

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Teori - teori**

##### **a. Konsep Kemandirian**

##### **1. Definisi Kemandirian**

Kemandirian merupakan kebebasan yang dimana tidak bergantung pada orang lain dalam bertindak dan mengatur aktivitasnya sehari-hari. Kemandirian merupakan kemampuan dalam mengatasi masalah dan mendapatkan kepuasan atas dirinya sendiri tanpa dibantu orang lain. Kemandirian merujuk pada rendahnya ketergantungan dalam melakukan sesuatu pada orang lain. Kemandirian berarti mampu memenuhi kebutuhan hidupnya sendiri tanpa harus bergantung pada bantuan yang diberikan oleh seseorang (Suryani et al., 2023).

Kemandirian adalah kondisi seseorang yang mempunyai keinginan untuk melakukan sesuatu yang terbaik untuk dirinya sendiri, dimana memiliki kemampuan dalam pengambilan keputusan atas sesuatu hal yang dihadapinya. Kemandirian merupakan kemampuan seseorang yang didapatkan dalam tahap perkembangan yang berlangsung, dimana mampu untuk belajar mandiri dalam menghadapi situasi yang terjadi. Kemandirian adalah kemampuan individu dalam mengambil keputusan terhadap masalah yang dihadapi secara inisiatif serta mampu mengendalikan dirinya sendiri (Risfi & Hasneli, 2019).

Kemandirian kepercayaan pada dirinya sendiri dalam melakukan sesuatu hingga selesai. Kemandirian merupakan upaya seseorang dalam

mencapai sebuah sasaran yang dimana tidak ada keraguan untuk menetapkan tujuan. Kemandirian merupakan keadaan yang terjadi pada seseorang, dimana berusaha untuk dirinya sendiri atau tidak ketergantungan dengan orang lain dan mampu menjalankan tugas sesuai tanggungjawabnya (Nindawi & Iva Nugrahani, 2023).

## **2. Aspek-aspek Kemandirian**

Menurut Hosnan (2016) (dalam Risfi & Hasneli, 2019) bahwa ada tiga aspek-aspek kemandirian, sebagai berikut:

- a. Kemandirian emosional, merupakan aspek yang berisi mengenai hubungan emosial antar individu.
- b. Kemandirian tingkah laku, merupakan kemampuan dalam mengatasi sesuatu tanpa bergantung dengan orang lain serta melaksanakannya dengan tanggung jawab.
- c. Kemandirian nilai, merupakan kemampuan dalam memaknai mengenai benar tau salah dan sesuatu hal yang tidak penting maupun penting.

## **3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kemandirian**

Menurut Suhartini (dalam Roehaedi et al., 2016) bahwa ada beberapa factor yang mempengaruhi kemandirian pada usia lanjut, yaitu:

- a. Kondisi Kesehatan

Pada usia tua akan terjadi penurunan fungsi fisik, psikis, dan rentan terhadap penyakit. Rentan pada penyakit ini terjadi akibat penurunan fungsi yang ada didalam organ tubuh. Dimana kondisi kesehatan sangat berpengaruh pada tingkat kemandirian, karna pada kondisi seseorang yang

kondisi fisiknya tidak bagus maka akan mudah terdampak oleh virus atau penyakit kemudia akan menyebabkan seseorang membutuhkan bantuan orang lain.

b. Kondisi Sosial

Pada kondisi kontak sosial antar sesama mmapu meningkatkan rasa kebahagiaan pada lansia. Kontak sosial ini dapat digunakan sebagai alat dalam bertukar informasi, saling memahami dan saling bertukar candaan. Dengan kontak sosial lansia akan merasa tidak sendiri atau ada temannya.

c. Kondisi Ekonomi

Pada kondisi ekonomi umumnya lansia akan mengalami penurunan penghasilan, kehilangan kekuasaan maupun fasilitas yang sebelumnya didapatkan. Hal ini akan mengakibatkan lansia menjadi sulit untuk menyesuaikan kondisi yang sedang dialaminya dan menyebabkan lansia cenderung membutuhkan bantuan orang lain.

#### **4. Macam – macam Pengukuran Kemandirian**

Menurut (Syamsuddin et al., 2024) bahwa dalam pengukuran kemandirian pada seseorang dapat menggunakan alat sebagai berikut:

1. *Indeks Katz*

*Indeks Katz* merupakan komponen dalam penilaian kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari dengan menggunakan 6 komponen dasar yaitu makan, mandi, berpakaian, toileting, berpindah tempat dan kontinen. Pada penilaian ini dijelaskan jika pada seseorang mampu melakukan aktivitas secara mandiri atau hanya membutuhkan bantuan

pada 1 tindakan maka dianggap mendapatkan skor 1 dan pada seseorang yang memerlukan bantuan dari orang lain secara menyeluruh makan akan mendapatkan skor 0.

## 2. *Indeks Barthel*

*Indeks Barthel* merupakan komponen penilaian yang sering digunakan dalam pengukuran tingkat kemandirian seseorang yang dinilai berdasarkan 10 aktivitas dasar. Dimana 10 aktivitas dasar tersebut antara lain; makan, mandi, berpakaian, mobilitas, naik turun tangga, toileting, kontrol bak, kontrol bab, berpindah posisi dan berganti posisi ditempat tidur. Pada penilaian ini akan diberikan skor 0 (tergantung) dan skor 10 (mandiri). Total skor yang akan didapatkan kisaran berkisar 0 – 100.

## 3. *Lawton*

*Lawton* adalah alat yang digunakan untuk menilai kemandirian pada seseorang. *Lawton* merupakan instrument penilaian kemandirian yang kompleks dalam menilai aktivitas sehari-hari. Dalam penilaian *Lawton* berfokus pada delapan aktivitas yaitu kemampuan dalam mengelola uang, berjalan-jalan, berbelanja, membersihkan area rumah, menyiapkan makan, menggunakan HP, mencuci pakaian dan mampu bertanggung jawab mengenai kesehatannya sendiri. Skor pada penilaian *Lawton* akan didapatkan 1 bila mampu melakukannya dan akan diberi skor 0 jika tidak mampu melakukannya.

## **b. Konsep Lansia**

### **1. Definisi Lansia**

Lanjut usia merupakan tahap lanjutan yang dimana mengalami perubahan secara fisiologis dan kognitif. Menurut *World Health Organisation (WHO)*, lansia merupakan seseorang yang dimana telah masuk dalam usia 60 ke atas. Proses kehidupan pada lansia telah berada pada kondisi dimana mengalami penurunan kemampuan fisiknya, sehingga berakibat pada kemunduran peran sosialnya. Lansia merupakan proses dimana daya tahan tubuh mengalami penurunan akibat rangsangan yang ada dalam tubuh maupun dari luar tubuh (Syamsi & Asmi, 2019).

Proses penuaan yang dialami oleh lansia merupakan tahapan akhir dari proses rangkaian kehidupan manusia. Hal ini akan mungkin mengakibatkan sulit dalam memenuhi kebutuhan sehari-harinya akibat kemampuan fisiknya menurun. Gangguan ini menyebabkan keterbatasan fisik sehingga mengganggu lansia dalam menikmati hidup mereka. Hal ini lansia dikatakan sebagai kelompok rentan, dimana kemampuan dalam menghadapi stressor dianggap kurang mampu yang akan berdampak negatif (Lumbantobing, 2022).

### **2. Klasifikasi Usia Lansia**

Menurut *World Health Organisation (WHO)* klasifikasi usia lansia adalah sebagai berikut:

- a. Usia pertengahan (*middle age*) rentan usia 45 – 59 tahun.
- b. Lanjut Usia (*elderly*) rentan usia 60 – 74 tahun.
- c. Lanjut usia tua (*old*) rentan usia 75 – 90 tahun.

- d. Usia sangat tua (*very old*) rentan usia diatas 90 tahun.

Sedangkan menurut Departemen Kesehatan RI (2019) klasifikasi umur lansia yaitu:

- a. Pra Lansia yaitu seseorang dengan rentan usia 45 – 59 tahun.
- b. Lansia yaitu seseorang dengan rentan usia 60 tahun atau lebih.
- c. Lansia resiko tinggi yaitu seseorang dengan rentan usia lebih dari 60 tahun dengan permasalahan dalam kesehatan.
- d. Lansia potensia yaitu lansia yang dalam kategori mampu melakukan kegiatan atau pekerjaan yang menghasilkan barang atau jasa.
- e. Lansia tidak potensial yaitu lansia yang ketergantungan dengan orang lain, dimana tidk mampu mencari nafkah.

### **3. Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia**

Pada lanjut usia akan mengalami berbagai penurunan baih secara fisik maupun kognitifnya. Berikut merupakan perubahan yang terjadi pada lansia menurut Lumbantobing (2022) adalah

#### **1. Perubahan Fisik**

Dimana secara umum pada fisiknya lansia akan mengalami perubahan yang dapat diliat seperti wajah keriput, kulit mengendur, rambut beruban, gigi ompong, mudah lupa, penurunan penglihatan, penurunan pendengaran, penurunan indra penciuman, penurunan nafsu makan, mudah lelah, pola tidur berubah.

#### **2. Perubahan mental**

Pada lanjut usia cenderung akan mudah curiga, muncul perilaku pelit dan yang paling terjadi adalah demensia.

### 3. Perubahan psikososial

Perubahan psikososial lansia ini dilihat aktivitas produktif dalam pekerjaan. Hal ini jika seseorang lansia mengalami pensiun, maka akan kehilangan pendapatan, kehilangan pekerjaan hingga teman dan menurunnya kegiatan yang memungkinkan akan mulai menyadari adanya kematian, timbul rasa kesepian, adanya gangguan yang berakibat pada kehilangan kekuatan fisik.

### 4. Perubahan spiritual

Pada lansia akan cenderung semakin mengedepankan kehidupan keagamaan sesuai agama yang dianut.

### 5. Dampak kemunduran

Pada serangkaian perubahan yang terjadi pada lansia, terjadi ketidakefektifan dalam melakukan coping terhadap kehidupan akibat dari kehilangan pasangan, sulit melakukan perawatan diri, isolasi diri.

## **c. Konsep *Activity Of Daily Living* (ADL)**

### **1. Definisi *Activity of Daily Living* (ADL)**

ADL (*Activity of Daily Living*) merupakan aktivitas yang dilakukan untuk perawatan dirinya sendiri (Saranga et al., 2022). ADL merupakan aktivitas yang dilakukan secara rutin oleh seseorang dimana meliputi makan, kemampuan dalam mandi, membersihkan tubuhnya sendiri, mampu berpakaian,

kemampuan untuk eliminasi, kemampuan untuk berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain, dan toileting (Darsini & Arifin, 2020).

Menurut Azis et al., (2024) Standar yang diterapkan untuk melihat ketergantungan dalam melakukan *Activity of Daily Living* (ADL) yaitu:

1) Mandi

Kemampuan ini dinilai saat klien mampu menggosok tubuhnya dengan sabun seluruh anggota tubuhnya tanpa bantuan orang lain atau membutuhkan bantuan orang lain.

2) Berpakaian

Kemampuan dalam berpakaian dinilai ketika mampu mengambil pakaian dalam lemari, mengenakan baju sendiri, mampu memasang kancing baju maupun resleting.

3) Toileting

Kemampuan ke toilet, beranjak dari toilet, memmbersihkan anggota tubuh (alat kelamin) dengan dibantu atau mandiri.

4) Transferring atau berpindah

Dalam perbindah yaitu kemampuan dalam aktivitas seperti perpindah dari tempat tidur, kursi rooda dan naik turun tangga dengan dibantu atau mampu melakukannya sendiri.

5) Kontinensia

Merupakan kemampuan yang berhubungan dengan dengan bak dan bab itu dengan bantuan alat atau mampu seecara fisiologis.

6) Makan

Kemampuan dalam makan mengambil makanan sendiri atau perlu bantuan orang lain.

## **2. Macam-macam Activity of Daily Living (ADL)**

Menurut Sugiarto (2015) dalam (Handayani & Khotimah, 2022) bahwa macam-macam ADL (*Activity of Daily Living*) dibagi menjadi 4 yaitu:

- a. ADL (*Activity of Daily Living*) dasar, merupakan *Activity of Daily Living* (ADL) dasar. Hal ini merupakan keterampilan dasar yang sudah seharusnya dimiliki oleh seseorang yang bermanfaat bagi perawatan diri, dimana meliputi berpakaian, kemampuan merias diri, makan, minum, toileting dan mobilitas.
- b. ADL (*Activity of Daily Living*) instrumental, merupakan *Activity of Daily Living* (ADL) yang berkaitan dengan penggunaan alat maupun benda dalam aktivitas sehari-hari. Aktivitas sehari-hari yang dimaksud yaitu menulis, menyiapkan makanan, merapikan pakaian, membersihkan alat tidur.
- c. ADL (*Activity of Daily Living*) vokasional, merupakan *Activity of Daily Living* (ADL) yang berkaitan dengan keterampilan yang merujuk pada pekerjaan atau sekolah.
- d. ADL (*Activity of Daily Living*) non vokasional, merupakan *Activity of Daily Living* (ADL) yang berhubungan dengan pemanfaatan yang dilakukan saat ada waktu luang seperti liburan atau menjalankan hobinya.

### 3. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Activity Of Daily Living (ADL)

Menurut potter dalam (Lumbantobing, 2022) ada beberapa factor yang mempengaruhi kemampuan dalam melakukan ADL (*Activity of Daily Living*), yaitu sebagai berikut:

a. Status perkembangan dan usia

Usia merupakan hal yang mendasari seseorang dalam melakukan *activity of daily living*, dimana saat bayi tingkat ketergantungan tinggi dan ketika bertambah dewasa cenderung mandiri atau tidak ketergantungan.

b. Kesehatan fisiologis

Dalam pemenuhan *activity of daily living*, kesehatan fisiologi sangat berperan penting. Hal ini sejalan dengan sistem musculoskeletal yang mengkoordinasikan sistem nervous dalam mengumpulkan dan mengolah informasi yang telah didapatklan, kemudian mampu bergerak akibat dari respon sensori. *Activity of daily living* ini juga akan berpengaruh ketika adanya gangguan penyakit pada sistem tubuh.

c. Fungsi kognitif

Dalam tingkat fungsi kognitif, proses yang ada dialami seseorang dalam menggunakan sensor stimulus untuk meenangani sebuah masalah dalam berfikir. Hal ini fungsi kognitif mempengaruhi proses seseorang dalam berfikir secara logis, dimana akan mengalami penurunan dalam melakukan *activity of daily living*.

d. Fungsi psikososial

Fungsi psikososial merupakan kemampuan individu dalam memberikan informasi. Proses dalam fungsi psikososial berpengaruh dalam perilaku intrapersonal, dimana seseorang dapat mengalami gangguan mengenai konsep dirinya yang akan berpengaruh pada tanggung jawabnya dalam kehidupan dan adapula gangguan pada interpersonal atau dalam diri seseorang yang meliputi gangguan dalam berkomunikasi hingga berinteraksi dengan orang lain hingga akan mempengaruhi *activity of daily living*.

e. Tingkat stress

Pengaruh stress ini akan membuat seseorang tidak mampu secara penuh dalam melakukan *activity of daily living*, dimana stress merupakan respon yang diberikan secara fisiologis seperti kehilangan. Hal ini membuat seseorang tidak maksimal dalam pemenuhan aktivitasnya sehari-hari.

f. Ritme biologi

Ritme biologi merupakan faktor lingkungan sekitar yang mampu berpengaruh pada *activity of daily living*, karena siklus ini terus bergerak dalam 24 jam. Hal ini diketahui faktor lingkungan seperti cuaca yang tidak menentu, pergantian dari malam ke pagi yang menyebabkan pemenuhan *activity of daily living* tidak maksimal.

g. Status mental

Status mental akan mempengaruhi individu dalam melakukan *activity of daily living*, dimana status mental merupakan keadaan intelektual

seseorang. Hal ini lansia akan mengalami penurunan memori dan perasaan kesepian, sehingga gangguan-gangguan tersebut sangat berpengaruh dalam memenuhi kebutuhan dasar.

h. Pelayanan kesehatan

Pelayanan kesehatan sangat berpengaruh dalam memenuhi *activity of daily living*, dimana kesehatan pada lansia akan sangat berpengaruh dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari. Hal ini sejalan dengan lansia yang aktif dalam pemeriksaan kesehatan maka kualitas hidupnya kan lebih baik dibandingkan dengan lansia yang jarang atau tidak mau melakukan serangkaian dalam pemeriksaan kesehatan.

**d. Konsep Indeks Katz**

*Indeks Katz* adalah pengkajian yang digunakan untuk mengukur kemandirian lansia yang terdiri dari 7 tingkatan dengan 6 komponen penilaian dalam melakukan aktivitas sehari-hari yaitu makan, mandi, berpakaian, toileting, berpindah tempat dan kontinen (Novitarum et al., 2022). Indeks Katz merupakan alat yang digunakan untuk mengukur aktivitas sehari-hari, dimana dikembangkan oleh Dr. Sidney Katz pada tahun 1963 (Putra et al., 2022). *Indeks Katz* merupakan penilaian pada seseorang yang mampu atau tidak dalam memenuhi kebutuhan sehari-harinya. Penggunaan pada *Indeks Katz* biasanya digunakan untuk menilai status fungsional pada klien, menyusun rencana perawatan pada klien, memantau perkembangan klien, memilih perawatan yang sesuai dengan klien dan mengevaluasi resiko jatuh pada klien dalam pemenuhan *activity of daily living* (Novitarum et al., 2022).

