

Gambaran Kemandirian Lansia dalam Melakukan Aktivitas Sehari Hari Berdasarkan Indeks Katz di Desa Sengka Kecamatan Bontonompo Selatan Kabupaten Gowa Tahun 2025

Nurhikma¹, Sartika², Kasmawati³, Didin Wahyudi⁴

¹Program Studi DIII Keperawatan Universitas Syekh Yusuf Al-Makassari Gowa

^{2,3,4}Universitas Syekh Yusuf Al-Makassari Gowa

E-mail: ¹nurhikmanurdin02@gmail.com, ²ayutika9@gmail.com, ³kasmawati.lon@gmail.com,

⁴dhidinwahyudi@gmail.com

Abstract

And cognitive functions due to the aging process. This decline affects their independence in performing basic daily activities such as bathing, eating, and mobility. Maintaining independence is essential for ensuring the quality of life among the elderly, both in terms of physical health and psychosocial well-being. This study aims to describe the level of independence among the elderly in carrying out daily activities based on the Katz Index in Sengka Village, Bontonompo Selatan Sub-district, Gowa Regency, in the year 2025. The Katz Index is used to assess the elderly's ability to perform six basic activities of daily living: bathing, dressing, toileting, transferring, continence control, and eating. This study employed a descriptive quantitative design with a survey approach. The sample consisted of 30 elderly individuals who met the inclusion criteria, selected through accidental sampling. Data were collected through interviews using a standardized Katz Index questionnaire. The results showed that out of 30 respondents, 29 (96.7%) were categorized as independent, while only 1 respondent (3.3%) was found to be totally dependent. Factors influencing the level of independence included age, gender, and general health condition of the respondents. These findings indicate that the majority of elderly individuals in Sengka Village still possess a high level of independence. Therefore, this study is expected to serve as a basis for healthcare workers and local government in designing promotive and preventive programs aimed at maintaining and improving the quality of life of the elderly population.

Keywords: Older adults; Level of independence; Activities of Daily Living (ADL); Katz Index; Quality of life.

Abstrak

Lansia merupakan kelompok usia yang rentan terhadap penurunan kemampuan fisik, psikologis, dan kognitif akibat proses penuaan. Penurunan ini berdampak pada kemandirian dalam menjalani aktivitas dasar sehari-hari, seperti mandi, makan, dan berpindah tempat. Kemandirian sangat penting untuk menjaga kualitas hidup lansia, baik dari segi kesehatan fisik maupun kesejahteraan psikososial. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari berdasarkan Indeks Katz di Desa Sengka, Kecamatan Bontonompo Selatan, Kabupaten Gowa Tahun 2025. Indeks Katz digunakan untuk menilai kemampuan lansia dalam enam aktivitas dasar, yaitu mandi, berpakaian, pergi ke toilet, berpindah tempat, kontrol kontinensia, dan makan. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survei. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 orang lansia yang memenuhi kriteria inklusi, dan dipilih dengan teknik accidental sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara menggunakan kuesioner

Indeks Katz yang telah distandarisasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 responden, sebanyak 29 orang (96,7%) berada dalam kategori mandiri dan hanya 1 orang (3,3%) mengalami ketergantungan total. Faktor-faktor yang turut memengaruhi tingkat kemandirian meliputi usia, jenis kelamin, serta kondisi kesehatan umum responden. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di Desa Sengka masih memiliki tingkat kemandirian yang tinggi. Oleh karena itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan dan pemerintah desa dalam merancang program promotif dan preventif guna mempertahankan dan meningkatkan kualitas hidup lansia.

Kata Kunci: Lansia; Tingkat kemandirian; Aktivitas sehari-hari; Indeks Katz; kualitas hidup.

PENDAHULUAN

Lansia atau menua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia menjadi tua yang merupakan proses alamiah. Seseorang yang telah melewati usia 60 tahun disebut sebagai individu lanjut usia, di mana saat ini terjadi serangkaian perubahan fisik. Di fase usia lanjut, mereka akan mengalami berbagai perubahan, terutama dalam hal fisiologis, karena seiring bertambahnya usia, kinerja organ tubuh akan semakin menurun baik disebabkan oleh faktor alami maupun penyakit, terutama hipertensi atau tekanan darah tinggi (Yuniarti et al., 2024).

Lansia atau proses penuaan merupakan suatu keadaan yang dialami manusia. Pada saat mencapai usia lanjut lansia berharap akan mampu menjalani hidupnya dengan damai, tenang, serta menikmati masa senja bersama keluarga dengan penuh kasih sayang sehingga mereka dapat menikmati kehidupan masa tuanya. Penuaan berlangsung sepanjang hayat, tidak hanya dimulai pada waktu tertentu, melainkan sudah dimulai sejak awal kehidupan (Astuti & Fersiani, 2023).

Dalam menjalani aktivitas harian, penilaian mengenai tingkat kemandirian orang lanjut usia sangat penting untuk mengukur seberapa tergantung mereka, yang pada gilirannya membantu dalam menentukan tingkat bantuan yang diperlukan (Setiawati, 2021).

Kemandirian dalam merawat diri sendiri dapat dievaluasi melalui kemampuan melakukan kegiatan harian tanpa bantuan, seperti mandi, menggunakan toilet, dan berpindah tempat, seperti bergerak dari lantai ke kursi, dari kursi ke ranjang, berjalan, dan menaiki serta menuruni tangga, serta kemampuan untuk mengontrol buang air besar dan kecil (Civil, 2021). Faktor yang mempengaruhi kemandirian lansia yaitu mobilitas, ketidakmampuan

lansia untuk bergerak secara aktif, mudah terjatuh karena semakin bertambah tua kemampuan fisik dan mental akan menurun.

Selain kondisi fisik, kualitas hidup juga mencakup kinerja dalam peran sosial, keadaan emosional, fungsi intelektual kognitif, serta perasaan sehat dan kepuasan hidup. Lansia yang memiliki kualitas hidup yang lebih baik cenderung lebih produktif, bersemangat, dan merasa sejahtera. Rendahnya kualitas hidup biasanya terkait dengan fungsi keluarga, dukungan sosial, dan dukungan keluarga (Wiraini et al., 2021).

Menurut World health organization (WHO) Antara tahun 2015 hingga 2050, jumlah populasi lanjut usia di seluruh dunia yang berusia lebih dari 60 tahun diperkirakan akan meningkat dua kali lipat, dengan persentase berkisar antara 12% hingga 22%. Menjelang tahun 2050, diperkirakan bahwa 80% dari para lanjut usia akan tinggal di negara-negara dengan penghasilan rendah dan menengah (WHO, 2021).

Menurut World health organization pada tahun 2021, di wilayah Asia Tenggara terdapat sebanyak 8% populasi yang tergolong sebagai Lansia, yang setara dengan sekitar 142 juta orang. Indonesia

menjadi 5 besar negara yang memiliki jumlah penduduk terbanyak dan selalu mengalami peningkatan, tidak terkecuali dengan penduduk lanjut usia (lansia), berdasarkan data pada tahun 2021 terdapat 30,16 juta jiwa lansia. Angka ini terus akan mengalami peningkatan pada setiap tahunnya.

Kementerian Kesehatan sendiri memproyeksikan jumlah penduduk lansia akan meningkat menjadi 42 juta jiwa (13,82%) pada 2030, dan akan bertambah lagi menjadi 48,2 juta jiwa (13,82%) pada 2035 (Kemenkes, 2022). Kondisi demografis di Sulawesi Selatan memperlihatkan bahwa pada 2020, populasi lanjut usia tercatat sekitar 0,92 juta orang atau setara dengan 10,20 % (Sudirman, 2022).

Kabupaten Gowa menduduki peringkat ke-17 dari 24 Kabupaten/ Kota di Sulawesi Selatan dalam hal jumlah penduduk lansia, dengan sekitar 9,41% dari total populasi. Kepala DPPKB Kabupaten Gowa, Sofyan Daud, mengungkapkan bahwa dari total populasi di Kabupaten Gowa yang mencapai 755.235 orang, sekitar 9,41% atau sekitar 68.870 orang merupakan warga lanjut usia. Untuk meningkatkan kualitas hidup lansia, diperlukan upaya peningkatan dalam pelayanan sosial, kesehatan, dan kesejahteraan (Budianto, et al., 2022).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Juliana Veronika Tiurma Damanik, (2022) tentang Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia Melakukan Aktivitas Sehari Hari Di Desa Payasimbirong Kecamatan Silinda Tahun 2022, didapatkan hasil tingkat kemandirian lansia adalah kategori mandiri dengan 27 responden (56.3 %) dan ketergantungan 21 responden (43.8%).

Dalam survei awal yang dilaksanakan, peneliti mewawancarai 5 lansia berusia antara 55 hingga 90 tahun di Desa Sengka Kecamatan Bontonompo Selatan Kabupaten Gowa, di mana dari 5 lansia tersebut, 3 orang diantaranya mengalami ketergantungan dalam melaksanakan aktivitas sehari hari. Sebagian besar lansia mengalami ketergantungan dalam mengendalikan kontinensia dan pergi ke toilet, sementara 2 lansia lainnya menunjukkan kemandirian dan mampu menjalankan kegiatan sehari hari.

Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Gambaran Kemandirian Lansia Dalam Melakukan Aktivitas Sehari Hari Berdasarkan Indeks Katz Di Desa Sengka Kecamatan Bontonompo Selatan Kabupaten Gowa Pada Tahun 2025.

METODE

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang diterapkan dalam kajian ini adalah deskriptif, yang melibatkan pengamatan yang logis serta distribusi kuesioner mengenai Kemandirian Lansia dalam Melakukan Aktivitas Sehari Hari Berdasarkan Indeks Katz. Kajian ini mengevaluasi gambaran kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari hari berdasarkan Indeks Katz di Desa Sengka Kecamatan Bontonompo Selatan Kabupaten Gowa.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Studi deskriptif ini berlangsung di Desa Sengka yang terletak di Kecamatan Bontonompo Selatan, Kabupaten Gowa. Pemilihan area ini didasari oleh kemudahan akses dan keberadaan posyandu untuk lansia di wilayah tersebut. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 21-27 bulan Mei tahun 2025, di Desa Sengka Kecamatan Bontonompo Selatan Kabupaten Gowa.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2020). Populasi dalam penelitian ini adalah lansia di Desa Sengka Kecamatan Bontonompo Selatan Kabupaten Gowa Tahun 2025 yang jumlahnya 123 lansia dengan usia 55 – 90 tahun. Sampel adalah bagian yang terdiri dari populasi terjangkau yang dapat dipergunakan

sebagai subjek penelitian melalui sampling (Nursalam, 2020). pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik accidental sampling. Accidental sampling yaitu siapa saja secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh informasi penting yang mendukung tujuan penelitian. Dalam penelitian ini, pengumpulan data dilakukan melalui beberapa tahap sebagai berikut:

1. Editing; Kuesioner yang telah di isi oleh responden akan diperiksa kembali untuk memastikan apakah responden mengisi dengan baik dan benar. Jika jawaban dari responden belum terisi maka peneliti akan memberikan kembali lembaran kuesioner kepada responden.
2. Coding; Setelah semua relevan pengamatan yng dilakukan atau dicatat, pengkodean atau pembuatan kode dilakukan, yang mengubah data berdasarkan angka atau kurva menjadi data biner atau numeriktelah dibuat dan dicatat.
3. Kuesioner/angket; Salah satu instrumen yang digunakan dalam penelitian. Kuesioner dipakai untuk mengumpulkan data dengan cara memberikan sejumlah pertanyaan atau pertanyaan tertulis.
4. Prosesing atau entry data; Proses kelanjutan setelah coding data yeitu memasukkan data dari lembar observasi ke dalam computer.
5. Scoring (pemberian scor); Menentukan scor atau nilai untuk setiap pertanyaan dan tentukan nilai terendah dan tertinggi, tahapan ini dilakukan setelah ditentukan kode jawaban atau hasil observasi sehingga setiap jawaban responden atau hasil observasi dapat diberikan skor dan apabila responden menjawab pertanyaan dengan jawaban iya maka diberi skor 1 dan jika responden menjawab tidak maka diberi skor 0.

Pengolahan dan Analisis Data

Analisa data merupakan bagian untuk mencapai tujuan pokok penelitian, yaitu menjawab pertanyaan-pertanyaan penelitian yang mengungkap Fenomena, melalui berbagai macam uji statistik. Statistik merupakan alat yang dipergunakan pada penelitian ini yaitu deskriptif. Bertujuan mengolah data dengan statistik adalah untuk membantu menjawab pertanyaan penelitian dari kegiatan praktis maupun keilmuan (Nursalam, 2020). Pada penelitian ini metode statistics univariat digunakan untuk mengidentifikasi data demografi responden yaitu nama, usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir, suku, pekerjaan dan juga mengidentifikasi variabel independen yaitu gambaran tingkat kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari hari di Desa Sengka Kecamatan Bontonompo Selatan Kabupaten Gowa.

HASIL

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Sengka, yang terletak di Kecamatan Bontonompo Selatan, Kabupaten Gowa, Provinsi Sulawesi Selatan. Desa Sengka merupakan salah satu wilayah kerja dari Puskesmas Bontonompo I, yang memiliki cakupan pelayanan kesehatan masyarakat, termasuk pelayanan terhadap lansia.

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden pada penelitian ini dikelompokkan berdasarkan demografi yang meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir, suku dan pekerjaan responden.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Dan Persentase Responden Berdasarkan Data Umur, Jenis Kelamin, Pendidikan Terakhir, Suku Dan Pekerjaan Lansia

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
55-64 tahun	23	76,7
65-77 tahun	7	23,3
Jenis Kelamin		
Perempuan	20	66,7
Laki-laki	10	33,3
Pendidikan		
Tidak Sekolah	5	16,7
SD	9	30,0
SMP	2	6,7
SMA	4	13,3
PT	10	33,3
Suku		
Makassar	30	100
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	5	16,7
Petani	9	30,0
IRT	2	6,7
PNS	4	13,3
Pensiunan	10	30
Total	30	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan karakteristik responden, dari total 30 responden sebagian besar berusia 55–64 tahun yaitu sebanyak 23 orang (76,7%), sedangkan responden yang berusia 65–77 tahun berjumlah 7 orang (23,3%). Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 20 orang (66,7%) dan laki-laki sebanyak 10 orang (33,3%). Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan perguruan tinggi sebanyak 10 orang (33,3%), diikuti pendidikan SD sebanyak 9 orang (30,0%), tidak sekolah sebanyak 5 orang (16,7%), SMA sebanyak 4 orang (13,3%), dan SMP sebanyak 2 orang (6,7%). Seluruh responden berasal dari suku Makassar, yaitu sebanyak 30 orang (100%). Berdasarkan pekerjaan, responden paling banyak bekerja sebagai petani sebanyak 9 orang (30,0%), diikuti pensiunan sebanyak 10 orang (33,3%), tidak bekerja sebanyak 5 orang (16,7%), PNS sebanyak 4 orang (13,3%), dan ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 2 orang (6,7%). Secara keseluruhan, jumlah responden dalam penelitian ini adalah 30 orang (100%).

2. Analisis

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kemandirian Lansia Melakukan Aktivitas Mandi

Aktivitas Mandi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ketergantungan	1	3,3
Mandiri	29	96,7
Total	30	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan hasil analisis aktivitas mandi pada 30 responden, diperoleh bahwa hampir seluruh responden mandiri dalam melakukan aktivitas mandi, yaitu sebanyak 29 orang

(96,7%), sedangkan hanya 1 orang (3,3%) yang masih mengalami ketergantungan dalam melakukan aktivitas tersebut.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kemandirian Lansia Melakukan Aktivitas Ketoilet

Aktivitas Ketoilet	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ketergantungan	1	3.3
Mandiri	29	96.7
Total	30	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan hasil analisis aktivitas ke toilet pada 30 responden, diperoleh bahwa hampir seluruh responden mandiri dalam melakukan aktivitas ke toilet, yaitu sebanyak 29 orang (96,7%), sedangkan hanya 1 orang (3,3%) yang masih mengalami ketergantungan dalam melakukan aktivitas tersebut.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kemandirian Lansia Melakukan Aktivitas Pergerakan

Aktivitas Pergerakan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ketergantungan	1	3.3
Mandiri	29	96.7
Total	30	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan hasil analisis aktivitas pergerakan pada 30 responden, diperoleh bahwa hampir seluruh responden mandiri dalam melakukan aktivitas pergerakan, yaitu sebanyak 29 orang (96,7%), sedangkan hanya 1 orang (3,3%) yang masih mengalami ketergantungan dalam melakukan aktivitas tersebut.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kemandirian Lansia Melakukan Aktivitas Pengawasan Diri

Aktivitas Pengawasan Diri	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ketergantungan	1	3.3
Mandiri	29	96.7
Total	30	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan hasil analisis aktivitas pengawasan diri pada 30 responden, diperoleh bahwa hampir seluruh responden mandiri dalam melakukan aktivitas pengawasan diri, yaitu sebanyak 29 orang (96,7%), sedangkan hanya 1 orang (3,3%) yang masih mengalami ketergantungan dalam melakukan aktivitas tersebut.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kemandirian Lansia Melakukan Aktivitas Makan

Aktivitas Makan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ketergantungan	0	0
Mandiri	30	100
Total	30	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan hasil analisis aktivitas makan pada 30 responden, diperoleh bahwa seluruh responden mandiri dalam melakukan aktivitas makan, yaitu sebanyak 30 orang (100%), dan tidak terdapat responden yang mengalami ketergantungan (0%).

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Kemandirian Lansia

Aktivitas Kemandirian	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Mandiri	29	96.7
Ketergantungan	1	3.3
Total	30	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan hasil analisis tingkat kemandirian responden pada 30 orang, diperoleh bahwa hampir seluruh responden berada pada kategori mandiri, yaitu sebanyak 29 orang (96,7%), sedangkan hanya 1 orang (3,3%) yang berada pada kategori ketergantungan.

PEMBAHASAN

Penelitian ini membahas tingkat kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari (Activity of Daily Living/ADL) di Desa Sengka, Kecamatan Bontonompo Selatan Tahun 2025. Kemandirian merupakan kemampuan seseorang untuk memenuhi kebutuhan dasar dan melakukan aktivitas sehari-hari tanpa bergantung pada bantuan orang lain. Aktivitas sehari-hari yang dinilai dalam penelitian ini meliputi aktivitas mandi, berpakaian, ke toilet, pergerakan, pengawasan diri (kontinensia), dan makan. Tingkat kemandirian lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, kondisi kesehatan, serta kemampuan fisik dan mental.

1. Kemandirian Lansia Melakukan Aktivitas Mandi di Desa Sengka Kecamatan Bontonompo Selatan Tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Desa Sengka, diperoleh bahwa hampir seluruh responden mampu melakukan aktivitas mandi secara mandiri, yaitu sebanyak 29 responden (96,7%), sedangkan hanya 1 responden (3,3%) yang masih mengalami ketergantungan. Tingginya tingkat kemandirian dalam aktivitas mandi didukung oleh karakteristik responden. Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan (66,7%). Perempuan umumnya memiliki perhatian yang lebih besar terhadap kebersihan diri sehingga lebih mampu mempertahankan kebiasaan mandi secara mandiri. Selain itu, sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan perguruan tinggi (33,3%) dan pendidikan dasar (30,0%), yang dapat meningkatkan pengetahuan mengenai pentingnya kebersihan diri sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan. Dari sisi pekerjaan, sebagian responden masih bekerja sebagai petani (30,0%) dan sebagian lainnya merupakan pensiunan (33,3%), yang menunjukkan bahwa sebagian besar lansia masih memiliki kemampuan fisik yang cukup baik untuk melakukan aktivitas mandi secara mandiri.

2. Kemandirian Lansia Melakukan Aktivitas Berpakaian di Desa Sengka Kecamatan Bontonompo Selatan Tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Desa Sengka, diperoleh bahwa aktivitas berpakaian berada pada kategori mandiri sebanyak 29 responden (96,7%), sedangkan 1 responden (3,3%) masih mengalami ketergantungan. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia masih mampu memilih, mengenakan, dan melepaskan pakaian tanpa bantuan orang lain. Tingginya tingkat kemandirian tersebut didukung oleh dominasi responden yang berada pada kelompok usia 55–64 tahun, sehingga kemampuan motorik dan koordinasi tubuh masih relatif baik. Hasil penelitian ini sejalan dengan

penelitian Laili (2014) yang menunjukkan bahwa sebagian besar lansia berada pada kategori mandiri dalam aktivitas berpakaian, yaitu sebesar 78,6%.

3. Kemandirian Lansia Melakukan Aktivitas Ke Toilet di Desa Sengka Kecamatan Bontonombo Selatan Tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Desa Sengka, diperoleh bahwa sebanyak 29 responden (96,7%) mampu melakukan aktivitas ke toilet secara mandiri, sedangkan 1 responden (3,3%) masih memerlukan bantuan. Kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas ke toilet dipengaruhi oleh kondisi fisik, keseimbangan tubuh, serta kemampuan bergerak menuju kamar mandi secara mandiri. Mayoritas responden yang masih berada pada usia lansia awal memungkinkan mereka mempertahankan fungsi mobilitas sehingga aktivitas eliminasi dapat dilakukan tanpa bantuan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ayuningtias yang menyatakan bahwa hampir seluruh lansia mampu melakukan aktivitas toileting secara mandiri (100%).

4. Kemandirian Lansia Melakukan Aktivitas Pergerakan di Desa Sengka Kecamatan Bontonombo Selatan Tahun 2025

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 29 responden (96,7%) berada pada kategori mandiri dalam aktivitas pergerakan, sedangkan hanya 1 responden (3,3%) yang mengalami ketergantungan. Tingginya tingkat kemandirian dalam mobilitas menunjukkan bahwa sebagian besar lansia masih memiliki kekuatan otot, keseimbangan tubuh, dan koordinasi gerak yang baik sehingga mampu berpindah tempat secara mandiri. Hal ini juga didukung oleh karakteristik pekerjaan responden yang sebagian masih aktif bekerja sebagai petani, sehingga aktivitas fisik sehari-hari tetap terjaga. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Purba yang menunjukkan bahwa dari 20 responden, sebanyak 18 responden (90%) berada pada kategori mandiri dalam aktivitas pergerakan.

5. Kemandirian Lansia Melakukan Aktivitas Pengawasan Diri di Desa Sengka Kecamatan Bontonombo Selatan Tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian, aktivitas pengawasan diri menunjukkan bahwa sebanyak 29 responden (96,7%) berada pada kategori mandiri dan hanya 1 responden (3,3%) yang mengalami ketergantungan. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia masih mampu mengendalikan fungsi eliminasi serta menjaga kebersihan diri secara mandiri. Kemampuan tersebut dipengaruhi oleh kondisi fisik yang masih baik serta belum adanya gangguan kesehatan yang menyebabkan penurunan fungsi kontinensia pada sebagian besar responden. Tingginya tingkat kemandirian ini juga berkaitan dengan dominasi responden pada kelompok usia lansia awal yang masih memiliki fungsi tubuh relatif optimal.

6. Kemandirian Lansia Melakukan Aktivitas Makan di Desa Sengka Kecamatan Bontonombo Selatan Tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Desa Sengka, seluruh responden (100%) berada pada kategori mandiri dalam aktivitas makan. Tidak terdapat responden yang mengalami ketergantungan dalam memenuhi kebutuhan makan sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh lansia masih memiliki kemampuan mengunyah, menelan, menggunakan alat makan, serta memenuhi kebutuhan nutrisi secara mandiri. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wahyuningsih dan Priscila (2016), yang memperoleh hasil bahwa seluruh responden (100%) berada pada kategori mandiri dalam aktivitas makan.

7. Tingkat Kemandirian Lansia Melakukan Aktivitas Sehari-hari di Desa Sengka Kecamatan Bontonombo Selatan Tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh bahwa tingkat kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari berada pada kategori mandiri sebanyak 29 responden (96,7%), sedangkan hanya 1 responden (3,3%) yang berada pada kategori ketergantungan. Tingginya tingkat kemandirian ini erat kaitannya dengan karakteristik responden. Sebagian besar responden berada pada kelompok usia 55–64 tahun (76,7%), yang termasuk kategori lansia awal. Pada rentang usia tersebut, penurunan fungsi fisik dan kognitif umumnya belum berlangsung secara signifikan sehingga kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari masih dapat dipertahankan. Selain itu, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (66,7%), memiliki tingkat pendidikan perguruan tinggi (33,3%), dan sebagian masih aktif bekerja atau memiliki riwayat pekerjaan yang menunjukkan kemampuan fungsional yang baik. Kondisi tersebut mendukung kemampuan lansia dalam mempertahankan kemandirian pada aktivitas dasar sehari-hari. Sebaliknya, hanya sebagian kecil responden yang berada pada kelompok usia 65–77 tahun (23,3%), yang secara fisiologis lebih berisiko mengalami penurunan fungsi tubuh sehingga lebih rentan mengalami ketergantungan dalam aktivitas sehari-hari. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lansia di Desa Sengka memiliki tingkat kemandirian yang sangat baik dalam memenuhi kebutuhan aktivitas dasar sehari-hari, yang mencerminkan kondisi kesehatan fisik dan kemampuan fungsional yang masih optimal.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan aktivitas mandi menunjukkan responden kategori mandiri 96,7%, aktivitas berpakaian menunjukkan kategori mandiri 96,7%, aktivitas ke toilet menunjukkan kategori mandiri 96,7%, aktivitas pergerakan menunjukkan kategori mandiri 96,7%, aktivitas pengawasan diri menunjukkan kategori mandiri 96,7%, aktivitas makan responden menunjukkan kategori mandiri 100%, tingkat kemandirian lansia adalah kategori mandiri 96,7%.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, E. dan Fersiani, F. (2023) 'Peningkatan Kemampuan Lansia Mengatasi Nyeri Sendi Lutut Dengan Pemberian Kompres Garam Krosok Hangat Di Rw.07 Kelurahan Darmo Surabaya', *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), pp. 44–49. Available at: <https://doi.org/10.47560/pengabmas.v4i1.505>.
- Autoridad Nacional del Servicio Civil. 2021. "Faktor faktor yang berhubungan dengan kemandirian lansia dalam melakukan personal hygiene di Panti Sosial Teratai" *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. 8:2013–15.
- Budianto, A. Sari, R. & Pratama, R. S. (2022). Dukungan Keluarga Terhadap Depresi Pada Pasien Lansia Pasca Stroke Hemoragik. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 11(1), 176–182. <https://doi.org/10.52657/jik.v11i1.1619>.
- Jakarta: Salemba Medika;" 1–60.
- Juliana, D. V. T. (2022). *Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia Melakukan Aktivitas Sehari Hari Di Desa Payasimbirong Kecamatan Silinda Tahun 2022*.
- Nursalam, 2020. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. 2nd Ed.
- Setiawati, 2021. "Hubungan Tingkat Kemandirian Dengan Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Di Panti Jompo" 043.

- Sudirman. (2022). *Sulsel Semakin Menua Penduduknya*.
[https://makassar.tribunnews.com/2022/01/07/sulsel-semakin-menua-penduduknya-1124 lansia?page=all](https://makassar.tribunnews.com/2022/01/07/sulsel-semakin-menua-penduduknya-1124-lansia?page=all)
- WHO, (2021). *Keperawatan Gerontik*. Malang: *Literasi Nusantara Abadi*. Global Health and Aging.
- Wiraini, P. T. Zukhra, R. M. & Hasneli, Y. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Pada Masa COVID-19. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 10(1), 44–53.
<https://doi.org/10.36763/healthcare.v10i1.99>.
- Yuniarti. Maya. (2024) “Gambar karakteristik terapi bekam kering dan akupresur terhadap tekanan darah lansia dengan hipertensi”, *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 14(3), pp. 1073–1080. Available at:
<https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/1979/126>.