

**HUBUNGAN KEMANDIRIAN LANSIA DENGAN PERILAKU *PERSONAL*
HYGIENE PADA LANSIA DI YAYASAN GERONTOLOGI ABIYOSO
BANYUWANGI**

Titis Sriyanti¹, Anita Dwi Ariyani², Fiky Ferdiansyah³

- 1) Dosen DIII Farmasi STIKES Banyuwangi, email: titisbwi06@gmail.com
- 2) Dosen S1 Keperawatan STIKES Banyuwangi, email: anitadwi26@gmail.com
- 3) Mahasiswa S1 keperawatan STIKES Banyuwangi

ABSTRACT

Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Kemandirian sangat penting untuk merawat lanjut usia dalam memenuhi kebutuhan dasar manusia karena masalah kesehatan dapat timbul dengan terjadinya penuaan. *Personal hygiene* merupakan suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kemandirian lansia dengan perilaku *personal hygiene* pada lansia.

Penelitian ini menggunakan korelasi dengan desain *cross sectional*. Jumlah populasi 257 responden dan teknik pengambilan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi dan eksklusi, kemudian didapatkan sampel berjumlah 63 responden. Data yang dikumpulkan diolah dengan menggunakan uji Chi Square dengan taraf signifikan 0,05 (5%).

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan kemandirian lansia dengan perilaku *personal hygiene*. Data hasil penelitian didapatkan lansia dalam kategori mandiri sebanyak 42 responden (67%) dari 63 responden, dan lansia dengan *personal hygiene* cukup 27 responden (43%) dari 63 responden, dan dari hasil analisa diperoleh $p = 0,002$. Karena $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan terdapat hubungan kemandirian lansia dengan perilaku *personal hygiene* pada lansia di Yayasan Gerontologi Abiyoso Banyuwangi.

Dari hasil penelitian yang dilakukan perlu adanya dorongan dari keluarga atau pihak luar seperti tenaga kesehatan untuk membantu lansia mencapai kemandiriannya dan memotivasi lansia untuk melakukan *personal hygiene* yang baik, karena *personal hygiene* yang baik akan meningkatkan kesehatan dan mencegah lansia terjangkit penyakit yang bisa terjadi karena *personal hygiene* yang kurang.

Kata kunci: *Kemandirian lansia, personal hygiene.*

PENDAHULUAN

Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari

suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Memasuki usia tua berarti mengalami kemunduran, misalnya

kemunduran fisik yang ditandai dengan kulit yang mengendur, rambut memutih, gigi mulai ompong, pendengaran kurang jelas, penglihatan semakin memburuk, gerakan lambat dan figur tubuh yang tidak proporsional (Nugroho, 2008). Suatu unit yang juga menghendaki kemandirian dalam mempertahankan hidup, kesehatan dan kesejahteraan. Kenyataan itulah yang dialami para lansia merupakan bentuk siklus. Kemunduran fisik dan menurunnya fungsi organ dapat menyebabkan lansia menjadi tergantung kepada orang lain (Nugroho, 2008). Kemandirian lansia dalam ADL didefinisikan sebagai kemandirian seseorang dalam melakukan aktivitas dan fungsi-fungsi kehidupan sehari-hari yang dilakukan oleh manusia secara rutin dan universal (Ediawati, 2013). Dalam kehidupan sehari-hari kebersihan merupakan hal yang sangat penting dan harus diperhatikan karena kebersihan akan memengaruhi kesehatan dan psikis seseorang. *Personal hygiene* merupakan suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis (Tarwoto, 2010). Menurut *World Health Organization*(WHO), pada tahun 2015, populasi penduduk dunia berusia 60 tahun atau lebih, mencapai 900 juta jiwa, terdapat 125 juta jiwa yang berusia 80

tahun atau lebih, pada tahun 2050, di perkirakan mencapai 2 miliar jiwa di seluruh dunia. Akan ada hampir sebanyak 120 juta jiwa yang tinggal di Cina, dan 434 juta orang di kelompok usia ini di seluruh dunia. Berdasarkan data proyeksi penduduk, diperkirakan tahun 2017 terdapat 23,66 juta jiwa penduduk lansia di Indonesia (9,03%). Diprediksi jumlah penduduk lansia tahun 2020 (27,08) juta, tahun 2025 (33,69) juta, tahun 2030 (40,95) juta, tahun 2035 (48,19) juta. Rasio ketergantungan penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2015 sebesar 13,28% artinya bahwa setiap 100 orang penduduk usia produktif harus menanggung sekitar 14 orang penduduk lansia (Kementrian Kesehatan RI, 2017). Berdasarkan penjelasan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Kemandirian Lansia Dengan Perilaku Personal Hygiene pada Lansia di Yayasan Gerontologi Abiyoso Banyuwangi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di di Yayasan Gerontologi Abiyoso Banyuwangi menggunakan desain penelitian "*Cross sectional*" dengan jumlah populasi sebanyak 257 orang. Dengan menggunakan tehnik tehnik *Purposive Sampling* didapatkan sampel

sebanyak 63 responden. Variabel independent dalam penelitian ini adalah kemandirian lansia. Penelitian ini dilakukan di Yayasan Gerontologi Abiyoso Banyuwangi pada Bulan Januari-Mei 2018

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah perilaku *personal hygiene*. Untuk mengukur variabel tersebut menggunakan instrumen yang digunakan untuk Kemandirian Lansia

adalah Indeks Katz yang telah dirubah kedalam bentuk kuesioner oleh (Maryam, 2011) yang berjumlah 17 pertanyaan dan kuesioner untuk Perilaku *Personal Hygiene* menggunakan Perilaku Lansia Terhadap *Personal Hygiene* oleh Mohd Razhid Bin Mazlan pada Tahun 2010 dengan uji validitas dan reabilitas sebesar (0,768) dengan jumlah pertanyaan sebanyak 22 pertanyaan.

HASIL

1. Kontingensi kemandirian lansia dengan perilaku *personal hygiene* pada lansia di Yayasan Gerontologi Abiyoso Banyuwangi

Kemandirian Lansia	Personal Hygiene Lansia			Total
	Kurang	Cukup	Baik	
Tergantung	10 47.6%	9 42.9%	2 9.5%	21 100.0%
Mandiri	5 11.9%	18 42.9%	19 45.2%	42 100.0%
Total	15 23.8%	27 42.9%	21 33.3%	63 100.0%

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa responden dalam kategori tergantung dengan perilaku *personal hygiene* kurang sebanyak 10 responden (47,6%) dan responden dalam kategori mandiri dengan perilaku *personal hygiene* baik sebanyak 19 responden (45,2%). Dengan analisis Uji Chy Square didapatkan nilai *Asymp Sig.* $0.002 < 0.05$. Terjadi penolakan H_0 yang artinya ada hubungan kemandirian lansia dengan *personal hygiene* pada lansia di Yayasan Gerontologi Abiyoso Banyuwangi.

PEMBAHASAN

1. Kemandirian Lansia

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, menggambarkan distribusi karakteristik responden berdasarkan kemandirian lansia di Yayasan Gerontologi Abiyoso Banyuwangi, didapatkan bahwa sebagian besar responden termasuk dalam kategori mandiri yaitu sebanyak 42 responden (68%).

Lansia atau usia lanjut merupakan tahap akhir dari siklus kehidupan

manusia dan hal tersebut merupakan bagian dari proses kehidupan (Prasetya, 2010). Faktor-faktor yang mempengaruhi kemandirian lansia adalah usia, kondisi kesehatan, dukungan keluarga, jenis kelamin dan faktor sosial. Menurut Maryam (2008), lansia yang telah memiliki usia 70 tahun, ialah lansia resiko tinggi, biasanya akan mengalami penurunan dalam berbagai hal termasuk tingkat kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Namun latihan dan olah raga pada lanjut usia dapat mencegah atau melambatkan kehilangan fungsional, bahkan latihan yang teratur dapat memperbaiki morbiditas dan mortalitas yang diakibatkan oleh penyakit kardiovaskuler (Darmojo, 2009). Penelitian Reuben (2016) secara prospektif membuktikan bahwa kemungkinan ketergantungan fungsional pada lanjut usia yang inaktif akan meningkatkan sebanyak 40-60 persen dibanding lansia yang bugar dan aktif secara fisik.

2. Perilaku *Personal Hygiene*

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, menggambarkan distribusi karakteristik responden berdasarkan perilaku *personal hygiene* di Yayasan Gerontologi Abiyoso Banyuwangi, didapatkan bahwa *personal hygiene* responden termasuk dalam

kategori cukup yaitu sebanyak 27 responden (43%).

Kesehatan pribadi (*personal hygiene*) adalah kesehatan yang dimiliki oleh seseorang untuk dapat membina keluarga dan masyarakat yang sehat dan kesehatan pribadi merupakan dasar untuk melakukan berbagai kegiatan atau perbuatan yang positif selama hidup. Dalam kehidupan sehari-hari kebersihan merupakan hal yang sangat penting dan harus diperhatikan karena kebersihan akan mempengaruhi kesehatan, kenyamanan, keamanan dan kesejahteraan (Maryunani, 2013). Dalam kehidupan sehari-hari kebersihan merupakan hal yang sangat penting dan harus diperhatikan karena kebersihan akan memengaruhi kesehatan dan psikis seseorang. *Personal hygiene* merupakan suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis. Masalah kelemahan fisik pada lansia juga sangatlah berpengaruh pada perawatan diri. Apabila seseorang tidak bisa melakukan aktifitasnya tentunya kurang adanya perawatan diri yang baik pada lansia sehingga dibutuhkan dukungan keluarga yang baik agar lansia memiliki semangat dalam melaksanakan pemenuhan kebutuhan sehari-hari salah satunya *personal hygiene* (Tarwoto,

2010). Menurut Laily & Sulisty (2012), ada beberapa faktor yang mempengaruhi *personal hygiene*, yaitu praktik sosial, pilihan pribadi, citra tubuh, status sosial ekonomi, pengetahuan dan motivasi, variabel budaya, dan kondisi fisik.

Dalam penelitian ini, pengalaman kerja, status ketenagakerjaan dan berbagai pekerjaan memiliki berbagai interaksi sosial serta akses untuk informasi. Mereka yang bekerja sebelumnya memiliki lebih banyak akses terhadap informasi dan pengetahuan yang disebarluaskan dalam profesi mereka. Orang dengan pengetahuan yang baik tentang *personal hygiene* akan memiliki kesadaran untuk menerapkan *personal hygiene* dan berpengaruh terhadap perilaku *personal hygiene* yang baik pula. Lansia yang pernah bekerja akan mendapatkan masukan informasi dari lingkungan sekitarnya. Hal tersebut akan berpengaruh terhadap pengetahuan, sikap dan perilaku *personal hygiene* pada Lansia. Semakin banyak informasi yang diterimanya, semakin baik tingkat pengetahuannya.

3. Hubungan

Dari data penelitian yang didapatkan terdapat keterkaitan antara kemandirian lansia dengan perilaku *personal hygiene*, menurut peneliti fungsi kemandirian merupakan kemampuan

yang dimiliki oleh lansia untuk tidak tergantung pada orang lain dalam melakukan aktivitas untuk memenuhi kebutuhan, terutama dalam *personal hygiene*, jika kemandirian lansia dalam kategori mandiri maka dapat disimpulkan *personal hygiene* yang dilakukan dalam rentang cukup sampai baik, namun masih terdapat lansia yang mandiri tetapi perilaku *personal hygiene* kurang, hal ini menurut peneliti dikarenakan adanya faktor yang mempengaruhi *personal hygiene* responden misalnya kebiasaan ataupun status ekonomi. Untuk itu perlu adanya dorongan dari keluarga atau pihak luar seperti tenaga kesehatan untuk membantu lansia mencapai kemandiriannya dan memotivasi lansia untuk melakukan *personal hygiene* yang baik, karena *personal hygiene* yang baik akan meningkatkan kesehatan dan mencegah lansia terjangkit penyakit yang bisa terjadi karena *personal hygiene* yang kurang, seperti penyakit kulit.

KESIMPULAN

Tingkat kemandirian lansia sebagian besar responden termasuk dalam kategori mandiri yaitu sebanyak 42 responden (67%). Perilaku *personal hygiene* lansia di Yayasan Gerontologi Abiyoso Banyuwangi didapatkan bahwa *personal hygiene* responden dalam

kategori cukup yaitu sebanyak 27 responden (43%). Dan terdapat hubungan kemandirian lansia dengan perilaku *personal hygiene* pada lansia di Yayasan Gerontologi Abiyoso Banyuwangi.

DAFTAR PUSTAKA

Ediawati. (2013). Gambaran Tingkat Kemandirian dalam Activity of Daily Living (ADL) dan Resiko Jatuh pada Lansia di Panti Sosial Tresna Wredha Budi Mulia. *skripsi*.

Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Situasi Lanjut Usia*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi.

Laily, & Sulisty, I. d. (2012). *Personal Hygiene*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Maryam. (2008). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.

Maryam. (2011). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.

Maryunani, A. (2013). *Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat*. Yogyakarta : Nuha Medika.

Nugroho, W. (2008). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Jakarta: EGC.

Prasetya. (2010). *Konsep dan Proses Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Tarwoto, W. (2010). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Prawirohardjo, S. 2013. *Ilmu Kandungan Edisi*. Jakarta: Bina Puspita

Potter. 2013. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan, Konsep, Proses, dan Praktik*, Jakarta: EGC

Proverawati dan Misaroh. 2012. *Manarce Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika

Manuaba. 2010, *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan , dan KB*. Jakarta: EGC

Marsden, JS, et, all. 2013. *Treatment for Primari Dysmenorrhea* Jul-Aug; 17(4):240-6

Nursalam. 2013. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*, Jakarta: Salemba Medika

Nursalam. 2016. *Metode Penelitian Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 4*. Jakarta: Salemba Medika

Sharma, S. 2009. *Aromaterapi*. Tangerang: Karisma