

Survei Kemandirian dalam Melakukan Aktivitas Sehari-hari pada Lansia tanpa Keluarga Dekat

Eka Pratiwi Briant Pakiding, Ardiyanto Ardiyanto*

Departemen Teknik Mesin dan Industri, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia;
email: ekapratiwibriantpakiding@mail.ugm.ac.id, ardiyanto@mail.ugm.ac.id

*Corresponding author

Abstrak

Latar Belakang: Jumlah penduduk lansia di Indonesia cenderung meningkat secara konsisten setiap tahun. Selain itu, jumlah lansia yang hidup sendiri tanpa keluarga dekat dalam satu rumah juga meningkat. Namun, penurunan kemampuan fisik dan kognitif yang terjadi pada lansia seiring bertambahnya usia dapat menyebabkan tantangan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari baik aktivitas dasar maupun aktivitas yang lebih kompleks. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat kemandirian lansia Indonesia yang hidup sendiri tanpa keluarga dekat dalam satu rumah dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari. Metode: Sebanyak tiga puluh lansia berusia antara 60-80 tahun yang tinggal di Yogyakarta terlibat dalam survei ini. Survei dilakukan dengan meminta lansia untuk menjawab pertanyaan dari dua kuesioner (Katz Index of Independence in Activity of Daily Living dan Lawton Instrumental Activities of Daily) yang mengukur tingkat kemandirian seseorang dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, baik dasar dan lebih kompleks. Hasil dan kesimpulan: Secara umum, responden yang berpartisipasi dapat dianggap mandiri dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, baik yang bersifat dasar (97-100%) maupun yang lebih kompleks (73-100%). Namun, terdapat penurunan persentase kemandirian dari aktivitas sehari-hari dasar dan yang lebih kompleks.

Kata Kunci: survei, kemandirian, lansia, aktivitas sehari-hari

Abstract

[Survey of independence in performing activities of daily living among elderly without close family] Background: The elderly population in Indonesia has been steadily increasing each year, with a growing number of seniors choosing to live independently, often without close family members in the same household. However, the natural decline in both physical and cognitive capabilities that accompanies aging can present challenges when it comes to performing everyday activities, encompassing both essential tasks and more complex activities. This study aimed to assess the level of self-sufficiency among independent elderly individuals in Indonesia, particularly those who do not reside with immediate family members, concerning their ability to carry out activities of daily living. Methods: This research involved a sample of thirty elderly participants aged between 60 and 80, residing in Yogyakarta. The survey was conducted by asking the participants to fill out two questionnaires (Katz Index of Independence in Activities of Daily Living and the Lawton Instrumental Activities of Daily Living) that measured their independence when performing basic and more complex activities of daily living. Results and conclusions: In general, most participants could be considered capable of performing basic activities of daily living (97-100%) and more complex activities (73-100%). However, a lower rate of independence was observed in the more complex activities of daily living compared to the basic ones.

Keywords: survey, independence, elderly, activities of daily living

Kelompok BoK yang bersesuaian dengan artikel: *Ergonomics & Human Factors*

Saran format untuk mensitasi artikel ini:

Pakiding, E.P.B. & Ardiyanto, A. (2023). Survei Kemandirian dalam Melakukan Aktivitas Sehari-hari pada Lansia tanpa Keluarga Dekat. *Prosiding Seminar Nasional Teknik Industri (SENASTI) 2023*, 335-344.

1. Pendahuluan

Lanjut usia merupakan masa dari seseorang saat memasuki usia 60 tahun ke atas menurut UU No 13 tentang kesejahteraan lanjut usia (Undang-Undang Republik Indonesia No 13 Tahun 1998, 2018). Badan Pusat Statistik (2021) selanjutnya membagi lansia menjadi 3 kategori: lansia muda (60-69 tahun), lansia madya (70-79 tahun) dan lansia tua (≥ 80 tahun). Pada Tahun 2020, jumlah penduduk lanjut usia dengan rentang usia 60 tahun ke atas berjumlah 28 juta jiwa atau setara dengan 10.7% populasi penduduk di Indonesia. Jumlah penduduk usia lanjut diperkirakan akan terus meningkat hingga Tahun 2045 sebesar 19.9% dari total populasi Indonesia. Selain itu, jumlah lansia yang tinggal tanpa keluarga dekat juga akan meningkat. Berdasarkan hasil survei sosial ekonomi nasional, persentase jumlah lansia yang tinggal hanya dengan pasangan sebesar 22,78% sedangkan lansia yang tinggal sendiri saat ini sebesar 9,99% dari total jumlah penduduk lansia (BPS, 2021).

Ketika memasuki usia 60 tahun, orang dengan lanjut usia akan mengalami penurunan kemampuan fungsional karena perubahan jaringan otot yang berkaitan dengan kekakuan otot, gangguan keseimbangan dan kapasitas fungsional (Nakano *et al.*, 2014). Penurunan kemampuan fisik ditandai dengan gerakan yang menjadi lamban, mudah merasa lelah dan peningkatan berat badan akibat timbunan lemak, komposisi tulang yang berubah sehingga postur tubuh menjadi bungkuk, dan diperparah apabila lansia juga mengalami penyakit seperti gangguan keseimbangan (*balance disorders*) yang menghambat respon motorik dalam mengontrol gerak tubuh (Sturnieks *et al.*, 2008). penurunan kemampuan fisik lansia dapat disebabkan oleh reumatologi (*rheumatologic diseases*) yang berhubungan dengan gangguan sendi, otot, tulang dan jaringan tubuh (Michet *et al.*, 1995). Penurunan kondisi fungsional dari lansia tersebut dapat mempengaruhi tingkat kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari (Mlinac & Feng, 2016). Di sisi lain, bertambahnya usia dari para lansia berpengaruh pada kesehatan fisik dan kognitif yang dapat menghambat ruang gerak dari para lansia. Hal tersebut dikarenakan para lansia biasanya mengalami penyakit terkait *cardiovascular*, pernapasan, *musculoskeletal disease*, gangguan saraf dan mental yang dapat menghambat lansia dalam beraktivitas (Prince *et al.*, 2015).

Walaupun mayoritas sudah tidak bekerja, para lansia tetap harus menjalani kehidupan dengan melakukan aktivitas sehari-hari atau *activities of daily living*. Aktivitas ini selanjutnya dibagi menjadi dua kategori: aktivitas dasar dan aktivitas secara umum. Aktivitas dasar menurut Medhi *et al.* (2019) didefinisikan sebagai tugas umum yang perlu dilakukan sehari-hari untuk keberlangsungan hidup atau menjaga agar kehidupan yang mandiri dapat terus berlangsung. Selanjutnya aktivitas tersebut dibagi ke dalam enam item *activities of daily living* (ADLs) dasar yang dilakukan sejak kanak-kanak hingga memasuki usia lanjut seperti mandi, memakai pakaian, buang air, berpindah, kontinensi dan makan. Di sisi lain, aktivitas sehari-hari secara umum yang merujuk kepada aktivitas yang lebih kompleks atau *Instrumental*

Activities of Daily Living (IADLs) dibagi ke dalam delapan item aktivitas seperti kemampuan menggunakan telepon, berbelanja, penyiapan makanan, perawatan rumah, pencucian, penggunaan moda transportasi, tanggung jawab atas pengobatan pribadi dan menangani keuangan.

Pengukuran kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari dapat menggunakan beberapa instrumen survei. Pada aktivitas dasar, kemandirian seorang lansia dalam melakukan ADLs diukur dengan menggunakan alat survei kemandirian yang disebut *Katz ADLs*. Survei *Katz ADLs* dilakukan dengan memberikan pertanyaan kepada responden mengenai cara mereka melakukan *item* ADLs. Poin yang digunakan untuk survei ini adalah 1 ketika jawaban responden adalah tidak bergantung pada orang lain maupun alat dengan kata lain responden tergolong mandiri. Sementara, 0 digunakan apabila responden memiliki ketergantungan terhadap orang lain dalam melakukan aktivitas. Total poin maksimal adalah 6 dan paling minimal 0 (Arik *et al.*, 2015). Sementara itu, aktivitas sehari-hari yang lebih kompleks dapat diukur menggunakan alat survei *Lawton IADLs*. Prosedur penilaian pada *Lawton IADLs* juga sama dengan *Katz ADLs* yaitu dengan memberikan nilai 1 pada aktivitas yang dapat dilakukan sendiri dan 0 untuk aktivitas yang berketergantungan dengan orang lain atau memerlukan pendamping yang membantu menyelesaikan satu *item* aktivitas (Pashmdarfard & Azad, 2020). Instrumen penilaian tersebut selanjutnya dapat melihat bagaimana kemandirian lansia dilihat dari fungsi fisik dan psikis yang ada (Graf, 2008).

Berdasarkan status tinggal bersama, lansia dibagi atas 5 yaitu lansia tinggal tiga generasi, lansia tinggal bersama keluarga inti, bersama pasangan, sendiri (tunggal) dan tinggal dengan keluarga lainnya. Lansia tunggal dan lansia bersama pasangan dapat menghadapi tantangan yang lebih banyak dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Penelitian ini dilakukan untuk melihat gambaran tingkat kemandirian dari lansia di Indonesia dalam melakukan aktivitas sehari-hari, terutama bagi lansia yang tinggal tanpa keluarga dekat dalam satu rumah. Lansia dalam kategori tersebut termasuk didalamnya adalah lansia yang tinggal sendiri atau hanya dengan pasangan sesama lansia. Diharapkan bahwa gambaran mengenai tingkat kemandirian lansia ini akan membantu dalam merancang program dan layanan bagi lansia oleh pemerintah, atau membantu pemangku kepentingan lain seperti produsen alat kesehatan, guna memberikan solusi yang mendukung kemandirian lansia dan membantu mereka mengatasi tantangan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari.

2. Metode

2.1. Responden

Penelitian ini melibatkan 30 responden yang terdiri dari 20 lansia perempuan dan 10 lansia laki-laki baik yang tinggal sendiri maupun dengan pasangan. Seluruh responden tinggal di Yogyakarta. Selain itu, responden tidak tinggal dalam satu kota dengan anak atau tinggal dalam satu kota dengan anak namun waktu tempuhnya selama 30 menit atau lebih. Responden yang terlibat juga merupakan lansia yang memiliki kestabilan ekonomi atau memiliki usaha sehingga mampu membiayai kehidupannya sehari-hari. Responden yang terlibat juga bukan merupakan lansia dengan disabilitas sehingga dapat bergerak untuk melakukan aktivitas sehari-hari (tidak mengalami kondisi di mana harus berbaring sepanjang waktu atau mengalami kelumpuhan seluruh tubuh). Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Universitas Gadjah Mada dengan nomor KE/UGM/036/EC/2023. Pemilihan responden dilakukan dengan metode *convenience sampling*. Karakteristik responden lansia dengan total jumlah lansia sebanyak 30 orang dapat dilihat

pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik responden

<i>Items</i>	Kategori	Frekuensi (n=30)	Persentase
Usia	60-65 tahun	8	27%
	66-70 tahun	10	33%
	71-80 tahun	11	40%
Jenis Kelamin	Laki-Laki	9	30%
	Perempuan	21	70%
Status Tinggal (Tidak dengan anak atau keluarga lainnya)	Sendiri	8	27%
	Dengan Pasangan	22	73%
Domisili (DIY)	Perkotaan	6	20%
	Pedesaan	24	80%
Jarak Tinggal dengan Anak	Dalam kota >30 menit	9	30%
	Luar kota	21	70%
Pekerjaan	Pensiunan	16	53%
	Wiraswasta	14	47%
Pendidikan Terakhir	SMP	7	23%
	SMA	8	27%
	Perguruan Tinggi	15	50%
Pendapatan Perbulan	1.5-2 juta	21	70%
	>2juta – 5juta	9	30%
Kualitas Kesehatan	Baik	19	63%
	Cukup Baik	11	37%
Memiliki Penyakit Kronis	Ya	5	17%
	Tidak	25	83%

2.2. Kuisisioner

Survei mengenai kemandirian dalam menjalankan aktivitas sehari-hari dalam penelitian ini menggunakan dua kuisisioner, yaitu *Katz Activities of Daily Living* (Katz ADLs) serta *Lawton Instrumental Activities of Daily Living* (Lawton IADLs). Kuisisioner Katz ADLs dilakukan untuk melihat tingkat kemandirian responden dalam melakukan aktivitas sehari-hari dasar yang meliputi mandi, berpakaian, buang air, berpindah tempat, menjaga kontinensi dan makan (Shelkey & Wallace, 2000). Sementara itu, kuisisioner Lawton IADLs digunakan untuk menilai tingkat kemandirian responden dalam melakukan aktivitas sehari-hari yang lebih kompleks, seperti mencuci pakaian, menggunakan telepon, berbelanja, menyiapkan makanan, melakukan pekerjaan rumah tangga, menggunakan transportasi, bertanggung jawab atas pengobatan pribadi, serta mengelola keuangan (Graf, 2008). Dalam setiap aktivitas, baik pada kuisisioner Katz ADLs maupun Lawton IADLs, responden diminta untuk menentukan apakah

mereka dapat menjalankan aktivitas tersebut secara mandiri (*independence*) atau tidak mandiri (*dependence*). Definisi kemandirian untuk setiap aktivitas disajikan dalam kuisioner yang digunakan. Setiap responden diminta untuk mengisi kuisioner dalam bentuk cetak yang disajikan dalam Bahasa Indonesia. Penerjemahan kuisioner ke dalam Bahasa Indonesia dilakukan oleh penerjemah tersumpah.

2.3. Pengolahan Data

Perhitungan persentase lansia mandiri dan tidak mandiri pada masing-masing aktivitas dilakukan dengan membagi frekuensi jumlah responden mandiri maupun tidak mandiri dengan total jumlah responden. Untuk melihat perbedaan proporsi antara responden yang tergolong mandiri dan tidak mandiri untuk setiap aktivitas dilakukan uji *chi-square*. Selanjutnya, kategorisasi kemandirian lansia untuk hasil survei dengan *Katz ADLs* dan *Lawton ADLs* ditentukan dari total poin atau indeks yang ada. Apabila indeks *Katz ADLs* kurang dari 5, maka lansia tersebut dianggap tidak mandiri atau dengan kata lain merupakan lansia yang berketergantungan dalam melakukan aktivitas dasar. Kategorisasi kemandirian lansia untuk hasil survei dengan *Lawton IADLs* ditentukan berdasarkan indeks di mana pada lansia perempuan dikatakan mandiri apabila memperoleh hasil score 6-8, sementara laki-laki untuk skor 5-8 menunjukkan kategori mandiri (Pashmdarfard & Azad, 2020) Namun, pada laki-laki menyiapkan makanan, mencuci pakaian dan *housekeeping* dapat dikecualikan sehingga untuk hasil skor 5 pada *IADL* responden laki-laki sudah dapat dikatakan mandiri (Graf, 2008). Hasil dari survei dapat menjelaskan persentase kemandirian dari lansia dalam melakukan aktivitas sehari-harinya berdasarkan karakteristik status tinggal (sendiri atau pasutri sesama lansia) tidak dengan anak maupun kerabat lainnya, gender dan usia. Penelitian ini menggunakan level signifikansi sebesar 0.05. Seluruh analisis statistik dilakukan dengan *software* JASP.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil survei dengan *Katz Activities of Daily Living*

Tabel 2 memperlihatkan persentase kemandirian lansia dalam per aktivitas dasar berdasarkan kuisioner *Katz ADLs*. Dari tabel tersebut, terlihat bahwa seluruh responden masih mampu melaksanakan aktivitas mandi, berpakaian, berpindah (dari tidur ke bangun dan dari duduk ke berdiri, serta sebaliknya), makan, dan menjaga kontinensinya secara mandiri. Dalam aktivitas dasar buang air, persentase kemandirian sedikit lebih rendah (97%), dengan satu lansia yang memerlukan bantuan alat berupa *grab bars* untuk berdiri. Hasil uji beda proporsi menunjukkan perbedaan yang signifikan antara persentase responden yang mandiri dan tidak mandiri dalam semua aktivitas dasar menurut *Katz ADLs* ($p < 0.001$).

Tabel 2. Distribusi jumlah dan persentase kemandirian per aktivitas di *Katz ADLs*

Aktivitas sehari-hari	Mandiri		Tidak Mandiri		<i>p-values</i>
	n	Persentase	n	Persentase	
Mandi	30	100%	0	0%	< 0.001
Memakai pakaian	30	100%	0	0%	< 0.001
Buang air	29	97%	1	3%	< 0.001
Berpindah tempat	30	100%	0	0%	< 0.001
Menjaga kontinensi	30	100%	0	0%	< 0.001
Makan	30	100%	0	0%	< 0.001

Total poin *Katz ADLs* untuk responden yang terlibat dapat dilihat dalam Tabel 3. Dari tabel tersebut, terlihat bahwa hampir semua responden memiliki total skor sempurna yaitu 6. Satu responden yang tidak mendapatkan total poin sempurna adalah satu responden berusia 80 tahun yang memperoleh skor total sebesar 5, dengan kebergantungan pada alat bantu ketika melakukan buang air.

Tabel 3. Persentase responden per total poin *Katz ADLs*

Total poin <i>Katz ADLs</i>	1	2	3	4	5	6	n Total
Persentase Responden	0%	0%	0%	0%	3%	97%	30

3.2. Hasil survei dengan *Lawton Instrumental Activities of Daily Living*

Tabel 4 memperlihatkan persentase kemandirian lansia dalam menjalankan aktivitas yang lebih kompleks berdasarkan aktivitas sehari-hari yang ditanyakan dengan kuisioner *Lawton IADLs*. Dari tabel tersebut terlihat bahwa seluruh responden (100%) masih mampu melaksanakan aktivitas menggunakan telepon dan bertanggung jawab atas pengobatan diri. Pada kegiatan belanja dan perawatan rumah, persentase lansia mandiri mencapai 90%. Untuk kegiatan berbelanja, dengan dua lansia laki-laki bergantung kepada pasangannya. Sementara itu, pada perawatan rumah satu lansia perempuan tinggal sendiri di bantu setiap 2 kali seminggu oleh tenaga lepas harian. Dua lansia laki-laki bergantung kepada pasangan untuk melakukan pekerjaan rumah tangga. Aktivitas mencuci pakaian dan mengelola keuangan mencapai persentase kemandirian sebesar 80%, dengan tiga lansia perempuan dan tiga lansia laki-laki yang bergantung pada aktivitas cucian, sementara lima lansia perempuan dan satu lansia laki-laki bergantung pada aktivitas menangani keuangan. Penggunaan moda transportasi memperoleh persentase kemandirian sebesar 77%, dengan tujuh lansia perempuan yang bergantung kepada pasangan atau menggunakan transportasi *online* yang dipesankan oleh anak dari jarak jauh. Penyiapan makanan memperoleh persentase kemandirian sebesar 73%, dengan delapan lansia laki-laki yang bergantung kepada pasangan. Hasil uji *chi-square* menunjukkan perbedaan yang signifikan pada persentase lansia yang mandiri dan tidak mandiri dalam delapan aktivitas sehari-hari yang kompleks menurut *Lawton IADLs* ($p < 0.001$). Di sisi lain, dua aktivitas yaitu menyiapkan makanan dan menggunakan moda transportasi, menunjukkan perbedaan yang tidak signifikan secara statistik antara responden yang tergolong mandiri dan tidak mandiri ($p = 0.016$ dan 0.05).

Tabel 4. Distribusi jumlah dan persentase kemandirian per aktivitas di *Lawton IADLs*

Aktivitas sehari-hari	Mandiri		Tidak Mandiri		<i>p-values</i>
	n	Persentase	n	Persentase	
Menggunakan telepon	30	100%	0	0%	< 0.001
Berbelanja	27	90%	3	10%	< 0.001
Menyiapkan makanan	22	73%	8	27%	0.016
Melakukan pekerjaan rumah tangga	27	90%	3	10%	< 0.001
Mencuci pakaian	24	80%	6	20%	0.001
Menggunakan transportasi	23	77%	7	23%	0.05
Bertanggung jawab atas pengobatan pribadi	30	100%	0	0%	< 0.001
Mengelola keuangan	24	80%	6	20%	0.001

Total poin dari 30 responden lansia (100%) yang diperoleh dari pengisian kuisioner *Lawton IADLs* dapat dilihat dalam Tabel 5. Dari tabel tersebut, terlihat bahwa 33% responden memiliki total poin sempurna yaitu 8, sementara 23% responden lansia dengan total poin 7. Di sisi lain, 40% responden memiliki total skor 6, dan satu responden lansia laki-laki (3%) memperoleh total poin sebesar 5. Meskipun terdapat satu lansia dengan total skor sebesar 5, secara keseluruhan, hasil persentase menunjukkan bahwa lansia yang tinggal keluarga dekat dalam satu rumah yang terlibat dalam penelitian ini masih mampu menjalankan aktivitas fisik secara mandiri dengan bantuan yang minimal, baik dari pasangan maupun alat bantu.

Tabel 5. Persentase responden per total poin *Lawton ADLs*

Total poin	1	2	3	4	5	6	7	8	n Total
Persentase responden	-	-	-	-	3%	40%	23%	33%	30

3.3. Pembahasan

Hasil survei dengan *Katz ADLs* menunjukkan bahwa hanya satu lansia yang tidak mampu melakukan aktivitas dasar secara mandiri, yaitu buang air. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan fisik responden yang berusia 80 tahun, yang memerlukan bantuan pegangan (*grab bars*). Temuan ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Zhao *et al.*, 2018) pada ras Afrika-Amerika, yang menemukan bahwa sepertiga dari orang lanjut usia menghadapi risiko jatuh, terutama di kamar mandi dan toilet, karena gangguan fungsional seperti gangguan keseimbangan dan radang sendi. Di sisi lain, penelitian yang dilakukan oleh von Haehling *et al.* (2010) menyatakan bahwa setelah mencapai usia 60, tahun otot manusia mengalami penurunan sebesar 3% setiap tahunnya, dan pada usia 70 tahun, 5-13% lansia mengalami sarcopenia, yang mengakibatkan penurunan massa otot dan kinerja fisik. Namun, berbeda dengan hasil *Katz ADLs*, Pada *Lawton IADLs*, ditemukan keberagaman terkait aktivitas sehari-hari yang lebih kompleks secara mandiri. Ini termasuk berbelanja, penyiapan makanan, perawatan rumah, penggunaan moda transportasi, mencuci pakaian, dan menangani keuangan. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ćwirlej-Sozańska *et al.* (2018) di Polandia bagian Tenggara, yang menemukan bahwa ketidakmandirian lebih sering terjadi pada aktivitas sehari-hari yang lebih kompleks (*IADLs*). Penelitian ini menunjukkan bahwa setiap responden cenderung menghadapi lebih banyak masalah dalam hal kemandirian saat melakukan aktivitas sehari-hari yang lebih kompleks (*IADLs*), terutama dalam perawatan rumah dan penyiapan makanan. Semua lansia yang terlibat dalam penelitian ini menyatakan mampu melakukan berbagai aktivitas dengan telepon atau gawai. Aktivitas tersebut meliputi mencari kontak, menelpon dan mengirimkan pesan bahkan menonton dan membaca melalui gawai. Kemandirian dalam menggunakan telepon atau gawai tersebut dapat dimotivasi oleh kebutuhan untuk menghubungi kerabat dan melakukan interaksi sosial. Sejalan dengan penelitian ini, penggunaan gawai pada lansia mampu meningkatkan aktivitas sosial sehingga banyak dari mereka yang akan berusaha untuk mampu secara mandiri menggunakan alat komunikasi tersebut (Briede-Westermeyer *et al.*, 2020). Braunwalder *et al.* (2020) juga menyebutkan bahwa beberapa lansia bahkan menggunakan berbagai media sosial untuk mempertahankan pergaulan dan hubungan sosial.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas lansia perempuan tidak mengalami permasalahan kemandirian pada aktivitas penyiapan makanan sementara delapan dari sembilan lansia laki-laki bergantung pada pasangan dalam hal penyiapan makanan. Selain itu, pada lansia tinggal dengan pasangan, penggunaan moda transportasi

dan menangani keuangan didominasi oleh lansia laki-laki. Temuan tersebut dapat terjadi karena masih kuatnya budaya patriarki di Indonesia, di mana pekerjaan penyiapan makanan dipandang sebagai tugas dari seorang perempuan (Irma & Hasanah, 2014). Sementara pada penelitian sejenis yang dilakukan di Korea juga menyatakan bahwa pada hasil IADLs perempuan jauh lebih baik dan cenderung tidak ketergantungan pada aktivitas memasak, sementara itu lansia laki-laki lebih sedikit dalam membutuhkan bantuan untuk aktivitas menggunakan transportasi dan mengelola uang (Jang & Kawachi, 2019).

Penelitian sejenis yang dilakukan di beberapa negara seperti Amerika Serikat, Belanda, China, dan Inggris, pada responden dewasa ≥ 18 tahun dengan penyakit kanker menunjukkan bahwa sepertiga responden memerlukan bantuan dalam melakukan setidaknya lebih dari satu ADLs. Selain itu, sekitar setengahnya memiliki kendala untuk melakukan lebih dari satu IADLs (Neo *et al.*, 2017). Hasil tersebut berbeda dengan penelitian ini di mana ditemukan persentase kemandirian yang lebih tinggi. Hal tersebut dapat terjadi karena responden yang terlibat dalam penelitian ini adalah lansia yang masih memiliki kebugaran fisik.

Salah satu keterbatasan dalam penelitian ini adalah jumlah dan jenis sampel yang terbatas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat menginvestigasi variabilitas pada populasi lansia, terutama dalam berbagai konteks tempat tinggal, seperti melibatkan lansia yang tinggal bersama asisten rumah tangga dan situasi sejenisnya. Selain itu, perbandingan antara jenis kelamin, yaitu lansia laki-laki dan perempuan, dalam penelitian ini tidak seimbang. Hal ini mungkin disebabkan oleh fakta bahwa jumlah lansia yang tinggal sendiri cenderung didominasi oleh perempuan, yang memiliki angka harapan hidup yang lebih tinggi.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan terhadap tiga puluh responden lansia yang tinggal sendiri atau hanya bersama pasangan, dapat disimpulkan bahwa secara umum, responden tersebut masih mampu menjalankan berbagai aktivitas sehari-hari secara mandiri, baik yang bersifat dasar maupun yang lebih kompleks. Selanjutnya, hasil survei kemandirian menggunakan kuisioner Katz ADLs menunjukkan bahwa persentase kemandirian dalam menjalankan aktivitas dasar seperti mandi, berpakaian, buang air, berpindah tempat, menjafa kontinensi dan makan berkisar antara 97% hingga 100%. Sementara itu, hasil survei kemandirian untuk aktivitas yang lebih kompleks seperti menggunakan telepon, berbelanja, menyiapkan makanan, melakukan pekerjaan rumah tangga, mencuci pakaian, menggunakan transportasi, bertanggung jawab atas pengobatan pribadi serta mengelola keuangan berada pada kisaran 73% hingga 100%. Oleh karena itu, persentase kemandirian responden dalam menjalankan aktivitas sehari-hari yang lebih kompleks tampaknya mengalami penurunan jika dibandingkan dengan persentase kemandirian dalam menjalankan aktivitas dasar.

Ucapan Terima Kasih: Penulis mengucapkan terima kasih atas dukungan dana melalui hibah Peningkatan Kompetensi Doktor dari Direktorat Riset Universitas Gadjah Mada (No 7743/UN1.P.II/Dit-Lit/PT.01.03/2023).

Daftar Pustaka

Arik, G., Varan, H. D., Yavuz, B. B., Karabulut, E., Kara, O., Kilic, M. K., Kizilarlanoglu, M.

- C., Sumer, F., Kuyumcu, M. E., Yesil, Y., Halil, M., & Cankurtaran, M. (2015). Validation of Katz index of independence in activities of daily living in Turkish older adults. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 61(3), 344–350. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2015.08.019>
- Badan Pusat Statistik. (2021). Statistik Penduduk Lanjut Usia. In R. S. Andhie Surya Mustari, Budi Santoso, Ika Maylasari (Ed.), *Badan Pusat Statistik* (Vol. 21, Issue 1). Badan Pusat Statistik.
<https://www.bps.go.id/publication/2021/12/21/c3fd9f27372f6ddcf7462006/statistik-penduduk-lanjut-usia-2021.html>
- Braunwalder, R., Reiner, J., Pauli, C., Hämmerle, V., & Misoch, S. (2020). Older Adults' Use of Whatsapp in a Polymedia Environment: Managing Timing, Content, Form and Practicality. *Communications in Computer and Information Science*, 578, 57–77. https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-030-70807-8_4
- Briede-Westermeyer, J. C., Pacheco-Blanco, B., Luzardo-Briceño, M., & Pérez-Villalobos, C. (2020). Mobile phone use by the elderly: Relationship between usability, social activity, and the environment. *Sustainability (Switzerland)*, 12(7). <https://doi.org/10.3390/su12072690>
- Ćwirlej-Sozańska, A. B., Sozański, B., Wiśniowska-Szurlej, A., & Wilmowska-Pietruszyńska, A. (2018). An assessment of factors related to disability in adl and iadl in elderly inhabitants of rural areas of south-eastern poland. *Annals of Agricultural and Environmental Medicine*, 25(3), 504–511. <https://doi.org/10.26444/aaem/81311>
- Graf, C. (2008). The Lawton Instrumental Activities of Daily Living Scale. *American Journal of Nursing*, 108(4), 52–62. <https://doi.org/10.1097/00000446-199901000-00026>
- Irma, A., & Hasanah, D. (2014). Menyoroti Budaya Patriarki di Indonesia. *Social Work*, 7(1), 71–80. <https://doi.org/https://doi.org/10.24198/share.v7i1.13820>
- Jang, S. N., & Kawachi, I. (2019). Why do older korean adults respond differently to activities of daily living and instrumental activities of daily living? A differential item functioning analysis. *Annals of Geriatric Medicine and Research*, 23(4), 197–203. <https://doi.org/10.4235/agmr.19.0047>
- Medhi, G. K., Sarma, J., Pala, S., Bhattacharya, H., Bora, P. J., & Visi, V. (2019). Association between health related quality of life (HRQOL) and activity of daily living (ADL) among elderly in an urban setting of Assam, India. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 8(5), 1760–1764. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_270_19
- Michet, C. J., Evans, J. M., Fleming, K. C., O'Duffy, J. D., Jurisson, M. L., & Hunder, G. G. (1995). Common Rheumatologic Diseases in Elderly Patients. *Mayo Clinic Proceedings*, 70(12), 1205–1214. <https://doi.org/10.4065/70.12.1205>
- Mlinac, M. E., & Feng, M. C. (2016). Assessment of Activities of Daily Living, Self-Care, and Independence. *Archives of Clinical Neuropsychology*, 31(6), 506–516. <https://doi.org/10.1093/arclin/acw049>
- Nakano, M. M., Otonari, T. S., Takara, K. S., Carmo, C. M., & Tanaka, C. (2014). Physical performance, balance, mobility, and muscle strength decline at different rates in elderly people. *Journal of Physical Therapy Science*, 26(4), 583–586. <https://doi.org/10.1589/jpts.26.583>
- Neo, J., Fettes, L., Gao, W., Higginson, I. J., & Maddocks, M. (2017). Disability in activities of daily living among adults with cancer: A systematic review and meta-analysis. *Cancer Treatment Reviews*, 61, 94–106. <https://doi.org/10.1016/j.ctrv.2017.10.006>
- Pashmdarfard, M., & Azad, A. (2020). Assessment tools to evaluate activities of daily living

- (ADL) and instrumental activities of daily living (IADL) in older adults: A systematic review. *Medical Journal of the Islamic Republic of Iran*, 34(1). <https://doi.org/10.34171/mjiri.34.33>
- Prince, M. J., Wu, F., Guo, Y., Gutierrez Robledo, L. M., O'Donnell, M., Sullivan, R., & Yusuf, S. (2015). The burden of disease in older people and implications for health policy and practice. *The Lancet*, 385(9967), 549–562. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(14\)61347-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(14)61347-7)
- Shelkey, M., & Wallace, M. (2000). Katz Index of Independence in Activities of Daily Living (ADL). *Director (Cincinnati, Ohio)*, 8(2), 72–73. <https://doi.org/10.1097/00004045-200105000-00020>
- Sturnieks, D. L., George, R. S., & Lord, S. R. (2008). Balance disorders in the elderly. *Neurophysiologie Clinique*, 38(6), 467–478. <https://doi.org/10.1016/j.neucli.2008.09.001>
- Undang-Undang Republik Indonesia No 13 Tahun 1998. (2018). *Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia*.
- von Haehling, S., Morley, J. E., & Anker, S. D. (2010). An overview of sarcopenia: Facts and numbers on prevalence and clinical impact. *Journal of Cachexia, Sarcopenia and Muscle*, 1(2), 129–133. <https://doi.org/10.1007/s13539-010-0014-2>
- Zhao, Y.L.; Alderden, J.; Lind, B.K.; Kim, H. A. (2018). A Comprehensive Assessment of Risk Factors for Falls in Community-Dwelling Older Adults. *Journal of Gerontological Nursing*, 44(4), 40–49. <https://doi.org/https://doi.org/10.3928/00989134-20180913-04>