

Tingkat Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan *Activity Daily Living* di Panti Sosial Tresna Wredha “AGAPE” Tondano

Level of Independence of the Elderly in Fulfilling Daily Living Activities at the Tresna Wredha "AGAPE" Tondano Social Home

Andro Ruben Runtu^{1*}, Meilita Enggune², Djoise Kaunang³

^{1,2,3} Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Tomohon, Indonesia

Artikel info

Artikel history:

Received : 23-08-2023

Revised : 31-10-2023

Accepted : 21-11-2023

Abstract

Independence is where an individual's attitude is to be independent in dealing with various situations. Activity Daily Living (ADL) is the act of completing daily work, schedules and as a basic action to take care of yourself every day. The aim of this research is to determine the level of independence of the elderly in fulfilling daily living activities (ADL) at the Tresna Wredha Social Home (PSTW) "AGAPE" Tondano. This research used a quantitative method using a descriptive design with a total sampling technique and obtained 36 subjects. Data were collected using a questionnaire and analyzed using univariate. After analyzing the data, it was found that there were 34 subjects in the independent category (94%), while 2 subjects (6%) were dependent/assisted. Therefore, it is concluded that there are elderly people who need help at the Tresna Wredha Social Home (PSTW) "AGAPE" Tondano. Suggestions need to maintain and increase the level of independence of the elderly, so that they can carry out activities independently and have their health checked at existing health facilities.

Abstrak

Kemandirian merupakan dimana sikap individu untuk bersikap mandiri dalam menghadapi berbagai situasi. Activity Daily Living (ADL) ialah tindakan menyelesaikan pekerjaan, jadwal, keseharian serta sebagai tindakan mendasar untuk merawat diri sendiri sehari-hari. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui bagaimana Tingkat Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan Activity Daily Living (ADL) di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) “AGAPE” Tondano. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif menggunakan desain deskriptif dengan teknik total sampling dan didapatkan 36 subjek. Pengumpulan data menggunakan koesioner dan dianalisis menggunakan univariat. Setelah dilakukan analisi data didapatkan kategori mandiri yaitu sebanyak 34 subjek (94%), sedangkan yang memiliki kemandirian tergantung/dibantu sebanyak 2 subjek (6%). Oleh karena itu disimpulkan terdapat lansia yang memerlukan bantuan di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) “AGAPE” Tondano. Saran perlu mempertahankan dan meningkatkan tingkat kemandirian lansia, sehingga dapat melakukan aktivitas secara mandiri dan

memeriksa kesehatan di fasilitas kesehatan yang ada.

Keywords:

activity daily living;
lansia;
kemandirian

Corresponden author:

Andro Ruben Runtu, email: androruntu21@gmail.com

PENDAHULUAN

Lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Lanjut usia sebagai individu sama halnya dengan klien yang digambarkan oleh Orem yaitu suatu unit yang juga menghendaki kemandirian dalam mempertahankan hidup, Kesehatan dan kesejahteraannya. Kemandirian pada lanjut usia tergantung pada kemampuan status fungsionalnya dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Kemandirian merupakan sikap individu yang diperoleh secara kumulatif dalam perkembangan dimana individu akan terus belajar untuk bersikap mandiri dalam menghadapi berbagai situasi di lingkungan, sehingga individu mampu berfikir dan bertindak sendiri. Dengan kemandirian seseorang dapat memilih jalan hidupnya untuk berkembang ke yang lebih mantap (Ambarita et al., 2021).

Usia lanjut adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang. Menurut PP No 34/2004 lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun keatas. United Nations Economic and Social Commission for Asia and the Pacific (UNESCAP) tahun 2011 menyatakan bahwa saat ini jumlah populasi penduduk lansia di kawasan Asia mencapai 4,22 miliar jiwa atau 60% dari penduduk dunia bahkan saat ini populasi lansia di Jepang dan Korea telah melampaui populasi lansia di negara-negara Eropa dan Amerika Serikat. Walaupun jumlah populasi lansia di Asia Tenggara saat ini masih dibawah level rata-rata dunia, namun UNESCAP memprediksikan pada tahun 2040 jumlah populasi lansia akan meningkat jauh diatas rata-rata populasi lansia di dunia (Rahmawati Iva MH et al., 2020). Indonesia, Umur Harapan Hidup (UHH) pada tahun 2022 mencapai 71,85 tahun pada tahun 2022. Angka tersebut meningkat 0,28 tahun dibandingkan pada tahun sebelumnya yang sebesar 71,57 tahun. Jumlah lansia 60 tahun ke atas di Indonesia sebesar 10,8% atau sekitar 29,3 juta orang (BPS, 2022).

Kemandirian pada lanjut usia tergantung pada kemampuan status fungsionalnya dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Kemandirian merupakan sikap individu yang diperoleh secara kumulatif dalam perkembangan dimana individu akan terus belajar untuk bersikap mandiri dalam menghadapi berbagai situasi di lingkungan, sehingga individu mampu berfikir dan bertindak sendiri. Dengan kemandirian seseorang dapat memilih jalan hidupnya untuk berkembang ke yang lebih mantap (Sihaloho, 2022). Activity Daily Living (ADL) ialah tindakan menyelesaikan pekerjaan, jadwal, keseharian serta sebagai tindakan mendasar untuk merawat diri sendiri. Tindakan kehidupan sehari-hari ialah suatu alat mengevaluasi batas praktis seseorang dengan meminta aktivitas dari kehidupan sehari-hari, untuk mengetahui lansia yang memerlukan bantuan orang lain dalam menyelesaikan kegiatan kehidupan sehari-hari atau bisa melakukannya dengan bebas. Menghasilkan data yang berharga untuk memutuskan keberadaan kerapuhan pada lansia yang membutuhkan perawatan (Rahmawati Iva MH et al., 2020).

Berdasarkan hasil penelitian Ramadan *et al.* (2023), didapatkan dari 67 subjek Berdasarkan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari diperoleh hasil pada kategori mandiri yaitu sebanyak 33 orang (49,2%), ketergantungan ringan 4 orang

(6%), ketergantungan sedang 16 orang (23,8), ketergantungan berat 8 orang (12%) dan tingkat ketergantungan total yaitu 6 orang (9%). Pemberi pelayanan pada lansia, yaitu orang yang dekat dengan lansia dan mengerti tentang hal-hal yang berhubungan dengan lansia tersebut, baik tentang perubahan fisik, psikis, dan sosial. Orang-orang tersebut seperti petugas panti, pekerja sosial, dan yang terutama adalah petugas kesehatan (perawat dan dokter) (Muhtar dan Aniharyati, 2019). Pada saat ini lansia kurang sekali mendapatkan perhatian serius ditengah keluarga dan masyarakat terutama dalam hal pemenuhan kebutuhan *Activity Daily Living*. Hal ini disebabkan karena lansia memiliki keterbatasan waktu, dana, tenaga dan kemampuan untuk merawat diri (Sholihuddin, 2018).

Dampak dari penurunan fungsi tubuh tentu akan mempengaruhi produktivitas dan *Activities Daily Living* (ADL) lansia. Yang biasanya lansia bisa melakukan aktivitas sendiri seperti makan tidak di bantu, mandi sendiri tidak dibantu orang lain, berpakaian tidak dibantu, mobilitas tidak menggunakan alat bantu dan kegiatan sehari-hari lainnya tidak ketergantungan dengan orang lain akan mengalami gangguan pada kemandiriannya. Ketergantungan lansia yang berada dirumah dan dipanti jelas berbeda, lansia yang berada di panti, lansia yang berada di panti jauh dengan keluarga dan harus beradaptasi dengan lingkungan barunya (Mu'sodah dan Putri Aryati, 2022). *Activity of daily living* (ADL) adalah aktivitas pokok bagi perawatan diri. *Activity of daily living* meliputi antara lain: ke toilet, makan, berpakaian (berdandan), mandi, dan berpindah tempat. Pengkajian ADL penting untuk mengetahui tingkat ketergantungan lansia dalam rangka menetapkan level bantuan bagi lansia tersebut dan untuk menyusun rencana perawatan jangka panjang.

Data lansia yang diperoleh dari Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) "AGAPE" Tondano Kabupaten Minahasa, jumlah lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) "AGAPE" Tondano yaitu 36 orang lansia, beberapa penghuni dipulangkan pada saat pandemic Covid-19. Berdasarkan pengamatan peneliti saat berada di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) "AGAPE" Tondano dan wawancara dengan pengurus Panti, terdapat lansia yang aktifitas sehari-hari dalam memenuhi kebutuhannya adanya ketergantungan dalam melakukan aktivitas tetapi pengurus belum mengetahui bagaimana mengidentifikasi cara untuk memenuhi kebutuhan masing-masing lansia. Berdasarkan data dan masalah yang ada di panti dalam memenuhi kebutuhan aktivitas sehari-hari, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang Analisis Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan *Activity Daily Living* (ADL) di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) "AGAPE" Tondano Kabupaten Minahasa.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan rancangan desain penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilakukan di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) "AGAPE" Tondano. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei-Juli 2023, pengambilan sample secara *door to door*, tidak ada pengulangan dalam pengambilan sample data dimana subjek penelitian hanya mendapat satu kali menjadi subjek. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang ada di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) "AGAPE" Tondano yang berjumlah 36 subjek. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *total sampling*. Dimana Sampel sesuai dengan kriteria inklusi; semua lansia penghuni PSTW, berusia 45-90 tahun, yang bersedia mengikuti penelitian dan menandatangani formulir persetujuan setelah mendapatkan penjelasan prosedur penelitian. Data yang diperoleh melalui data primer berupa tingkat kemandirian lansia dalam pemenuhan *activity daily living* melalui kuesioner. Penelitian ini menggunakan analisis

univariat yang digunakan untuk melihat distribusi frekuensi, untuk mengetahui tingkat kemandirian lansia dalam pemenuhan *Activity Daily Living*.

HASIL

Karakteristik umum subjek

Berdasarkan Tabel 1, karakteristik subjek berdasarkan usia dari 36 subjek lansia di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) "AGAPE" Tondano Kabupaten Minahasa, kelompok usia dengan subjek terbanyak di kelompok dengan rentang usia 60-74 tahun yaitu sebanyak 24 subjek (66,7%), sedangkan kelompok usia dengan jumlah sedikit adalah kelompok dengan rentang umur 75-90 tahun yaitu sebanyak 2 subjek (5,5%). Subjek memiliki jenis kelamin menunjukkan sebagian besar subjek adalah perempuan yakni 33 subjek (91,7%), sedangkan subjek dengan jenis kelamin laki-laki yakni 3 subjek (8,3%).

Tabel 1. Gambaran karakteristik subjek (n=36)

Karakteristik	n	%
Usia		
45-59	10	27,8
60-74	24	66,7
75-90	2	5,5
Jenis Kelamin		
Laki-laki	3	8,3
Perempuan	33	91,7
Pekerjaan		
Pensiunan	2	5,6
Wiraswasta	12	33,3
Tidak Bekerja	22	61,1
Total	36	100,0

Sumber: Data primer, 2023

Dari 36 subjek (Tabel 1), sebagian besar pekerjaan lansia di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) "AGAPE" Tondano Kabupaten Minahasa yaitu Tidak Bekerja sebanyak 34 subjek (94%), sedangkan subjek kelompok pekerjaan dengan jumlah sedikit yaitu Pensiunan dengan subjek sebanyak 2 subjek (6%).

Analisis tingkat kemandirian lansia dalam pemenuhan *activity daily living* di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) "AGAPE" Tondano Kabupaten Minahasa

Berdasarkan tabel diatas didapatkan sebagian besar subjek memiliki kemandirian dalam kategori mandiri yaitu sebanyak 34 subjek (94%) dari 36 subjek, sedangkan yang memiliki kemandirian tergantung/dibantu sebanyak 2 subjek (6%).

Tabel 2. Analisis tingkat kemandirian lansia dalam pemenuhan *activity daily living* di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) "AGAPE" Tondano Kabupaten Minahasa

Kemandirian	n	%
Mandiri	34	94
Tergantung/dibantu	2	6
Total	36	100

Sumber : Data primer, 2023

Berdasarkan Tabel 2, didapatkan sebagian besar subjek memiliki kemandirian dalam kategori mandiri yaitu sebanyak 34 subjek (94%) dari 36 subjek, sedangkan yang memiliki kemandirian tergantung/dibantu sebanyak 2 subjek (6%).

PEMBAHASAN

Karakteristik subjek

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan kepada lansia di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) "AGAPE" Tondano Kabupaten Minahasa sebanyak 36 subjek, didapatkan bahwa karakteristik usia subjek yang paling banyak adalah pada kelompok usia 60-74 tahun yaitu sebanyak 24 subjek (66,7%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lumbantobing (2022) tentang "Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Activity Daily Living di Puskesmas Bane" menunjukkan dimana subjek terbanyak dari kelompok usia 60-74 tahun yaitu 26 subjek (63,4%) dari 41 subjek. Semakin tinggi usia seseorang maka akan semakin menurun kemampuan dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari, proses menua dan perubahan yang terjadi pada lansia juga mempengaruhi lansia untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Data BPS 2020 angka harapan hidup yang meningkat di Indonesia, dari 61,3 tahun pada tahun 1992 menjadi 71,74 tahun pada tahun 2020, menunjukkan keberhasilan negara tersebut dalam pembangunan nasional. Seiring bertambahnya usia harapan hidup, jumlah lansia juga meningkat, sehingga diperlukan upaya yang lebih besar untuk meningkatkan layanan kesejahteraan bagi lansia (Runtu *et al.*, 2023). Hal ini mengakibatkan pula timbulnya gangguan dalam hal mencukupi kebutuhan hidupnya sehingga dapat mengakibatkan ketergantungan yang memerlukan bantuan orang lain. Dukungan keluarga dimaksudkan membantu lansia beraktivitas sehari-hari, agar lansia mampu mandiri atau mendapat bantuan yang minimal.

Hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan bahwa dalam karakteristik jenis kelamin, subjek terbanyak yaitu subjek dengan jenis kelamin perempuan yakni 33 subjek (91,7%), sedangkan subjek dengan jenis kelamin laki-laki yakni 3 subjek (6,3%). Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Norratri, 2021), dalam penelitiannya tentang "Tingkat Kemandirian Lansia *Activities Daily Life* Pada Masa Pandemi" dimana didapatkan subjek berjenis kelamin perempuan sebanyak 24 subjek (62%) sedangkan subjek berjenis kelamin laki-laki sebanyak 15 subjek (38%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sya'diyah *et al.*, 2022) mengenai "Hubungan Tingkat Pengetahuan Lansia Dengan Tingkat Kemandirian ADL (Activity Daily Living) Penanganan Comorbid Covid-19" dimana subjek paling berjenis kelamin perempuan yaitu 53 subjek (75,7%) dari 70 subjek. Jenis kelamin adalah perbedaan secara biologis sejak seorang itu dilahirkan. Kondisi ini mungkin lebih disebabkan oleh perbedaan proporsi dan tidak terkait dengan karakteristik jenis kelamin tertentu. Dari hasil tersebut berasumsi bahwa jenis kelamin tidak bisa dijadikan salah satu faktor untuk menentukan tingkat kemandirian pada lansia apabila jumlah subjek berbeda (Yuliana & Setyawati, 2021).

Hasil untuk karakteristik pekerjaan didapat Sebagian besar lansia dengan status Tidak Bekerja sebanyak 22 subjek (61,1%). Hasil yang didapatkan bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fadhila *et al.*, 2022) yang berjudul "Hubungan Interaksi Sosial Dengan Tingkat Kemandirian Dalam Pemenuhan Instrumental *Activity Of Daily Living* Pada Lansia" dimana didapatkan hasil bahwa jenis pekerjaan terakhir sebagian besar subjek berjenis pekerjaan IRT sebanyak 38 responden (41,3%) dari 92 subjek. Pekerjaan adalah suatu kegiatan atau aktivitas yang dilakukan oleh manusia yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Dalam bekerja seseorang mempunyai

suatu tugas yang harus dikerjakan baik itu yang dikerjakan di dalam rumah maupun diluar rumah.

Analisis tingkat kemandirian lansia dalam pemenuhan *activity daily living* di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) “AGAPE” Tondano Kabupaten Minahasa

Penelitian mengenai analisis tingkat kemandirian lansia dalam pemenuhan Activity Daily living di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) “AGAPE” Tondano Kabupaten Minahasa dari 36 subjek yang memiliki kemandirian dalam ketegori mandiri yaitu sebanyak 34 subjek (94%), sedangkan yang memiliki kemandirian tergantung/dibantu sebanyak 2 subjek (6%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lumbantobing (2023) bahwa subjek yang memiliki tingkat kemandirian yang mandiri sebanyak 26 subjek (63,4%) dari 41 subjek yang diteliti.

Lansia masih aktif melakukan kegiatan-kegiatan sosial dengan lingkungannya sekitarnya. Mengikutkan lansia dalam mengambil keputusan dalam hal-hal penting bagi keluarga, secara financial lansia masih memiliki keuangan yang cukup memadai dalam memenuhi kebutuhannya sendiri (Andriyani, 2021). Perubahan fisik yang terjadi tentunya akan sangat berpengaruh pada kemandirian lansia. Kemandirian adalah kebebasan yang bertindak, tidak bergantung pada orang lain, tidak berpengaruh pada orang lain dan bebas mengatur diri sendiri atau aktivitas seseorang baik individu maupun kelompok dari berbagai kesehatan atau penyakit (Ediawati, 2012). Bahwa ADL atau *Activity Daily Living* adalah aktivitas perawatan diri yang harus pasien lakukansetiap hari untuk memenuhi kebutuhan dan tuntutan hidup sehari-hari. ADL adalah aktivitas yang biasanya dilakukan dalam sepanjang hari normal, aktivitas tersebut mencakup, ambulasi, makan, berpakaian, mandi, menyikat gigi dan berhias dengan tujuan untuk memenuhi / berhubungan dengan perannya sebagai pribadi dalam keluarga dan masyarakat. Kondisi yang mengakibatkan kebutuhan untuk bantuan dalam ADL dapat bersifat akut, kronis, temporer, permanen atau rehabilitative (Asnawati et al., 2018).

Lansia kurang memahami pentingnya latihan keseimbangan karena latihan keseimbangan akan menurunkan insiden jatuh pada lansia dan memberikan manfaat bagi penguatan otot penyangga keseimbangan tubuh. Rendahnya rasa keberdayaan diri pada lansia yang dapat menurunkan kemauan lansia dalam beraktivitas, sehingga lansia merasa takut untuk mencoba hal baru atau takut akan tidak berhasil. Hal ini menunjukkan lansia yang tingkat kemandiriannya tinggi adalah mereka secara fisik dan psikis memiliki kesehatan yang cukup prima. Dengan kesehatan yang baik lansia bisa melakukan aktivitas apa saja dalam kehidupannya sehari-hari (Wulandari, 2014). Kemandirian adalah suatu kondisi seseorang tidak tergantung kepada otoritas dan tidak membutuhkan arahan secara penuh berarti seseorang yang dapat menentukan diri sendiri dimana dapat menyatakan dalam tindakan atau perilaku seseorang yang dinilai. Kemandirian yang di maksud dalam penelitian ini adalah kemandirian lanjut usia dalam merawat diri seperti makan, berpakaian, ketoilet, berpindah, pengawasan diri dan makan

Berdasarkan hasil penelitian analisis tingkat kemandirian lansia dalam pemenuhan *Activity Daily Living* (ADL) di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) “AGAPE” Tondano Kabupaten Minahasa didapatkan hasil bahwa Sebagian besar lansia masih memiliki kemandirian secara mandiri, dimana lansia tetap melakukan kegiatan secara mandiri misalnya melakukan pekerjaan rumah, BAK, BAB, berkebun, dll. Sedangkan lansia yang memiliki ketergantungan/dibantu memiliki gangguan kesehatan seperti penyakit stroke sebelah kiri, ruam pada kulit dan asam urat, sehingga aktivitas sehari-hari mereka harus dibantu sebagian oleh pengelola PSTW. Lanjut usia sebagai individu yang diperoleh secara

kumulatif dalam perkembangan dimana individu akan terus belajar untuk bersikap mandiri dalam menghadapi berbagai situasi lingkungan, sehingga individu mampu berfikir dan bertindak sendiri. Kemandirian seseorang dapat memilih jalan hidupnya untuk berkembang ke jalan yang mantap. Kegiatan yang bersifat merangsang lansia untuk beraktifitas dengan melatih dan menguatkan otot-otot dengan menggunakan metode permainan sangat efektif dalam meningkatkan keterampilan psikomotor. Pengaturan aktifitas terjadwal, pemberian motivasi dan modifikasi lingkungan menjadi hal yang perlu disiapkan dalam membantu lansia beradaptasi dengan penurunan kemandirian yang dialami.

SIMPULAN DAN SARAN

Analisis tingkat kemandirian lansia dalam pemenuhan *activity daily living* di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) “AGAPE” Tondano Kabupaten Minahasa, maka dapat ditarik kesimpulan Tingkat Kemandirian lansia di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) “AGAPE” Tondano Kabupaten Minahasa dengan 36 subjek yang memiliki kemandirian dalam kategori mandiri yaitu sebanyak tiga puluh empat subjek, sedangkan yang memiliki kemandirian tergantung/dibantu sebanyak dua subjek. Saran bagi Lansia di Panti Sosial diharapkan agar tetap melakukan aktivitas secara mandiri, olahraga dan memeriksakan kesehatan di Fasilitas kesehatan yang ada.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarita B., Sinaga D., Emeliana, Purba EP., 2021. Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan Activity Daily Living (ADL) di Panti Pemenang Jiwa Simpang Selayang Kecamatan Medan Tuntungan Kota Medan Tahun 2021. *Elisabeth Health Journal: Jurnal Kesehatan*. 1-9.
- Andriyani, S., 2021. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kemandirian Lansia dalam Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Literatur Review. [skripsi]. Universitas dr. Soebandi.
- Asnawati, Riza S., Desreza N., 2018. Tinjauan Tingkat Kemandirian Lansia dalam Activities Daily Living (ADL) di Gampong Lambhuk Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh. *Jurnal Aceh Medika*. 2(1), 166–170.
- Ediawati E. 2012. Gambaran Tingkat Kemandirian dalam Activity of Daily Living (ADL) dan Risiko Jatuh pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 01 Dan 03 Jakarta Timur. [skripsi]. Universitas Indonesia.
- Fadhila D., Didi Kurniawan., Fathra Annis Nauli., 2022. Hubungan Interaksi Sosial dengan Tingkat Kemandirian dalam Pemenuhan Activity of Daily Living pada Lansia. *Jurnal Vokasi Keperawatan*. 5(2), 156–164. <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i2.23091>
- Lumbantobing SS., 2023. Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan Activity of Daily Living di Puskesmas Bane Kota Pematang Siantar Tahun 2022. [skripsi]. Stikes Santa Elisabeth.
- Mu’sodah N, Aryanti PD. 2022. The Overview of the Independency Level of ADL of the Elderly in Social Institutions. *University Research Colloquium. Prosiding 16th Urecol: Seri MIPA dan Kesehatan*. 1120–1126.
- Muhtar, Aniharyati. 2019. Dukungan Pemenuhan Activity Daily Living (ADL) pada Lanjut Usia di Balai Sosial Lanjut Usia Meci Angi. *Bima Nursing Journal*. 1(1), 64-69. <https://doi.org/10.32807/bnj.v1i1.533>
- Noorratri ED, Leni Ari SM. 2021. Tingkat Kemandirian Lansia dalam Activities Daily Life pada Masa Pandemi di Wilayah Posyandu Lansia Melati Arum Kentingan Surakarta.

- Physio Journal. 1(2): 1-5. <https://doi.org/10.30787/phyjou.v1i2.796>.
- Rahmawati Iva MH., Rosyidah I., Tauhid M., 2023. Aktivitas Spiritual Terstruktur dengsn Kemandirian Activity Daily Living (ADL) pada Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ). *Jurnal Insan Cendekia*. 10(1), 1-8. <https://doi.org/10.35874/jic.v10i1.1123>.
- Ramadan HR., Kamariyah, Yusnilawati, 2023. Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-Hari di Panti Sosial Tresna Wedha Budi Luhur Provinsi Jambi Tahun 2023. *Pinang Masak Nursing Journal*. 2(1), 43-54.
- Runtu AR., Enggune M., Kaunang D, 2023. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Pelatihan Teknik Relaksasi Otot Progresif bagi Lansia di Panti Wredha Agape Tondano. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 1(40), 314-318.
- Sholihuddin M., 2018. Gambaran Tingkat Kemandirian Activity Daily Living pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. [skripsi]. Universitas Jember.
- Sihaloho N., 2022. Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan Activity Daily Living Di Lingkungan XIV Jalan Pembangunan Usu Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Medan Baru Tahun 2021. *Jurnal Penelitian Sosial*. 1(6), 435–442. <https://doi.org/10.55324/josr.v1i6.107>.
- Sya'diyah H, Mutyah D, Mayasari AC, Candra Kirana SA, Gufron A. 2022. Hubungan Tingkat Pengetahuan Lansia dengan Tingkat Kemandirian ADL (Activity Daily Living) Penanganan Comorbid Covid-19 di Puskesmas Kenjeran Surabaya. *Jurnal Keperawatan Malang*. 7(1), 80–88. <https://doi.org/10.36916/jkm.v7i1.166>
- Wulandari R. 2014. Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan ADL (Activity Daily Living). *Jurnal Ners dan Kebidanan*. 1(2), 155–159. <https://doi.org/10.26699/jnk.v1i2.art.p155-159>
- Yuliana W, Setyawati EIE. 2021. Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia dalam Melakukan Activity of Daily Living (ADL). *Jurnal Penelitian Kesehatan*. 11(2), 1–7. <https://doi.org/10.54040/jpk.v11i2.219>