

## Artikel Penelitian

# The Level of Independence of the Elderly in the Activity of Daily Living (ADL) at Tresna Werdha Nirwarna Puri Samarinda Social Home Using the Barthel Index Method

Muhammad Aminuddin<sup>1</sup>, M. Kapriliansyah<sup>2</sup>, Dwi Nopriyanto<sup>1</sup>

### Abstrak

**Latar Belakang:** Lanjut usia adalah bagian dari proses tumbuh kembang manusia tidak secara tiba-tiba menjadi tua, tetapi berkembang dari bayi, anak-anak, dewasa dan akhirnya menjadi tua. Hal ini normal, dengan perubahan fisik dan tingkah laku yang dapat diramalkan yang terjadi pada semua orang pada saat mereka mencapai usia tahap perkembangan kronologis tertentu. Peningkatan jumlah lansia akan menyebabkan berbagai masalah seperti masalah kesehatan masalahh fisik dan masala lainnya. **Tujuan:** Mmengetahui gambaran tingkat kemandirian lansia dalam *Activity Of Daily Living* (ADL) Di PSTW Nirwarna Puri Samarinda dengan Menggunakan Metode Indeks Barthel. **Metode:** Penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survey menggunakan lembar kuisioner. **Hasil:** Gambaran tingkat kemandirian lansia dalam *Activity of Daily living* menunjukkan bahwa sebagian besar lansia sebanyak 19 lansia (63,33%) termasuk dalam kategori mandiri, 9 lansia (30%) termasuk dalam kategori ketergantungan moderat, 1 lansia (3,33%) termasuk dalam kategori ketergantungan berat dan 1 lansia (3,33%) termasuk dalam kategori ketergantungan ringan. Bahwa sebagian besar di PSTW Nirwarna Puri Samarinda memiliki kategori mandiri dalam melaksanakan aktifitas sehari-hari. **Kesimpulan:** Tingkat kemandirian lansia di PSTW Nirwarna Puri Samarinda sebagian besar menunjukkan berkategori mandiri. **Saran:** Diharapkan agar selalu mempertahankan kegiatan positif senam dan aktivitas lainnya yang ada dipanti guna mempertahankan kesehatan lansia yang berdampak pada kemandirian lansia

**Kata kunci:** Kemandirian, Lansia, Indeks Barthel

### Abstract

**Background:** The elderly are part of the process of growth and development. Humans do not suddenly grow old but develop from babies, children, adults and eventually grow old. Physical changes and predictable behavior that occurs in all people when they reach the age of certain stages of chronological development. Increasing the number of older people will cause various problems such as health problems, physical problems and other problems. **Objective:** to find out the description of the level of independence of the elderly in Activity Of Daily Living (ADL) at PSTW Nirwarna Puri Samarinda by using the Barthel Index Method. **Method:** Quantitative descriptive research with survey approach using questionnaire sheets. **Results:** The description of the level of independence of the elderly in the Activity of Daily living shows that the majority of the elderly as many as 19 elderly (63.33%) belong to the independent category, nine elderly (30%) fall into the category of moderate dependence, one elderly (3.33% ) included in the category of heavy dependency and one elderly (3.33%) included in the category of mild dependence. That most of the PSTW Nirwarna Puri Samarinda have an independent category in carrying out daily activities. **Conclusion:** The level of independence of the elderly at PSTW Nirwarna Puri Samarinda mostly shows an independent category. **Suggestion:** The positive activities of gymnastics and other activities that are supported expected to maintain the health of the elderly which has an impact on the independence of the elderly.

**Keywords:** Level Independence, Activity Daily Living, Barthel Index

**Affiliasi penulis :** 1. Prodi Keperawatan, Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman, 2. Mahasiswa D3 Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman

**Korespondensi :** M. Aminuddin, e-mail : aminuddin@fk.unmul.ac.id  
Telp: 08125883874

## PENDAHULUAN

Lanjut usia adalah bagian dari proses tumbuh kembang manusia tidak secara tiba-tiba menjadi tua, tetapi berkembang dari bayi, anak-anak, dewasa dan akhirnya menjadi tua. Hal ini normal, dengan perubahan fisik

dan tingkah laku yang dapat diramalkan yang terjadi pada semua orang pada saat mereka mencapai usia tahap perkembangan kronologis tertentu. Lansia merupakan suatu proses alami yang di tentukan oleh Allah SWT. Semua orang akan mengalami proses menjadi tua dan masa tua merupakan masa hidup manusia yang terakhir. Dimasa ini seseorang mengalami kemunduran fisik,

mental dan sosial secara bertahap (Azizah, 2011).

Berdasarkan data Susenas tahun 2014, jumlah lansia di Indonesia 20,24 juta jiwa, setara dengan 8,03 persen dari total penduduk Indonesia.

Peningkatan jumlah lansia di Indonesia tentunya perlu mendapat perhatian yang serius dari pemerintah berkaitan dengan pelayanan sosial dan pelayanan kesehatan terkait dengan proses menua. Lansia membutuhkan perhatian khusus dalam kesehatan, kemandirian, perawatan, dan penghargaan. Alasan lansia membutuhkan perhatian khusus dikarenakan masalah pada lansia dimasukkan ke dalam 4 besar penderitaan geriatrik yaitu mempunyai masalah yang kompleks, tidak ada pengobatan sederhana, penurunan kemandirian, dan membutuhkan bantuan orang lain dalam perawatan. (Secara global populasi lansia diprediksi terus mengalami peningkatan. Populasi lansia di Indonesia diprediksi meningkat lebih tinggi dari pada populasi lansia di dunia) (Kemenkes, 2016).

Kemandirian berasal dari kata "*independen*" yang diartikan sebagai suatu kondisi dimana seseorang tidak tergantung pada orang lain dalam menentukan keputusan dan adanya sikap percaya diri (Chaplin, 2011). Faktor yang mempengaruhi tingkat kemandirian lansia menurut Nugroho (2008) adalah usia, imobilitas dan mudah jatuh. Kemandirian lansia dalam ADL didefinisikan sebagai kemandirian seseorang dalam melakukan aktivitas dan fungsi - fungsi kehidupan sehari - hari yang

dilakukan oleh manusia secara rutin dan universal (Ediawati, 2013). Status fungsional akan berbanding terbalik dengan tingkat ketergantungan, bermakna semakin menurun status fungsional maka semakin tinggi tingkat ketergantungan.

Ketergantungan yang dimaksud adalah aktivitas sehari-hari dimana lansia akan memerlukan bantuan untuk melakukan aktivitasnya tergantung pada kemandirian lansia. Salah satunya cara mengukur Kemandirian Lansia dalam Melakukan *Activity Of Daily Living* (ADL) Dengan Menggunakan Metode Indeks Barthel.

Dari hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda di dapatkan jumlah lansia sebanyak 91 jiwa lansia, yang terdiri dari 15 wisma. Setelah dilakuakn observasi dan wawancara di salah satu wisma yaitu wisma Tulip didapatkan data 3 dari 7 lansia mengalami penurunan status fungsional berupa penurunan kemampuan berpindah, kontinen dan kekamar kecil sehingga memerlukan bantuan orang lain untuk melakukan aktivitas.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti menganggap penting untuk mengetahui tingkat kemandirian lansia dalam memenuhi kebutuhan sehari-harinya, sehingga tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat kemandirian lansia dalam *activity of daily living* (ADL) di panti sosial tresna werdha nirwana puri Samarinda dengan menggunakan metode indeks Barthel.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode survey. Pengambilan sampel dilakukan pada tanggal 6-9 Mei 2019 bertempat di Panti Sosial Tresna Wredha Samarinda. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *stratified random sampling*. Sebanyak 30 lansia dipilih dari total 91 lansia yang berasal dari 13 wisma. Tingkat kemandirian lansia diukur menggunakan indeks Barthel.

## HASIL

### Gambaran Umum Lokasi Penelitian

UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda yang Terletak dijalan Mayjend Sutoyo Samarinda, sebelumnya merupakan unit Pelaksana Teknis Depsos RI, seiring dengan Otonomi Daerah sesuai SK Gubernur Kaltim No 16 tahun 2001 Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda menjadi unit pelaksana teknis daerah (UPTD) Pemerintah Provinsi Kalimantan Timur dibawah naungan dinas Sosial Provinsi Kalimantan Timur.

Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda, mempunyai kurang lebih 20 orang pengasuh, dimana setiap wisma terdiri dari 1 sampai 2 orang pengasuh, terdapat 3 sampai 4 orang pegawai klinik.

Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda mempunyai sarana dan prasarana seperti: mushola, poliklinik, aula, ruang keterampilan, dapur umum, lapangan tenis dan lain-lain serta dilakukan juga aktivitas kegiatan senam dalam waktu seminggu sekali dan diadakan juga pengajian

di mushola untuk meningkatkan aktifitas lansia.

Penelitian ini dilakukan pada PSTW Nirwana Puri Samarinda dengan jumlah lansia 91 orang yang masing-masing berisikan 6-8 lanjut usia di setiap wisma. Pada setiap wisma terdapat beberapa fasilitas yang mendukung lansia untuk melakukan ADL. Seperti pegangan besi di dinding maupun pada dinding toilet untuk memudahkan lansia berpegangan agar tidak jatuh, dan setiap lansia yang tidak bisa berjalan mendapatkan fasilitas seperti kursi roda dan tongkat, untuk lanjut usia yang tidak dapat mengontrol toileting dan defekasi memakai popok dewasa, dan ada beberapa lanjut usia yang memang hanya bisa berbaring saja di tempat tidur.

### Karakteristik Responden

Penelitian ini mengenai Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia dalam *Activity of Daily Living* (ADL) di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda dengan Menggunakan Metode Indeks Barthel. Penelitian ini menggunakan 30 responden, berdasarkan jenis kelamin laki-laki 14 responden (46,67%) dan perempuan sebanyak 16 responden (53,33%), dan berdasarkan usia mayoritas responden berada pada pada usia 60-74 tahun, sebanyak 22 responden (73,33%), usia 75-89 tahun, sebanyak 6 responden (20%) dan usia >90 tahun sebanyak 2 responden (6,67%) (Tabel 1).

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Karakteristik	F	Persentase %
<b>Jenis Kelamin</b>			
1	Perempuan	14	46,67

2	Laki-laki	16	53,33
	<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>100</b>
<b>Usia</b>			
1	60 – 74 tahun	22	73,33
2	75 – 89 tahun	6	20
3	≥90 tahun	2	6,67
	<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

### Gambaran Kemandirian Lansia

Gambaran tingkat kemandirian lansia dalam *Activity of Daily Living* (ADL) di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda dinilai menggunakan Indeks Barthel. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas tingkat kemandirian lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda, berada pada kategori Mandiri yaitu sebanyak 19 lansia/responden (63,33%), selanjutnya pada kategori Ketergantungan Moderat yaitu sebanyak 9 lansia/responden (30%), selanjutnya pada kategori Ketergantungan Berat dan Ketergantungan Ringan masing-masing mempunyai 1 lansia/responden (3,33%) (Tabel 2).

Tabel 2. Tingkat Kemandirian Lansia (Indeks Barthel)

No	Kemandirian	F	Persentase %
1	Ketergantungan Berat	1	3,33
2	Ketergantungan Moderat	9	30
3	Ketergantungan Ringan	1	3,33
4	Mandiri	19	63,34
	<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

### PEMBAHASAN

Kemandirian atau perilaku mandiri adalah kecenderungan untuk menentukan sendiri tindakan (aktivitas) yang dilakukan dan tidak ditentukan oleh orang lain. Aktivitas yang dimaksud dapat meliputi: berpikir,

membuat keputusan, memecahkan masalah, melaksanakan tugas dan tanggung jawab, memilih aktivitas kegemaran. Pendek kata, orang yang mandiri adalah orang yang hampir semua pikiran dan tindakan yang dilakukan ditentukan, diatur dan dikendalikan oleh dirinya sendiri dan bukan oleh orang lain. Kemandiria juga dapat disebut ketergantungan seorang kepada diri sendiri, bukan bergantung pada orang lain di dalam berpikir dan bertindak (Suharnan, 2012). Kemandirian berarti tanpa pengawasan, pengarahan atau bantuan pribadi yang masih aktif. Seseorang lansia yang menolak untuk melakukan fungsi dianggap sebagai tidak melakukan fungsi, meskipun dianggap mampu (Maryam, 2008).

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan metode Indeks Barthel, menunjukan Tingkat Kemandirian Lansia yang bertempat tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda, didapatkan hasil mayoritas lansia memiliki Tingkat Kemandirian yang kategorinya mandiri yaitu sebanyak 19 lansia/responden (63,33%) dan terdapat pada kategori ketergantungan moderat sebanyak 9 lansia/responden (30%), kategori ketergantungan berat dan ketergantungan ringan sebanyak 1 lansia/responden (3,33%).

Dari hasil penilitian tingkat kemandirian lansia menggunakan metode Indeks Barthel didapatkan mayoritas lansia memiliki kategori mandiri yaitu sebanyak 19 lansia (63,33%) dari 19 lansia tersebut terdapat 2 lansia yang berusia >90 tahun masih mandiri dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Dimana

lansia bisa melakukan 10 aktifitas fungsional seperti, makan/minum, berpindah, kebersihan diri: cuci muka, menyisir dll, keluar masuk kamar mandi, mandi, berjalan, naik turun tangga, berpakaian, mengontrol defekasi, dan mengontrol berkemih.

Tingkat kemandirian lansia berbanding terbalik dengan peningkatan usia dimana bertambahnya usia maka akan menurun status fungsional yang berdampak pada kemunduran tingkat kemandirian seseorang. Seiring dengan bertambahnya usia timbul perubahan akibat dari proses menua, perubahan tersebut akan berpengaruh terhadap tingkat produktivitas lansia yang berakibat pada kemunduran kemandirian (Azizah, 2011). Akan tetapi pada penelitian ini lansia yang resiko tinggi yaitu berusia >90 tahun sebanyak 2 lansia dan usia 75-89 tahun sebanyak 3 lansia kemandirian mereka masih berada pada kategori mandiri. Hal ini didapatkan karena terdapat faktor lain yang mempengaruhi kemandirian lansia, bukan hanya faktor usia, faktor status kesehatan juga berpengaruh pada kemandirian seorang, dimana pada penelitian ini ditemukan sebagian memiliki kesehatan yang baik.

Selain faktor kesehatan terdapat faktor sosial juga berperan dalam kemandirian lansia, pada penelitian ini juga ditemukan bahwa lansia memiliki aktivitas senam yang dilakukan rutin dalam seminggu sekali yang juga mampu mempertahankan kesehatan dan kebugaran fisik pada lansia, sosial maupun fisiologis lansia. Olahraga juga bisa mengurangi ketergantungan pada orang

lain, seperti mendapat banyak teman dan meningkatkan produktivitas.

Dari hasil penelitian ini terdapat 9 responden (30%) yang tingkat kemandiriannya ketergantungan moderat yaitu mampu melakukan sebagian dari fungsi yang ada. Pada lansia yang berketrgantungan moderat ini terdapat pada lansia yang berusia 60-74 tahun yaitu sebanyak 6 lansia yang mengalami ketergantungan moderat dan pada usia 75-89 tahun terdapat 3 lansia yang mengalami ketergantungan moderat dimana lansia tersebut dibantu melakukan aktivitas sehari-hari yang tidak bisa dilakukan oleh lansia. Dalam data yang ditemukan pada saat penelitian dilakukan, faktor yang mempengaruhi kemandirian lansia yaitu usia, imobilitas dan mudah jatuh (Rosidawati, 2008) imobilitas pada lansia ini merupakan keadaan lansia yang tidak bisa bergerak secara bebas yang mengganggu pergerakan lansia.

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi kemandirian lansia imobilitas, imobilitas sendiri merupakan ketidakmampuan lansia untuk bergerak secara aktif dan perlu bantuan. Pada saat penelitian ditemukan bahwa ada salah satu lansia (3,33%) yang berusia 60-74 tahun yang memiliki penyakit stroke dan penyakit lainnya. Jadi lansia tersebut masuk ke dalam kategori ketergantungan berat karena saat hasil penelitian ditemukan bahwa semua kriteria yang tercantum dalam Indeks Barthel dilakukan dengan cara dibantu. Pada lansia yang mengalami ketergantungan moderat

dan ketergantngan berat yang tidak dapat melakukan aktivitas secara mandiri pihak dari panti sosial juga sudah menyediakan alat bantu seperti, kursi roda dan tongkat untuk melakukan aktivitas.

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi kemandirian lansia yaitu mudah jatuh Nugroho (2008) bila usia bertambah tua kemampuan fisik, kesehatan, dan mental menurun sering menyebabkan jatuh pada lansia, dan akibatnya berdampak pada menurunnya aktivitas kemandirian lansia, pada saat penelitian ditemukan bahwa di panti sosial terdapat pegangan tangan, disaat naik turun tangga, di dinding maupun di dalam kamar mandi.

Pada penelitian ini juga terdapat 1 lansia / responden (3,33%) yang ketergantungan ringan dimana lansia mampu melakukan 9 dari 10 fungsi seperti naik turun tangga memerlukan pengawasan. Berdsarkan teori Azizah, (2011) lansia tersebut mengalami resiko mudah jatuh dimana lansia memerlukan pengawasan dalam melakukan aktivitas.

Berdasarkan hasil penelitian pada lansia ini tidak ditemukan adanya riwayat penyakit kronis, untuk aktifitas sosial, semasa muda ia aktif mengikuti banyak aktifitas sosial, memiliki kepribadian yang ramah dan suka berinteraksi dengan orang lain. Selanjutnya dilihat dari faktor spiritual, lansia ini memiliki spiritual yang baik, terbukti dari keaktifan beliau mengikuti pengajian dimushola yang dilakukan 2 kali dalam seminggu dan sholat 5 waktu.

Berdasarkan uraian diatas dapat dikatakan bahwa lansia ini memiliki usia yang memiliki >90 tahun tepatnya lansia berusia 90 tahun yang berarti termasuk kedalam kategori lansia resiko tinggi, tapi lansia ini memiliki status kesehatan, sosial, spiritual yang baik dan bisa melakukan aktivitas secara mandiri.

Peneliti menyimpulkan bahwa tingkat kemandirian lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda mayoritas dengan tingkat kemandirian kategori Mandiri hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor lain yaitu, faktor usia, faktor sosial, dan faktor kesehatan. Namun faktor lain saling mendukung, artinya faktor usia bukan satu-satunya hal yang mempengaruhi kemandirian seseorang.

## **SIMPULAN**

Tingkat Kemandirian Lansia Dalam *Activity of Daily Living* (ADL) di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda dengan Menggunakan Metode Indeks Barthel. Di PSTW Nirwana Puri Samarinda berada pada Tingkat Mandiri yaitu sebanyak 19 lansia 63,33%, Tingkat Ketergantungan Moderat yaitu sebanyak 9 lansia yaitu 30%, Tingkat Ketergantungan Berat yaitu satu lansia 3,33% dan Tingkat Ketergantungan Ringan yaitu satu lansia 3,33%.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada kepala beserta staf UPT Panti Sosial Tresna Werda Nirwana Puri Samarinda atas bantuan yang diberikan selama proses pengambilan data berlangsung.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, L. M. (2011). *Keperawatan lanjut usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Chaplin, J. P. (2011). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: Raja grafindo Persada.
- Dewi, S. R. (2014). *Buku ajar keperawatan gerontik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Ediawati, E. (2013). *Gambaran tingkat kemandirian dalam activity of daily living (adl) dan resiko jatuh pada lansia di panti sosial tresna werdha budi mulia 01 dan 03 jakarta timur. Skripsi tidak dipublikasikan*. Jakarta: Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.
- Efendi, F. M. (2009). *Keperawatan komunitas: Teori dan praktik dalam keperawatan*. Jakarta: Selemba Medika.
- Kemenkes, R. (2016). *Ifodatin lanjut usia (Lansia)*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementrian RI.
- Maryam. (2008). *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta: Selemba Medika.
- Nauli, F. A., Yuliatrini, E., & Savita, R. (2014). Hubungan tingkat depresi dengan tingkat kemandirian dalam aktifitas sehari-hari pada lansia di wilayah kerja puskesmas *tembilahan hulu*. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 2(1), 17–23. Retrieved from
- Nazir, M. (2011). *Metode penelitian*. Bogor: Penerbit Ghalia Indonesia.
- Notoatmodjo. (2011). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Nugroho, W. (2008). *Gerontik & Geriatrik*. Jakarta: EGC.
- Nurmah. (2011). *Hubungan fungsi kognitif dengan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan activity daily living di panti tresna werdha budhi dharma di bekasi timur tahun 2011*. *Jurnal Kebidanan*. Bekasi: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medistra Indonesia.
- Nursalam. (2015). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis*. (A. Suslia, Ed.) (4th ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Rohaedi, S., Putri, S. T., & Karimah, A. D. (2016). Tingkat kemandirian lansia dalam activities daily living di panti sosial tresna werdha senja rawi, 2(1).
- Rosidawati. (2008). *Mengenal lansia dan perawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sastroasmoro, I. &. (2014). *Dasar - dasar metodologi penelitian klinis edisi ke-4*. Jakarta: Sagung Seto.
- Setiadi. (2007). *Kosep penulisan riset dan keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sugiyono. (2008). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. (Alfabeta, Ed.). Bandung.
- Suharnan. (2012). *Pengembangan skala kemandirian*. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2).
- Suhartini, R. (2009). *Pengaruh faktor - faktor kondisi kesehatan, kondisi ekonomi dan kondisi sosial terhadap kemandirian orang lanjut usia*.
- Sujarweni, V. W. (2014). *Metodologi penelitian keperawatan*. Yogyakarta: GAVA MEDIA.
- Wiraguna, L. T. (2014). *Gambaran tingkat kemandirian dalam aktivitas daily living (adl) pada lansia di desa leyanan kecamatan ungaran timur kabupaten semarang*. Semarang: Studi Ilmu Keperawatan Stikes Ngudi Waluyo Ungaran.