

GAMBARAN *ACTIVITY DAILY LIVING* PADA LANSIA DI PANTI JOMPO BASILAM TAPANULI SELATAN

¹Febrina Angraini, ¹Dina Mariana Manurung, ²Juni Andriani Rangkuti,
¹Asnil Adli Simamora

¹Dosen Prodi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan

²Dosen Prodi Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan
febrina.angraini@yahoo.com

ABSTRAK

Memasuki masa tua berarti mengalami kemunduran secara fisik maupun psikis. Penurunan kondisi psikis pada lansia disebabkan karena demensia di mana lansia mengalami kemunduran daya ingat dan hal ini dapat mempengaruhi ADL (*Activity of Daily Living*) yaitu kemampuan seseorang untuk mengurus dirinya sendiri, dimulai dari bangun tidur, mandi, berpakaian dan seterusnya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *Activity of Daily Living* Lansia di Panti Jompo Basilam Kabupaten Tapanuli Selatan. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Populasi adalah seluruh lansia yang berada di panti jompo Basilam Kabupaten Tapanuli Selatan sebanyak 50 orang lansia. Teknik sampel menggunakan *total sampling*. Analisa data yang dilakukan adalah univariat. Hasilnya adalah mayoritas lansia mampu melakukan perpindahan (transfer) dengan mandiri yaitu sebanyak 19 responden (38%), melakukan mobilisasi dengan dibantu satu orang/walker sebanyak 17 responden (34%), menggunakan toilet dengan mandiri sebanyak 25 responden (50%), dan menggunakan toilet dengan pertolongan orang lain sebanyak 25 responden (50%), mampu membersihkan diri dengan mandiri sebanyak 29 responden (58%), kadang-kadang tidak dapat mengontrol BAB sebanyak 20 responden (40%), tidak dapat mengontrol BAK sebanyak 19 responden (38%), mampu mandi sendiri sebanyak 34 responden (68%), mampu berpakaian dengan mandiri sebanyak 30 responden (60%), makan dengan pertolongan orang lain sebanyak 23 responden (46%), dan yang tidak mampu naik turun tangga sebanyak 27 responden (54%).. Disarankan hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan responden dan dapat diterapkan untuk meningkatkan *Activity of Daily Living* Lansia di Panti Jompo Basilam Kabupaten Tapanuli Selatan.

Kata kunci : *Activity of Daily Living*, Lansia, Panti Jompo

ABSTRACT

Entering old age means experiencing physical and psychological decline. The decline in psychological conditions in the elderly is caused by dementia where the elderly experience memory decline and this can affect ADL (Activities of Daily Living), namely a person's ability to take care of themselves, starting from waking up, bathing, dressing and so on. The aim of this research is to determine the description of the Activity of Daily Living for the Elderly at the Basilam Nursing Home, South Tapanuli Regency. This type of quantitative research with a descriptive research design. The population is all 50 elderly people in the Basilam nursing home, South Tapanuli Regency. The sampling technique uses total sampling. The data analysis carried out was univariate. The result is that the majority of elderly people are able to move independently, namely 19 respondents (38%), mobilize with the help of a person/walker, 17 respondents (34%), use the toilet independently, 25 respondents (50%), and 25 respondents (50%) use the toilet with the help of others, 29 respondents (58%) are able to clean themselves independently, 20 respondents (40%) sometimes cannot control their bowel movements, 19 respondents cannot control their urination (38%), were able to bathe themselves as many as 34 respondents (68%), were able to dress independently as many as 30 respondents (60%), were able to eat with the help of others as many as 23 respondents (46%), and were unable to go up and down stairs as many as 27 respondents (54%). It is recommended that the results of this research can increase the knowledge of respondents and can be applied to increase the Activity of Daily Living for the Elderly in the Basilam Nursing Home, South Tapanuli Regency.

Keywords: *Activity of Daily Living*, Elderly, Nursing Home

1. PENDAHULUAN

Peningkatan angka harapan hidup (AHH) serta penurunan angka kematian diiringi dengan meningkatnya di bidang kesehatan mengakibatkan terjadinya peningkatan jumlah lansia. Berdasarkan data World Health Organization (WHO) diketahui jumlah populasi penduduk dengan usia > 60 tahun (lansia) pada tahun 2020 sebanyak 22% mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2015 sebesar 12% (Risesdas, 2018).

Bahwa terdapat 600 juta jiwa lansia dan diperkirakan lebih dari dua kali lipat pada tahun 2025, sehingga terdapat lebih dari 800 juta orang berusia di atas 65 tahun dan dua pertiga dari mereka berada di negara berkembang. Sedangkan jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2020, yaitu didapatkan lansia awal sebanyak 60,93%, lansia madya sebanyak 28,57% dan lansia tua sebanyak 10,50%, dengan ratio jumlah lansia tertinggi adalah Provinsi Aceh sebanyak 75,10% dan yang terendah adalah Provinsi Bali, yaitu hanya 40,95 persen (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Pada hakikatnya menjadi tua merupakan proses alamiah yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya, yaitu : masa anak, masa dewasa, dan masa tua. Tiga tahap ini berbeda, baik secara biologis maupun psikologis. Memasuki masa tua berarti mengalami kemunduran secara fisik maupun psikis. Penurunan kondisi psikis pada lansia disebabkan karena demensia di mana lansia mengalami kemunduran daya ingat dan hal ini dapat mempengaruhi ADL (*Activity of Daily Living*) yaitu kemampuan seseorang untuk mengurus dirinya sendiri, dimulai dari bangun tidur, mandi, berpakaian dan seterusnya (Maryam, R. Siti, 2008).

Menurut Nugroho (2000) permasalahan yang berkaitan dengan lanjut usia secara individu, proses menua dapat menimbulkan berbagai masalah baik secara fisik, biologi, mental, maupun sosial ekonomi. Semakin lanjut usia seseorang, mereka akan mengalami kemunduran terutama di bidang kemampuan fisik, yang dapat mengakibatkan peranan sosialnya. Hal ini mengakibatkan timbulnya gangguan di

dalam mencukupi kebutuhan hidupnya sehingga dapat meningkatkan ketergantungan yang memerlukan bantuan orang lain.

Praktik *hygiene* (perawatan diri) lansia dapat berubah dikarenakan situasi kehidupan. Selain keterbatasan dalam kemampuan perawatan diri (*self care*), lansia juga memiliki gambaran diri yang berubah terhadap dirinya sendiri dan perubahan pada konsep dirinya. Konsep diri terdiri dari beberapa komponen yaitu : identitas, citra tubuh, harga diri, ideal diri dan peran. Perubahan dalam penampilan, struktur atau fungsi bagian tubuh akan membutuhkan perubahan dalam gambaran diri (citra diri). Persepsi seseorang tentang perubahan tubuh dapat dipengaruhi oleh perubahan tersebut terjadi (Riza et al., 2018).

Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang gambaran *Activity of Daily Living* Lansia di Panti Jompo Basilam Kabupaten Tapanuli Selatan.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif jenis penelitian yang digunakan untuk menggambarkan *Activity of Daily Living* Lansia di Panti Jompo Basilam Kabupaten Tapanuli Selatan dan desain penelitian adalah cross sectional dimana variabel-variabel yang hendak diteliti hanya diukur pada satu kali pengukuran saja.

Populasi adalah seluruh lansia yang berada di panti jompo basilam. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *total sampling* dengan jumlah 50 sampel.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner indeks Barthel untuk mengetahui gambaran kemampuan *Activity of Daily Living* Lansia di Panti Jompo Basilam Kabupaten Tapanuli Selatan.

3. HASIL PENELITIAN

Deskripsi karakteristik demografi responden terdiri dari jenis kelamin, umur, agama, pendidikan, pekerjaan sebelum menghuni panti, dan suku. Sebaran karakteristik demografi responden pada tabel 3 berikut ini.

Tabel 1 : Distribusi frekuensi dan persentase responden berdasarkan data

demografi (n=50) ; jenis kelamin, umur, agama, pendidikan, pekerjaan sebelum menghuni panti, dan suku.

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	22	44
perempuan	28	56
Umur		
60-74 tahun	27	54
75-90 tahun	22	44
>90 tahun	1	2
Agama		
Islam	50	100
Pendidikan		
Tidak sekolah	16	32
SD	28	56
SMP	1	2
SMA	3	6
Pendidikan Tinggi	2	4
Pekerjaan sebelum menghuni panti jompo		
Tidak bekerja	7	14
Petani	19	38
Nelayan	1	2
Wiraswasta	19	38
Lain-lain	4	8
Suku		
Batak	31	62
Melayu	2	4
Jawa	14	28
Minang	2	4
Lain-lain	1	2

Hasil penelitian menunjukkan bahwa umumnya responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 28 responden (56%), mayoritas berumur 60-74 tahun sebanyak 27 responden (54%), beragama islam sebanyak 50 responden (100%), pendidikan terakhir SD sebanyak 28 responden (56%), pekerjaan sebelum menghuni panti adalah petani dan wiraswasta sebanyak 19 responden (38%), bersuku batak sebanyak 31 responden (62%).

Tabel 2 : distribusi frekuensi dan persentase kemampuan perawatan diri lansia di panti jompo Basilam Tapanuli Selatan.

<i>Activity Daily Livings</i>	f	(%)
Transfer		
Mandiri	19	38
Dibantu satu orang	17	34

Dibantu dua orang	13	26
Tidak mampu	1	2
Mobilisasi		
Mandiri	16	32
Dibantu satu orang/walker	17	34
Dengan kursi roda	10	20
Tergantung orang lain	7	14
Penggunaan toilet		
Mandiri	25	50
Perlu pertolongan	25	50
Membersihkan diri		
Mandiri	29	58
Perlu pertolongan	21	42
Mengontrol BAB		
Terkontrol teratur	20	40
Kadang-kadang tidak terkontrol	21	42
Tidak terkontrol	9	18
Mengontrol BAK		
Terkontrol teratur	15	30
Kadang-kadang tidak terkontrol	16	32
Tidak terkontrol	19	38
Mandi		
Mandiri	34	68
Tergantung orang lain	16	32
Berpakaian		
Mandiri	30	60
Sebagian dibantu	11	22
Tergantung orang lain	9	18
Makan		
Mandiri	19	38
Perlu pertolongan	23	46
Tergantung orang lain	8	16
Naik turun tangga		
Mandiri	14	28
Perlu pertolongan	9	18
Tidak mampu	27	54

Dari 50 orang responden, mayoritas lansia mampu melakukan perpindahan (transfer) dengan mandiri yaitu sebanyak 19 responden (38%), melakukan mobilisasi dengan dibantu satu orang/walker sebanyak 17 responden (34%), menggunakan toilet dengan mandiri sebanyak 25 responden (50%), dan menggunakan toilet dengan pertolongan orang lain sebanyak 25 responden (50%), mampu membersihkan diri dengan mandiri sebanyak 29 responden (58%), kadang-kadang tidak dapat mengontrol BAB sebanyak 20 responden (40%), tidak dapat mengontrol BAK sebanyak 19 responden (38%), mampu mandi sendiri sebanyak 34 responden (68%), mampu berpakaian dengan mandiri sebanyak 30 responden (60%), makan dengan pertolongan orang lain

sebanyak 23 responden (46%), dan yang tidak mampu naik turun tangga sebanyak 27 responden (54%).

4. PEMBAHASAN

Dari 50 orang responden, mayoritas lansia mampu melakukan perpindahan (transfer) dengan mandiri yaitu sebanyak 19 responden (38%), melakukan mobilisasi dengan dibantu satu orang/walker sebanyak 17 responden (34%), menggunakan toilet dengan mandiri sebanyak 25 responden (50%), dan menggunakan toilet dengan pertolongan orang lain sebanyak 25 responden (50%), mampu membersihkan diri dengan mandiri sebanyak 29 responden (58%), kadang-kadang tidak dapat mengontrol BAB sebanyak 20 responden (40%), tidak dapat mengontrol BAK sebanyak 19 responden (38%), mampu mandi sendiri sebanyak 34 responden (68%), mampu berpakaian dengan mandiri sebanyak 30 responden (60%), makan dengan pertolongan orang lain sebanyak 23 responden (46%), dan yang tidak mampu naik turun tangga sebanyak 27 responden (54%).

Hal ini sejalan dengan penelitian (Riza et al., 2018) yang menunjukkan bahwa tingkat kemandirian lansia dalam *activities daily living* (ADL) di Gampong Lambhuk Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh berada pada kategori mandiri. Hal ini dapat dilihat dari sebagian besar responden mandiri dalam melakukan aktifitas dasar atau ADL seperti makan (71,4%), transfer dari kursi roda ke tempat tidur dan kembali (termasuk duduk di tempat tidur) (65,7%), higiene personal (cuci muka, menyisir, bercukur jenggot, gosok gigi) (72,9%), naik dan turun toilet/WC (melepas/memakai pakaian, membersihkan kemaluan, menyiram WC) (67,1%), mandi (70%), berjalan dipermukaan datar (bila tidak dapat berjalan, dapat mengayuh kursi roda sendiri) (64,3%), naik dan turun tangga (50%), berpakaian (termasuk memakai tali sepatu, menutup releting) (71,4%), mengontrol BAB (71,4%), dan mengontrol kandung kemih (71,4%).

Penelitian Yuliana & Setyawati (2021) menunjukkan terdapat 41% lansia memiliki tingkat ketergantungan ringan, 22% lansia memiliki tingkat ketergantungan total, 16% lansia yang memiliki tingkat

ketergantungan berat, 13% lansia mandiri dan 9% lansia memiliki tingkat ketergantungan sedang di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya.

Skrining tingkat kemandirian ini penting dilakukan agar semua lansia tidak mengalami masalah dalam kelakutan kegiatan sehari-harinya. Dari hasil skrining ini bisa membantu Cargiver dalam melakukan perawatan yang sesuai dengan tingkat kemandiriannya. Lansia yang masih bisa melakukan aktivitasnya sendiri, Cargiver memberikan dukungan dan memperhatikan kegiatan lansia. Pada lansia yang mengalami ketergantungan dan berada di ruang perawatan khusus maka Cargiver harus memenuhi kebutuhannya dan memperhatikan lebih. Agar semua lansia yang berada di panti bisa menjalani masa tua dengan baik dan nyaman (Mu'sodah & Aryati, 2022).

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Tingkat kemandirian lansia dalam melaksanakan *activity daily living* sangat dipengaruhi oleh faktor usia, dan lingkungan yang sangat mempengaruhi psikis dan fisik lansia.

Dari uraian dan kesimpulan yang ditemukan lansia di Panti Jompo Basilam Tapanuli Selatan mengalami penurunan tingkat kemandirian lansia berdasarkan tingkat ketergantungan pada lansia, peneliti menyarankan pada petugas panti untuk merangsang lansia beraktifitas dalam melatih dan menguatkan otot – otot dengan menggunakan metode permainan yang sangat efektif dalam meningkatkan keterampilan psikomotor. Kegiatan dengan memberikan motivasi lansia agar lansia dapat beradaptasi dengan penurunan yang dialami dan bisa memaksimalkan kemampuan yang dimiliki dengan memodifikasi lingkungan sekitar agar bisa meminimalis ketergantungan lansia pada orang-orang sekitarnya untuk melakukan aktivitas sehari-hari.

6. REFERENSI

Kementerian Kesehatan RI. (2022).
Profil kesehatan indonesia tahun

2021. Kemenkes RI.
- Maryam, R. Siti, dkk. (2008). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Salemba Medika.
- Mu'sodah, N., & Aryati, D. P. (2022). The Overview of the Independency Level of ADL of the Elderly in Social Institutions. *The 16th University Research Colloquium*, 1120–1126.
- Nugroho, N. (2000). *Keperawatan Gerontik*. EGC.
- Riskesdas. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.
- Riza, S., Desreza, N., & Asnawati. (2018). Tinjauan Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Activities Daily Living (ADL) di GampOng Lambhuk Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh. *Jurnal Aceh Medika*, 2(1), 166–170.
- Yuliana, W., & Setyawati, E. I. E. (2021). Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Melakukan Activity of Daily Living (Adl). *JPK : Jurnal Penelitian Kesehatan*, 11(2), 1–7. <https://doi.org/10.54040/jpk.v11i2.219>