umumnya lebih aktif mengikuti kegiatan sosial maupun pelayanan kesehatan di lingkungan masyarakat sehingga lebih mudah dijangkau sebagai responden penelitian. Pada usia lanjut, perempuan juga cenderung lebih terbuka dalam menerima dukungan emosional dari keluarga maupun lingkungan sekitar.

Jenis kelamin dapat memengaruhi kondisi fisik, psikologis, dan tingkat kemandirian lansia. Lansia perempuan umumnya lebih rentan mengalami penurunan kondisi fisik akibat proses penuaan, terutama berkaitan dengan kekuatan otot dan kesehatan tulang. Namun demikian, perempuan biasanya memiliki hubungan sosial dan emosional yang lebih baik sehingga lebih mudah memperoleh perhatian, dukungan, dan bantuan dari keluarga. Dukungan emosional tersebut dapat meningkatkan rasa aman, nyaman, dan motivasi lansia dalam menjalankan aktivitas sehari-hari secara mandiri.

Penelitian yang dilakukan oleh Putri Sinaga (2025) menunjukkan bahwa lansia perempuan cenderung lebih aktif dalam kegiatan sosial dan lebih terbuka dalam menerima dukungan emosional dibandingkan laki-laki. Namun, perempuan juga lebih rentan mengalami gangguan kesehatan kronis pada usia lanjut. Perbedaan jenis kelamin dapat memengaruhi kondisi kesehatan serta kebutuhan dukungan emosional pada lansia. Dengan adanya dukungan keluarga dan lingkungan yang baik, lansia perempuan tetap dapat mempertahankan kemandirian dalam memenuhi kebutuhan aktivitas sehari-hari.

3. Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden bekerja sebagai petani sebanyak 34 orang (61,8%), sedangkan 13 orang (23,6%) tidak bekerja, 2 orang (3,6%) berstatus PNS, dan 6 orang (10,9%) memiliki pekerjaan lainnya.

Lansia yang masih aktif bekerja, terutama di sektor pertanian, cenderung tetap melakukan aktivitas fisik sehingga membantu mempertahankan fungsi tubuh dan kemandirian. Aktivitas fisik yang rutin dapat memperlambat proses penurunan fungsi tubuh pada lansia (WHO, 2020). Pekerjaan sebagai petani menunjukkan bahwa sebagian besar responden berasal dari lingkungan pedesaan dengan aktivitas fisik yang cukup tinggi. Aktivitas bekerja di bidang pertanian secara tidak langsung membantu lansia tetap aktif bergerak sehingga dapat mempertahankan kemampuan fisik dan kemandiriannya dalam melakukan aktivitas sehari-

hari. Lansia yang masih aktif bekerja umumnya memiliki rasa percaya diri, produktivitas, dan interaksi sosial yang lebih baik dibandingkan lansia yang tidak bekerja.

Selain itu, pekerjaan juga dapat memengaruhi kondisi psikologis dan sosial lansia. Lansia yang masih memiliki aktivitas pekerjaan cenderung merasa lebih dihargai dan memiliki peran dalam keluarga maupun masyarakat. Hal tersebut dapat meningkatkan semangat hidup dan membantu lansia mempertahankan fungsi fisik serta mentalnya. Sebaliknya, lansia yang tidak bekerja lebih berisiko mengalami ketergantungan karena aktivitas fisik dan sosial yang berkurang. Namun dalam penelitian saya didapatkan lansia yang bekerja sebagai petani mengalami ketergantungan karena kesehatan fisik terganggu seperti radang sendi, rematik, adanya tanda gejala stroke dan faktor lanjut usia, petani yang dulunya terbiasa mandiri berubah menjadi tergantung kepada anggota keluarga lainnya untuk mengurus diri sendiri.

Penelitian oleh Sari (2021) menunjukkan bahwa lansia yang tetap aktif bekerja atau beraktivitas memiliki tingkat kemandirian yang lebih baik dibandingkan lansia yang tidak aktif. Hal ini karena aktivitas yang dilakukan secara rutin dapat menjaga kebugaran fisik serta meningkatkan rasa percaya diri. Pekerjaan atau aktivitas rutin menjadi salah satu faktor yang dapat mendukung kemandirian lansia.

B. Analisa Univariat

1. Dukungan Emosional

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memperoleh dukungan emosional dalam kategori baik sebanyak 32 orang (58,2%), sedangkan 23 orang (41,8%) berada dalam kategori dukungan emosional buruk. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas keluarga telah memberikan perhatian, empati, kasih sayang, dan penghargaan kepada lansia.

Menurut teori dukungan emosional yang dikemukakan oleh House (1981), dukungan emosional merupakan bentuk dukungan yang meliputi kasih sayang, perhatian, empati, dan rasa percaya yang diberikan kepada individu sehingga individu merasa dihargai dan dicintai. Dukungan emosional sangat penting pada lansia karena pada fase ini individu mengalami berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial.

Menurut peneliti, pemahaman atau pengetahuan keluarga tentang kesehatan lansia memegang peranan penting dalam memberi dukungan emosional kepada lansia. Dukungan emosional yang diberikan berupa kepedulian anggota keluarga terhadap kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari, seperti memberikan perhatian dengan menciptakan suasana lingkungan rumah yang aman dan nyaman untuk melakukan aktivitas, mendengarkan curahan hati lansia serta memberikan kasih sayang kepada lansia. Lansia tidak hanya membutuhkan dukungan secara fisik saja tetapi juga hubungan emosional antar anggota keluarga

akan sangat mendukung lansia dalam mempertahankan kemandiriannya. Semakin baik dukungan emosional keluarga kepada lansia, akan semakin mandiri lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari.

Mayoritas responden yang memperoleh dukungan emosional baik kemungkinan dipengaruhi oleh kondisi masyarakat pedesaan yang masih memiliki hubungan kekeluargaan dan sosial yang erat. Lingkungan sosial yang baik dapat membantu lansia untuk tetap berinteraksi dengan keluarga maupun tetangga sehingga lansia tidak merasa sendiri. Selain itu, perhatian keluarga terhadap kebutuhan emosional lansia juga dapat meningkatkan semangat hidup dan membantu lansia menghadapi proses penuaan dengan lebih positif (Handayani 2022).

Dukungan emosional yang baik dapat memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologis lansia. Lansia yang memperoleh dukungan emosional cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih baik, tidak mudah merasa cemas atau stres, serta lebih termotivasi dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Sebaliknya, kurangnya dukungan emosional dapat menyebabkan lansia merasa kesepian, kurang diperhatikan, dan mengalami penurunan semangat hidup yang dapat memengaruhi kondisi kesehatan maupun kemandiriannya.

Memberikan dukungan emosional terhadap seorang lansia akan membuatnya menjadi lebih baik, memperoleh kembali keyakinannya, merasa dimiliki dan dicintai pada saat stress sehingga dapat meningkatkan kualitas kemanusiaan, stabilitas kepribadian dan perilaku dan harga diri

anggota keluarga (Collins et al., 2021) .

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2021) yang menyatakan bahwa sebagian besar lansia yang tinggal bersama keluarga mendapatkan dukungan emosional dalam kategori baik, karena adanya kedekatan hubungan keluarga dan budaya ketimuran yang masih menjunjung tinggi nilai kekeluargaan. Penelitian oleh Putri Sinaga (2025) juga menunjukkan bahwa dukungan keluarga berperan penting dalam menjaga kondisi psikologis lansia agar tetap stabil dan merasa dihargai. Dengan demikian, dukungan emosional yang baik dari keluarga menjadi faktor penting dalam meningkatkan kualitas hidup lansia.

2. Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 32 orang (58,2%) lansia berada dalam kategori mandiri, sedangkan 23 orang (41,8%) tergantung. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia masih mampu melakukan aktivitas sehari-hari seperti makan, mandi, berpakaian, dan mobilisasi secara mandiri.

Kemandirian lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kondisi fisik, usia, kesehatan, dukungan keluarga, serta lingkungan sosial. Menurut Potter & Perry (2022), kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari (Activity of Daily Living atau ADL) merupakan indikator utama dalam menilai tingkat kemandirian seseorang. Kemandirian lansia merupakan kemampuan lansia dalam memenuhi kebutuhan aktivitas sehari-hari seperti makan, mandi, berpakaian, berpindah tempat, dan aktivitas lainnya secara

mandiri. Tingkat kemandirian lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, kondisi kesehatan, aktivitas fisik, dukungan keluarga, kondisi psikologis, dan lingkungan sosial.

Mayoritas lansia yang masih mandiri dalam penelitian ini kemungkinan dipengaruhi oleh aktivitas fisik yang masih cukup baik, terutama karena sebagian besar responden memiliki latar belakang pekerjaan sebagai petani. Aktivitas fisik yang rutin dilakukan dapat membantu menjaga kekuatan otot, keseimbangan tubuh, dan kemampuan mobilitas lansia sehingga mereka tetap mampu melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri.

Selain itu, dukungan emosional yang baik dari keluarga dan lingkungan sekitar juga dapat meningkatkan motivasi lansia untuk tetap aktif dan tidak bergantung pada orang lain. Lansia yang merasa diperhatikan dan dihargai cenderung memiliki semangat yang lebih tinggi untuk mempertahankan kemampuan dirinya dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Menurut observasi peneliti, hal ini dikarenakan keadaan lansia yang masih sehat, baik fisik maupun fisiologinya masih normal dan tidak ada gangguan pada bagian tubuh tertentu. Mereka yang masih bekerja sebagai petani hal tersebut menyebabkan kondisi fisik mereka sehat, pekerjaan yang dilakukan sehari-hari menyebabkan tubuh mereka menjadi bugar.

Namun demikian, masih terdapat lansia yang berada dalam kategori tergantung. Hal ini dapat disebabkan oleh bertambahnya usia, penurunan kondisi fisik, penyakit degeneratif, serta menurunnya

kemampuan tubuh dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Lansia yang mengalami ketergantungan umumnya membutuhkan bantuan keluarga dalam memenuhi kebutuhan dasar sehari-hari.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2022) menunjukkan bahwa lansia yang aktif secara emosional dan mendapatkan dukungan keluarga cenderung memiliki tingkat kemandirian yang lebih tinggi dibandingkan lansia yang kurang mendapatkan perhatian. Selain itu, penelitian oleh Lestari (2022) menyatakan bahwa faktor psikologis seperti rasa percaya diri dan motivasi berperan besar dalam mempertahankan kemandirian lansia. Hal ini menunjukkan bahwa kemandirian lansia tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi fisik, tetapi juga faktor psikologis dan sosial.

C. Analisa Bivariat

Hubungan dukungan emosional dengan Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari

Hasil analisa bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan emosional dengan kemandirian lansia. Berdasarkan uji statistik nilai signifikansi atau p value sebesar 0,001 ($p < 0,05$), sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan yang signifikan dan bermakna antara kedua variabel. Nilai korelasi yang positif menunjukkan bahwa semakin baik dukungan emosional yang diterima lansia, maka semakin tinggi tingkat kemandiriannya.

Hasil penelitian ini diperkuat oleh data crosstabulation, dari 32 responden lansia yang memperoleh dukungan emosional baik, sebanyak 28 orang (87,5%) mandiri dan hanya 4 orang (12,5%) yang tergantung. Sebaliknya dari 23 lansia dengan dukungan emosional buruk, sebanyak 19 responden (82,6%) berada dalam kategori tergantung dan hanya 4 responden (17,4) yang mandiri. Data tersebut menunjukkan bahwa lansia yang mendapat dukungan emosional baik cenderung memiliki tingkat kemandirian yang lebih tinggi dibandingkan lansia yang kurang mendapatkan dukungan emosional.

Pada penelitian ini ditemukan sebagian besar lansia yang memperoleh dukungan emosional buruk dalam kategori tergantung. Dari 23 lansia dengan dukungan emosional buruk, sebanyak 19 lansia mengalami ketergantungan dan hanya 4 lansia yang masih berada dalam kategori mandiri. Kondisi tersebut dapat menunjukkan bahwa kurangnya perhatian, kasih sayang, motivasi dan kepedulian dari keluarga dapat menyebabkan lansia merasa kurang mendapat dukungan dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Perasaan kurang diperhatikan atau kurang dihargai dapat berdampak terhadap motivasi lansia untuk melakukan aktivitas secara mandiri.

Hasil dari penelitian ini juga memperlihatkan bahwa tidak seluruh lansia dengan dukungan emosional baik berada dalam kategori mandiri. Masih terdapat 4 lansia yang mengalami ketergantungan meskipun memperoleh dukungan emosional baik. Sebaliknya terdapat 4 lansia yang tetap mandiri meskipun mendapatkan dukungan emosional buruk. Temuan

tersebut menunjukkan bahwa kemandirian lansia tidak hanya dipengaruhi oleh dukungan emosional, tetapi dipengaruhi pula oleh faktor lain seperti kondisi fisik, status kesehatan, kekuatan otot, fungsi kognitif, lingkungan tempat tinggal, kebiasaan melakukan aktivitas, serta dukungan secara keseluruhan.

Meskipun masih terdapat responden yang tergolong tergantung walaupun memperoleh dukungan emosional yang baik. Kondisi ini dapat disebabkan oleh faktor lain yang memengaruhi kemandirian lansia, seperti usia yang semakin lanjut, penurunan kondisi fisik, keterbatasan mobilitas, maupun gangguan kesehatan lainnya. Oleh karena itu, kemandirian lansia tidak hanya dipengaruhi oleh dukungan emosional, tetapi juga oleh faktor kesehatan dan kemampuan fisik yang dimiliki lansia. Lansia dengan dukungan emosional baik tetapi masih tergantung dapat disebabkan oleh adanya keterbatasan fisik atau kondisi kesehatan tertentu yang membuat lansia membutuhkan bantuan dalam melakukan aktivitas.

Selain itu, nilai koefisiensi korelasi lambda (r) sebesar 0,652 dengan signifikansi 0,001 juga memperkuat adanya hubungan yang kuat dan bermakna antara kedua variabel. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan emosional memiliki kontribusi dalam meningkatkan kemandirian lansia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri Sinaga et al (2023) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam aktivitas sehari-hari ($p < 0,05$). Penelitian tersebut menjelaskan bahwa lansia

yang merasa diperhatikan dan dihargai memiliki motivasi yang lebih tinggi untuk tetap aktif dan tidak bergantung pada orang lain.

Secara teoritis, dukungan emosional dapat meningkatkan motivasi, rasa percaya diri, dan semangat hidup lansia. Lansia yang merasa diperhatikan, dihargai, dan dicintai oleh keluarga cenderung memiliki kondisi psikologis yang lebih baik sehingga terdorong untuk tetap aktif dan mandiri dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari. Sebaliknya, kurangnya dukungan emosional dapat menyebabkan lansia merasa tidak berdaya, kurang percaya diri, dan akhirnya lebih bergantung pada orang lain (Putri Sinaga et al 2023).

Kemandirian lansia dalam penelitian ini juga dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung. Faktor pertama adalah usia responden yang mayoritas berada pada rentang 60–69 tahun sebanyak 35 (63,6%). Lansia pada kelompok usia ini umumnya masih memiliki kondisi fisik yang relatif baik sehingga masih mampu melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Faktor kedua adalah pekerjaan responden yang mayoritas sebagai petani sebanyak 34 (61,8%). Aktivitas bekerja sebagai petani membuat lansia tetap aktif bergerak sehingga membantu mempertahankan kekuatan fisik dan kemampuan mobilitasnya.

Selain faktor usia dan pekerjaan, lingkungan sosial masyarakat pedesaan yang masih memiliki hubungan kekeluargaan yang erat juga menjadi faktor pendukung tingginya dukungan emosional pada lansia. Lansia yang tinggal bersama keluarga atau berada di lingkungan sosial yang

baik cenderung memperoleh perhatian, bantuan, dan komunikasi yang lebih baik sehingga kondisi emosional lansia menjadi lebih stabil. Kondisi tersebut dapat meningkatkan motivasi lansia untuk mempertahankan kemampuan dirinya dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Asma Yuliana (2023) yang menyatakan bahwa dukungan emosional dari keluarga memiliki peranan penting dalam meningkatkan kesehatan fisik dan psikologis lansia. Dukungan emosional yang baik dapat membantu lansia merasa aman, dihargai, dan dicintai sehingga mampu meningkatkan semangat untuk tetap mandiri dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Sebaliknya, kurangnya dukungan emosional dapat menyebabkan lansia merasa kesepian, tidak percaya diri, dan lebih bergantung kepada orang lain.

Penelitian lain oleh Pratiwi dan Nugroho (2022) juga menunjukkan bahwa dukungan emosional keluarga berhubungan positif dengan tingkat kemandirian lansia, dimana lansia yang mendapatkan dukungan emosional yang baik memiliki kemungkinan lebih besar untuk mandiri dibandingkan dengan lansia yang kurang mendapatkan dukungan.

Temuan ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa dukungan emosional berupa perhatian, kasih sayang, empati, motivasi, dan kehadiran keluarga dapat memberikan rasa aman, nyaman, serta meningkatkan kepercayaan diri lansia dalam menjalankan aktivitasnya secara mandiri. Dukungan emosional membantu lansia merasa dihargai, dicintai, dan tidak menghadapi berbagai permasalahan hidup seorang diri

sehingga mampu mempertahankan fungsi dan peran dirinya dalam kehidupan sehari-hari (Handayani 2022). Sementara itu, dukungan emosional mampu memenuhi kebutuhan afektif lansia melalui empati, perhatian, kasih sayang, dan kehangatan yang dapat meningkatkan harga diri serta rasa percaya diri lansia. Ketika lansia merasa diperhatikan dan dicintai oleh keluarga, mereka akan memiliki motivasi yang lebih besar untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri dibandingkan jika hanya menerima bantuan fisik semata.

Hasil penelitian ini juga memperkuat teori bahwa dukungan emosional merupakan salah satu faktor yang memengaruhi kemandirian lansia. Lansia yang mendapatkan perhatian, semangat, serta hubungan emosional yang hangat dari keluarga cenderung lebih mampu mengatasi stres, merasa lebih optimis, dan memiliki kemampuan koping yang lebih baik dalam menghadapi perubahan akibat proses penuaan. Sebaliknya, kurangnya dukungan emosional dapat menyebabkan lansia merasa kesepian, tidak berharga, dan bergantung pada orang lain dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari. Oleh karena itu, keluarga tidak hanya berperan sebagai pemberi bantuan fisik, tetapi juga sebagai sumber dukungan emosional yang menjadi fondasi utama dalam mempertahankan kemandirian lansia. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyebutkan bahwa dukungan emosional berkontribusi terhadap kesehatan mental, rasa aman, peningkatan harga diri, serta kemampuan lansia untuk

tetap mandiri dalam menjalankan aktivitas sehari-hari (Puspitasari et al 2023).

Dengan demikian, hasil penelitian ini membuktikan bahwa dukungan emosional merupakan faktor penting dalam meningkatkan kemandirian lansia. Oleh karena itu, keluarga memiliki peran penting dan lingkungan sekitar perlu memberikan perhatian dan dukungan emosional yang optimal agar lansia dapat mempertahankan bahkan meningkatkan kemandiriannya. Dukungan emosional yang baik dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis, rasa percaya diri, dan motivasi lansia untuk tetap aktif dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Lansia yang memperoleh dukungan emosional cenderung lebih mampu mempertahankan kemandiriannya dan mengurangi ketergantungan pada orang lain. Oleh karena itu, dukungan emosional berperan penting dalam meningkatkan kemandirian lansia.

D. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam menginterpretasikan hasil penelitian. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Desain penelitian

Penelitian ini menggunakan desain cross sectional, sehingga hanya dapat melihat hubungan antara variabel pada satu waktu tertentu dan tidak dapat menjelaskan hubungan sebab akibat secara pasti antara dukungan emosional

dengan kemandirian lansia.

2. Jumlah dan Sampel Terbatas

Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 55 lansia yang berada di satu wilayah yaitu Dusun Ngembak Desa Ngembak. Hal ini membatasi generalisasi hasil penelitian ke populasi lansia yang lebih luas dengan karakteristik sosial, budaya, dan ekonomi yang berbeda.

3. Penggunaan Instrumen Kuesioner

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner, sehingga sangat bergantung pada kejujuran dan pemahaman responden dalam menjawab pertanyaan. Kemungkinan adanya bias respon (response bias) atau kesalahan persepsi dalam memahami pertanyaan dapat memengaruhi hasil penelitian.

4. Variabel yang Diteliti Terbatas

Penelitian ini hanya meneliti hubungan antara dukungan emosional dan kemandirian lansia, tanpa mengkaji faktor lain yang mungkin memengaruhi kemandirian, seperti kondisi kesehatan fisik, penyakit kronis, tingkat pendidikan, status ekonomi, maupun dukungan sosial lainnya (instrumental, informasional, dan penghargaan).

5. Keterbatasan lokasi penelitian

Penelitian ini dilakukan hanya pada satu wilayah, sehingga hasil penelitian ini sangat bergantung pada karakteristik responden di lokasi tersebut dan mungkin berbeda jika dilakukan ditempat lain.