HUBUNGAN TINGKAT KEMANDIRIAN DENGAN KUALITAS HIDUP LANJUT USIA

Sumbara[1], Rizki Muliani [2], Santi Puspitasari [3]

[1]Sumbara/Universitas Bhakti Kencana Bandung, sumbara.bara@gmail.com

[2] Rizki Muliani/ Universitas Bhakti Kencana Bandung, rmuliani0501@gmail.com

[3] Santi Puspitasari/ Universitas Bhakti Kencana Bandung, santi09puspitasari@gmail.com

ABSTRAK

Setiap individu yang bertambah usia akan semakin banyak mengalami berbagai penurunan fungsi terutama bagi lansia mulai dari fisik, psikologis, sosial dan lingkungan yang mempengaruhi kualitas hidup lansia, hal tersebut penting dalam memastikan lansia hidup dengan baik disertai perawatan dan dukungan hingga kematian. Faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia adalah tingkat kemandirian yang mampu mempertahankan harga diri lansia sehingga meningkatkan kebahagiaan dan kepuasan dalam diri lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kemandirian dengan kualitas hidup lansia di UPTD PSRLU dan Makam Pahlawan Ciparay. Metode penelitian ini menggunakan deskriptif korelatif dengan sampel sebanyak 60 lansia menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Indeks Barthel* dan *Older People Quality Of Life* (OPQOL). Analisa bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji *Spearman Rank*. Hasil penelitian menunjukkan setengahnya (50%) ketergantungan sedang dan sebagian besar (56,7%) memiliki kualitas hidup baik. Hasil uji *spearman rank* didapatkan p-value 0.003 sehingga disimpulkan terdapat hubungan antara tingkat kemandirian dengan kualitas hidup lansia. Oleh karena itu panti seharusnya mampu membantu lansia sesuai dengan tingkat kemandirian dalam memenuhi kebutuhnnya agar kualitas hidup lansia dapat tetap terjaga dengan baik dan lebih meningkatkan keterlibatan aktif lansia dalam berbagai kegiatan yang diadakan oleh panti agar tetap memiliki makna hidup yang lebih berarti dan bermakna.

Kata Kunci : Kemandirian, Kualitas Hidup dan Lansia

ABSTRACT

Every individual, who get older, will experience more various function decline especially for the elderly including physical, psychological, social, and environmental that improve their quality of life. This is important to ensure the better life of the elderly accompanied by caring and supporting until the end of life. Factors that improve the quality of life of the elderly are the level of independence that can maintain their self-esteem so that happiness and satisfaction can be improved. The purpose of the research is to determine the relationship between the level of independence with the quality of life of the elderly at UPTD PSRLU and Makam Pahlawan Ciparay. The research method used was descriptive correlative with a sample of 60 elderly using a purposive sampling technique. Data collection used the Barthel Index questionnaire and Older People Quality Of Life (OPQOL). The Bivariate analysis used the Spearman rank test. The results showed that half (50%) of the elderly were moderate criteria and most (56.7%) the elderly had good criteria. The test results obtained p-value 0.003, so it was concluded that there is a relationship between the levels of independence with the quality of life of the elderly. From that result, the institution should be able to help the elderly by following the level of independence to fulfill their needs so that their quality of life can be maintained and increase active involvement in various activities held by the institution so that they still have a meaningful life.

Keywords: Elderly, Independence and Quality of Life

Pendahuluan

Menurut BKKBN/Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (2014), lansia merupakan individu yang berusia lebih dari 60 tahun ke atas, umumnya memiliki tanda-tanda penurunan fungsi-fungsi biologis, psikologis, sosial dan ekonomi karena lansia merupakan tahap akhir dari daur kehidupan manusia. Secara global Asia dan Indonesia pada tahun 2015 telah memasuki era penduduk menua (*ageing population*) karena jumlah penduduk yang berusia 60 tahun ke atas (penduduk lanjut usia) melebihi angka 7 persen dari total penduduk Indonesia 264 juta jiwa Kemenkes (2017). Persentase penduduk lansia di Indonesia tahun 2017 mencapai angka 9,03% dari 264 juta jiwa jumlah peduduk Indonesia. Besarnya jumlah penduduk lansia di Indonesia di masa mendatang membawa dampak positif maupun negatif. Berdampak positif ketika penduduk lansia berada dalam keadaan sehat, aktif dan produktif, sedangkan dampak negatif ketika besarnya jumlah penduduk lansia menjadi beban akibat lansia memiliki masalah penurunan kesehatan yang menyebabkan peningkatan disabilitas, tidak adanya dukungan sosial dan lingkungan yang tidak ramah terhadap penduduk lansia.

Setiap individu yang bertambah usia artinya semakin banyak pula berbagai penurunan fungsi yang dialami mulai dari fisik, psikologis, sosial dan lingkungan yang dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia. Menurut WHO (*World Health Organization*) (2015) kualitas hidup merupakan persepsi seseorang dalam konteks budaya dan sistem nilai tempat tinggal dan berkaitan dengan tujuan, harapan, standar dan kepentingan mereka sendiri. hal tersebut berkaitan dengan kosep kesehatan fisik, kondisi psikologis, kepercayaan seseorang, hubungan sosial dan keterlibatan dalam lingkungan sekitar. Kualitas hidup merupakan faktor yang penting dalam memastikan seseorang hidup dengan baik disertai perawatan dan dukungan hingga datang kematian (Fatma, 2018). Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia yaitu faktor fisik, kemandirian dan faktor kognitif yang saling berkaitan satu sama lain. Kemandirian adalah kemampuan atau keadaan dimana individu mampu mengurus atau mengatasi kepentingannya seperti tanpa bergantung dengan orang lain (Maryam, 2008). Tingkat kemandirian tertinggi merupakan keadaan dimana lansia memeiliki kesehatan fisik yang prima, dari segi finansial memadai atau mencukupi dan memenuhi segala macam kebutuhannya. Faktor kondisi fisik dan fungsi kognitif merupakan bagian dari faktor kemandirian, yang dibuktikan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Trihayati (2016) yang menunjukan hubungan bermakna fungsi kognitif dengan kemandirian pada lansia aktivitas sehari-hari pada lansia. Pengetahuan atau kognitif dan kesehatan fisik diperlukan dalam memenuhi kebutuhan lansia dan dapat mempengaruhi prilaku lansia dalam kemandirian dalam memenuhi aktivitas sehari-hari (Zaskia, 2012). Kemandirian bagi lanjut usia memberikan rasa kebanggaan dan kehormatan karena tidak menjadi beban bagi orang lain, selain itu kemandirian juga mampu mempertahankan harga diri lansia yang dapat meningkatkan kebahagiaan dan kepuasaan dalam dirinya (Indriana, 2012).

Kualitas hidup lanjut usia dapat dilihat dari kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari yang meliputi kemampuan makan, berpaikan, buang air besar dan kecil serta mandi. Seseorang yang mandiri akan mampu untuk mengaktualisasikan dirinya (*self actualized*) tidak menggantungkan diri terhadap lingkungan di sekitarnya (Fatma, 2018). Hal ini sesuai dengan sebuah teori yang dikemukakan oleh Dorothea Orem yang memiliki teori kemandirian, di mana fokus teori ini menyatakan

bahwa manusia memiliki kemampuan untuk melakukan perawatan diri secara mandiri sesuai dengan tujuan dari profesi keperawatan yaitu mencapai tingkat perawatan mandiri pasien secara maksimal (Aini, 2018).

Studi pendahuluan di UPTD (Unit Pelaksana Teknik Daerah) PSLRU (Panti Sosial Rehabilitasi Lanjut Usia) Ciparay , menurut salah satu perawat dan salah satu petugas jumlah lansia yang ada 152 lansia dengan keterangan 97 lansia potensial atau dengan kata lain lansia yang masih produktif dalam memenuhi sebagian besar kebutuhannya dan 55 sisanya tidak potensial atau dapat dikatakan mengalami ketergantungan dalam memenuhi kebutuhannya. Selain itu, berdasarkan data yang didapatkan dari 152 lansia terdapat 95 lansia yang tinggal di wisma dan 57 lansia yang tinggal di ruang perawatan. Lansia yang tinggal di panti memiliki riwayat dan keluhan kesehatan yang beragam bukan hanya satu atau beberapa saja bahkan ada lansia yang memiliki penyakit yang kompleks. Ketika di obsevasi terhadap 10 orang lansia tampak ada lansia yang mampu menjalankan aktivitas kesehariannya mulai dari aktivitas perawatan diri sampai dengan aktivitas sosial dengan lingkungan sekitar dan ada juga yang benar-benar tidak dapat menajalankan aktivitasnya secara mandiri (ketergantungan) karena setaip aktivitas yang dilakuknnya membutuhkan bntun dari orang lain .Keterbaruan dalam penelitian ini berupa penggunaan instrumen yang berbeda dengan penelitian sebelumnya, karena pada penelitian sebelumnya menggunakan instrumen pengukuran kualitas hidup yang general (secara umum) untuk semua kalangan usia, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner pengukuran kualitas hidup yang khusus diperuntukan bagi lansia. Selain itu, berdasarkan hasil studi penelitian belum pernah ada penelitian yang menyangkut aspek sosial kebanyak penelitian yang dilakukan menyakut penyakit.

Berdasarkan fenomena dari data lansia yang didapatkan dari sumber-sumber tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang Hubungan Antara Tingkat Kemandirian dengan Kualitas Hidup Lansia di UPTD PSRLU Ciparay.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Tingkat kemandirian pada Lansia

Tingkat Kemandirin	Frekuensi	Presentase (%)
Ketergantungan Penuh	1	1,7
Ketergantungan Berat	4	6,7
Ketergantungan Sedang	30	50,0
Ketergantungan Ringan	11	18,3
Mandiri	14	23,3
Total	60	100,0

Berdasarkan tabel diatas terlihat bahwa tingkat kemandirian pada lansia setengahnya (50%) memiliki ketergantungan sedang.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup pada Lansia

Kualitas Hidup	Frekuensi	Presentase (%)
Kualitas Hidup Buruk	26	43,3%
Kualitas Hidup Baik	34	56,7%
Total	60	100%

Berdasarkan tabel diatas terlihat bahwa kualitas hidup pada lansia sebagian besar (56,7%) memiliki kualitas hidup baik.

Tabel 3 Hubungan Tingkat kemandirian dengan Kualitas Hidup pada Lansia di UPTD PSRLU dan Pemeliharaan Makam Pahlawan Ciparay

Variable	*p value*	C
Tingkat Kemandirin	,003	,383**
Kualitas Hidup	,003	,383**

Berdasarkan tabel diatas diperoleh nilai *p value* 0,003 < 0,050 yang memiliki arti bahwa terdapat hubungan yang antara tingkat Kemandirian dengan Kualitas Hidup Lansia. Didapatkan nilai *Correlation Coeficient* (koefisiensi korelasi) sebesar 0. 383, menunjukkan tingkat keeratan yang rendah antara Tingkat kemandirian dengan Kualitas Hidup Lansia.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kemandirian Dengan Kualitas Hidup Lansia. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan alah satu faktor yang mempengaruhi kualitas hidup adalah tingkat kemandirin yang merupakan kemampuan atau keadaan dimana individu mampu mengurus atau mengatasi kepentingannya tanpa bergantung dengan orang lain (Maryam, 2008). 30 lansia memiliki ketergantungan sedang dan kualitas hidup baik, terlihat dari isi kuesioner dengan rata-rata nilai yang baik untuk pernyataan nomor 3, 7 dan 8 yang yaitu mereka merasa cukup sehat untuk keluar di sekitar lingkugan, mereka cukup sehat dalam menentukan kebebasan mereka dan mereka merasa senang melakukan apa saja yang mereka lakukan di panti dengan kondisi lansia yang beragam; ada yang mampu beraktvitas, ada pula yang terbatas oleh kondisi fisik yang tidak memungkinkan sehingga membuat mereka memiliki Tingkat kemandirian sedang tetapi kualitas hidupnya buruk. Sedangkan 15 lansia lainnya memiliki kualitas hidup buruk, terlihat dari lembar observasi 10 aktivitas lansia, sebagian kecil dari lansia memerlukan bantuan minimal hingga total dalam melakukan aktivitas sehari-hari mulai dari aktivitas ringan hingga berat.

Terdapat 14 lansia mandiri dengan 12 lansia kualitas hidup baik, hal ini dapat terjadi karena sistem pengelolaan panti yang berkembang dengan baik. Dilihat berdasarkan isi kuesioner kebanyakan menjawab pernyataan sangat setuju pada setiap item pernyataan yang diajukan sedangkan 2 lansia lainnya memiliki kualitas hidup yang buruk karena 2 orang lansia tersebut memiliki kondisi yang tidak memungkinkan karena penyakit penyerta yang dialami oleh lansia meskipun sudah didukung dengan fasilitas dan perlatan yang memadai untuk melakukan aktivitas secara mandiri sehingga memerlukan bantuan orang lain.

Selain itu, terdapat 11 lansia memiliki ketergantungan ringan dengan 7 orang memiliki kualitas hidup baik karena berdasarkan rata-rata jawaban menyatakan mereka mencoba untuk tetap terlibat dalam setiap hal yang ada di panti pada pernyataan no 6, mereka juga senantiasa menjalani kehidupan memberikan yang terbaik pada penyataan no 11 dan mereka juga merasa cukup sehat untuk tetap keluar sekitar lingkungan sekita pada pernyataan no 3. Sedangkan 4 lansia lainnya memiliki kualitas hidup yang buruk hal ini dapat terjadi karena memang berdasarkan hasil penelitian rata-rata memiliki nilai <47 dan sebagian besar aktivitasnya memerlukan bantuan minimal dari orang lain.

Terdapat 4 lansia ketergantungan berat dengan 3 lansia memiliki kualitas hidup yang buruk hal ini dapat terlihat dari hasil lembar observasi Tingkat kemandirian 6 dari 10 aktivias tidak mampu dilakukan oleh lansia karena kondisi fisik yang semakin menurun akibat dari proses penuaan yang mengalami banyak penurunan. Hal ini diakibatkan karena adanya faktor lain yang mempengaruhi Tingkat kemandirian seperti faktor fisik dan kognitif atau lain sebagainya, di panti ciparay ini hampir rata-rata lansia memiliki penyakit penyerta yang kompleks dan memiliki tingkat kekambuhan yag sering karena berkaitan dengan sistem tubuh yang semakin mengalami perubahan seiring dengan bertambahnya usia pada lansia semakin banyak kerentanan yang lansia alami dan hadapi. Sehingga semakin rendah Tingkat kemandirian maka semakin buruk juga kualitas hidup lansia. Sedangkan 1 lansia lainnya memiliki kualitas hidup yang baik karena pertahanan tubuh yang bagus dari lansia tersebut dan keinginan yang kuat untuk tetap mengikuti berbagai prosedur pengobatan dan kegiatan yang diprogramkan oleh pihak panti dan pengelola panti sehingga membantu mengoptimalkan kondisinya. Terdapat 1 lansia yang ketergantungan penuh dengan kualitas hidup yang buruk sesuai dengan teori bahwa semakin rendah Tingkat kemandirian lansia semakin buruk pula kualitas hidup lansia, hal ini dapat terjadi karena lansia yang tidak mampu melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri mulai dari hal yang sederhana hingga kegiatan berat yang mengakibatkan lansia memiliki kualitas hidup yang sangat buruk pula. Selain itu faktor penuaan dan faktor fisik yang semakin memperburuk kondisi lansia mengakibatkan lansia tersebut memerlukan bantuan orang lain secara total dalam setiap pemenuhan kebutuhannya. Hal ini yang harus menjadi pusat perhatian pihak panti agar mampu mempertahankan kondisi lansia secara maksimal.

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa kualitas hidup yang baik akan memiliki Tingkat kemandirian yang baik pula, hal ini menunjukan bahwa kemampuan lansia dalam menjalankan kehidupannya sesuai dengan kondisi lansia dalam kesehariannnya. Hal ini diperkuat dengan sebuah penelitian yang dilakukan oleh Faqih (2017) yang menunjukkan terdapat hubungan anatara Tingkat kemandirian dengan kualitas hidup dengan tingkat korelasi sedang (0,525), semakin mandiri seseorang dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari semakin baik pula kualitas hidupnya. Sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya pada penelitian ini menunjukan bahwa rata-rata lansia yang tinggal di panti memiliki Tingkat kemandirian yang sedang dengan sebagian besar memiliki kualitas hidup baik. Kadang kala ketika pengelolaan panti yang baik dan tersetruktur mampu membuat lansia yang tinggal di panti lebih memiliki kualitas yang baik karena ke 4 domain yang dikelola dengan baik dan saling keterkaitan seperti yang terjadi di panti UPTD PSRLU Ciparay.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Setengah dari lansia memiliki Tingkat kemandirian ketergantungan sedang.
2. Sebagian besar lansia memiliki kualitas hidup yang baik
3. Terdapat hubungan antara Tingkat kemandirian dengan kualitas hidup lansia

Berdasarkan hasil penelitian ini, pihak panti diharapkan mampu melakukan monitoring terhadap fasilitas yang terlah diberikan bagi lansia terutama yang berkaitan dengan mobilisasi seperti monitoring penggunaan alat bantu tongkat. Selain itu, pihak panti diharapkan mampu membantu lansia sesuai dengan tingkat kemandirian dalam memenuhi kebutuhnnya agar kualitas hidup lansia dapat tetap terjaga dengan baik dan lebih meningkatkan keterlibatan aktif lansia dalam berbagai kegiatan yang diadakan oleh panti agar tetap memiliki makna hidup yang lebih berarti dan bermakna.

Referensi

Faqih, Alfi. Hubungan Tingkat Keamandirian dengan Kualitas Hidup Lansia di Padukuhan Karang Tengah Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta. http://digilib.unisayogya.ac.id/2503/, diakses tanggal 04 Maret 2019

Fatma, Mia, dkk. 2018. Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep dan Berbagai Intervensi. Malang : Wineka Media

Ika,Anis Nur Rohmah.2012. Kualitas Hidup Lansia. http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/2589/3234. diakses tanggal 14 Maret 2019

Indriana, Yeniar. 2012. Gerontologi dan dan Progeria. Yogyakarta : Pustaka Pelajar

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (KEMENKES). 2017. Analisis Lansia di Indonesia. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia : Jakarta

Muhith, Abdul. 2016. Keperawatan Gerontik. Yogyakarta : ANDI

Marlitha, Lora. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kemandirian Lansia dalam Melakukan Activities Daily Living(ADL) di UPT PSTW Khusnul Khotimah.http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/378, diakses tanggal 14 Maret 2019

Maryam, dkk 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya.*Jakarta : Salemba Medika

Rohaedi, Slamet. 2016. Tingkat Kemandirian Lansia dalam Activities Daily Living di Panti Sosial Tresna Werdha Senja Rawi. http://ejournal.upi.edu/index.php/JPKI/article/view/2848, diakses tanggal 07 Maret 2019

Tuty, Suci.2014. Studi komperatif : Kualitas Hidup Lansia yang Tinggal Bersama Keluarga dan Panti. http://ejournal.upi.edu/index.php/JPKI/article/view/1178, diakses tanggal 19 November 2018

Trihayari, Novia. 2016. Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Tingkat Kemandirian Aktivitas Sehari-hari Pada Lansia di UPT Panti Werha Budhi Dharma Ponggalan Yogyakarta.

http://digilib.unisayogya.ac.id/2245/1/NASKAH%20PUBLIKASI%20NOVIA%20TRIHAYATI%20UNISA.pdf , daiakses pada tanggal 16 Maret 2019.

Zaskia. Y. 2012. Fakto-Faktor yang mempengaruhi kemandirian Pemenuhan Kebutuhan ADL di Panti Sosial Tresana Werdha Budi Mulya 4 Margaguna Jakarata Selatan. http://digilib.esaunggul.ac.id , diakses pada tanggal 11 April 2019.

WHO. 2015. Mental Health Of Older Adult. http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs381/en/ , diakses pada tanggal 11 April 2019