

Gambaran Tingkat Kemandirian pada Lansia dalam Pemenuhan Kebutuhan Perawatan Diri di Shakai Fukushimajiri Ryuu Kyuu Itsuaikai Aisenen Jepang

Imam Fauzan Arifin^{1*}, Siti Haniyah², Ema Wahyu Ningrum³

¹²³ Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa
Jl. Raden Patah No. 100, Ledug, kembaran, Banyumas 53182, Indonesia

¹ragilcandrapamungkas02@gmail.com, ²sitihaniyah@uhb.ac.id, ³ema@uhb.ac.id

ABSTRACT

Elderly are individuals who have entered the age of more than 60 years. The problem that often occurs in the elderly is how to fulfill self-care needs which are still lacking because they still need people around them to meet their self-care needs. This study aims to determine the description of the level of independence in the fulfillment of self-care in the elderly at Shakai Fukushimajiri Ryuu Kyuu Itunjukkai, Aisenen Japan. Total sampling is a sample that uses the entire population sample because the population members are relatively small. This research method uses quantitative descriptive research. The research design was Cross Sectional, with the technique of collecting samples using the Total Sampling Technique. The population in this study were the elderly who in Roujin Home Shakai Fukushimajiri Ryuu Kyuu It Kustomkai, Aisenen Japan as many as 50 respondents. The results of the data obtained based on the age between 75 - 90 years as many as 27 respondents (54%) and aged 60 - 74 years as many as 22 respondents (44%) and those aged over 90 years as many as 1 respondent (2%), based on male gender with a total of 30 respondents (60%) and elderly women totaling 20 respondents (40%), based on the level of independence as many as 2 respondents total dependence (4%), as many as 8 respondents highly dependent (16%), as many as 2 respondents partially dependent (4%) , as many as 4 Respondents Need Minimum Assistance (8%), as many as 34 Independent Respondents (68%).

Keywords: Level of Independence, Elderly, Self Care

ABSTRAK

Lansia adalah individu yang telah memasuki usia lebih dari 60 tahun. Masalah yang sering terjadi pada lansia yaitu cara pemenuhan kebutuhan perawatan diri yang masih kurang karena masih membutuhkan orang disekitar untuk memenuhi kebutuhan perawatan dirinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Tingkat Kemandirian Dalam Pemenuhan Perawatan Diri Pada Lansia Di Shakai Fukushimajiri Ryuu Kyuu Itsuaikai, Aisenen Jepang. Total sampling yaitu sampel yang menggunakan seluruh sampel populasinya karena anggota populasi relative kecil. Metode penelitian ini menggunakan Jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Rancangan penelitian Cross Sectional, dengan Teknik pengumpulan sampel menggunakan Teknik Total Sampling dan untuk Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang di rawat di Roujin Home Shakai Fukushimajiri Ryuu Kyuu Itsuaikai, Aisenen Jepang sebanyak 50 Responden. Hasil data didapatkan berdasarkan usia antara 75 – 90 tahun sebanyak 27 Responden (54%) dan berusia 60 – 74 tahun sebanyak 22 Responden (44%) dan yang berusia diatas 90 tahun sebanyak 1 Responden (2%), berdasarkan jenis kelamin laki – laki dengan jumlah 30 Responden (60%) dan lansia perempuan berjumlah 20 Responden (40%), berdasarkan Tingkat Kemandirian sebanyak 2 Responden Ketergantungan Total (4%), sebanyak 8 Responden Sangat Bergantung (16%), sebanyak 2 Responden Ketergantungan Sebagian (4%), sebanyak 4 Responden Memerlukan Bantuan Minimal (8%), sebanyak 34 Responden Mandiri (68%).

Kata Kunci: Tingkat Kemandirian, Lansia, Perawatan Diri

PENDAHULUAN

Japan Geriatrics Society dan Japan Geriatrics Society mengategorikan batasan usia lansia yaitu 65-74 tahun (*pre-old*), usia 75-89 tahun (*old*) dan usia lebih dari 90 tahun (*oldest-old*). Populasi lansia di dunia tercatat kurang lebih 703 juta jiwa. Populasi penduduk di Jepang pada tahun 2019 tercatat kurang lebih 126,17 juta jiwa. Populasi lansia tercatat 28,4% dari total populasi penduduk atau terhitung 35,89 juta jiwa. Sumber daya manusia yang berprofesi sebagai perawat lansia hanya sebanyak 1% dari jumlah total populasi penduduk (United Nations, 2020).

Meningkatnya usia harapan hidup bisa mengakibatkan peningkatan jumlah lansia dari tahun ke tahun, peningkatan jumlah lansia dapat mengakibatkan berbagai masalah kesehatan yaitu penyakit *degenerative* dan kanker yang menyebabkan penurunan produktifitas pada lansia karena terjadi penurunan fungsi tubuh (Rohaedi et al., 2016). Kemandirian lansia akan meningkat sampai usia 40-50 tahun, mulai turun setelah usia 50 tahun, dan penurunan secara tajam setelah usia 60 tahun.

Seperti yang diketahui bahwa seseorang yang memasuki usia lanjut akan mengalami penurunan kondisi fisik dan psikologis serta mengalami permasalahan dalam hubungan sosial. Penurunan kondisi ini, menyebabkan lansia sering mengalami depresi ketelantaran, dan ketidakberdayaan. Ditambah dengan penurunan kondisi fisik mengakibatkan lansia tidak bisa beraktifitas seperti sedia kala oleh karena itu, lansia membutuhkan orang lain untuk membantu dalam melakukan aktivitas dengan kehidupan sehari-hari.

Selain itu Perubahan mental pada lansia ditandai dengan sikap yang semakin egosentrik, mudah tersinggung, dan mudah depresi (Nauli et al., 2014). Depresi adalah gangguan afek yang sering terjadi pada lansia dan merupakan salah satu gangguan emosi. Gejala depresi pada lansia ditunjukkan dengan lansia menjadi kurang bersemangat dalam menjalani hidupnya, mudah putus asa, aktivitas

menurun, kurang nafsu makan, cepat lelah, dan susah tidur di malam hari. Lansia yang mengalami depresi akan mengakibatkan kesulitan dalam memenuhi kebutuhan aktivitas sehari-harinya. Depresi merupakan gangguan mental yang paling banyak menimbulkan beban disabilitas, meningkatkan morbiditas, mortalitas, dan resiko bunuh diri (Palestin, 2006)

Selain itu Stres juga dapat menyebabkan gangguan mental pada lansia. lansia adalah respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang memicu stres (stressor), yang mengancam dan mengganggu seseorang untuk menanganinya. Sumber stres dibagi tiga yaitu, stres yang bersumber dari diri sendiri, keluarga, masyarakat atau lingkungan (Priyoto, 2014).

Kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari dapat dinilai dari aktivitas pokok bagi perawatan diri yang meliputi ke toilet, makan, berpakaian, mandi dan berpindah tempat. Aktivitas hidup sehari-hari juga meliputi aktivitas belanja, masak, pekerjaan rumah tangga, mencuci, menggunakan sarana transportasi dan mampu menggunakan obat secara benar (Purba et al., 2022).

Berdasarkan fakta yang didapat penulis didapatkan data jumlah lansia yang dirawat di Shakai Fukushimajintu Ryuukyuu Itsuikai, Aisenen Jepang adalah sebanyak 50 lansia dengan jumlah lansia laki-laki sebanyak 30 jiwa sedangkan jumlah lansia perempuan sebanyak 20 jiwa yang diantaranya memiliki gangguan mental seperti skizofrenia, disabilitas intelektual dan tingkah lakunya seperti anak kecil karena faktor dari lahir seperti down syndrome. Dari jumlah lansia tersebut peneliti mengambil data dengan cara observasi yang di bantu oleh perawat di Shakai Fukushimajintu Ryu Kyu Itsuikai Aisenen Jepang pada bulan maret-april 2022.

Berdasarkan uraian diatas bahwa peneliti tertarik untuk melakukan penelitian Di Shakai Fukushimajintu Ryuukyuu Itsuikai, Aisenen Jepang tentang Gambaran Tingkat Kemandirian dalam Perawatan Diri Pada Pasien Lansia.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemandirian dalam pemenuhan perawatan diri pada lansia dengan mengidentifikasi karakteristik tingkat lansia berdasarkan umur dan jenis kelamin di di Shakai Fukushimajirin Ryuukyuu Itsuaikai, Aisenen Jepang.

METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif, yaitu penelitian ini bertujuan untuk membuat gambaran atau deskriptif tentang suatu keadaan yang kemudian hasil penelitian ditampilkan dalam bentuk nominal atau angka (Suryono, 2013). Proses pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Lokasi Penelitian dilakukan di Roujin Home Shakai Fukushimajirin Ryuukyuu Itsuaikai, Aisenen Jepang. Pengambilan data dilakukan pada bulan Maret 2021 – April 2021. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 50 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner *indeks Barthel*.

Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang di rawat di Roujin Home Shakai Fukushimajirin Ryuukyuu Itsuaikai, Aisenen Jepang pada bulan November 2020 – juli 2021 sebanyak 50 pasien. Kriteria inklusi lansia yang akan digunakan pada penelitian ini adalah *n* lansia yang bersedia menjadi responden, lansia yang berusia diatas 60 tahun, lansia yang dirawat di Shakai Fukushimajirin Ryuukyuu Itsuaikai, Aisenen Jepang.

Pengolahan data *editing scoring, coding, entri data tabulating, dan cleaning*. Kemudian Analisa data dengan Analisis Univariat. Kuesioner tingkat kemandirian yang akan digunakan peneliti adalah instrument dari Flowerence I Mahoney dan Dorothea W (Mahoney & Barthel, 1965) dimana variabel tingkat kemandirian diukur menggunakan 10 nilai dari sub-faktor diantaranya adalah makan terdiri dari 3 pertanyaan, mandi terdiri dari 2 pertanyaan, aktifitas di toilet terdiri dari 2 pertanyaan, berpakaian terdiri dari 3 pertanyaan, buang air besar (BAB) terdiri

dari 3 pertanyaan, buang air kecil (BAK) terdiri dari 3 pertanyaan, menempatkan diri dan beranjak dari toilet terdiri dari 3 pertanyaan, pindah dari kursi ketempat tidur atau sebaliknya terdiri dari 4 pertanyaan, berjalan di permukaan datar (jika tidak dapat berjalan , mendorong kursi roda) terdiri dari 3 pertanyaan, naik turun tangga terdiri dari 2 pertanyaan, skala yang digunakan dalam mengukur variabel tingkat kemandirian adalah dengan observasi dimana Setiap pernyataan yang sesuai diberi skor kelipatan 5. Skor 0 untuk pernyataan yang membutuhkan bantuan total skor akan berlipat 5 jika pernyataan yang sesuai mendekati tingkat mandiri.

HASIL

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Lansia di Shakai Fukushimajirin Ryuukyuu Itsuaikai, Aisenen Jepang

Variabel	frekuensi (F)	Persentase (%)
Usia		
a. Lanjut Usia (60-74 tahun)	22	44
b. Lanjut Usia Tua (75-90 tahun)	27	54
c. Usia Sangat Tua (>90 tahun)	1	2
Jenis Kelamin		
a. Perempuan	30	60
b. Laki-Laki	20	40
Tingkat Kemandirian		
a. Ketergantungan Total	2	4
b. Sangat Bergantung	8	16
c. Ketergantungan Sebagian	2	4
d. Memerlukan Bantuan Minimal	4	8
e. Mandiri	34	68
Total	50	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik lansia yang terdapat pada Tabel tersebut diketahui lansia Sebagian besar berusia lanjut usia tua (75-90 tahun) sebanyak 27 lansia (54%) berjenis kelamin laki – laki dengan jumlah 30 orang (60%) memiliki tingkat ketergantungan mandiri sebanyak 34 responden (68%).

Tabel 2 Distribusi Tingkat Kemandirian Lansia di Shakai Fukushimajirin Ryuukyuu Itsuaikai, Aisenen Jepang

Tingkat Kemandirian	F	%
Ketergantungan Total	2	4
Sangat Bergantung	8	16
Sebagian	2	4
Memerlukan Bantuan Minimal	4	8
Mandiri	34	68
Total	50	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat ketergantungan mandiri sebanyak 34 responden (68%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Tingkat Kemandirian pada Lansia di Shakai Fukushimajirin Ryuukyuu Itsuikai, Aisenen Jepang.

Tingkat Kemandirian	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Ketergantungan Total	2	4
Sangat Bergantung	8	16
Sebagian	2	4
Memerlukan Bantuan Minimal	4	8
Mandiri	34	68
Total	50	100

Tingkat kemandirian lansia dalam Pemenuhan Kebutuhan Perawatan Mandiri pada tabel 3 menunjukkan bahwa dari 50 responden terdapat 34 lansia yang Mandiri (68%).

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Tingkat Kemandirian pada Lansia Berdasarkan Usia di Shakai Fukushimajirin Ryuukyuu Itsuikai, Aisenen Jepang.

Usia	Tingkat Kemandirian Frekuensi (F)	Presentase (%)
Lanjut Usia (60 - 74 Tahun)	22	44
Lanjut Usia Tua (75 - 90 Tahun)	27	54
Sangat Tua (> 90 Tahun)	1	2
Total	50	100

Tingkat Kemandirian pada Lansia pada tabel 4 menunjukkan bahwa lansia dengan Tingkat Kemandirian Mandiri seluruhnya memiliki Usia Kategori Lanjut Usia Tua (54%).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Tingkat Kemandirian pada Lansia Berdasarkan Jenis Kelamin Di Shakai Fukushimajirin Ryuukyuu Itsuikai, Aisenen Jepang.

Jenis Kelamin	Tingkat Kemandirian Frekuensi (F)	Presentase (%)
Laki – Laki	30	60
Perempuan	20	40
Total	50	100

Tingkat Kemandirian Lansia pada tabel 5 menunjukkan bahwa lansia dengan Tingkat Kemandirian Mandiri paling banyak pada Jenis Kelamin Laki-Laki (60%).

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik lansia yang terdapat pada Tabel tersebut diketahui lansia Sebagian besar berusia lanjut usia tua (75-90 tahun) sebanyak 27 lansia (54%) berjenis kelamin laki – laki dengan jumlah 30 orang (60%) memiliki tingkat ketergantungan mandiri sebanyak 34 responden (68%).

Pada tabel 4 sebagian besar berusia lanjut usia tua 75-90 tahun (54%). Peneliti berpendapat bahwa di usia lanjut usia tua bahwa banyaknya lansia dengan usia 75-90 tahun di Jepang dikarenakan di Negara Jepang memiliki usia harapan hidup paling tinggi di dunia yaitu 34.343 ribu jiwa yang disebabkan karena pola hidup yang sehat seperti pola makan dan minum, kemudian aktivitas fisik masyarakat di Jepang yang lebih suka berjalan kaki dari pada menggunakan kendaraan pribadi.

Berdasarkan sensus penduduk tahun 2010-2015, dari keseluruhan penduduk jepang, 27% adalah lanjut usia (lansia) yang berusia 65-74 tahun. Pada tahun 2015, jumlah populasi yang berusia diatas 65-74 tahun adalah 34.343 ribu jiwa dan jumlah tersebut diperkirakan akan terus

bertambah setiap tahunnya. Sementara itu, populasi anak hanya 12,6% dari total penduduk Jepang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purba et al., (2022) yang menyatakan bahwa mayoritas lansia memiliki tingkat kemandirian yang kategorinya mandiri lebih dari 60%. Akan tetapi hasil penelitian berbanding terbalik dengan Widiastuti et al., (2021) dimana tingkat kemandirian total kurang dari 20%.

Pada tabel 5 menunjukkan bahwa Sebagian besar responden yaitu berjenis kelamin laki-laki (60%). peneliti berpendapat bahwa jenis kelamin laki-laki lebih banyak di bandingkan dengan jenis kelamin perempuan di keretakan jenis kelamin laki-laki memiliki tingkat kemandirian yang lebih tinggi yaitu mandiri dari pada perempuan. Hasil penelitian ini menunjukkan hal yang berbeda dengan yang dilakukan oleh Purba et al., (2022) dan Widiastuti et al., (2021), dimana tingkat kemandirian mayoritas terdapat pada kaum perempuan.

Peneliti berpendapat bahwa hal ini dikarenakan terdapat faktor lain yang mempengaruhi kemandirian lansia bukan hanya faktor usia, tetapi faktor kesehatan juga mempengaruhi kemandirian seseorang, dimana pada penelitian ini ditemukan sebagian responden masih memiliki kesehatan yang baik.

Selain faktor kesehatan, faktor sosial juga berpengaruh pada kemandirian lansia seperti aktivitas senam, Lansia yang melakukan aktivitas senam rutin selama seminggu sekali akan mampu mempertahankan kesehatan dan kebugaran fisik, sosial dan fisiologis lansia itu sendiri. Olahraga juga bisa mengurangi ketergantungan pada orang lain, seperti mendapatkan teman dan meningkatkan produktivitas (Marlita, 2018).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: Terkait karakteristik berdasarkan jenis kelamin di Shakai Fukushima Ryukyuu

Itsuaikai Aisenen Jepang, bahwa responden terbanyak yaitu berjenis kelamin laki-laki berjumlah 30 lansia (60,0%), sedangkan perempuan 20 lansia (40,0%). Sebagian besar memiliki usia lanjut usia tua (75-90 tahun) (54%). Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas Tingkat Kemandirian pada lansia di Shakai Fukushima Ryuu Kyuu Itsuaikai Aisenen Jepang Dalam Pemenuhan Perawatan Diri dikategorikan mandiri yaitu sebanyak 34 responden (68,0%).

SARAN

Penelitian ini bisa dijadikan referensi untuk peneliti lain yang akan melakukan penelitian bidang yang sama, namun disarankan untuk peneliti selanjutnya menambah jumlah variabel yang mempengaruhi kemandirian lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Mahoney, F. I., & Barthel, D. W. (1965). Functional Evaluation: The Barthel Index. *Md State Med J*. <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/t02366-000>
- Marlita, L. (2018). Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kemandirian Lansia dalam Melakukan Activity Daily Living (ADL) Di Upt Pstw Khusus Khotimah. *Jurnal Keperawatan Abdurrab*, 1(2).
- Nauli, F. A., Yuliatr, E., & Savita, R. (2014). Hubungan Tingkat Depresi dengan Tingkat Kemandirian dalam Aktifitas Sehari-hari pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Tembilihan Hulu. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 9(2), 103–110.
- Palestin, B. (2006). Ranah Penelitian Keperawatan Gerontik.
- Priyoto. (2014). Konsep Manajemen Stress. Nuha Medika.
- Purba, E. P., Veronika, A., Ambarita, B., & Sinaga, D. (2022). Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Activity Daily Living (ADL) di Panti Pemenuhan Jiwa. *HealthCaring: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(1). <https://doi.org/doi.org/healthcaring.v1n1.1320>

- Rohaedi, S., Putri, S. T., & Karimah, A. D. (2016). Tingkat Kemandirian Lansia dalam Activities Daily Living di Panti Sosial Tresna Werdha Senja Rawi. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 2(1).
- Suryono. (2013). *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dalam Bidang Kesehatan*. Nuha Medika.
- United Nations. (2020). *World Population Ageing 2019*. Department of Economic and Social Affairs, Population Division.
- Widiastuti, N., Sumarni, T., & Setyaningsih, R. D. (2021). Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan Activity of Daily Living (ADL) di Rojinhome Thinsaguno le Itoman Okinawa Jepang. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 3(2).