

GAMBARAN TINGKAT KEMANDIRIAN DALAM ACTIVITY OF DAILY LIVING (ADL) DAN RESIKO JATUH PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA GAU MABAJI KABUPATEN GOWA

Abdul Wahab Saimima¹, Isymiarni Syarif²

^{1,2}Universitas Islam Makassar

ABSTRAK

Usia tua merupakan tahap akhir dalam kehidupan manusia yang telah memasuki usia lanjut dimana ia telah melewati tahap perkembangan sebelumnya. Lanjut usia adalah seseorang yang dalam fase yang mengalami perubahan sistem biologisnya berdasarkan struktur maupun fungsi sehingga berpengaruh pada derajat kesehatannya. Kemandirian lansia dalam ADL merupakan kemandirian seseorang dalam melakukan aktivitas dan fungsi kehidupan harian yang dilakukan oleh manusia baik secara rutin dan universal. Jatuh adalah kejadian yang mengakibatkan seseorang mendadak berbaring atau terduduk di lantai atau tempat yang lebih rendah atau dengan tanpa kehilangan kesadaran atau luka. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran tingkat kemandirian dalam activity daily living dan resiko jatuh pada lansia di Panti Tresna Werdha Gau Mabaji Kabupaten Gowa. Penelitian ini dilakkan pada tanggal 14 April- 14 Mei 2023, Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Deskriptif dengan total sampel sebanyak 30 orang. Lansia di PSTW Gau Mabaji Gowa memiliki tingkat kemandirian tinggi dalam ADL. Kemampuan mandiri dalam melakukan ADL meliputi kemampuan untuk mandi, berpakaian, makan, ke toilet, dan berpindah.

Kata kunci: Lansia, Tingkat Kemandirian dan Risiko Jatuh

ABSTRACT

Old age is the final stage in human life which has entered old age where it has passed the previous stages of development. An elderly person is someone who is in a phase that experiences changes in their biological system based on structure and function so that it affects their level of health. Elderly independence in ADL is a person's independence in carrying out daily life activities and functions carried out by humans both routinely and universally. A fall is an event that results in a person suddenly lying or sitting on the floor or a lower place or without loss of consciousness or injury. This research was conducted to determine the level of independence in daily living activities and the risk of falls in the elderly at the Tresna Nursing Home Gau Mabaji, Gowa Regency. . This research was carried out on April 14-May 14 2023. The type of research used in this research was descriptive with a total sample of 30 people. The elderly at PSTW Gau Mabaji Gowa have a high level of independence in ADL. The ability to independently perform ADLs includes the ability to bathe, dress, eat, go to the toilet and move around.

Keywords: Elderly, Level of Independence and Risk of Falls

*Corresponding Author

Nama: Abdul Wahab Saimima

Email: abdulwahabsaimima@gmail.com

Received: 16 Mei 2024

Accepted: 30 Mei 2024

Published: 31 Mei 2024

PENDAHULUAN

Lansia memiliki perubahan struktur otak yang menyebabkan kemunduran kualitas hidup yang berimplikasi pada kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari (Ahmad & Fatmawati, 2022). Kemandirian lansia dalam ADL diartikan sebagai kemandirian seseorang dalam melakukan aktivitas dan fungsi kehidupan harian yang dilakukan oleh manusia secara rutin dimana kemandirian ini sangatlah penting guna merawat dirinya dalam memenuhi kebutuhan dasar (Marlina dkk, 2017).

World Health Organization (WHO) mencatat populasi global penduduk lansia berusia 60 tahun atau lebih berjumlah 962 juta jiwa lansia pada tahun 2017 dan diperkirakan akan terus meningkat pada tahun 2050 mencapai hampir 2,1 miliar lansia di seluruh dunia (United Nations, 2017). Penduduk lansia Indonesia mencapai 23,66 juta jiwa pada tahun 2018 dan diperkirakan akan terus meningkat sampai 27,08 juta jiwa pada tahun 2020 (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Pengaruh peningkatan populasi usia lanjut ini akan sangat tampak pada hal ekonomi dan sosial, dimana seperti kita ketahui saat ini angka kejadian penyakit kronis, degeneratif, maupun berbagai macam kanker semakin meningkat, juga angka kematian akibat penyakit-penyakit tersebut yang meningkat. Kecacatan akibat penyakit degeneratif pun tidak akan terhindarkan, sehingga menurunkan produktifitas para usia lanjut. Penurunan produktifitas dari kelompok usia lanjut ini terjadi karena terjadi penurunan fungsi, sehingga akan menyebabkan kelompok usia lanjut mengalami penurunan dalam melaksanakan kegiatan harian seperti makan, ke kamar mandi, berpakaian, dan lainnya dalam Activities Daily Living (ADL). Lansia dirasakan semakin mirip dengan anak-anak, dalam ketergantungan pemenuhan kebutuhan dasarnya, hal inilah yang menyebabkan pada akhirnya lansia dikirim ke panti wreda (David, 2013).

Perubahan fisik yang terjadi pada lansia tentunya akan mempengaruhi kemandirian lansia. Kemandirian adalah kebebasan untuk bertindak, tidak tergantung pada orang lain, tidak terpengaruh pada orang lain dan bebas mengatur diri sendiri atau aktivitas seseorang baik individu maupun kelompok dari berbagai kesehatan atau penyakit (Ediawati, 2013).

Kemandirian dalam aktivitas sehari-hari (ADL) yang di hubungkan dengan resiko jatuh disini ialah kemampuan lansia dalam memenuhi kebutuhan dengan bergerak aktif tanpa atau minim bantuan dari orang lain sehingga mobilisasi lansia tetap terjaga dan mengurangi resiko terjadinya kemunduran fungsi otot yang menyebabkan gangguan keseimbangan pada lansia. Di Amerika Serikat, satu dari tiga orang dewasa berusia 65 tahun ke atas menderita jatuh setiap tahun, 46% di antaranya mengakibatkan kematian akibat komplikasi (Lawson, 2014). Sedangkan kejadian jatuh di Indonesia tercatat 115 lansia di panti sebanyak 30 lansia mengalami jatuhnya (Deniro, 2017).

Hasil dari data SUSENAS menunjukkan bahwa angka rasio ketergantungan penduduk lansia pada tahun 2012 adalah sebesar 11,90 %. Angka rasio sebesar 11,90% menunjukkan bahwa setiap 100 orang penduduk usia produktif harus menanggung sekitar 12 orang penduduk lansia. Namun bila dibandingkan per jenis kelamin, angka rasio ketergantungan penduduk lansia perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan penduduk lansia laki-laki (12,95% berbanding 10,86%) (Kemenkes RI, 2017).

Salah satu masalah fisik yang dapat mengakibatkan kecatatan atau kematian yang sering terjadi pada lansia yang harus dicegah dan perlu mendapatkan perhatian dari masyarakat keperawatan adalah jatuh, sebab kecelakaan dan jatuh merupakan masalah yang sering menyebabkan kecatatan, cedera, depresi, dan cedera fisik. Fisik terhadap lansia, karena bertambahnya usia kondisi fisik, mental, dan fungsi tubuhpun menurun (Nugroho, 2012).

Lansia sebagai suatu unit yang juga menghendaki kemandirian dalam mempertahankan hidup, kesehatan dan kesejahteraannya. Faktor yang mempengaruhi tingkat kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari – hari seperti usia, imobilitas dan mudah jatuh. Lansia yang tinggal di institusi (panti) mengalami risiko jatuh lebih sering dari pada yang berada di komunitas karena mereka secara khas lebih rentan dan memiliki lebih disabilitas. Jatuh dianggap sebagai konsekuensi alami menjadi tua, tetapi jatuh bukan merupakan bagian normal dari proses

penuaan, disetiap tahunnya sekitar 30% lansia yang tinggal di komunitas mengalami jatuh (Ediawati, 2013).

Setiap orang pasti ingin memiliki masa tua yang Bahagia tetapi keinginan tidaklah selalu dapat menjadi nyata. Pada kehidupan nyata, banyak sekali lansia-lansia yang menjadi depresi, stress, bahkan berpenyakitannya sehingga banyak kita temui lansia yang telah dikirim ke panti jompo dan tidak teurus oleh keluarnya sendiri, ada juga lansia yang ternyata diasingkan dari kehidupan anak cucunya meskipun hidup dalam lingkungan yang sama, ada lansia yang masih harus bekerja keras meskipun sudah tua. Dimana lansia-lansia yang tinggal di panti jompo mengalami risiko jatuh lebih besar daripada yang berada di komunitas karena mereka secara khas lebih rentan dan memiliki lebih banyak disabilitas, jatuh dianggap sebagai konsekuensi alami menjadi tua, tetapi jatuh juga bukan merupakan bagian normal dari proses penuaan.

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran tingkat kemandirian dalam activity daily living dan risiko jatuh pada lansia di Panti Sentral Gau Mabaji Kabupaten Gowa?”

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Deskriptif dengan pendekatan Observasional. Sampel diperoleh dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Analisis univariat dilakukan untuk mendapatkan gambaran umum dengan cara mendeskripsikan tiap-tiap variabel yang digunakan dalam penelitian yaitu dengan melihat gambaran distribusi frekuensinya dalam bentuk tabel.

HASIL

PSTW Gau Mabaji Gowa memiliki 39 pegawai negeri sipil yang terdiri dari 20 orang perempuan dan 19 orang pria, dan terdiri dari 18 orang tenaga honorer. PSTW Gau Mabaji Gowa ini memiliki sarana antara lain Kantor, Asrama klien regular (12 buah), Asrama VIP Subsidi Silang (2 buah), Ruang Pameran, Perpustakaan, Gedung Keterampilan (2 buah), Masjid, Instalasi Penjernihan Air, Dapur, Gidang, Rumah Dinas, Jalan dan jembatan dan yang lainnya yang menunjang.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Lansia

Jenis Kelamin	n	%
Laki-Laki	9	30.0
Perempuan	21	70.0
Total	30	100.0

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden lansia berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 21 orang (70,0%) sedangkan jenis kelamin untuk laki-laki sebanyak 9 orang (30,0%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Responden Pada Lansia

Kelompok Umur	n	%
60-62 thn	9	30.0
70-75 thn	21	70.0
Total	30	100.0

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 2 menunjukkan bahwa berdasarkan kelompok umur lansia 70-75 tahun sebanyak 21 responden (70,0%) sedangkan pada umur 60-62 tahun sebanyak 9 responden (30,0%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Terakhir Pada Lansia

Pendidikan Terakhir	n	%
Tidak Sekolah	11	36.7
SD	4	13.3
SMP	7	23.3
SMA	5	16.7
S1	3	10.0
Total	30	100.0

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 3 menunjukkan bahwa tingkat Pendidikan tertinggi pada lansia di PSTW Gau Mabaji yaitu Tidak Sekolah sebanyak 11 responden (36,7%) dan yang paling rendah adalah berpendidikan S1 sebanyak 3 responden (10,0%).

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Lama Tinggal Pada Lansia

Lama Tinggal	n	%
9-2	12	40.0
3-4	18	60.0
Total	30	100.0

Tabel 4 menunjukkan bahwa lansia yang lama tinggal di Panti lebih banyak terdapat pada 9 bulan -2 tahun sebanyak 12 responden (40%) sedangkan untuk 3-4 tahun sebanyak 18 responden (60%).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kemandirian Tinggi Pada Lansia

Tingkat Kemandirian	n	%
Kemandirian Tinggi (Indeks Katz A, B, C, D)	22	73.3
Kemandirian Rendah (Indeks Katz E, F, G)	8	26.7

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 6 Aktivitas Kemandirian Lansia

Aktivitas Kemandirian Lansia	Mandiri	Dibantu
	n	n
Mandi	22	8
Berpakaian	22	8
Makan	24	6
Ke Toilet	19	11
Berpindah	19	11

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 6 menunjukkan bahwa kemandirian lansia yang tinggi sebanyak 22 responden (73,3%) sedangkan tingkat kemandirian rendah sebanyak 8 responden (26,7%). Yang didalamnya Lansia yang mandiri dalam melakukan aktivitas mandi sebanyak 22 responden, berpakaian sebanyak 22 responden, makan sebanyak 15 responden ke toilet sebanyak 19 responden dan berpindah sebanyak 19 responden. Dan untuk Lansia yang aktivitasnya Dibantu adalah lebih banyak terdapat pada aktivitas ke toilet dan berpindah tempat masing-masing terdapat 11 responden dan yang paling rendah untuk dibantu dalam beraktivitas adalah makan sebanyak 6 orang responden.

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Risiko Jatuh Pada Lansia

Item Pengkajian MFS	Ya	Tidak
	n	n
Riwayat Jatuh	14	16
Diagnosa Sekunder	20	10

Alat Bantu Jalan		
Dibantu Perawat	4	12
Menggunakan Tongkat	12	
Berpegangan Kursi	2	
Tidak Dibantu	0	
Terapi Intravena	4	26
Gaya Berjalan		
Normal	9	
Lemah	13	
Gangguan/Pincang	8	
Status Mental		
Lansia Sadar	25	
Keterbatasan Daya Ingat	5	

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 7 menjelaskan tentang item risiko jatuh MFS. Hasil Analisa dapat disimpulkan bahwa Sebagian besar tidak memiliki Riwayat jatuh 3 bulan terakhir yaitu sebanyak 14 responden. Berdasarkan item diagnose sekunder dapat disimpulkan bahwa Sebagian besar responden memiliki diagnose sekunder (memiliki lebih dari satu penyakit) sebanyak 20 orang responden. Berdasarkan item alat bantu dapat disimpulkan bahwa Sebagian besar responden berjalan menggunakan tongkat sebanyak 12 orang responden. Responden sebagian besar tidak sedang dilakukan terapi intravena yaitu sebanyak 26 orang responden. Berdasarkan item gaya berjalan sebagian besar responden memiliki gaya berjalan lemah sebanyak 13 orang responden. Sebagian besar responden memiliki status mental baik yaitu sebanyak 25 orang responden.

PEMBAHASAN

Berdasarkan jenis kelamin responden dari 30 responden di PSTW Gau Mabaji Gowa lebih banyak berjenis kelamin perempuan sebanyak 21 responden (70,0%). Hal ini sesuai dengan usia harapan hidup perempuan yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki, dimana penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Adriyani, 2016) bahwa pada perempuan kejadian menopause pasti akan selalu terjadi, hormon estrogen sangat berpengaruh dan penting dalam menjaga kondisi dinding vagina dan elastisitasnya, serta dalam memproduksi cairan yang melembabkan vagina. Rendahnya kadar estrogen pada perempuan menjadi penyebab proses osteoporosis (kerapuhan tulang), karena penurunan kadar estrogen diikuti penurunan penyerapan kalsium pada makanan.

Berdasarkan usia responden dari 30 responden bahwa usia lansia di PSTW Gau Mabaji Gowa mayoritas berusia 70-75 tahun sebanyak 21 orang (70,0%). Hal ini disebabkan kemampuan lansia yang masih dapat melakukan aktivitas sehari-hari, mandiri dalam melakukan aktivitas sehari-hari adalah kebebasan untuk merawat diri maupun beraktivitas sehari-hari.

Hasil Analisa tingkat Pendidikan responden menunjukkan bahwa tingkat Pendidikan responden sebagian besar adalah Tidak Sekolah sebanyak 11 orang responden. Kualitas hidup penduduk lanjut usia pada umumnya masih rendah dapat dilihat dari Pendidikan tertinggi yang ditamatkan dan angka buta huruf lansia. Hal ini sesuai dengan angka buta huruf penduduk lansia masih tinggi, sekitar 30,62 % pada tahun 2010 (BPS, 2010). Hasil penelitian ini juga sebanding dengan Kurniawan (2014) menunjukkan bahwa pada umumnya responden berpendidikan rendah Tidak Sekolah lebih banyak dibandingkan responden berpendidikan tinggi (SMA keatas). Hasil ini juga diperkuat yang dilakukan oleh Darmojo (2015) di Wilayah Jawa Tengah lansia pada umumnya memiliki Pendidikan yang rendah. Dari hasil wawancara dengan responden, rendahnya Pendidikan mereka kebanyakan disebabkan karena tidak ada biaya untuk melanjutkan Pendidikan yang lebih tinggi.

Berdasarkan lama tinggal di Panti yaitu sebanyak 18 responden yang sudah berada di PSTW Gau Mabaji selama 3-4 Tahun terakhir. Hal ini dikarenakan status ekonomi atau kondisi lainnya yang tidak dapat memungkinkan karena untuk mejalani hidup di rumah tangganya

masing-masing, serta juga mereka memiliki sanak saudara yang tidak mampu merawat mereka. Menurut peneliti lansia yang telah lama tinggal dipanti telah mampu beradaptasi dengan lingkungan di sekitar mereka. Mereka juga mampu beradaptasi dengan sedikitnya tenaga caregiver di panti, sehingga ketika responden mengalami sakit dan mengalami keterbatasan aktifitas mereka tetap berusaha mandiri.

Kemandirian lansia dalam ADL, didefinisikan sebagai kemandirian seseorang dalam melakukan aktivitas dan fungsi kehidupan harian yang dilakukan oleh manusia secara dan universal (Kane, 1981 dalam Sari, 2013). Hasil tingkat kemandirian lansia yaitu memiliki tingkat kemandirian yang tinggi sebanyak 22 responden (73,3%). Yang dimana menurut data hasil penelitian lansia yang mandiri dalam hal makan sebanyak 24 orang, berpakaian 22 orang, mandi 22 orang, ke toilet 19 orang dan berpindah tempat sebanyak 19 orang sedangkan untuk lansia yang aktivitas sehari-harinya dibantu yaitu paling banyak adalah ke toilet sebanyak 11 orang. Penelitian ini sebanding dengan Teori Suryani (2018) bahwa banyak lansia yang dapat memenuhi kebutuhan secara mandiri. Lansia yang melakukan kebutuhannya secara mandiri dapat dilihat dari bagaimana lansia menjalani aktivitas sehari-hari seperti mandi, makan, berpindah, ke toilet dan lainnya, yang dimana mereka melakukan hal itu untuk membuat mereka merasa bahwa berguna bagi diri mereka sendiri.

Peneliti berasumsi bahwa Sebagian besar responden berada pada kategori mandiri ini dikarenakan pada usia 60-74 tahun responden belum mengalami kemandirian pada fungsi gerak atau status fungsional, yang dapat dilihat dari mandiri seperti mandi, makan, kontinen dan perawatan diri, bahkan responden pada kategori mandiri masih mengisi waktu luang dengan melakukan kegiatan keagamaan dan lain-lain. Responden mandiri berarti tidak memerlukan bantuan orang lain untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Dengan adanya rasa self efficacy seseorang memiliki keberanian dalam melakukan aktivitas dan mencegah ketergantungan pada orang lain. Sedangkan responden yang dibantu dikarenakan kondisi status fungsional yang mengalami penurunan karena proses penuaan dan adanya penyakit yang diderita oleh responden sehingga memerlukan bantuan dari orang lain untuk melakukan aktivitas sehari-hari.

Factor yang mempengaruhi risiko jatuh pada lansia adalah umur dan penyakit yang diderita lansia sehingga menyebabkan kelemahan otot. Kejadian jatuh terjadi akibat adanya gerakan tiba-tiba pada bidang tumpu, seperti tergelincir dan terjatuh (Rahmawati, 2018).

Factor intrinsic risiko jatuh pada lansia meliputi gangguan jantung, gangguan pada system gerak, gangguan system saraf pusat, gangguan penglihatan dan gangguan pendengaran (Darmojo, 2019). Dimana dalam hasil penelitian didapatkan responden yang memiliki risiko jatuh sejak 3 bulan terakhir sebanyak 14 orang, dimana 14 responden tersebut memiliki riwayat penyakit hipertensi dan jantung yang dimana sangat berisiko jatuh yang sangat tinggi. Hipertensi dimana tekanan darah sistolik lebih tinggi dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolic lebih tinggi dari 90 mmHg, yang terjadi karena menurunnya elastisitas arteri pada proses menua. Bila tidak ditangani dapat memicu stroke, kerusakan pembuluh darah, gagal jantung sehingga dapat menyebabkan kejadian jatuh pada lansia. Gangguan jantung merupakan gangguan berupa kehilangan oksigen dan makanan ke jantung karena aliran darah ke jantung melalui arteri coroner berkurang, yang dapat ditandai dengan sesak napas yang mengakibatkan rasa Lelah yang biasanya terjadi ditengah malam. Gejala lainnya adalah kebingungan, muntah-muntah dan nyeri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan (2014) yang menyatakan bahwa 62,2 % responden dengan penyakit hipertensi dan juga gagal jantung sangat berisiko tinggi jatuh dari 57 responden.

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan adanya 14 responden menggunakan alat bantu diantaranya 12 orang menggunakan tongkat dan 2 orang menggunakan kursi. Penggunaan alat bantu berjalan memang membantu meningkatkan keseimbangan, namun disisi lain menyebabkan Langkah terputus dan kecenderungan tubuh membungkuk, terlebih jika alat bantu tidak menggunakan roda, karena itu penggunaan alat bantu berjalan ini haruslah direkomendasikan secara individual. Hal ini sejalan dengan penelitian Achmanagara (2017) dimana terdapat 12 responden (25,0%) yang menggunakan alat bantu berjalan berisiko jatuh dari 48 responden dikarenakan penggunaan alat bantu yang tidak relevan.

Menurut peneliti, risiko jatuh merupakan suatu kejadian yang mengakibatkan seseorang mendadak jatuh terbaring atau duduk di lantai dan tempat yang lebih rendah. Risiko jatuh ini dapat terjadi karena lansia tidak mengerti akan pencegahan risiko jatuh dan tindakan apa yang harus lansia lakukan dan pentingnya pencegahan jatuh untuk mengurangi kejadian jatuh berulang. Hal ini dapat dilihat dari hasil observasi dan wawancara pada lansia dimana mayoritas lansia mengatakan bahwa lansia sering mengalami pusing sehingga membuat lansia jalan sempoyongan, tidak dapat beraktivitas sehari-hari. Selain itu, perilaku yang berisiko bagi lansia yang jatuh karena banyak yang memiliki kebiasaan buruk seperti tidak memakai sandal ketika akan ke kamar mandi. Disamping lansia yang masih aktif, ada juga lansia yang aktivitasnya sehari-hari hanya di tempat tidur dikarenakan keterbatasan fisik dan disertai penyakit yang dideritanya yang membuat lansia berisiko tinggi untuk jatuh berulang.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Sari (2015) terdapat beberapa hal yang menyebabkan gangguan keseimbangan pada lansia sehingga menimbulkan adanya risiko jatuh, diantaranya yaitu efek penuaan, kecelakaan maupun factor penyakit.

KESIMPULAN

1. Karakteristik lansia yang tinggal PSTW Gau Mabaji Gowa rata-rata berusia 70-75 tahun, jenis kelamin Sebagian besar adalah perempuan, Pendidikan terakhir sebagian besar yang paling rendah adalah Tidak Sekolah sebanyak 11 responden dan yang paling tinggi adalah S1 sebanyak 3 responden. Sebagian besar tinggal di panti selama kurang lebih 3-4 Tahun.
2. Lansia di PSTW Gau Mabaji Gowa memiliki tingkat kemandirian tinggi dalam ADL. Kemampuan mandiri dalam melakukan ADL meliputi kemampuan untuk mandi, berpakaian, makan, ke toilet, dan berpindah
3. Lansia di PSTW Gau Mabaji Gowa memiliki risiko jatuh tinggi. Berdasarkan item risiko jatuh MFS dapat disimpulkan bahwa Sebagian besar responden tidak memiliki Riwayat jatuh dalam 3 bulan terakhir. Memiliki diagnose penyakit lebih dari satu, berjalan dengan menggunakan tongkat, gaya berjalan lemah dan berstatus mental yang baik.

KEPUSTAKAAN

- Adriyani (2016). *Hubungan Tingkat Kemandirian dalam Melakukan AKtivitas Kehidupan Sehar-Hari dan jenis kelamin Lansia di PSTW Sabai Nan Aluih. Jurnal Kesehatan Andalas; Vol.5 No.1*
- Afifah A. (2016). Hubungan Tingkat Kemandirian Dalam Melakukan Aktifitas Kehidupan Sehari-Hari dan Status Gizi Pada Usia Lanjut di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin. *Jurnal Kesehatan Andalas, Vol 5 No 1.*
- Afrizal A. (2018). Permasalahan Yang Dialami Lansia Dalam Menyesuaikan Diri Terhadap Penguasaan Tugas-Tugas Perkembangannya. *Jurnal Bimbingan Konseling, 2(2) 91.*
- Ahmad, N. F. F., & fatmawati. (2022). Gambaran Dukungan Keluarga Dalam Upaya Pencegahan Depresi Pada Lansia Di Puskesmas Batua Raya Makassar. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Dan Kebidanan Holistic Care, 5(2), 17–21.*
- Apriliyasari R. (2016). Kemandirian dalam Melakukan Aktivitas Sehari-hari pada Pasien Rheumathoid Artritis. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat, Vol 1 No 5.*
- Aulia. (2017). Hubungan Tingkat Kemandirian Activity Of Daily Living (ADL) Lansia Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kelurahan Tabing Padang . *Jurnal Keperawatan Kesehatan.*
- Darmojo B. (2015). *Buku Ajar Geriatri.* Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- David. (2013). Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Activities Daily Living di Panti Sosial Tresna Werdha Senja Rawi. *Jurnal Pendidikann Keperawatan Indonesia, Vol 2 Diakses 1 Juli 2016.*

- Deniro A & Sulistiawati. (2017). Hubungan Antara Usia dan Aktivitas Sehari-hari dengan Resiko Jatuh Pasien Instalasi Rawat Jalan Geriatri. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 4 (4) 199 .
- Dewi S R. (2015). Status Nutrisi Lansia Dan Risiko Jatuh Pada Lansia di UPT PSTW Jember. *Ilmu Kesehatan*, Vol 11 No 1 Juni 2019.
- Ediawati Eka. (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. *Jurnal Keperawatan*.
- Husain. (2013). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari Di Desa Tualango Kecamatan Tilango Kabupaten Gorontalo. *Skripsi Universitas Negeri Gorontalo*.
- Indrawati Tri. (2014). Pengaruh Relaksasi Otor Progresif terhadap Insomnia Pada Lansia di PSTW Budhi Dharma Bekasi. *Jurnal Keperawatan*, Vol 6 No 2.
- Karimah D. (2016). Tingkat Kemandirian Lansia Dalam ADL. *Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 2(1) 17.
- Kemkes RI. (2017). Situasi dan Analisis Lanjut Usia dan Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia. *Kemkes*.
- Kholifah, S.N. (2016). *modul bahan ajar cetak keperawatan gerontik*.
- Kurniawan, A. B (2014). *Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Keluarga dengan Risiko Jatuh pada Lansia di Desa Pondok Karangnom Klaten*. Naskah Publikasi. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
- Marlina Sri Mudayati. (2017). Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Melakukan Aktifitas Sehari-hari di Kelurahan Tunggul Wulung Kota Malang. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, Volume 2 Nomor 1 2017.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis, Edisi 4*. Jakarta: Salemba Medik.
- Nugroho, Wahjudi (2015). *Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC
- Prihati. (2017). Hubungan Tingkat Kemandirian Activity Daily Living (ADL) Dengan Kualitas Hidup Lansia di Kelurahan Karangasem Kecamatan Laweyan Surakarta. *Jurnal Keperawatan Indonesia*.
- Rahmawati, Ika Yusnia. (2018) *Hubungan Tgas Keluarga Dengan Kejadian Jatuh Pada Lansia*. *Skripsi*. Jombang: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Jombang
- BIBLIOGRAPHY Ritonga, N. L. (2018). Tingkat Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan ADL (Activity of Daily Living) dengan Metode Katz di Posyandu Lansia Kelurahan Tegal Sari III Medan . *Fakultas Keperawatan* .
- Sari, C (2013). *Kemandirian pada Lansia*. Jakarta
- Statistik, B. P. (2010) *Statistik penduduk lanjut usia 2010*. Jakarta: Badan Pusat Statistik
- Statistik, B. P. (2010) *Jumlah Lansia di Indonesia 2010*. Jakarta: Badan Pusat Statistik
- Suryani, Ulfa (2018). *Hubungan Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Aktivitas Sehari-Hari Dengan Risiko Jatuh Pada Lansia Di PSTW Sabai Nan Aluh Sicincin Kabupaten Padang Pariaman*. *Jurnal Kepemimpinan Dan Pengurusan Sekolah*. Vol.3, No.1. Hal. 89-9
- United Nations. (2017). World Population Aging. In highlights. *United Nations*, (pp. 1-2).
- Wulandari. (2015). Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan ADL (Activity Daily Living). *Jurnal Keperawatan*, Volume 1, Nomor 2 Juli 2015, 155-159.