

Meneroka Beban Penjagaan dan Kesejahteraan dalam kalangan Penjaga Warga Emas Terlantar

Explore Caregiver Burden and Wellbeing in Caregivers of Bedridden Elderly

NIK NUR ALIAA ATHIRAH MOHD FAIZAL, KHADIJAH ALAVI & NORISMA AIZA ISMAIL

ABSTRAK

Kesejahteraan warga emas terlantar amat bergantung kepada penjaga mereka. Justeru, kajian ini akan meneroka bebanan penjagaan dan kesejahteraan warga emas terlantar di kediaman mereka. Kajian telah dilaksanakan secara kualitatif menggunakan teknik temubual bersemuka. Seramai 5 orang informan terdiri daripada penjaga warga emas terlantar di daerah Kota Bharu Kelantan telah berjaya ditemubual secara bersemuka. Hasil kajian telah dianalisis secara tematik menggunakan analisis manual. Hasil kajian menunjukkan terdapat empat tema beban penjagaan warga emas terlantar terdiri daripada tahap kebergantungan, masa penjagaan, tingkahlaku warga emas dan keupayaan daya tindak penjaga. Terdapat warga emas terlantar yang bergantung sepenuhnya kepada seorang penjaga sahaja dan tidak mahu individu lain melakukan aktiviti harian untuk mereka. Tingkah laku warga emas yang suka marah dan menengking menuntut kesabaran yang tinggi dan boleh memberi tekanan kepada penjaga. Sebahagian penjaga perlu memantau warga emas 24jam/7hari sehingga berlaku mengabaikan keperluan diri. Penjagaan berterusan boleh mengakibatkan penjaga mengalami 'burnout' dan 'spillover', seterusnya memerlukan masa untuk penjagaan diri. Penjaga mengakui bahawa mereka berisiko mendatangkan kesan buruk kepada warga emas seperti menyakiti hati atau perbuatan yang menyakitkan. Kesimpulannya, penjaga warga emas terlantar memerlukan masa untuk berehat seketika (Respite care). Oleh itu, dicadangkan program kesedaran mengenai keperluan penjaga untuk berehat dan penyediaan kemudahan dan perkhidmatan Respite care oleh pelbagai agensi perlu diperluaskan ke seluruh negara.

Kata kunci: Beban; penjaga; warga emas; terlantar; kesejahteraan

ABSTRACT

The well-being of the bedridden elderly depends greatly on their caregivers. Therefore, this study will explore the burden of care and the well-being of bedridden elderly people in their homes. The study was carried out qualitatively using the face-to-face interview technique. A total of 5 informants, consisting of bedridden elderly caregivers in Kota Bharu district of Kelantan, have been successfully interviewed. The results of the study were analyzed thematically using manual analysis. The results showed that there are four themes of the burden of caring for the bedridden elderly, namely the level of dependency, time of care, elderly behavior and caregiver's coping capability. There are elderly people who are completely dependent on a single caregiver and refuse their daily activities to be done by other individuals. The behavior of elderly people, who like to be angry and yell, demands a lot of patience and puts pressure on the caregiver. Some caregivers have to monitor the elderly 24 hours a day until they neglect their own needs. Continuous care might cause caregivers to experience burnout and spillover, thus needing time to care for themselves. Caregivers admit that they are at risk of causing adverse effects on the elderly, such as hurting them or their feelings. In conclusion, elderly caregivers need rest for a while (Respite care). It is suggested that an awareness program on the need for caregivers to rest and the provision of respite care facilities and services by various agencies should be expanded throughout the country.

Keywords: Burden; caregiver; elderly; bedridden; well-being

PENGENALAN

Dunia kini sedang mengalami pertambahan bilangan warga emas yang pesat. Malaysia juga

tidak terkecuali daripada mengalami fenomena yang sama. Di Malaysia, istilah warga emas digunakan dalam kalangan individu yang berumur 60 tahun ke atas. Istilah tersebut diambil bersempena dengan

kumpulan umur yang digunakan oleh Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu (PBB) semasa persidangan antarabangsa mengenai penuaan yang diadakan di Vienna pada tahun 1982 (JKM 2023). Bilangan dan peratusan warga emas negara didapati meningkat sepanjang tahun. Malah negara dijangka tergolong dalam kategori negara tua pada tahun 2030 iaitu apabila kumpulan warga emas ini mencecah 15% daripada keseluruhan penduduknya (Jabatan Perangkaan Malaysia 2022). Apabila Malaysia mengalami pertambahan bilangan warga emas yang ramai, maka negara juga berisiko mempunyai bilangan warga emas terlantar dan memerlukan bantuan penjaga. Peningkatan usia warga emas juga menyebabkan kemerosotan tahap kesihatan fizikal, mental, sosial dan ekonomi. Kebarangkalian warga emas terlantar akibat masalah kesihatan kronik seperti tekanan darah, penyakit jantung, patah tulang akibat kerap jatuh, anemia dan sebagainya. Perubahan tahap kesihatan warga emas ini menyebabkan mereka bergantung hidup kepada orang lain kerana tidak dapat melakukan aktiviti kehidupan harian seperti biasa (Sdo & Apma 2016). Justeru penjaga perlu memahami dan prihatin keperluan dan kehendak warga emas secara holistik dan komprehensif.

Berkdemir dan Ilhan (2019); Huda dan Reka (2020) mentafsirkan bahawa warga emas terlantar adalah mereka yang terlantar di katil dalam jangkamasa pendek atau panjang atas pelbagai sebab termasuklah penyakit kronik, umur tua dan kurang upaya. Warga emas terlantar tidak dapat melakukan sebahagian atau sepenuhnya aktiviti harian dan penjagaan kesihatan untuk dirinya sendiri (Berkdemir & Ilhan 2009; Tantirat et al. 2020). Oleh itu warga emas terlantar meletakkan sepenuhnya harapan kepada penjaga bagi memenuhi keperluan dan kehendak seharian mereka. Manakala Bains et al. (2010) pula mendefinisikannya sebagai orang yang terlantar untuk tempoh lebih daripada 15 hari dan 90% masa mereka itu tidak dapat bangun dari katil tanpa bantuan sesiapa.

Biasanya warga emas terlantar ini dijaga oleh penjaga samada penjaga formal dan penjaga tidak formal. Penjaga formal biasanya terdiri daripada individu yang dilantik secara rasmi daripada agensi tertentu untuk membantu aktiviti penjagaan dan biasanya perkhidmatan mereka berbayar. Pada masa kini perkhidmatan penjaga formal di dalam negara masih terhad dan tidak mampu dibayar oleh semua penjaga. Manakala penjaga tidak formal pula selalunya terdiri daripada ahli

keluarga terdekat seperti pasangan, anak-anak atau saudara mara. Selain itu, penjaga tidak formal juga boleh terdiri daripada bukan ahli keluarga seperti kawan atau jiran. Seringkali penjaga tidak formal melakukan aktiviti penjagaan warga emas atas dasar tanggungjawab, pertalian darah, perkahwinan, kasih sayang serta hubungan emosi seseorang (Khadijah et al. 2015; Abdullah et al. 2015; Nurhayati et al. 2017; Khadijah & Fazni 2022). Selalunya penjaga tidak formal berlaku secara automatik tanpa sebarang latihan dan pengalaman terutama sekali dalam bidang jagarawatan atau *nursing care* (Abdullah et al. 2015; Figueiredo et al. 2021; Hughes et al. 2014; Khadijah & Fazni 2022). Selain itu, penjagaan tidak formal juga dilakukan atas faktor nilai budaya, ketiadaan kemudahan dan perkhidmatan penjagaan dan ketidakmampuan kewangan untuk mengupah atau membayar perkhidmatan penjaga formal (Mendes et al. 2019).

Menjaga warga emas boleh memberi cabaran dan tekanan kepada penjaga terutama dalam kalangan warga emas yang berpenyakit dan terlantar (Abdullah et al. 2015; Khadijah & Fazni 2022). Bebanan yang dihadapi oleh penjaga adalah amat berat kerana perlu memberikan penjagaan sehabis baik agar warga emas terlantar dapat meneruskan kehidupan mereka. Di samping keperluan untuk menguruskan diri, kerjaya dan ahli keluarga, penjagaan warga emas terlantar menuntut komitmen yang tinggi daripada penjaga. Malah perhatian dan fokus jagaan mungkin lebih banyak berbanding ahli keluarga yang lain. Oleh itu, penjaga mungkin menghadapi pelbagai cabaran dan tekanan semasa melakukan aktiviti jagaan kepada warga emas terlantar ini. Cabaran-cabaran tersebut merangkumi aspek fizikal, emosi dan beban penjagaan (Mendes et al. 2019). Tambahan pula kurang pengetahuan, kemahiran dan pengalaman serta kurang sokongan daripada ahli keluarga, boleh menyebabkan penjaga tidak dapat memenuhi semua tanggungjawab mereka dengan sempurna. Sebaliknya penjaga mungkin berasa terbeban dengan pelbagai tanggungjawab yang dipikul mereka.

Mengikut Mendes et al. (2019) lagi beban penjagaan didefinisikan sebagai halangan kepada penjagaan yang ditimbulkan oleh kemasukan atau pengembangan aktiviti yang dilakukan dan berkaitan dengan beberapa faktor, dikaitkan dengan ciri-ciri orang tua, seperti tahap pergantungan dalam aktiviti harian, penjaga dan sokongan sosial kedua-duanya. Penjaga yang terbeban didapati boleh mengalami stress kronik yang akhirnya boleh memberi kesan

kepada penjagaan yang diterima oleh warga emas. Manakala Bekdemir & Ilhan (2019) pula menggunakan definisi beban penjagaan sebagai kepelbagaian tindakbalas kepada stres dan penilaian negatif yang dicetuskan daripada penjagaan yang diberikan.

Pada masa kini tidak ramai yang mengkaji mengenai beban penjagaan warga emas terlantar di dalam negara. Selalunya kajian lebih tertumpu kepada kumpulan warga emas secara umum. Oleh itu, dapatan kajian mungkin berbeza dengan hasil kajian sedia ada. Justeru itu, kajian ini dijalankan bertujuan untuk meneroka beban penjagaan dan kesejahteraan warga emas terlantar di kediaman mereka. Disamping dapat menyediakan data secara empirikal, hasil kajian dapat memberi pendedahan kepada masyarakat mengenai penjagaan warga emas terlantar di dalam negara. Oleh yang demikian diharapkan kajian ini akan mengkayakan lagi kajian-kajian mengenai penjagaan warga emas dan isu-isu penuaan di negara kita.

SOROTAN LITERATUR

ISU WARGA EMAS TERLANTAR

Isu penjagaan warga emas terlantar telah menjadi isu global dunia terutama dalam kalangan negara-negara maju seperti Amerika, United Kingdom, Jepun, Itali dan sebagainya. Bahkan isu ini juga telah membanjiri negara jiran kita seperti Singapura dan Thailand. Isu ini sangat penting kepada semua kerana hal ini bukan sahaja memberi cabaran kepada ahli keluarga untuk menjaga, malah turut meningkatkan perbelanjaan negara terutama dalam aspek rawatan dan sistem penjagaan kesihatan (Bains et al. 2010; Batista et al. 2023). Di hospital dan sebahagian pusat jagaan, penjagaan untuk warga emas terlantar juga dikenali sebagai penjagaan paliatif. Biasanya rawatan dan penjagaan warga emas ini memerlukan penjagaan yang khusus dan tempoh penjagaan adalah sehingga ke akhir hayat mereka. Oleh yang demikian perbelanjaan terhadap rawatan dan penjagaan untuk warga emas terlantar ini adalah lebih tinggi berbanding warga emas tidak terlantar. Biasanya untuk mengelakkan perbelanjaan yang tinggi, pihak hospital atau institusi jagaan akan mengeluarkan warga emas terlantar yang telah menerima rawatan dalam suatu tempoh agar dapat dijaga oleh ahli keluarga di rumah mereka. Malah di

negara Sweden, pertandingan bilangan warga emas paling rendah yang dimasukkan ke wad hospital diadakan dalam kalangan pihak berkuasa tempatan bertujuan untuk mengurangkan perbelanjaan negara.

Sumber utama penjagaan warga emas terlantar di kebanyakan negara adalah dalam kalangan ahli keluarga (Batista et al. 2023). Begitu juga dengan Malaysia. Kebanyakan warga emas terlantar dijaga di rumah warga emas atau di rumah penjaga mereka. Mengikut Bains et al. (2010), kebanyakan warga emas menikmati kualiti hidup lebih baik apabila dijaga di rumah. Ini kerana penjagaan di rumah dikatakan dapat menyediakan penjagaan secara eksklusif dan dijaga sendiri oleh ahli keluarga mereka. Walau bagaimanapun, biasanya individu yang menjadi penjaga kepada warga emas ini berlaku secara tiba-tiba kerana individu tersebut merupakan ahli keluarga terdekat atau hanya mereka sahaja ahli keluarga yang ada dan mereka tiada pilihan (Batista et al. 2023). Penjaga biasanya tiada kemahiran, kurang pengetahuan dan ada di antara mereka yang langsung tiada pengalaman menjaga warga emas. Akibatnya penjaga mungkin berdepan dengan pelbagai kesukaran dan merasa terbeban dengan aktiviti penjagaan.

FAKTOR BEBAN PENJAGAAN

Dapatan kajian lepas menunjukkan bahawa terdapat pelbagai faktor beban penjagaan yang berkaitan dengan penyediaan penjagaan warga emas terlantar. Faktor-faktor beban penjagaan tersebut adalah seperti berikut:

KEADAAN KESIHATAN WARGA EMAS DAN PENJAGA

Kebanyakan pengkaji mendapati faktor utama beban penjagaan warga emas adalah berkaitan dengan keadaan kesihatan dan mental warga emas dan penjaga (Bekdemir & Ilhan, 2019; Hyodo et al. 2003; Naruki et al. 1996; Rha et al. 2015; Sanuade & Boatemaa 2015). Warga emas yang mempunyai masalah kesihatan seperti mengidap pelbagai penyakit kronik serta mengalami masalah mental seperti penyakit alzheimer dan demensia atau lebih dikenali sebagai nyanyuk akan merumitkan penjaga dalam memberikan perkhidmatan penjagaan. Di samping itu, perbelanjaan untuk rawatan kesihatan warga emas ini juga adalah tinggi dan hal ini akan melibatkan tahap kemampuan penjaga dan ahli

keluarga dalam memberikan rawatan dan penjagaan kepada warga emas yang dijaga.

Selain kesihatan warga emas, kesihatan penjaga juga sangat penting dan masalah ini didapati mempunyai perkaitan dengan beban penjagaan. Masalah kesihatan yang dimaksudkan di sini merangkumi masalah kesihatan fizikal dan tekanan psikologi (Mamon & Daovisan 2023). Penjaga yang melakukan aktiviti penjagaan sepenuh masa dan tanpa bantuan orang lain boleh terdedah kepada masalah kesihatan seperti depresi dan kemurungan, mengalami masalah kesihatan yang lebih teruk, penyalahgunaan bahan termasuk *hipnotik dan anxiolytics* serta merokok (Mendes et al. 2019). Penjaga yang tiada masalah kesihatan atau dapat mengekalkan kesihatan yang baik melaporkan beban penjagaan lebih rendah berbanding penjaga yang tidak menjaga kesihatan atau tidak mendapatkan rawatan kesihatan untuk diri mereka (Bekdemir & Ilhan 2019). Dengan kata lain, penjaga yang sihat sudah tentu dapat melakukan aktiviti penjagaan warga emas tanpa sebarang halangan. Sebaliknya jika penjaga sendiri mengalami masalah kesihatan dan tekanan psikologi, maka sedikit sebanyak akan menjejaskan penjaga daripada melakukan semua aktiviti harian untuk warga emas terlantar. Oleh itu, adalah amat penting kepada seseorang penjaga untuk memastikan dirinya sentiasa sihat bagi membolehkan aktiviti penjagaan dapat diberikan dengan sebaiknya.

TAHAP KEBERGANTUNGAN WARGA EMAS

Mengikut Euda et al. (1994), faktor beban penjagaan juga didapati mempunyai perkaitan dengan bilangan masalah warga emas dalam melakukan aktiviti harian (ADL). Semakin banyak bilangan masalah aktiviti harian yang dihadapi oleh warga emas, maka semakin tinggilah beban penjagaan yang perlu dihadapi oleh penjaga. Kesukaran ini dikaitkan dengan kekurangan pengetahuan dan teknologi, kemahiran dan persekitaran fizikal (Mendes et al. 2019). Namun begitu, dikatakan bahawa beban penjagaan akan berkurangan sekiranya ramai ahli keluarga yang membantu tetapi sebaliknya penjaga terpaksa memikul bebanan berseorangan. Kajian beliau juga menyatakan bahawa adalah tidak baik untuk menggalakkan warga tua terbaring di atas katil kerana ini akan menurunkan keupayaan warga emas untuk melakukan aktiviti harian mereka. Walau bagaimanapun dapatan kajian lain mendapati penjaga yang memberi penjagaan kepada

sebahagian aktiviti penjagaan merasa terbeban apabila ada penambahan aktiviti penjagaan yang lain. Sebaliknya penjaga kepada warga emas yang bergantung sepenuhnya sememangnya telah menjangkakan aktiviti yang perlu dilakukan setiap hari. Oleh itu, penjaga ini dapat mengatur rutin aktiviti dengan lebih mudah dan kurang bebanan penjagaan dilaporkan (Bekdemir & Ilhan 2019).

FAKTOR UMUR

Hasil kajian juga menunjukkan bahawa faktor umur warga emas dan penjaga mempunyai hubungan positif dengan beban penjagaan (Euda et al. 1994; Hyodo et al. 2003; Mendes et al. 2019). Warga emas yang lebih berusia selalunya mengalami kemerosotan tubuh yang lebih teruk berbanding kumpulan umur yang muda. Warga emas berumur 70 tahun ke atas dikatakan mempunyai keupayaan yang terbatas dalam melakukan apa-apa sahaja terhadap diri mereka. Akibatnya bantuan diperlukan daripada penjaga untuk membolehkan warga emas tersebut meneruskan kehidupan mereka (Batista et al. 2023). Waktu di atas katil juga didapati lebih lama dan jarak pergerakan dengan kerusi roda lebih terhad untuk warga tua yang lemah apabila umur mereka meningkat.

Selain warga emas, faktor umur penjaga juga dikatakan mempunyai perkaitan signifikan dengan beban penjagaan. Semakin berumur seseorang penjaga, semakin tinggi beban penjagaan yang dilaporkan (Mendes et al. 2019). Walau bagaimanapun dapatan kajian Bekdemir dan Ilhan (2019) adalah sebaliknya. Beliau menjelaskan bahawa penjaga berumur mungkin rasa terbeban disebabkan oleh keupayaan fizikal yang terhad disamping mempunyai bilangan masalah kesihatan yang lebih banyak berbanding penjaga muda.

MASA PENJAGAAN

Hasil kajian Mendes et al. (2019) mendapati beban penjagaan meningkat apabila masa penjagaan bertambah. Kebanyakan penjaga memperuntukan sepenuh masa atau sebahagian besar masa mereka bersama warga emas terlantar. Sebagai contoh, warga emas terlantar mempunyai kemampuan fizikal yang terhad dan memerlukan bantuan penjaga untuk menyediakan, menyuap dan memantau aktiviti makan mereka. Penjaga juga perlu menemani warga emas sehinggalah mereka selesai makan (Riza et al. 2023). Oleh itu, masa penjagaan sangat panjang. Malah

penjaga tidak mempunyai masa untuk diri mereka sendiri dan aktiviti pembangunan sosial dan budaya. Masa penjagaan yang lama dan berterusan juga boleh menyebabkan penjaga letih dan bosan, malah boleh mencetuskan 'rasa keletihan melampau' (burnout). Selain itu, terdapat juga sebahagian penjaga yang dikatakan tidak mendapat tidur yang cukup, tidak menikmati makanan sihat dan kurang bersenam (Bekdemir & Ilhan 2019). Dalam kalangan penjaga yang masih bekerja pula, didapati sebahagian daripada penjaga berputus asa dan mengambil keputusan untuk berhenti kerja disebabkan aktiviti penjagaan warga emas yang memerlukan bantuan penjaga di sepanjang masa (Mendes et al. 2019).

LATAR BELAKANG PENJAGA

Kajian juga menunjukkan latar belakang seperti gender, pekerjaan, penjaga yang tinggal bersama dan jenis rumah yang didiami turut mempunyai perkaitan dengan beban penjagaan. Dari segi gender, didapati penjaga wanita mempunyai beban penjagaan yang lebih tinggi berbanding lelaki (Brodaty et al. 2014; Etters et al. 2008; Sousa et al. 2016). Namun begitu hasil kajian ini didapati tidak konsisten kerana kajian lain menunjukkan bahawa tiada perbezaan di antara penjaga lelaki dan wanita dengan beban penjagaan (Bekdemir & Ilhan 2019; Orak & Sezgin 2015; Roopchand-Martin & Creary-Yan 2014; Sanuade & Boatemaa 2015). Malah, penyelidik berkenaan mengaitkan beban penjagaan wanita tinggi mungkin disebabkan oleh tanggungjawab normal yang lain seperti melakukan kerja rumah, penjagaan anak, pekerjaan, ciri-ciri personaliti dan sebagainya.

Dari segi pekerjaan pula, penjaga yang tidak bekerja menunjukkan beban penjagaan lebih tinggi berbanding penjaga yang bekerja. Keadaan ini dikaitkan dengan penjaga yang bekerja di luar rumah tidak menjadi penjaga utama, tidak melakukan aktiviti penjagaan sepenuh masa, dan masa menjaga warga emas mereka lebih pendek berbanding penjaga yang tidak bekerja (Bekdemir & Ilhan 2019). Selain itu, kajian oleh Adelman et al. (2014) dan Conde-Sala et al. (2010) pula mendapati penjaga yang tinggal serumah dengan warga emas dan mempunyai peranan secara langsung dengan penjagaan fizikal (Sanuade & Boatemaa 2015) mencatatkan beban penjagaan yang lebih tinggi berbanding penjaga yang tidak tinggal bersama.

Dari segi jenis rumah pula, hasil didapati penjaga yang mendiami rumah jenis flat atau apartment mencatatkan beban penjagaan yang

lebih tinggi berbanding penjaga yang tinggal di rumah sesebuah. Penyelidik menyatakan bahawa biasanya di negara-negara maju penghuni yang menghuni rumah sesebuah merupakan mereka yang mempunyai kedudukan sosioekonomi yang lebih baik berbanding penghuni di rumah flat atau apartment. Oleh yang demikian status ekonomi dan kemampuan penjaga adalah berbeza (Bekdemir & Ilhan 2019).

KEUPAYAAN DAYA TINDAK PENJAGA

Menurut Naruki et al. (1996), penjaga yang mempunyai keupayaan untuk mengatasi tekanan yang tinggi dijangka mampu mengurangkan beban penjagaan. Keupayaan daya tindak penjaga ini merangkumi aspek kebolehan dan kemahiran diri penjaga dalam mengatasi tekanan yang dihadapinya.

KESEJAHTERAAN HIDUP

Kajian ini menggunakan konsep kesejahteraan hidup yang dinilai secara subjektif. Mengikut Cummins et al. (2010), beliau mentakrifkan kesejahteraan ini sebagai keadaan minda yang biasanya positif yang melibatkan keseluruhan pengalaman hidup dan merangkumi kepuasan dan kebahagiaan. Dalam konteks kajian ini, penjaga warga emas terlantar memerlukan penjagaan emosi yang stabil supaya mereka dapat memberikan perkhidmatan yang terbaik kepada warga emas yang dijaga. Warga emas terlantar yang menerima layanan dan bantuan aktiviti harian yang baik pula dapat menikmati kesejahteraan hidup yang tinggi. Kajian yang dijalankan oleh (Rahimah 2015) menyimpulkan bahawa warga emas sememangnya mengharapkan penjagaan dan bantuan daripada anak dewasa dan ahli keluarga lebih-lebih lagi dari segi fizikal dan emosi supaya dapat menjalani kehidupan yang lebih baik.

METODOLOGI

Kajian ini dilaksanakan menggunakan pendekatan kualitatif. Lokasi kajian adalah di daerah Kota Bharu, Kelantan. Penyelidik menggunakan persampelan bebola salji (*Snowball*). Seramai 5 orang informan yang terdiri daripada penjaga warga emas terlantar di daerah Kota Bharu Kelantan telah dikenalpasti dan berjaya ditemubual secara bersemuka menggunakan teknik temubual mendalam separa berstruktur dan telah mencapai

titik tepu. Jumlah informan berhenti melalui temubual dan pemerhatian kepada 5 orang informan kerana kemunculan tema yang hampir sama dan berulang kali mendapat maklumat yang hampir sama. Sampel kajian yang menggunakan kes khusus atau informan homogeneous biasanya tahap tepu akan berlaku selepas temubual sekurang-kurangnya 5 orang informan (Mwita 2022; Hennink et al. 2022; Guest et al. 2020). Informan dipilih berdasarkan kriteria kemasukan yang telah ditetapkan iaitu penjaga utama kepada warga emas terlantar (individu yang paling banyak memperuntukkan masa untuk penjagaan warga emas), tinggal bersama warga emas terlantar di dalam satu kediaman yang sama di daerah Kota Bharu Kelantan, berusia 18 tahun ke atas dan telah menjaga warga emas untuk tempoh sekurang-kurangnya 4 minggu ke atas. Informan yang tidak mempunyai ciri-ciri yang dinyatakan ini akan dikecualikan daripada menyertai kajian ini. Soalan yang digunakan semasa temu bual adalah berdasarkan objektif kajian. Sesi temubual dijalankan antara 30 minit hingga 60 minit bergantung kepada toleransi responden. Kesahan dan kebolehppercayaan terhadap garis panduan soalan temubual bersemuka dan tema yang dibentuk telah dilakukan oleh penyelia dan pakar bidang. Penyelidik telah merekodkan maklumat informan ke dalam buku catatan dan rakaman suara menggunakan

telefon pintar. Hasil kajian telah dianalisis secara tematik menggunakan analisis manual. Hasil temu bual ditukar dalam bentuk transkrip dan dianalisis mengikut tema-tema bagi menjawab objektif kajian.

HASIL KAJIAN

LATAR BELAKANG PENJAGA WARGA EMAS TERLANTAR

Hasil kajian menunjukkan bahawa sejumlah 5 orang informan terdiri daripada penjaga warga emas telantar telah berjaya dikenalpasti dan ditemubual dalam kajian ini. Kesemua penjaga ini adalah anak dan cucu kepada warga emas yang dijaga. Daripada lima 5 orang informan tersebut, seorang (1) penjaga adalah lelaki dan empat (4) orang wanita. Umur informan adalah di antara 18 tahun sehingga 31 tahun. Empat daripada mereka masih bujang kecuali seorang telah berkahwin. Tiga daripada informan masih bekerja dan salah seorang daripada mereka bekerja di sektor awam iaitu sebagai pembantu pegawai perubatan dan dua lagi bekerja sendiri. Manakala dua orang lagi tidak bekerja. Dari segi pendidikan, didapati dua (2) orang informan memiliki pendidikan di peringkat ijazah, seorang diperingkat diploma dan dua orang di peringkat SPM (Jadual 1).

JADUAL 1. Latar Belakang Penjaga Warga Emas Terlantar

Informan	Jantina	Hubungan	Umur	Status perkahwinan	Pendidikan	Pekerjaan
1	Lelaki	Anak	25	Bujang	Diploma	Penolong Pegawai perubatan
2	Perempuan	Anak	18	Bujang	SPM	Tidak bekerja
3	Perempuan	Cucu	31	Berkahwin	SPM	Bekerja sendiri
4	Perempuan	Cucu	24	Bujang	Ijazah	Tidak bekerja
5	Perempuan	Anak	24	Bujang	Ijazah	Bekerja sendiri

FAKTOR BEBAN PENJAGAAN WARGA EMAS TERLANTAR

Hasil kajian menunjukkan empat tema berkaitan faktor beban penjagaan warga emas terlantar telah berjaya diperolehi. Faktor-faktor tersebut terdiri daripada tahap kebergantungan, masa penjagaan, tingkahlaku warga emas dan keupayaan daya tindak penjaga.

1. Tahap Kebergantungan Warga Emas

Warga emas terlantar sememangnya bergantung hampir sepenuhnya kepada penjaga untuk melakukan aktiviti harian mereka. Sebahagian warga emas terlantar perlukan penjaga untuk membantu mereka mendapatkan rawatan atau ubat pada waktu tertentu. Segelintir warga emas pula menuntut penjaga untuk sentiasa berada di sisi mereka di sepanjang masa. Oleh yang demikian, penjaga sukar meninggalkan warga emas terlantar walaupun untuk seketika. Selain itu, terdapat warga emas yang tidak mahu individu lain melakukan aktiviti harian mereka kecuali penjaga tertentu sahaja. Sekiranya penjaga ingkar maka respon negatif akan berlaku termasuklah bercakap seorang diri, makanan tidak dihabiskan dan sebagainya. Oleh itu, beban penjagaan tidak dapat dikongsikan dengan orang lain yang mana hal ini pastinya memenatkan dan membebankan penjaga tersebut. Berikut adalah petikan dialog-dialog temubual yang membuktikan perkara ini berlaku:

“Klu mace orey tua hok saya jaga ni, kena cucuk insulin sokmo sebab dia ada masalah gula dalam darah. Klu tak cucuk insulin gak badan tu jadi lemah dokpun brehi kecek sorey sebab gula dale darah takdok....” (Informan 1).

“Tok ayah sokmo gapo-gapo nak kak ina jah buat, contoh klu nak makan tokseii orang lain buat, nak kak ina jah. Klu tunggu lama pun tunggu lamalah. Klu orang lain buat dia takkan habis makan....” (Informan 3).

“Kita kena duduk nge dio sokmo, klu dok gak duk meta dia panggil, duk meta panggil. Pastu dia klu kita gi dapur meta ko panggil lah suruh teman sebab dia rasa sunyi. Saya sokmo kena bagi makan ikut masa. Pagi gak lepas subuh buat doh makanan, tengah hari gak ready nasi. Bagi makanan hok boleh hadam dengan mudahlah....” (Informan 4).

2. Masa Penjagaan

Penjaga menyatakan bahawa pada satu tahap mereka akan mengalami fasa tertekan kerana penjagaan yang diberikan adalah sepanjang hari tanpa henti.

Penjaga warga emas terlantar tidak mempunyai masa untuk keluar rumah atau masa untuk bersosial di luar walaupun sekejap kerana mereka perlu memberikan penjagaan kepada warga emas terlantar. Hal ini akan lebih terkesan kepada penjaga yang masih muda. Malah terdapat penjaga yang menyatakan bahawa beliau perlu menjaga warga emas 24 jam sehari. Oleh itu, masa mereka hanya di rumah sahaja. Walaupun penjaga mempunyai keinginan untuk keluar bersiar-siar, tetapi penjaga perlu berkorban diri daripada memenuhi keinginan tersebut atau terlibat dengan aktiviti sosial yang lain. Penjaga melaporkan bahawa bebanan ini berlaku terutama ketika waktu kerja. Manakala pada hujung minggu pula dikatakan anak-anak ingin berehat dan penjaga perlu meluangkan masa bersama keluarga. Oleh yang demikian, tiada waktu untuk keluar dari rumah mereka.

“nak jugaklah gi jalan-jalan tu, tengok orey gi sini kita pun teringinlah jugak tapi tokleh nak gi sapo nok jaga tok ayah klu bukan kak ina. Kita pulak kena beralah takleh nak gi mana-mana sebab kena jaga tok ayah, biarlah orey lain gi derak pun...” “...Klu tgk orang lain gak sokmo gi jalan-jalan dengan familylah, gi beli baju baru, gi makan-makan. Kita pun kadang-kadang teringin jugoklah nak gitu tapi gak tokleh nak gi mana-mana....” (Informan 3)

“Kita kena duduk nge dio sokmo, klu dok gak duk meta dia panggil, duk meta panggil (Informan 4).

“Saya jaga memang 24 jam lah, memang duduk nge warga emas tu sokmo. Saya takdok gi mana, saya duk rumah tu pun kecek nge warga emas jah takdok orey lain. Orey lain gi kijo tubik pagi balik malam, gitulah saya selama hari kerja. Klu hari minggu pulak, mestilah anak-anak nak rehat pulak, spend time dengan family sendiri...” (Informan 5).

3. Tingkahlaku Warga Emas

Tingkah laku warga emas yang suka marah, menengking dan sebagainya boleh memberi tekanan dan cabaran kepada penjaga. Sikap demikian sukar diubah kerana penjaga menyatakan bahawa sikap tersebut telah sebatikan dengan warga emas sejak mereka masih muda lagi dan telah menjadi kebiasaan kepada warga emas sehingga ke hari ini.

“tok ayah ni sebab dia ni suka jerkah tu memey sifat dia jak mudo lagi. Jerkah tu benda biasa hok dia buat...” . “...dulu gak klu nangis tu sokmolah.. dahlah kena marah”... (Informan 3).

“Tok saya hok saya jaga tu nak oyak bekeng tak bekeng jugak... (informan 4)

4. Keupayaan Daya Tindak Penjaga

Kajian ini juga menunjukkan bahawa penjaga perlu mempunyai keupayaan daya tindak diri yang tinggi dalam menghadapi karenah warga emas terlantar. Permintaan warga emas untuk penjaga sentiasa ada di sisi mereka, sikap warga emas yang garang, suka menengking penjaga, memilih penjaga dan tindakan warga emas tidak menghabiskan makanan merupakan contoh-contoh jawapan yang memberi cabaran dan tekanan kepada penjaga. Dalam situasi ini, penjaga perlu mempunyai tahap kesabaran yang tinggi, menahan keinginan diri dan menurut kata warga emas yang dijaga.

“...kena banyak sabarlah dale jaga tok ayah ni sebab dia ni suka jerkah tu memey sifat dia jak muda lagi. Jerkah tu benda biasa hok dia buat...” (Informan 3).

“Tok saya hok saya jaga tu nak oyak bekeng tak bekeng jugak... tp gak sokmo nak suruh orey duduk nge dia...” (Informan 4).

KESEJAHTERAAN WARGA EMAS TERLANTAR

Penjaga juga ditanya mengenai apa-apa yang diperlukan untuk meningkatkan kesejahteraan hidup warga emas terlantar. Penjaga melaporkan bahawa adalah penting untuk memastikan penjaga mendapat rehat seketika daripada melakukan aktiviti penjagaan. Penjaga boleh berasa keletihan yang melampau atau dikenali sebagai *burnout* akibat aktiviti penjagaan yang berterusan. Sekiranya penjaga memiliki masa untuk diri sendiri, dikatakan bahawa penjaga berupaya untuk kembali bertenaga dan dapat menyediakan aktiviti penjagaan seterusnya dengan baik. Sebaliknya penjaga mengakui bahawa tekanan dan cabaran yang dialami boleh mendatangkan kesan buruk terutama kepada warga emas terlantar termasuklah menyakiti hati warga emas atau perbuatan yang menyakitkan mereka.

“hok paling penting gak kita kena ambik jugak off day klu rasa diri tu letih sangat gak memey kena off day. Bukan gapo sebab klu kita kijo dengan keadaan huk serabut gak takut ada huk sakit hati, tersakiti daripada perbuatan hok kita buat. Me time tu penting sebab kita kena ada jugak masa untuk diri sendiri, ya memey betul kita jaga orey tapi kita pun kena jaga diri sendiri jugak untuk fresh untuk jaga warga emas tu hari seterusnya...” (Informan 1).

“Kadang2 memang burnout sebab kita takleh tubik keii, kena duk rumah 24 jam jaga ore tua...” (Informan 4).

Penjaga berhadapan dengan pelbagai cabaran dan beban psikologi yang berat dan ianya tidak boleh dibiarkan di bawah tekanan yang psikologi yang tinggi untuk jangka masa yang lama. Penjaga memerlukan bantuan sokongan kaunseling psikologi untuk melegakan tekanan perasaan dan mengekalkan emosi baik. Kajian lepas membuktikan bahawa sokongan penjaga formal adalah amat penting bagi mengurangkan tekanan penjagaan (Manzini 2020; Zhong 2020). Penjaga warga emas terlantar yang menerima penghargaan dan dipuji oleh masyarakat dan jururawat komuniti dapat memberi kepuasan diri, rasa sendiri penjaga menjadi bertambah baik sehingga kesejahteraan warga emas juga akan berkualiti (Guo et al. 2023).

PERBINCANGAN DAN CADANGAN

Tujuan kajian ini adalah untuk meneroka beban penjagaan dan kesejahteraan warga emas terlantar di daerah Kota Bharu, Kelantan. Kajian ini dilaksanakan secara kualitatif dalam kalangan penjaga yang menjaga warga emas terlantar di kediaman mereka. Latar belakang penjaga menunjukkan bahawa penjaga utama warga emas terlantar terdiri daripada ahli keluarga iaitu anak dan cucu kepada warga emas. Dapatan kajian ini menyokong sorotan literatur yang membincangkan hal ini. Hubungan di antara penjaga dan warga emas dalam kajian ini jelas menunjukkan bahawa penjagaan berlaku secara automatik dalam kalangan ahli keluarga terdekat dan atas dasar rasa tanggungjawab dan kasih sayang. Walau bagaimanapun, cadangan oleh Bains et al. (2010) dan Guo et al. (2023) agar ahli keluarga menjalani latihan penjagaan secara formal dan profesional (Naruki et al. 1996; Batista et al. 2023) terutama dalam kalangan warga emas terlantar dan nyanyuk perlu diberi perhatian serius dalam meningkatkan kualiti penjagaan warga emas. Latihan ini bukan sahaja akan memudahkan penjaga, malah boleh mengurangkan beban penjagaan yang dihadapi mereka.

Dari aspek gender, hasil kajian juga menyokong dapatan kajian lepas yang menyatakan lebih ramai penjaga adalah wanita berbanding lelaki. Ketidakseimbangan gender ini amat berkait rapat dengan jangka hayat wanita yang didapati lebih tinggi berbanding lelaki. Kecenderungan lelaki untuk meninggal dunia lebih awal menyebabkan ramai kalangan warga emas adalah wanita. Tambahan pula dalam masyarakat kita, telah menjadi budaya

dan dianggap normal bagi wanita melaksanakan tanggungjawab penjagaan termasuklah anak-anak dan warga emas di rumah. Sifat semulajadi wanita yang lebih lembut dikatakan mampu memberi keselesaan kepada orang yang dijaga (Zati Sabrina et al. 2020)

Dari segi umur pula, didapati lebih ramai penjaga muda dan berstatus bujang memainkan peranan untuk melaksanakan tanggungjawab menjaga warga emas terlantar yang dikaji. Keadaan ini mungkin disebabkan oleh peranan orang muda yang belum mempunyai tanggungjawab terhadap keluarga sendiri menyebabkan mereka mempunyai lebih masa untuk melakukan aktiviti penjagaan berbanding mereka yang telah berkeluarga. Dari aspek pekerjaan, lebih separuh daripada penjaga didapati masih bekerja dan kajian ini tidak menampakkan faktor kewangan menjadi beban kepada penjagaan warga emas terlantar (Mamom & Daovisan 2022). Oleh sebab itu tidak hairanlah faktor kewangan langsung tidak disuarakan oleh penjaga sebagai suatu perkara yang membebankan mereka.

Selain faktor latar belakang, hasil kajian menunjukkan terdapat empat faktor beban penjagaan yang berkaitan dengan penyediaan penjagaan warga emas terlantar. Faktor-faktor tersebut terdiri daripada tahap kebergantungan, masa penjagaan, tingkahlaku warga emas dan keupayaan daya tindak penjaga. Warga emas terlantar didapati bergantung sepenuhnya kepada penjaga malah memerlukan penjaga untuk berada setiap masa dengan mereka. Keperluan ini sangat kritikal dalam kalangan warga emas yang memerlukan penjaga membantu mereka dalam aktiviti pengambilan ubat atau rawatan kesihatan mengikut waktu yang ditetapkan (Farnaz et al. 2022). Selain itu, terdapat segelintir warga emas yang tidak mahu individu lain melakukan aktiviti harian untuk mereka selain daripada penjaga utama. Keadaan ini membataskan penjaga untuk berkongsi beban penjagaan dengan individu yang lain.

Hampir semua penjaga warga emas terlantar tinggal bersama-sama dalam satu kediaman, maka masa penjagaan adalah berterusan iaitu daripada waktu pagi sehingga ke malam hari. Malah ada yang melaporkan bahawa mereka perlu menjaga warga emas 24 jam sehari. Mengikut Euda et al. (1994), beban penjagaan lebih dirasakan pada waktu malam. Tanggungjawab ini bukan sahaja memenatkan tetapi juga membataskan penjaga daripada berehat, keluar daripada situasi penjagaan dan melakukan

aktiviti sosial bersama keluarga dan ahli masyarakat yang lain. Keinginan penjaga untuk melakukan sesuatu perkara juga perlu dilupakan semata-mata untuk menunaikan tanggungjawab menjaga warga emas terlantar. Penjaga juga mengatakan bahawa mereka boleh berasa keletihan yang melampau (burnout) kerana tempoh penjagaan yang panjang. Di samping tidak mendapat rehat dan tidur yang cukup, dibimbangi dalam tempoh yang panjang, kesihatan penjaga boleh terjejas seperti mengalami kemerosotan penyakit sedia ada atau berisiko untuk mendapat masalah kesihatan yang baru seperti mendapat penyakit kronik dan sebagainya. Walau bagaimanapun beban yang dialami penjaga boleh dikurangkan dengan adanya sokongan sosial. Bantuan yang boleh diberikan termasuklah mengambil tanggungjawab, pemantauan luaran dan melakukan tugas harian (Mamom & Daovisan 2022). Sokongan sosial juga akan membuatkan penjaga tidak lagi berasa keseorangan, tidak berdaya, tidak mengalami masalah kesihatan atau kemerosotan dalam masalah kesihatan sedia ada (Bekdemir & Ilhan 2019). Justeru itu, adalah dicadangkan agar galakan untuk ahli keluarga dan masyarakat dalam memberikan sokongan kepada penjaga warga emas terlantar dapat dilakukan dalam pelbagai bentuk dan saluran media masa. Promosi tersebut termasuklah mengadakan pelbagai kempen, pertandingan, ceramah awam dan sebagainya.

Faktor tingkah laku warga emas yang menunjukkan sikap negatif kepada penjaga seperti menengking, marah dan sebagainya pula boleh memberi cabaran dan tekanan kepada penjaga. Oleh yang demikian, keupayaan daya tindak penjaga seperti memiliki kesabaran yang tinggi, mampu menahan diri dan menurut kata-kata warga emas memainkan peranan penting ketika penjaga menghadapi situasi ini (Mamom & Daovisan 2022). Di sini faktor kerohanian dan agama mungkin boleh menjadi satu penampan untuk warga emas dan penjaga untuk bersikap lebih rasional. Oleh itu, adalah disarankan agar sebarang program intervensi berkaitan penjagaan warga emas turut mengambil kira aspek kerohanian dan keagamaan dalam model yang digunakan nanti (Santoz et al 2022; Koper et al. 2019).

Penjaga amat memerlukan masa untuk berehat seketika daripada melakukan aktiviti penjagaan yang berterusan. Keperluan rehat ini amat penting bagi mengembalikan semula tenaga dan semangat penjaga untuk menyediakan aktiviti penjagaan pada hari seterusnya. Penjaga juga perlukan masa

untuk dirinya sendiri agar mereka dapat melakukan apa yang diinginkan (Marinho et al. 2022). Tanpa sokongan ini, penjaga akan mengalami keletihan melampau. Apa yang membimbangkan adalah sekiranya kesejahteraan penjaga tidak diuruskan dengan baik maka mustahil penjagaan ke atas warga emas terlantar dapat disediakan dengan baik. Malah penjaga berisiko untuk menyakitkan hati warga emas yang dijaga. Lebih membimbangkan sekiranya penjaga sanggup bertindak di luar kawalan sehingga membawa kepada isu pengabaian dan penderaan warga emas terlantar.

Untuk merealisasikan keperluan penjagaan warga emas, maka pihak kerajaan perlulah memainkan peranan dalam mewujudkan kesedaran orang awam khususnya dalam kalangan ahli keluarga untuk bersama-sama bertindak serta memberi sokongan kepada penjaga warga emas terlantar dengan memberikan ruang dan peluang kepada mereka untuk berehat seketika daripada aktiviti penjagaan. Selain itu penyediaan kemudahan dan perkhidmatan penjagaan sementara oleh pelbagai agensi perlu diperluaskan ke seluruh negara agar negara dapat mengekalkan penjagaan warga emas di rumah dengan cara mengurangkan beban kepada penjaga (Khadijah & Fazni 2022). Situasi ini juga dilihat mampu mengurangkan bilangan warga emas di hospital dan institusi penjagaan, sekaligus mengurangkan kos negara dalam hal ehwal warga emas.

Walau bagaimanapun, kajian ini sekadar menghasilkan data asas mengenai beban penjagaan dan kesejahteraan warga emas terlantar di dalam negara khususnya di daerah Kota Bharu, Kelantan. Data kajian ini bergantung sepenuhnya kepada persepsi informan dalam memberikan maklumat dan limitasinya mungkin terhad kepada sampel yang mempunyai ciri-ciri penjaga yang sama. Oleh itu, hasil kajian tidak boleh digunakan untuk menggambarkan keseluruhan penjaga warga emas terlantar di Malaysia. Justeru, pada masa akan datang kajian lebih terperinci dengan jumlah sampel yang lebih besar di pelbagai lokasi perlu dilakukan dengan mengambil kira pelbagai aspek lain termasuklah latar belakang, aktiviti penjagaan, penerimaan sokongan, strategi daya tindak, bilangan penjaga dan sebagainya bagi mengukuhkan lagi dapatan hasil kajian ini.

KESIMPULAN

Secara keseluruhannya mendapati bahawa beban penjagaan warga emas terlantar dipengaruhi oleh

empat faktor iaitu tahap kebergantungan warga emas, masa penjagaan, tingkahlaku warga emas dan keupayaan daya tindak penjaga. Sumber utama penjaga warga emas uzur adalah terdiri daripada ahli keluarga terdekat. Beban penjagaan bukan sahaja menuntut kesabaran yang tinggi, tetapi turut menjejaskan keperluan diri penjaga yang lain. Penjaga juga berisiko mendatangkan kesan negatif kepada warga emas akibat aktiviti penjagaan yang berpanjangan. Justeru, untuk menjamin kesejahteraan kedua-dua pihak khususnya kepada warga emas terlantar, maka penjaga memerlukan masa untuk berehat seketika (*respite care*).

Kajian ini mencadangkan agar program kesedaran mengenai keperluan untuk penjaga berehat seketika ini dilaksanakan dalam kalangan ahli keluarga dan masyarakat Malaysia. Mengalakkan program penyediaan kemudahan dan perkhidmatan penjagaan sementara (*respite care*) oleh pelbagai agensi berkaitan perlu diperluaskan ke seluruh negara. Selain untuk ketenangan diri, penjaga dapat mengembalikan tenaga dan semangat untuk kembali melaksanakan tanggungjawab penjagaan dengan sebaiknya. Secara tidak langsung hal ini dapat mengelakkan warga emas terlantar daripada diabaikan atau didera oleh penjaga di negara kita.

PENGHARGAAN

Ucapan penghargaan ditujukan kepada Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan dan semua informan yang telah menayakan kajian ini.

RUJUKAN

- Abdullah, F., Ah, S. H. A. B. & Mohamad, M. S. 2015. Cabaran dalam penjagaan tidak formal di Malaysia. *Sarjana* 30(2): 41-56.
- Adelman, R. D., Tmanova, L. L., Delgado, D., Dion, S., & Lachs, M. S. 2014. Caregiver burden: a clinical review. *Jama* 311(10): 1052-1060.
- Bains, P., Singh, T., & Singh, A. J. 2010. Status of home-based care provision to bedridden elderly in Chandigarh. *J Indian Acad Geriatr* 6: 9-13.
- Batista, I. B., Marinho, J. D. S., Brito, T. R. P., Guimarães, M. S. A., Silva Neto, L. S. D., Pagotto, V., & Nunes, D. P. 2023. Quality of life of family caregivers of bedridden older adults. *Acta Paulista de Enfermagem* 36.
- Bekdemir, A., & Ilhan, N. 2019. Predictors of caregiver burden in caregivers of bedridden patients. *The Journal of Nursing Research* 27(3): e24.

- Bernardes, R. M., & Caliri, M. H. L. 2016. Pressure ulcer prevalence in emergency hospitals: A crosssectional study. *Online Brazilian Journal of Nursing* 15(2): 236–244. <https://pdfs.semanticscholar.org/ad68/145284405f542c6f0dab43865ab91f0d2efe.pdf>
- Brodaty, H., Woodward, M., Boundy, K., Ames, D., Balshaw, R., & PRIME Study Group. 2014. Prevalence and predictors of burden in caregivers of people with dementia. *The American Journal of Geriatric Psychiatry* 22(8): 756–765. <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2013.05.004>
- Conde-Sala, J. L., Garre-Olmo, J., Turró-Garriga, O., VilaltaFranch, J., & López-Pousa, S. 2010. Differential features of burden between spouse and adult-child caregivers of patients with Alzheimer's disease: An exploratory comparative design. *International Journal of Nursing Studies* 47(10): 1262–1273. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2010.03.001>
- Cummins, R. A., Mellor, D., Stokes, M., & Lau, A. L. 2010. Measures of subjective well-being. *Rehabilitation and health assessment: Applying ICF guidelines*, 409–426.
- Etters, L., Goodall, D., & Harrison, B. E. 2008. Caregiver burden among dementia patient caregivers: A review of the literature. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners* 20(8): 423–428. <https://doi.org/10.1111/j.1745-7599.2008.00342.x>
- Farnaz Rahmani, Fariborz Roshangar, Leila Gholizadeh & Elnaz Asghari. 2022. Caregiver burden and the associated factors in the family caregivers of patients with schizophrenia. *Nursing Open*, Wiley. Vol. 9 (4): 1995–2002. <https://doi.org/10.1002/nop2.1205>
- Figueiredo, M. D. L. F., Gutierrez, D. M. D., Darder, J. J. T., Silva, R. F., & Carvalho, M. L. D. 2021. Formal caregivers of dependent elderly people in the home: challenges experienced. *Ciência & Saúde Coletiva* 26: 37–46.
- Guo, P., Zhang, S., Niu, M. Panpan Wang, Ling Li, Chuqiao Wu, Di Zhao, Rui Ma & Peng Wang. 2023. A qualitative study of the interaction experiences between family caregivers and community nurses for disabled elderly people at home. *BMC Geriatr* 23: 243. <https://doi.org/10.1186/s12877-023-03917-y>
- Hennink, M. & Kaiser, B. 2022. Sample sizes for saturation in qualitative research: A systematic review of empirical tests. *Social Science & Medicine* 292: 114523. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114523>.
- Huda Mohammed Ali Alhammadi & Rekha Jaiprakash Ogale. 2020. Effectiveness of home caregivers teaching program on prevention of decubitus ulcer in bed ridden elderly patients. *International Journal of Nursing* 7(2): 69–79.
- Hughes, T., Black, B., Albert, M., Gitlin, L., Johnson, D., Lyketsos, C., & Samus, Q. 2014. Correlates of objective and subjective measures of caregiver burden among dementia caregivers: Influence of unmet patient and caregiver dementia-related care needs. *International Psychogeriatrics* 26 (11): 1875–1883. doi:10.1017/S1041610214001240.
- Hyodo, Y., Tanaka, K., & Tanaka, T. 2003. Caregivers of bedridden elderly people with senile dementia. A stress-support model. *Japanese Journal of Health Psychology*.
- Guest G, Namey E, Chen M (2020) A simple method to assess and report thematic saturation in qualitative research. *PLoS ONE* 15(5): e0232076. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0232076>
- Jabatan Kebajikan Masyarakat 2023. Dipetik daripada laman sesawang: <https://www.jkm.gov.my/jkm/index.php?r=portal/full&id=VEpUUXV3THFURkZETmxWNjZpQ1BXdz09> pada 22 Jun 2023.
- Jabatan Perangkaan Malaysia. 2022. Penemuan Utama Banci Penduduk dan Perumahan Malaysia 2020.
- Khadijah Alavi & Fazni Mat Arifin. 2022. *Rumahku Syurgaku: Emas Jangka Masa Panjang di Malaysia*. Penerbit Universiti Kebangsaan Malaysia. Penerbit UKM Bangi.
- Khadijah Alavi, Nasrudin Subhi, Mohd Suhaimi Mohamad, Fauziah Ibrahim, Norulhuda Sarnon, Salina Nen. 2015. Peranan kesejahteraan keluarga dan daya tahan dalam pengukuhan keluarga Sandwich. *Akademika* 85(1): 25–32.
- Koper I, Pasman HRW, Schweitzer BPM, Kuin A, Onwuteaka-Philipsen BD. 2019. Spiritual care at the end of life in the primary care setting: experiences from spiritual caregivers - a mixed methods study. *BMC Palliat Care*. Vol. 9;18(1):98. doi: 10.1186/s12904-019-0484-8. PMID: 31706355; PMCID: PMC6842508.
- Mamom, J., & Daovisan, H. 2022. Listening to caregivers' voices: the informal family caregiver burden of caring for chronically ill bedridden elderly patients. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19(1): 567.
- Manzini CSS, do Vale FAC. 2020. Emotional disorders evidenced by family caregivers of older people with Alzheimer's disease. *Dement Neuropsychol*. Vol. 14(1):56–61.
- Marinho JdS, Batista IB, Nobre RAdS, Guimarães MSA, Santos-Orlandi AAd, Brito TRP, Pagotto V, Saidel MGB, Fusco SdFB, Maia FdOM, Corona LP and Nunes DP. (2022). Burden, satisfaction caregiving, and family relations in informal caregivers of older adults. *Front. Med*. 9:1059467. doi: 10.3389/fmed.2022.1059467

- Mendes, P. N., Figueiredo, M. D. L. F., Santos, A. M. R. D., Fernandes, M. A., & Fonseca, R. S. B. 2019. Physical, emotional and social burden of elderly patients' informal caregivers. *Acta Paulista de Enfermagem*, 32, 87-94.
- Mwita, K. 2022. Factors influencing data saturation in qualitative studies. *International Journal of Research In Business And Social Science* 11(4): 414-420.
- Naruki, H., Iida, S., Noji, A., Sato, R., Yuki, M., Hosino, A., & Maniwa, K. 1996. A study on reduction in care burden of the family caregiver of the bedridden and senile elderly--examination of subjective factors about construction in care burden. *Sei Roka Kango Daigaku Kiyo*, 22, 1-13.
- Nurhayati Mohamad, Khadijah Alavi, Mohd Suhaimi Mohamad, Nur Saadah Mohamad Aun. 2017. pengalaman sokongan sosial intergenerasi dalam kalangan warga emas di Institusi Kebajikan Awam. *Akademika*. Volume 87 (1): 65-74.
- Orak, O. S., & Sezgin, S. 2015. Caregiver burden in family members of cancer patients. *Journal of Psychiatric Nursing*, 6(1), 33-39. <https://doi.org/10.5505/phd.2015.02986> (Original work published in Turkish)
- Rahimah Abdul Aziz. 2000. Kepentingan Perancangan Penjagaan Warga emas. *Warga Tua Isu dan Fenomena*, eds. Abdul Aziz Jemain, Rahimah Abdul Aziz dan Lukman Z. Mohamad. Bangi: Penerbit Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Rha, S. Y., Park, Y., Song, S. K., Lee, C. E., & Lee, J. 2015. Caregiving burden and the quality of life of family caregivers of cancer patients: The relationship and correlates. *European Journal of Oncology Nursing*, 19(4), 376-382. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2015.01.004>
- Riza, N., Mohamad, A. C., Abdul, S. H., & Rauf, S. S. 2023. Relationship between nutritional care practices and burden of caregivers for bedridden elderly. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 13(5), 86 - 97. DOI:10.6007/IJARBS/v13-i5/17006
- Roopchand-Martin, S., & Creary-Yan, S. 2014. Level of caregiver burden in Jamaican stroke caregivers and relationship between selected sociodemographic variables. *The West Indian Medical Journal*, 63(6), 605-609. <https://doi.org/10.7727/wimj.2013.060>
- Sanuade, O. A., & Boatemaa, S. 2015. Caregiver profiles and determinants of caregiving burden in Ghana. *Public Health*, 129(7), 941-947. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2015.05.016>
- Santos LB, Menezes TMO, Freitas RA, Sales MGS, Oliveira ALB, Nunes AMPB. 2022. Care for the spiritual dimension provided by caregivers in a nursing home. *Rev Bras Enferm*. Vol. 75(1):e20200402. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0402>
- Sousa, M. F. B., Santos, R. L., Turro-Garriga, O., Dias, R., Dourado, M. C. N., & Conde-Sala, J. L. 2016. Factors associated with caregiver burden: Comparative study between Brazilian and Spanish caregivers of patients with Alzheimer's disease (AD). *International Psychogeriatrics* 28(8): 1363-1374. <https://doi.org/10.1017/S1041610216000508>
- Tantirat, P., Suphanchaimat, R., Rattanathumsakul, T., & Noree, T. 2020. Projection of the number of elderly in different health states in Thailand in the next ten years, 2020-2030. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17(22): 8703.
- Ueda T, Hashimoto M, Kurushima Y, Goto H, Nakazono N, Kosaka M, Oshio M, Minase F, Aoki N. 1994. Caregiving burden of elderly caregivers who provide at home care for infirm elderly. *Nihon Koshu Eisei Zasshi* 41(6):499-506.
- Zati Sabrina Ahmad Zubaidi, Farnaza Ariffin, Cindy Teoh Cy Oun & Diana Katiman. 2020. Caregiver burden among informal caregivers in the largest specialized palliative care unit in Malaysia: a cross sectional study. *BMC Palliative Care* 19:186 <https://doi.org/10.1186/s12904-020-00691-1>
- Zhong Y, Wang J, Nicholas S. 2020. Social support and depressive symptoms among family caregivers of older people with disabilities in four provinces of urban China: the mediating role of caregiver burden. *BMC Geriatr* 20(1): 3.
- Nik Nur Aliaa Athirah Mohd Faizal,
Program Kerja Sosial,
Pusat Kajian Psikologi dan Kesejahteraan Manusia,
Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan, Universiti
Kebangsaan Malaysia (UKM)
43600, Bangi Selangor.
- Khadijah Alavi (corresponding author)
Program Kerja Sosial,
Pusat Kajian Psikologi dan Kesejahteraan Manusia,
Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan, Universiti
Kebangsaan Malaysia (UKM)
43600, Bangi Selangor.
Email: khadijah@ukm.edu.my
- Norisma Aiza Ismail
Program Kerja Sosial,
Pusat Kajian Psikologi dan Kesejahteraan Manusia,
Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan, Universiti
Kebangsaan Malaysia (UKM)
43600, Bangi Selangor.