

HUBUNGAN FAKTOR-FAKTOR DENGAN KEMAMPUAN FUNGSIONAL FISIK LANSIA WANITA

Reny Chaidir¹, Dona Amelia² Eldisa Syafril³

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Keperawatan, Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi

email: renychaidir@yahoo.co.id

Abstrak

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang dengan jumlah lansia usia 60 tahun ke atas semakin meningkat dari tahun ke tahun dan diperkirakan populasi lansia di Indonesia menjadi 11,34% pada tahun 2020. Oleh karena itu pengkajian masalah-masalah lansia perlu ditingkatkan, termasuk dalam aspek keperawatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor dan hubungannya dengan kemampuan fungsional fisik lansia wanita di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2017. Jenis penelitian ini adalah *korelasi* dengan pendekatan *cross sectional study*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia wanita yang ada di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin yaitu sebanyak 46 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* sehingga didapatkan sampel sebanyak 46 orang. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuisioner penelitian terkait variabel-variabel penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara fungsi kognitif ($p = 0,000$, $r = 0,876$), fungsi psikologis ($p = 0,003$, $r = 0,432$) dengan kemampuan fungsional fisik lansia wanita dan ada hubungan negatif signifikan antara kesehatan fisiologis ($p = 0,000$, $r = -0,879$) dan tingkat stress ($p = 0,000$, $r = -0,858$) dengan kemampuan fungsional fisik lansia wanita. Dapat disimpulkan bahwa fungsi kognitif dan fungsi psikologis memiliki hubungan yang positif (searah) sedangkan kesehatan fisiologis dan tingkat stress memiliki hubungan negatif (berlawanan) dengan kemampuan fungsional fisik lansia. Untuk itu diharapkan kepada semua pihak, khususnya tenaga kesehatan yang ada di PSTW untuk selalu menjaga kebugaran dan kesehatan lansia melalui berbagai kegiatan fisik dan asuhan keperawatan demi meningkatkan derajat kesehatan dan kualitas hidup lansia.

Kata Kunci : Kemampuan fungsional fisik, Lansia

PENDAHULUAN

Salah satu hasil pembangunan kesehatan di Indonesia adalah meningkatnya Usia Harapan Hidup (UHH). Keberhasilan Pembangunan Nasional memberikan dampak meningkatnya UHH yaitu dari 68,6 tahun 2004 menjadi 70,6 pada tahun 2009 sampai tahun 2014 UHH sudah mencapai 72 tahun. Meningkatnya UHH menyebabkan peningkatan jumlah lansia, dimana pada tahun 2020 diperkirakan akan mencapai 28,8 juta jiwa (Kemenkes RI, 2012). ‘

Lanjut usia (lansia), menurut definisi *word health organization* (WHO), adalah orang usia 60 tahun ke atas yang terdiri dari (1) usia lanjut (elderly) 60-74 tahun, (2) usia tua (old) 75-90 tahun, dan (3) usia sangat lanjut (very old) di atas 90 tahun (Raharja, 2013). Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang jumlah penduduk berusia 60 ke atas semakin meningkat dari tahun ke tahun. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) terjadi peningkatan usia harapan hidup (UHH). Di seluruh dunia saat ini jumlah Lansia sudah lebih

dari 629 juta jiwa (satu dari 10 orang berusia lebih dari 60 tahun) dan pada tahun 2025 jumlah Lansia diperkirakan akan mencapai 1,2 milyar jiwa atau meningkat menjadi 28,9 juta jiwa (11,4%) dari jumlah penduduk. Hal ini membuktikan bahwa jumlah lanjut usia terus mengalami peningkatan setiap tahunnya (Nugroho, 2008).

Begitu juga dengan jumlah lansia di seluruh Indonesia juga mengalami peningkatan tiap dekade dan diperkirakan pada tahun 2020, akan mencapai 28,28 juta jiwa atau 11,34 persen dari total penduduk Indonesia (Menkokesra, 2011). Hal ini terbukti berdasarkan data Biro Pusat Statistik Jawa Barat menunjukkan jumlah penduduk lansia di atas 60 tahun terjadi peningkatan dari tahun ke tahun, pada tahun 2009 sebesar 3.331.241 jiwa (7,9%), pada tahun 2010 sebesar 3.441.746 jiwa (8,01%) (BPS Jabar, 2010).

Data dari BPS Provinsi Sumatera Barat jumlah penduduk Provinsi Sumatera Barat pada tahun 2012 tercatat sebesar 4.904.460 jiwa dan 5,6% di antaranya

adalah penduduk berusia tua (>60 tahun). Jumlah tersebut diperkirakan akan bertambah seiring dengan peningkatan usia harapan hidup. Usia harapan hidup di Sumatera barat pada tahun 2011 adalah 69,76% tahun. Angka ini lebih tinggi di dibandingkan data nasional yaitu 65,65 tahun (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat, 2013)

Perkembangan kehidupan menjadi lansia ditandai dengan proses menua, baik secara fisik, mental maupun psikososial. Semakin lanjut usia seseorang, maka kemampuan fisiknya akan semakin menurun, sehingga dapat mengakibatkan kemunduran pada peran-peran sosialnya. Hal ini mengakibatkan pula timbulnya gangguan dalam hal mencukupi kebutuhan hidupnya, sehingga dapat meningkatkan ketergantungan yang memerlukan bantuan orang lain (Tamher & Noorkasiani, 2009).

Selain masalah fisik, masalah mental juga dapat terjadi pada lansia. Gangguan mental yang sering muncul pada masa ini adalah depresi dan gangguan fungsi kognitif. Sejumlah faktor resiko psikososial juga mengakibatkan lansia mengalami gangguan fungsi kognitif. Faktor resiko tersebut adalah hilangnya peranan sosial, hilangnya ekonomi, kematian teman atau sanak saudaranya, penurunan kesehatan, peningkatan isolasi karena hilangnya interaksi sosial dan penurunan fungsi kognitif. Lansia yang mengalami kesulitan dalam mengingat atau kurangnya pengetahuan penting dilakukan pengkajian fungsi kognitif dengan tujuan dapat memberikan informasi tentang fungsi kognitif lansia. Pengkajian fungsi kognitif pada lansia berfungsi untuk membantu mengidentifikasi lansia yang berisiko mengalami penurunan fungsi kognitif (Gallo, Reichel & Andersen, 2000).

Dampak dari menurunnya fungsi kognitif pada lansia akan menyebabkan bergesernya peran lansia dalam interaksi sosial di masyarakat maupun dalam keluarga. Hal ini didukung oleh sikap lansia yang cenderung egois dan enggan mendengarkan pendapat orang lain, sehingga mengakibatkan lansia merasa terasing secara sosial yang pada akhirnya merasa terisolir dan merasa tidak berguna karena tidak ada penyaluran emosional melalui bersosialisasi. Keadaan ini menyebabkan interaksi sosial menurun baik secara kualitas maupun kuantitas, karena peran lansia digantikan oleh generasi muda, dimana keadaan ini terjadi sepanjang hidup dan tidak dapat dihindari (Stanley & Beare, 2007).

Berdasarkan penelitian di Indonesia, peluang mengalami gangguan depresi bagi orang berusia lanjut cukup tinggi, yaitu sekitar 13 persen dari populasi lanjut usia, dan 4 persendi antaranya bahkan menderita depresi mayor. Sejumlah faktor pencetus depresi pada lanjut usia, antara lain faktor biologis, psikologis, stres kronis dan penggunaan obat-obatan. Faktor biologis misalnya faktor genetis, perubahan struktural otak, faktor risikovaskular dan kelemahan fisik. Sedangkan faktor psikologis pencetus depresi

pada lanjut usia yaitu tipe kepribadian dan relasi interpersonal yang di dalamnya termasuk dukungan sosial. Peristiwa kehidupan seperti berduka, kehilangan orang yang dicintai, kesulitan ekonomi dan perubahan situasi, stres kronis dan penggunaan obat-obatan tertentu juga turut andil sebagai pemicu depresi pada lanjut usia. Bahkan pada lanjut usia, depresi yang dialami justru seringkali disebabkan karena kurangnya perhatian dari pihak keluarga (Sunaryo dkk, 2016).

Lumongga (2009) mengungkapkan seseorang yang berusia 60 tahun ke atas atau lanjut usia akan semakin rentan mengalami depresi dan gangguan kesehatan lainnya, sedangkan menurut Oxman dan Hall (dalam Santrock, 2002) adanya dukungan sosial yang baik, dapat meningkatkan kesehatan fisik dan kesehatan mental bagi para lanjut usia. Sejalan dengan pendapat para ahli sebelumnya, Getz (dalam Santrock, 2002) mengungkapkan bahwa diantara banyaknya penyebab depresi pada lanjut usia, antara lain adalah tingkat kesehatan yang rendah, kehilangan karena kematian pasangan dan rendahnya dukungan sosial yang diterima oleh lanjut usia tersebut. Dukungan sosial yang baik telah terbukti menurunkan depresi parental dan bertindak sebagai suatu pelindung bagi lanjut usia yang bersangkutan dari akibat negatif depresi, demikian diungkapkan oleh Fonda dan Norgard (dalam Santrock, 2002).

Menurut Undang Undang Kesehatan No.36 tahun 2009 menyebutkan bahwa salah satu upaya untuk meningkatkan dan memelihara kesehatan masyarakat termasuk Lansia dilaksanakan berdasarkan prinsip non diskriminatif, partisipatif dan berkelanjutan. Pelayanan kesehatan lansia dimulai dari tingkat masyarakat di kelompok-kelompok lansia, dan pelayanan di sarana pelayanan kesehatan dasar dengan mengembangkan Posbindu (pos binaan terpadu) sebagai wadah perawatan bagi lansia yang berada dibawah pengawasan Puskesmas setempat

Pengkajian masalah-masalah Lansia perlu ditingkatkan, termasuk aspek keperawatannya agar dapat menyesuaikan dengan kebutuhan serta untuk menjamin tercapainya usia lanjut yang bahagia, berdaya guna dalam kehidupan keluarga dan masyarakat di Indonesia (Tamher & Noorkasiani, 2009). Mengingat kondisi dan permasalahan Lansia tersebut, maka penanganan masalah Lansia harus menjadi prioritas, karena permasalahannya terus berpacu dengan pertambahan jumlahnya.

Salah satu upaya dalam meningkatkan kesejahteraan Lansia adakah dengan mendorong Lansia agar mau dan mampu melakukan aktifitas fisik. Menurut Potter (2005) terdapat 4 faktor yang mempengaruhi aktifitas fisik lansia yaitu faktor umur, fungsi kognitif, fungsi psikologis dan tingkat stres.

Seseorang yang pada usia mudanya memiliki kebiasaan baik dalam menjaga kesehatan, misalnya mengkonsumsi makanan serta rutin berolahraga, dan

banyak melakukan aktivitas fisik, maka pada masa tuanya tentu akan lebih baik dan bisa tetap produktif. Beraktifitas fisik yang baik dan teratur akan membantu keadaan tubuh tetap terjaga dengan baik, baik itu aktivitas yang bersifat aerobik maupun aktivitas yang anaerobik. Tetapi untuk usia lanjut aktivitas yang baik itu yang bersifat aerobik. Banyak sekali aktivitas yang bersifat aerobik yang dianjurkan untuk diberikan kelompok lansia, agar keadaan kebugaran dan kesegaran jasmani tubuh

pada lansia tetap terjaga dan terkendali yaitu misalnya dengan jalan kaki, jogging, melompat, bersepeda baik yang stasioner maupun yang jalan, serta senam lansia. Olahraga yang dianjurkan bagi mereka yang berusia diatas 50 tahun adalah jalan kaki dan berenang. Bermanfaat atau tidaknya program olahraga yang dilakukan oleh lansia juga tergantung dari program yang dijalankan. Sebaiknya program latihan yang dijalankan harus memenuhi konsep FITT (Frequency, Intensity, Time, Type) (Sriwahyuniati, 2008)

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ardiyanti (2009), Lansia yang rutin melakukan senam Lansia dapat melakukan aktivitas dasar sehari-hari sebesar 96,23%. Penelitian Ulliya dkk (2007), bahwa latihan ROM selama 3 minggu sudah dapat meningkatkan ROM fleksi sendi lutut pada lansia yang mengalami keterbatasan gerak. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan wawancara di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin dengan jumlah 110 lansia, di lakukan wawancara pada 11

orang lansia di dapatkan 8 diantaranya mengalami penurunan kemampuan fungsional yang di sebabkan oleh faktor kognitif, beberapa lansia mengatakan kesulitan dalam hal mengingat sesuatu seperti hari, tanggal, bulan, dan tahun, sedangkan pada faktor psikologis lansia tersebut mengatakan kurangnya perhatian dari keluarga, kurangnya dukungan sosial yang mengakibatkan terjadinya depresi

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini adalah korelasi dengan Pendekatan waktu yang digunakan adalah cross sectional. Sampel berjumlah 46 responden dipilih menggunakan *total sampling*,

Kriteria Inklusi:

- 1) Penderita yang berkunjung ke Puskesmas Berusia >60 tahun.
- 2) Bersedia menjadi responden.
- 3) Tinggal di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman.
- 4) Dapat diajak berkomunikasi dengan baik.

Kriteria Eksklusi:

- 1) Lansia dengan sakit berat (lumpuh, berbaring di tempat tidur)

Pengumpulan data dilakukan dalam 1 tahap: Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara terpimpin. Penilaian menggunakan kuesioner VAS, MMSE, SPMSQ, Barter indeks, dan DASS.

HASIL PENELITIAN

1. Hubungan Fungsi Kognitif dengan Kemampuan Fungsional Fisik Lansia Wanita

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa nilai koefisien korelasi (r) 0,822 dan p value 0,000 artinya terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara fungsi kognitif dengan kemampuan fungsional fisik lansia wanita di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin dengan kekuatan hubungan kuat. Dimana semakin tinggi nilai fungsi kognitif maka semakin tinggi pula tingkat kemampuan fungsional fisik lansia wanita di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2017.

2. Hubungan Kesehatan Fisiologis dengan Kemampuan Fungsional Fisik Lansia Wanita

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa nilai koefisien korelasi hubungan kesehatan fisiologis dengan kemampuan fungsional fisik lansia wanita (r) = -0,871 dan p value = 0,000, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kesehatan fisiologis dengan kemampuan fungsional fisik lansia wanita dengan arah hubungan negatif dan kekuatan hubungan kuat. Dimana semakin tinggi nilai kesehatan fisiologis yang diukur berdasarkan

intensitas nyeri maka semakin rendah kemampuan fungsional fisik lansia dan begitu pula sebaliknya, semakin rendah intensitas nyeri maka semakin tinggi kemampuan fungsional fisik pada lansia wanita.

3. Hubungan Fungsi Psikologis dengan Kemampuan Fungsional Fisik Lansia Wanita

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa nilai koefisien korelasi hubungan fungsi psikologis dengan kemampuan fungsional fisik lansia wanita (r) = 0,474 dan p value = 0,001, artinya terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara fungsi psikologis dengan kemampuan fungsional fisik lansia wanita dengan kekuatan hubungan sedang. Dimana semakin tinggi nilai fungsi psikologis maka semakin tinggi pula kemampuan fungsional fisik lansia dan begitu pula sebaliknya, semakin rendah nilai fungsi psikologis maka semakin rendah kemampuan fungsional fisik pada lansia wanita.

4. Hubungan Tingkat Stress dengan Kemampuan Fungsional Fisik Lansia Wanita

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa nilai koefisien korelasi hubungan tingkat stress dengan kemampuan fungsional fisik lansia wanita (r) = -0,833

dan $p \text{ value} = 0,000$, artinya terdapat hubungan negatif dan signifikan antara tingkat stress dengan kemampuan fungsional fisik lansia wanita dengan kekuatan hubungan kuat. Dimana semakin tinggi

PEMBAHASAN

1. Hubungan Fungsi Kognitif dengan Kemampuan Fungsional Fisik Lansia Wanita

Hasil penelitian pada menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara fungsi kognitif dengan kemampuan fungsional fisik lansia wanita di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin dengan kekuatan hubungan yang sangat kuat. Secara statistik didapatkan nilai $p = 0,000$ dan koefisien korelasi (r) = 0,822, dimana semakin baik kondisi fungsi kognitif maka akan semakin baik pulalah kemampuan fungsional fisik pada lansia.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian terdahulu yang telah dilakukan Nurmah (2011) dengan judul Hubungan fungsi kognitif dengan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan *activity daily living* di Panti Tresna Werdha Budhi Dharma di Bekasi Timur, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan fungsi kognitif dengan kemandirian lansia dalam melakukan *activity daily living* dengan nilai $p = 0,002$.

Tingkat fungsi kognitif dapat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam melakukan aktifitas sehari-hari. Terdapat faktor yang mempengaruhi aktifitas fisik lansia yaitu fisiologis, fungsi kognitif, fungsi psikologis dan tingkat stress (Potter, 2005).

Fungsi kognitif menunjukkan proses menerima, mengorganisasikan dan menginterpretasikan sensor stimulus untuk berfikir dan menyelesaikan masalah. Proses mental memberikan kontribusi pada fungsi kognitif yang meliputi perhatian memori, dan kecerdasan. Gangguan pada aspek-aspek dari fungsi kognitif dapat mengganggu dalam berfikir logis dan menghambat kemandirian dalam melaksanakan aktifitas sehari-hari (Munawirah, 2010).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara fungsi kognitif dengan kemampuan fungsional fisik pada lansia wanita, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin baik fungsi kognitif lansia maka semakin meningkat pula kemampuan fungsional fisik yang ditunjukkan oleh lansia. Fungsi kognitif berhubungan dengan kemampuan intelektual yang meliputi perhatian, memori atau daya ingat dan kecerdasan. Gangguan yang terjadi pada fungsi kognitif akan mempengaruhi lansia dalam melakukan aktifitas sehari-hari dan kemampuan dalam memecahkan masalah.

Gangguan kognitif yang sering dialami oleh lansia wanita di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin gangguan dalam aspek bahasa, kalkulasi atau operasi

tingkat stress maka semakin rendah kemampuan fungsional fisik lansia dan begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat stress maka semakin tinggi kemampuan fungsional fisik pada lansia wanita.

matematika sehingga dalam melakukan kegiatan sehari-hari seperti berbelanja, membeli pulsa elektrik serta kebutuhan sehari-hari lainnya lansia mengalami kesulitan dalam menghitung jumlah berbelanja dan menentukan hal-hal yang harus dibelinya sehingga membutuhkan bantuan dari orang lain atau petugas panti. Selain itu sebahagian lansia juga terlihat kebingungan dalam menentukan waktu shalat, sehingga sering petugas atau warga binaan panti lainnya harus mengingatkan lansia untuk shalat atau beribadah tepat pada waktunya. Kondisi ini menunjukkan bahwa gangguan kognitif yang dialami oleh lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin mempengaruhi kemampuan fungsional lansia dalam melakukan kegiatan sehari-hari sehingga membutuhkan bantuan atau mengalami ketergantungan terhadap orang lain

2. Hubungan Kesehatan Fisiologis dengan Kemampuan Fungsional Fisik Lansia Wanita

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara kesehatan fisiologis (nyeri) dengan kemampuan fungsional fisik lansia dengan kekuatan hubungan kuat. Secara statistik dapat didapatkan nilai $p = 0,000$ dan koefisien korelasi (r) = -0,871, dimana semakin tinggi intensitas nyeri yang dirasakan maka akan semakin rendah kemampuan fungsional fisik lansia dan begitu pula sebaliknya, semakin rendah intensitas nyeri yang dirasakan maka akan semakin tinggi kemampuan fungsional fisik lansia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Rinajumita (2011) dengan judul Faktor-faktor yang berhubungan dengan kemandirian lansia di wilayah kerja Puskesmas Lampasi Kecamatan Payakumbuh Utara. Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada hubungan antara faktor kondisi kesehatan dengan kemandirian lansia dengan nilai $p = 0,000$.

Kesehatan fisiologis seseorang dapat mempengaruhi kemampuan partisipasi dalam aktifitas sehari-hari, sebagai contoh sistem nervous menggumpulkan dan menghantarkan, dan mengelola informasi dari lingkungan. Sistem muskuloskeletal mengkoordinasikan dengan sistem nervous sehingga seseorang dapat merespon sensori yang masuk dengan cara melakukan gerakan. Gangguan pada sistem ini misalnya karena penyakit, atau trauma injuri dapat mengganggu pemenuhan aktifitas sehari-hari (Potter, 2005).

Kesehatan fisiologis lansia pada penelitian ini difokuskan berdasarkan intensitas nyeri yang dirasakan oleh lansia, mengingat keluhan umum yang

paling sering dialami oleh lansia adalah nyeri baik nyeri sendi maupun nyeri otot. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Potter (2005), yang menyatakan bahwa keluhan nyeri yang paling sering dirasakan oleh lansia adalah nyeri sendi dan otot yang terjadi akibat proses penuaan, penyakit atau trauma, seperti nyeri pinggang (low back pain) nyeri lutut (osteoarthritis) atau nyeri pada sendi-sendi jari kaki.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kesehatan fisiologis dengan kemampuan fungsional fisik pada lansia wanita, dimana untuk melakukan aktifitas fungsional fisik secara langsung akan membutuhkan kondisi fisik yang prima dalam menyokong setiap kegiatan yang akan dilakukan. Keluhan kesehatan fisiologis dalam hal ini adalah rasa nyeri yang dirasakan oleh lansia memberikan efek langsung dalam melakukan aktifitas sehari-hari, intensitas nyeri yang dirasakan oleh lansia akan mempengaruhi keseimbangan, kemampuan berpindah tempat serta berbagai kegiatan yang melibatkan fisik, seperti gangguan nyeri sendi pada lansia akan menyebabkan penurunan kemampuan dalam mobilisasi atau berjalan sehingga lansia membutuhkan bantuan dalam berpindah dan bantuan yang dibutuhkanpun bervariasi mulai dari bantuan ringan sedang dan bantuan total, namun pada penelitian ini tidak ditemukan lansia yang membutuhkan bantuan total dan ketergantungan yang ditunjukkan adalah oleh lansia pada umumnya adalah bantuan ringan.

Maka dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi intensitas nyeri yang dirasakan maka akan semakin rendah kemampuan fungsional fisik pada lansia yang menyebabkan peningkatan ketergantungan terhadap orang lain dan begitu pula sebaliknya semakin rendah intensitas nyeri yang dirasakan maka akan semakin baik kemampuan fungsional fisik lansia yang mampu meningkatkan kemandirian dalam beraktifitas.

3. Hubungan Fungsi Psikologis dengan Kemampuan Fungsional Fisik Lansia Wanita

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara fungsi psikologis dengan kemampuan fungsional fisik pada lansia wanita dengan kekuatan hubungan sedang. Secara statistik didapatkan nilai $p = 0,003$ dan koefisien korelasi (r) = 0,474, dimana semakin baik fungsi psikologis maka akan semakin baik kemampuan fungsional fisik lansia dan begitu pula sebaliknya, semakin rendah fungsi psikologis maka akan semakin rendah pula kemampuan fungsional fisik pada lansia.

Fungsi psikologis menunjukkan kemampuan seseorang untuk mengingat sesuatu hal yang lalu dan menampilkan informasi pada suatu cara yang realistik. Proses ini meliputi interaksi yang kompleks antara perilaku interpersonal dan interpersonal. Kebutuhan psikologis berhubungan dengan

kehidupan emosional seseorang. Meskipun seseorang sudah terpenuhi kebutuhan materialnya, tetapi bila kebutuhan psikologisnya tidak terpenuhi, maka dapat mengakibatkan dirinya merasa tidak senang dengan kehidupannya, sehingga kebutuhan psikologi harus terpenuhi agar kehidupan emosionalnya menjadi stabil (Tamher, 2009).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara fungsi psikologis dengan kemampuan fungsional fisik lansia. Fungsi psikologis berhubungan dengan pikiran yang berkaitan dengan cara kerja, mengingat sesuatu hal yang lalu dan menampilkan informasi pada suatu cara yang realistik. Salah satu contoh gangguan fungsi psikologis yang sering dialami oleh lansia wanita di PSTW Sabai Nan Aluhi adalah gangguan dalam mengingat waktu, tempat dan hari sehingga dalam aktifitas fungsional fisik sehari-hari lansia sering membutuhkan bantuan dari orang lain atau petugas yang ada di panti sosial, seperti mengingat waktu untuk makan, mandi, mengingat tempat kamar mandi atau toilet, mengingat waktu sholat serta mengingat alamat dan nomor telepon keluarga yang akan dihubungi sehingga mengharuskan lansia membutuhkan bantuan dari petugas untuk mengingatkan makan, mandi, waktu shalat, nomor kontak atau telepon keluarga serta bantuan untuk mengantarkan ke kamar mandi. Sedangkan pada kelompok lansia dengan kondisi fungsi psikologis yang lebih baik memperlihatkan tingkat fungsional yang lebih baik dengan cara menunjukkan kemandirian dalam melakukan aktifitas sehari-hari, dimana lansia selalu mampu mengingat waktu shalat dengan baik serta mampu menghubungi keluarga dengan nomor kontak secara mandiri tanpa membutuhkan bantuan dari orang lain.

4. Hubungan Tingkat Stress Dengan Kemampuan Fisik Pada Lansia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara tingkat stress dengan kemampuan fungsional fisik pada lansia wanita dengan kekuatan hubungan sangat kuat. Secara statistik didapatkan nilai $p = 0,000$ dan koefisien korelasi (r) = -0,833 dimana semakin tinggi tingkat stress maka akan semakin rendah kemampuan fungsional fisik lansia dan begitu pula sebaliknya semakin rendah tingkat stress maka akan semakin tinggi kemampuan fungsional fisik lansia.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian terdahulu yang telah dilakukan Koampa (2015) dengan judul Hubungan antara tingkat stres dengan kemandirian pada orang tua lanjut usia di Desa Tombasian Atas Kecamatan Kawangkoan Barat, temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat stress dengan kemandirian pada orang tua lanjut usia dengan nilai $p = 0,035$

Stres merupakan respon fisik non spesifik terhadap berbagai macam kebutuhan. Faktor yang menyebabkan stres disebut stressor, dapat timbul dari tubuh atau lingkungan dan dapat mengganggu keseimbangan tubuh. Stres dibutuhkan dalam pertumbuhan dan perkembangan. Stres dapat mempunyai efek negatif atau positif pada kemampuan seseorang memenuhi aktifitas sehari-hari (Sunaryo dkk, 2016).

Stres adalah reaksi tubuh terhadap situasi yang menimbulkan tekanan, perubahan, ketegangan emosi, dan lain-lain. Seseorang yang mengalami stres dapat dilihat dari perubahan-perubahan yang terjadi pada kondisi fisiknya. Keluhan yang sering dirasakan pada orang yang mengalami stres adalah pemarah, pemurung, cemas, sedih, pesimis, menangis, mood atau suasana hati sering berubah-ubah, harga diri menurun atau merasa tidak aman, mudah tersinggung, mudah menyerah pada orang dan mempunyai sikap bermusuhan, mimpi buruk, serta mengalami gangguan konsentrasi dan daya ingat (Hawari 2007). Bila tidak diatasi dengan tepat, akan menimbulkan gangguan sistem, timbulnya penyakit dan manifestasi klinik.

Kondisi fisik dan psikis yang menurun pada lansia, menyebabkan lanjut usia mengalami stress yang bisa menyebabkan mereka kurang mampu untuk menghasilkan pekerjaan yang produktif, dan menurunnya kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Di sisi lain mereka dituntut untuk memenuhi berbagai macam kebutuhan hidup sehari-hari yang semakin meningkat dari sebelumnya, seperti kebutuhan akan makanan bergizi seimbang, pemeriksaan kesehatan secara rutin, perawatan bagi yang menderita penyakit ketuanan dan kebutuhan rekreasi (Koampa, dkk, 2015).

Temuan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stress dengan kemampuan fungsional fisik pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin. Tingkat stress pada lansia terjadi karena orang tua lanjut usia menjadikan masalah kesehatan atau perubahan kondisi fisik mereka, masalah dengan keluarga sebagai suatu tekanan dalam hidup dan dengan demikian dapat mengganggu kondisi psikologis mereka, bahkan dapat mengganggu tingkat kemandirian dalam beraktifitas. Hal ini disebabkan karena kondisi kesehatan mereka baik fisik maupun psikis yang kadang-kadang sakit atau mengalami gangguan, sehingga aktivitas sehari-hari tidak semuanya dapat dilakukan sendiri. Pada beberapa kegiatan mereka memerlukan bantuan orang lain, misalnya dalam melakukan kegiatan rutin di panti sosial atau dalam mengambil keputusan dalam hidupnya.

Gangguan stress pada lansia juga akan mempengaruhi kondisi psikologis yang menyebabkan lansia kurang memperhatikan kondisi kesehatan dan personal hygiene, kondisi ini terjadi akibat stress

yang berkepanjangan yang pada akhirnya menimbulkan gejala depresi pada lansia. Stress dan depresi akan mempengaruhi kemampuan lansia dalam memperhatikan penampilan dan personal hygiene sehingga lansia membutuhkan bantuan dalam merawat diri sendiri dan tindakan personal hygiene, seperti mandi, menyiapkan makanan, serta mempersiapkan berbagai kebutuhan sehari-hari..

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Faktor-faktor yang dan hubungannya dengan kemampuan fungsional fisik lansia wanita di Panti Sosial Trewna Werdha (PSTW) Sabai Nana Aluih Sicincin Tahun 2017 dapat disimpulkan bahwa:

1. Kurang dari sebahagian (41,3%) lansia wanita di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin dengan fungsi kognitif mengalami gangguan tingkat sedang atau probable gangguan kognitif
2. Kurang dari sebahagian (45,7%) lansia wanita di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin dengan kesehatan fisiologis mengalami gangguan nyeri pada tingkat sedang
3. Lebih dari sebahagian (60,9%) lansia wanita di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin dengan fungsi psikologis mengalami kerusakan fungsi intelektual kerusakan sedang
4. Lebih dari sebahagian (60,9%) lansia wanita di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin mengalami tingkat stres sedang
5. Sebahagian (50%) lansia wanita di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin dengan kemampuan fungsional fisik mengalami ketergantungan sedang.
6. Ada hubungan positif dan signifikan antara fungsi kognitif dengan kemampuan fungsional fisik lansia wanita di PSTW Sabai Nana Aluih Sicincin Tahun 2017 dengan kekuatan hubungan kuat. Secara statistik didapatkan nilai $p = 0,000$ dan $r = 0,822$
7. Ada hubungan negatif dan signifikan antara kesehatan fisiologis dengan kemampuan fungsional fisik lansia wanita di PSTW Sabai Nana Aluih Sicincin Tahun 2017 dengan kekuatan hubungan kuat. Secara statistik didapatkan nilai $p = 0,000$ dan $r = -0,871$
8. Ada hubungan positif dan signifikan antara fungsi psikologis dengan kemampuan fungsional fisik lansia wanita di PSTW Sabai Nana Aluih Sicincin Tahun 2017 dengan kekuatan hubungan sedang. Secara statistik didapatkan nilai $p = 0,003$ dan $r = 0,474$
9. Ada hubungan negatif dan signifikan antara tingkat stress dengan kemampuan fungsional fisik lansia wanita di PSTW Sabai Nana Aluih Sicincin Tahun 2017 dengan kekuatan hubungan kuat. Secara statistik didapatkan nilai $p = 0,000$ dan $r = -0,833$.

DAFTAR PUSTAKA

- Anatasha., & Zein, O. S. (2017). *Kemunduran Fisiologis Lansia dan Pengaruhnya Terhadap Keselamatan di Kamar Mandi*. Sekolah Tinggi Design Indonesia.
<http://www.stdi.ac.id/kemunduranfisiologis/>
- Badan Pusat Statistik. (2012). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2012*. Jakarta: BPS
- Darmojo, B. (2006). *Geriatric (Ilmu Kesehatan Lanjut Usia Lanjut Edisi 3)*. Jakarta: Salemba Medikal
- Darmojo, B. (1994). *Ilmu Kesehatan Usia Lanjut. F.K.U.I*
- Hamid, A. Y. S. (2008). *Buku Ajar Riset Keperawatan: Konsep, Etika, & Instrumentasi*. Jakarta: EGC.
- Indris, D. N. T., & Astarani, K. (2017). *Terapi Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RS. Baktis Kendiri.
<http://ejurnal.stikesbaptis.ac.id/index.php/keperawatan/article/download/167/143>
- Riyadina, W., Suharyanto, F. X., & Tana, L. (2008). *Keluhan Nyeri Muskuloskeletal Pada Pekerja Industri di Kawasan Industri Pilogadung Jakarta*. Badan Penelitian dan Pengembangan kesehatan, Departemen Kesehatan RI.
<http://indonesia.digitaljournals.org/index.php/mkb/search/advancedResults>
- Marulalia., (2010). *Keluhan Muskuloskeletal*.
<http://erepo.unud.ac.id/10046/3/f290e3375323e546d1dea8efd411ddd7.pdf>
- Muna, N., Arwani., & Purnomo. (2013). *Hubungan Antara Karakteristik dengan Kejadian Depresi Pada Lansia di Panti Werda Pelkris Pengayoman Kota Semarang*. Semarang.
<http://pmb.stikestelogorejo.ac.id/ejournal/index.php/ilmukeperawatan/article/view/132>
- Notoatmodjo, S . (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Rachmawati, M. R., Samara, D., Tjhin, P., & Wartono, M. (2006). *Nyeri Muskuloskeletal dan Hubungannya dengan Kemampuan Fungsional Fisik Pada Lansia*. Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti: Jakarta
- Sunaryo., Wijayanti, R., Kuhu, M. M., Sumdi, T., Widayanti, E. D., Sukrillah, U. A., Riyadi, S., & Kuswati, A. (2016). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Jogjakarta: Andi Offset.
- Tinjauan Pustaka Status Fungsional*. (2013). Universitas Sumatera Utara.
- Utami, R. D. P., & Kartina (2011). *Hubungan Antara Karakteristik Personal dengan Sikap Lansia Terhadap Pelayanan di Panti Werda Dharma Bakti Surakarta*. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang.
<http://eprints.ums.ac.id/4493/1/J210050038.pdf>
- Utomo, B. (2010). *Hubungan Antara Kekuatan Otot dan Daya Tahan Otot Anggota Gerak Bawah dengan Kemampuan Fungsional Lanjut Usia*. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Yenni. (2011). *Hubungan Dukungan Keluarga dan Karakteristik Lansia dengan Kejadian Stroke Pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Perkotaan Bukittinggi*. Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia.
<http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20282740-T%20Yenni.pdf>