

**ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERAWATAN DIRI LANSIA  
DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI LUHUR JAMBI****RAMLAN RAMLI****ABSTRAK**

Adanya peningkatan jumlah lansia merupakan suatu hal yang sangat penting untuk mengetahui tentang lansia, mengasuh dan merawatnya. Pada lanjut usia memang akan terlihat penurunan-penurunan fungsi tubuh yang dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari sehingga menimbulkan berbagai macam masalah. Umumnya masalah yang terjadi pada lansia adalah karena kurangnya perawatan diri. Penyebab kurangnya perawatan diri pada lansia adalah karena penurunan daya ingat, kurangnya motivasi, kelemahan dan ketidakmampuan fisik. PSTW Budi Luhur Jambi merupakan satu-satunya panti jompo di propinsi jambi. Penelitian ini dilakukan pada lansia yang tinggal di PSTW Budi Luhur Jambi. Adapun faktor yang diteliti yaitu analisis faktor yang mempengaruhi perawatan diri lansia di PSTW Budi Luhur Jambi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan variabel independent dengan variabel dependen. Hasil penelitian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji statistik *chi-square*. Dari hasil penelitian dan pembahasan diketahui dari 55 lansia sebanyak 29 (52,7%) responden perawatan diri lansia kurang baik. Dilihat dari daya ingat sebagian besar (58,2%) tergolong rendah/menurun, motivasi sebagian besar (61,8%) rendah/kurang baik dan kemampuan fisik sebagian besar (56,4%) tergolong kurang mampu. Serta diketahui ada hubungan yang bermakna antara daya ingat, motivasi, dan kemampuan fisik dengan perawatan diri lansia. Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan khususnya kepada petugas panti agar dapat meningkatkan hubungan antara petugas dengan lansia, menjalin kerja sama yang baik demi kesejahteraan lansia dan meningkatkan kerja sama dengan institusi terkait dalam hal pemenuhan sarana dan prasarana kebutuhan panti serta penyediaan pelayanan kesehatan bagi lansia yang memadai. Selain itu, petugas diharapkan dapat mengingatkan lansia, memotivasi dan membantu lansia dalam melakukan perawatan diri dengan baik (Membuat jadwal perawatan), sehingga kesehatan lansia terpelihara dan lansia bisa hidup tenang dan produktif sampai akhir hayat.

Kata kunci : Perawatan diri, daya ingat, motivasi, kemampuan fisik

## PENDAHULUAN

Seiring dengan keberhasilan pemerintah dalam Pembangunan Nasional, telah mewujudkan hasil yang positif di berbagai bidang, yaitu adanya kemajuan ekonomi, perbaikan lingkungan hidup, kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, terutama dibidang medis atau kedokteran sehingga dapat meningkatkan kualitas kesehatan penduduk serta meningkatkan umur harapan hidup manusia. Akibatnya jumlah penduduk yang berusia lanjut meningkat dan bertambah cenderung lebih cepat (Nugroho, 2000: 1). Meningkatnya umur harapan hidup dipengaruhi oleh majunya pelayanan kesehatan, menurunnya angka kematian bayi dan anak, perbaikan gizi dan sanitasi serta meningkatnya pengawasan terhadap penyakit infeksi sehingga terjadinya peningkatan jumlah penduduk, terutama jumlah lanjut usia (lansia) yang cenderung bertambah lebih cepat (Depsos RI, 2004 :1).

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan yang terlihat dari angka harapan hidup (AHH) yaitu di Indonesia pada tahun 1971 : 46,6 tahun, sedangkan pada tahun 1999 : 67,5 tahun. Disamping itu populasi lansia akan meningkat juga yaitu pada tahun 1990 jumlah penduduk lansia 60 tahun sekitar

10 juta jiwa (5,5 %) dari total populasi penduduk dan pada tahun 2020 diperkirakan meningkat 3 kali menjadi 29 juta jiwa (11,4 %) dari total populasi penduduk. (Mubarak, 2006 : 179).

Secara umum kondisi fisik seseorang yang telah memasuki masa lanjut usia mengalami penurunan. Hal ini dapat dilihat dari beberapa perubahan antara lain : (1) perubahan penampilan pada bagian wajah, tangan, dan kulit, (2) perubahan bagian dalam tubuh seperti sistem saraf (otak), isi perut (limpa, hati), (3) perubahan panca indra (penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa), dan (4) perubahan motorik seperti berkurangnya kekuatan, kecepatan dan belajar keterampilan baru. Perubahan-perubahan tersebut pada umumnya mengarah pada kemunduran kesehatan fisik dan psikis. Sehingga secara umum akan berpengaruh pada aktivitas kehidupan sehari-hari misalnya dalam perawatan diri. Masalah umum yang dialami lanjut usia yang berhubungan dengan kesehatan fisik, yaitu rentannya terhadap berbagai penyakit, karena berkurangnya daya tahan tubuh dalam menghadapi pengaruh dari luar (Rini S, 2002).

Pada lansia memang akan terlihat penurunan-penurunan terutama penurunan daya ingat, kurangnya motivasi, kelemahan dan ketidakmampuan fisik dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

Penurunan itu bersifat wajar sesuai perubahan organ-organ biologis ataupun perubahan yang sifatnya patologis. Pada lanjut usia masalah-masalah yang dihadapi tentu semakin banyak. Banyak hal yang dahulunya dengan mudah dapat dipecahkan menjadi terhambat karena terjadi penurunan fungsi indra pada lanjut usia. Hambatan lain dapat berasal dari penurunan daya ingat (Nugroho, 2014 : 80).

Daya ingat merupakan salah satu fungsi kognitif yang banyak berperan dalam proses berfikir, memecahkan masalah, maupun kecerdasan, bahkan hampir semua tingkah laku manusia itu dipengaruhi oleh daya ingat. Pada lanjut usia, daya ingat merupakan salah satu fungsi kognitif yang sering kali paling awal mengalami penurunan. Gangguan fungsi kognitif seperti gangguan orientasi, tidak mampu mengenali benda, gangguan berbahasa, sampai kehilangan kemampuan praktis sehari-hari. Misalkan lupa membawa peralatan mandi, lupa menggosok gigi, lupa memakai minyak rambut/menyisir rambut, lupa mengganti baju dan sebagainya (Kuntjoro, 2002).

Umumnya masalah yang terjadi pada lansia adalah kurangnya perawatan diri. Penyebab kurangnya perawatan diri pada lansia adalah karena penurunan daya ingat, kurangnya motivasi, kelemahan dan ketidakmampuan fisik. Masalah lain

adalah kecenderungan kebutuhan cairan dan elektrolit yang berkurang sehingga menyebabkan produksi keringat berkurang, kulit lansia bersisik dan kering (Nugroho, 2014;80).

Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur (PSTW) merupakan satu-satunya panti jompo di propinsi Jambi yang menampung lansia agar mereka mendapat perawatan yang layak.

Berdasarkan data yang diambil di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi pada tanggal 12 Juni 2014, jumlah usia lanjut di Panti Werdha berjumlah 65 orang yang terdiri dari 34 orang berjenis kelamin laki-laki- dan 31 orang berjenis kelamin perempuan. Jumlah lansia dilihat dari tahun 2006-2014 di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1.1

Jumlah lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi Tahun 2013-2014

NO	Tahun	Jumlah Lansia		Total
		Laki-laki	Perempuan	
1	2012	28	37	65
2	2013	31	33	64
3	2014	34	31	65

Sumber : Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi Tahun 2014

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 12 September 2012 dengan melakukan wawancara dengan petugas panti bahwa lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi banyak yang mengeluh badannya gatal-gatal dan ada juga yang menderita penyakit kulit.

Berdasarkan observasi dan wawancara terhadap 13 orang lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi, didapat 3 orang lansia perawatan dirinya baik (Rambut bersih dan rapi, gigi dan mulut bersih, kulit bersih dan tidak menderita penyakit kulit atau sejenisnya, pakaian bersih) dan 10 orang lainnya kurang baik, yang dapat dilihat dari keluhan beberapa lansia yang mengatakan badannya gatal-gatal, sakit gigi, dan ada beberapa orang yang mengidap penyakit kulit seperti kudis, panu, dan sejenis penyakit kulit lainnya. Dilihat dari 62 les pasien terdapat 35 orang lansia yang mengalami gatal-gatal.

Berdasarkan diagnosa dokter terdapat 2 orang dermatitis, 1 dermatitis atopik, 6 tinea, 7 orang miliaria, 13 orang menderita panu sesuai dengan pemeriksaan dokter dan petugas kesehatan lainnya.

Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi lingkungannya bersih, ruangnya bersih dan menurut salah satu petugas panti mengatakan bahwa sebagian besar lansia disana disiapkan perlengkapan

mandi seperti sabun, pasta gigi, sikat gigi, sampo dan lainnya.

Program-program yang ada Panti sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi antara lain senam lansia, dan macam-macam keterampilan seperti menyulam dan lainnya. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Perawatan Diri Lansia Di Panti Sosial Tresna Wedha Budi Luhur Jambi Tahun 2014.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independent (daya ingat, motivasi, dan kemampuan fisik) dan variabel dependen (perawatan diri lansia) dilakukan bersama-sama atau sekaligus.

Penelitian ini dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi dan pengumpulan data dilaksanakan pada tanggal 08 September s.d 26 Nopember 2014.

## HASIL PENELITIAN

### Hasil Analisa Univariat

Analisa univariat digunakan untuk melihat distribusi frekuensi dari semua variabel independen maupun variabel dependen.

#### 1. Perawatan Diri Lansia

Hasil penelitian diketahui distribusi frekuensi Gambaran Perawatan Diri Lansia sebagai berikut :

Tabel 4.5

Distribusi Frekuensi Menurut Perawatan Diri Lansia di PSTW Budi Luhur Jambi Tahun 2014

No	Perawatan Diri Lansia	Jumlah	%
1	Kurang Baik	29	52,7
2	Baik	26	47,3
Total		55	100,0

Dari tabel diatas diketahui sebagian besar 29 (52,7%) perawatan diri lansia kurang baik dan sebanyak 26 (47,3%) perawatan diri lansia baik.

## 2. Daya ingat.

Hasil penelitian diketahui distribusi frekuensi menurut Daya Ingat sebagai berikut :

Tabel 4.6

Distribusi Frekuensi Reponden Menurut Daya Ingat di PSTW Budi Luhur Jambi Tahun 2014

No	Daya Ingat	Jumlah	%
1	Rendah	32	58,2
2	Tinggi	23	41,8
Total		55	100,0

Dari tabel diatas diketahui sebagian besar 32 (58,2%) daya ingat Rendah dan sebanyak 23 (41,8%) daya ingat lansia tergolong tinggi.

## 3. Motivasi

Hasil penelitian diketahui distribusi frekuensi menurut Motivasi sebagai berikut :

Tabel 4.7

Distribusi Frekuensi Reponden Menurut Motivasi di PSTW Budi Luhur Jambi Tahun 2014

No	Motivasi	Jumlah	%
1	Rendah	34	61,8
2	Tinggi	21	38,2
Total		55	100,0

Dari tabel diatas diketahui sebagian besar 34 (61,8%) motivasi rendah dan sebanyak 21 (38,2%) motivasi tergolong tinggi.

## 4. Kemampuan fisik.

Hasil penelitian diketahui distribusi frekuensi menurut kemampuan fisik sebagai berikut :

Tabel 4.8

Distribusi Frekuensi Reponden Menurut Kemampuan Fisik di PSTW Budi Luhur Jambi Tahun 2014

No	Kemampuan Fisik	Jumlah	%
1	Kurang Mampu	31	56,4
2	Mampu	24	43,6
Total		55	100,0

Dari tabel diatas diketahui sebagian besar 31 (56,4%) kemampuan fisik tergolong kurang mampu dan sebanyak 24 (43,6%) kemampuan fisik tergolong mampu.

## PEMBAHASAN

### 1. Gambaran Perawatan Diri Lansia

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.4 terlihat bahwa dari 55 responden diperoleh 29 responden yang kurang memperhatikan perawatan diri merupakan jumlah terbesar (52,7%). Hasil ini menunjukkan bahwa rata-rata lansia yang ada di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi kurang memperhatikan perawatan diri dengan baik. Perawatan diri (self care) menurut Orem's *dalam* tawi (2014) adalah Suatu pelaksanaan kegiatan yang diprakarsai dan dilakukan oleh individu itu sendiri untuk memenuhi kebutuhan guna mempertahankan kehidupan, kesehatan dan kesejahteraannya sesuai keadaan, baik sehat maupun sakit.

Selain lansia yang kurang memperhatikan perawatan dirinya dengan baik, ada juga yang memperhatikan perawatan dirinya dengan baik sebanyak 26 responden. Hal ini disebabkan oleh tingginya motivasi yang timbul didalam diri lansia. Pada lansia yang perawatan dirinya baik cenderung motivasinya tinggi atau keinginan dari dalam dirinya tinggi untuk selalu menjaga kebersihan dirinya dari pada lansia yang motivasinya rendah atau keinginan dari dalam dirinya kurang untuk

menjaga kebersihan dirinya udah pasti lansia tersebut perawatan dirinya kurang. Hal ini juga terlihat dari observasi dan kuesioner diperoleh bahwa sebagian besar lansia kurang memperhatikan perawatan diri dengan baik dan keinginannya untuk selalu menjaga kebersihan diripun kurang. Lansia disana biasanya sering termenung, menonton televisi, selalu berdiam diri atau tidur terus dikamar, jarang berkomunikasi serta hanya onkang-onkang kaki saja.

Adanya Kecenderungan lansia yang selalu mengistirahatkan diri tanpa melakukan apapun selama di panti dapat mempengaruhi perawatan diri yang disebabkan karena terjadinya penurunan-penurunan terutama penurunan daya ingat, kurangnya motivasi, kelemahan dan ketidakmampuan fisik tersebut hingga akan berdampak buruk pada kesehatan lansia sehingga lansia tidak dapat hidup dengan tenang dan tidak bisa hidup produktif sampai akhir hayat.

### 2. Hubungan Daya Ingat dengan Perawatan Diri Lansia

Menurut Mubarak (2006;215) dan Nugroho (2014;80), salah satu penyebab kurangnya perawatan diri adalah karena penurunan daya ingat. Orang berusia lanjut pada umumnya cenderung lemah dalam mengingat hal-hal yang baru dipelajari maupun yang sudah lama dipelajari, hal ini disebabkan oleh

kurangnya perhatian dan pendengaran (Hurlock *dalam* :kamariah, 2006 :21).

Daya ingat seringkali menurun sejalan dengan bertambahnya usia. Penurunan ini berhubungan dengan penurunan fungsi otak pada proses penuaan. Kadang-kadang penurunan daya ingat terjadi pada usia yang relatif masih muda. Masalah ini tentunya akan merisaukan dan membuat prestasi kerja menurun. Selain itu tingkat pendidikan juga dapat mempengaruhi penurunan daya ingat/ kemampuan kognitif. Dimana lansia yang pendidikannya kurang/tamatan SD atau tidak sekolah sama sekali maka daya ingatnya akan cenderung menurun lebih cepat dibandingkan dengan lansia yang jenjang pendidikannya lebih tinggi.

Demensia adalah keadaan dimana seseorang mengalami penurunan kemampuan daya ingat dan daya pikir yang dapat menimbulkan gangguan terhadap fungsi kehidupan sehari-hari. Apabila seseorang tidak dapat mengingat kembali informasi yang pernah diperolehnya. maka ia mengalami lupa. Misalnya, lupa nama orang, lupa nama benda, lupa meletakkan barang, dan sebagainya. Mudah lupa merupakan fenomena yang sering ditemukan dalam kehidupan sehari-hari, terutama pada orang lanjut usia (Juanita S, 2004).

Untuk mempertahankan daya ingat lansia agar tetap bisa menjaga perawatan dirinya dengan baik petugas panti diharapkan membuat tulisan pada alat perlengkapan mandi dan lainnya misalnya membuat nama lansia dimasing-masing alat perlengkapan mandi dan sebagainya. Membuat jadwal perawatan di masing-masing kamar lansia agar lansia selalu mengingat kapan waktu mandi, gosok gigi dan sebagainya. Jadi dengan adanya kebiasaan seperti itu maka lansia akan selalu ingat dan selalu memperhatikan perawatan dirinya, misalnya :

a. Perawatan pagi hari

Petugas panti mengingatkan dan membantu lansia dalam melakukan perawatan di pagi hari meliputi menawarkan pispot atau urinal pada lansia yang terbatas, memandikan, memberikan perawatan mulut/gigi, kaki, kuku, dan rambut. Memberikan gosokan pada punggung, membersihkan bagian belakang telinga, mengganti pakaian, mengganti linen tempat tidur, merapikan unit dan ruangan (Wisma).

b. Perawatan siang hari

Perawatan disiang hari meliputi mencuci tangan dan muka, membantu dalam perawatan mulut, menawarkan pispot atau urinal dan merapikan linen tempat tidur

c. Perawatan malam hari

Sebelum waktu tidur petugas panti mengingatkan atau menawarkan hygiene pribadi yang membantu lansia relaks untuk meningkatkan tidur. Perawatan malam meliputi mengganti linen tempat tidur yang kotor, baju tidur, membatu lansia mencuci muka dan tangan ; melakukan perawatan mulut/gigi, memberikan pijatan pada punggung dan menawarkan bedpan atau urinal untuk lansia yang kemampuannya terbatas.

### **3. Hubungan Motivasi dengan Perawatan Diri Lansia**

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.9 terlihat bahwa sebagian (61,8%) motivasi responden rendah dalam menjaga perawatan diri serta diketahui ada hubungan yang bermakna antara motivasi dengan perawatan diri lansia.

Dari observasi dan uraian kuesioner diketahui bahwa motivasi responden rendah dalam menjaga perawatan diri, dimana sebagian besar responden mempunyai keinginan untuk menjaga kebersihan kulit, gigi/mulut, rambut, kuku, dan kebersihan pakaian setiap hari.

Motivasi merupakan keinginan yang terdapat pada diri seseorang individu yang mendorongnya untuk melakukan perbuatan-perbuatan atau perilaku (terry, 1986 dalam notoatmodjo, 2007;218).

Adanya motivasi atau dorongan dari diri lansia untuk melakukan perawatan diri dengan baik tentunya akan meningkatkan kesehatan lansia dan jauh dari penyakit khususnya penyakit kulit yang dapat membuat rasa tidak nyaman dan tidak dapat hidup dengan tenang samapai akhir hayat.

Apabila seseorang telah memasuki masa tua maka daya tahan tubuh akan menurun dan bila tidak memiliki motivasi yang kuat dalam menjaga kebersihan diri akan dengan mudah tertular penyakit khususnya penyakit kulit, sakit gigi dan penyakit lainnya. Agar kesehatan lansia tetap baik dan mencegah agar tidak mudah tertular penyakit harus dilakukan perawatan diri terutama yang berhubungan dengan hygiene perorangan seperti menjaga kebersihan kulit, mulut, kuku dan kebersihan pakaian.

Dari hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar reaponden 43,6 % pekerjaan masa lalu tani, 21,9 % IRT, 14,5 % dagang, 12 % buruh, 5,4 % wiraswasta dan 1,9 % PNS. Dilihat dari pekerjaan masa lalu ternyata sebagian besar 43,6 % lansia yang di santun di panti pekerjaan masa lalunya tani. Pekerjaan masa lalu dapat mempengaruhi perawatan dirinya. Apabila pekerjaan masa lalunya baik maka perawatan dirinya cenderung baik dan juga sebaliknya apabila pekerjaan masa lalunya

kurang baik (tani, buruh dan sebagainya) maka perawatan dirinya cenderung kurang baik. Misalnya petani atau buruh pasti perawatan dirinya kurang baik, karena petani atau buruh sudah terbiasa dengan keadaan kotor atau lingkungan yang kotor jadi akan timbul rasa malas dari dalam diri. Dengan demikian petugas panti harus selalu memotivasi lansia agar mau memperhatikan perawatan dirinya dengan cara memberi pujian bagi lansia yang perawatan dirinya baik dengan demikian lansia yang perawatan dirinya kurang baik akan terpancing/terdorong untuk memperhatikan perawatan dirinya. Misalnya :

Setiap setelah melakukan perawatan diharapkan para petugas panti selalu memberi pujian agar tumbuh keinginan/dorongan dari dalam diri lansia untuk selalu melakukan perawatan diri.

#### **4. Hubungan kemampuan fisik dengan perawatan diri lansia**

Hasil penelitian diketahui sebagian (56,4%) responden kemampuan fisiknya menurun, kurang mampu dalam melakukan perawatan diri dengan baik, dan uji statistik menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara kemampuan fisik dengan perawatan diri lansia.

Dari observasi dan uraian kuesioner diketahui kemampuan fisik responden menurun sehingga sebagian besar responden tidak dapat menjaga perawatan diri dengan baik. Menurut Nugroho (2014 : 42 ), kelemahan atau penurunan fungsi tubuh mempunyai dampak terhadap tingkah laku atau aktivitas sehari-hari, dan dapat mempengaruhi kebersihan diri seseorang. Perawatan diri sendiri dibutuhkan setiap manusia baik laki-laki, perempuan maupun anak-anak. Ketika perawatan diri tidak dapat dipertahankan, akan terjadi kesakitan atau kematian (potter & perry, 2005 : 276).

Dari hasil penelitian diketahui bahwa sebanyak 56,4% responden yang kemampuan fisiknya menurun seperti sebagian besar lansia kurang mampu keluar masuk kamar mandi, membersihkan mulut/gigi, menggosok bagian tubuh, mengeringkan badan setelah mandi, membersihkan wajah/memakai kosmetik/menyisir rambut setelah mandi dan kemampuan mengganti pakaian.

perawatan diri menjadi rumit dikarenakan kondisi fisik atau keadaan emosional klien. Perawatan diri diperlukan kenyamanan individu, keamanan dan kesehatan. Seperti pada orang sehat mampu memenuhi kebutuhan kesehatannya sendiri.

Lansia yang ada di Panti Sosial Tresna Werda Budi Luhur Jambi sebagian besar lansia butuh bantuan dalam melakukan perawatan diri ini dikarenakan terjadi penurunan-penurunan fungsi tubuh sehingga lansia tidak dapat menjaga perawatan dirinya dengan baik, misalnya mau mau menjaga kebersihan kulit seperti mau jalan ke kamar mandi butuh bantuan orang lain. Dimana sebagian besar lansia di panti terbatas kemampuannya untuk melakukan aktivitas sehari-hari/ untuk melakukan perawatan diri.

Jadi supaya perawatan diri lansia menjadi lebih baik diharapkan para petugas panti selalu memperhatikan perawatan diri lansia misalnya membantu lansia yang tidak dapat keluar masuk kamar mandi, memandikan lansia yang tidak mampu mandi, membersihkan mulut atau gigi lansia bila lansia tidak melakukannya, menyisir rambut lansia bila lansia tidak mampu melakukannya dan sebagainya.

Dengan penambahan tenaga profesi pekerja sosial, tenaga keperawatan dan menambah jadwal pemeriksaan dokter/tenaga kesehatan (Dari 1 minggu 1 kali menjadi 1 minggu 2 kali) sehingga kesehatan lansia dapat dipertahankan dan menjadi lebih baik. Dengan demikian perawatan diri lansia dapat terjaga dengan baik dan mengurangi berbagai masalah yang sering terjadi.

## KESIMPULAN

1. Secara umum diketahui bahwa dari 55 lansia sebanyak 29 (52,7%) perawatan diri lansia kurang baik. Dilihat dari daya ingat sebagian besar (58,2%) tergolong rendah/menurun, motivasi sebagian besar (61,8%) rendah/kurang baik dan kemampuan fisik sebagian besar (56,4%) tergolong kurang mampu..
2. Ada hubungan yang bermakna antara daya ingat dengan perawatan diri lansia.
3. Ada hubungan yang bermakna antara motivasi dengan perawatan diri lansia.
4. Ada hubungan yang bermakna antara kemampuan fisik dengan perawatan diri lansia.

## SARAN

### Bagi PSTW Budi Luhur Jambi

- a. Diharapkan petugas panti membuat nama atau sejenisnya dialat perlengkapan mandi dan membuat jadwal perawatan sehari-hari dan ditempel didalam kamar masing-masing lansia.
- b. Diharapkan petugas panti selalu memberi motivasi dengan cara memberi pujian setelah lansia melakukan perawatan diri misalnya

setelah mandi diberi pujian (Beri kata-kata manis)

- c. Menambah tenaga kesehatan dan perawat untuk memantau keadaan lansia

### Bagi Puskesmas Kota Baru

- a. Agar tim medis/perawat puskesmas kota baru Jambi dapat meningkatkan asuhan keperawatan dengan memperhatikan perawatan diri lansia atau hygiene perorangan dan memberikan pendidikan atau informasi tentang pentingnya perawatan diri.
- b. Menambah jadwal pemeriksaan dokter/tenaga kesehatan (Dari 1 minggu 1 kali menjadi 1 minggu 2 kali)

### Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai perawatan diri lansia dengan desain penelitian yang berbeda dan dengan variabel yang berbeda pula.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, A, 2009. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Rineka Cipta. Jakarta
- Aziz A. H, 2007. *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisa Data*, salemba medika. Jakarta
- Darmojo, R.B, 2009. *Buku Ajar Ilmu Kesehatan Usia Lanjut*. Edisi 3. EGC. Jakarta.
- Depsos, RI, 2009. *Mentri Pendampingan Pelayanan Sosial Lanjut Usia Berbasis Keluarga*. Jakarta
- Depkes, RI, 2011. *hasil pertemuan dan evaluasi kartu menuju sehat usia lanjut*. Jakarta.
- Depkes RI. (2005). *Pedoman Pembinaan Kesehatan Usia Lanjut*. Jakarta.
- (2012). *Pedoman Pengelolaan Kegiatan Kesehatan di Kelompok Usia*
- Dharmautama, 2007. *kuliah buah kakao dan lansia*. Unhas : <http://www.lansia.htm> diakses 16 Mei 2014
- Ghana, 2014. *Motivasi dan Faktor-faktor Yang Berhubungan* : <http://syakira-blog.blogspot.com/2009/04/motivasi-dan-faktor-faktor-yang.html> diakses 17 April 2009.
- Hurlock, E.B, 2010. *psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. Judul asli developmental psikologi*. Jakarta : Erlangga.
- Juanita, S, 2013. *Gangguan Daya Ingat*. Jakarta : <http://www.junita.co.id/ipetek/kesehatan/2004/0820/kes4.html> diakses 16 Mei 2014
- Kamariah, 2012. *Hubungan status mental terhadap tingkat kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas kehidupan sehari-hari di panti sosial tresna werdha budi luhur jambi*. STIKES Harapan Ibu Jambi.