

KEKUATAN OTOT BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT KETERGANTUNGAN LANSIA DENGAN PENDEKATAN TEORI KEPERAWATAN DOROTHEA OREM

Cicilia Wahyu Djajanti

Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Katolik St.Vincentius a Paulo Surabaya¹

ABSTRACT

Age-related changes on elderly are namely Musculoskeletal system changes, by which Muscle Strength Degradation of elderly are caused, it will also increase the daily-life dependency to other people. In St. Joseph Senior Home Care, Surabaya, Elderly with good-normal muscle strength will need full/part-time care due to their dependency level. This research's purpose is analyzing Muscle Strength Correlation with Elderly Dependency Level based on Dorothea Orem Nursing Theory Approach, using correlation design and cross sectional approach. Independent Variable is Elderly Muscle Strength, and Elderly Dependency Level is the dependent variable. The research took place in St. Joseph Senior Home Care, Surabaya, with sample age of 60 years-old and above, who don't require bed-rest, not terminally-ill, and willing to participate as sample with the total of 30 people. Research sampling method is Random Sampling and collected with observation sheet. Muscle Strength tabulation is collected using Manual Muscle Testing (MMT), and Dependency Level using Dorothea Orem's Nursing Theory. Rank Spearman correlation research with the use of SPSS 16 for windows show $p = 0,000$, correlation co-efficient $+ 0,635$ conclude positive connection. There is a close connection between variables, where $p < 0,05$ means H_0 is rejected, shows Muscle Strength Correlation with the Elderly Dependency Level with Dorothea Orem's Theory. This points out: as human age, Dependency Level will also increase. Researcher suggests caregivers to give extra/special attentions to elderly with difficulties in their daily activities, Elderly with good-normal muscle strength should be morally supported so they can maintain/increase their dependency.

Keywords: **Muscle Strength, Dependency Level, Elderly**

ABSTRAK

Perubahan-perubahan yang terjadi pada lansia antara lain perubahan sistem muskuloskeletal, yang mengakibatkan penurunan kekuatan otot lansia sehingga dalam melakukan aktivitas kehidupan harian bergantung pada orang lain. Beberapa dari lansia di Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya yang memiliki kekuatan otot Normal dan *Good* mengalami tingkat ketergantungan dengan bantuan sebagian dan sepenuhnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kekuatan otot dengan tingkat ketergantungan lansia dengan pendekatan teori keperawatan Dorothea Orem, menggunakan desain korelasional dan pendekatan *cross sectional*. Variabel *independent* adalah kekuatan otot lansia dan variabel *dependent* adalah tingkat ketergantungan lansia. Lokasi penelitian dilakukan di Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya dengan sampel lansia yang berusia 60 tahun ke atas, tidak bedrest dan tidak sakit parah, bersedia diteliti, dengan jumlah 30 orang. Sampel ini diambil dengan teknik *Simple Random Sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan lembar observasi. Kekuatan otot lansia dengan *Manual Muscle Testing* (MMT), tingkat ketergantungan lansia berdasarkan teori keperawatan Dorothea Orem. Hasil uji korelasi *Rank Spearman* dengan menggunakan SPSS 16 *for windows* didapatkan $p = 0,000$, koefisien korelasi $+ 0,635$ didapatkan hubungan positif yang menunjukkan adanya hubungan erat antara variabel, dimana $p < 0,05$ berarti H_0 ditolak, ini menunjukkan adanya hubungan kekuatan otot dengan tingkat ketergantungan lansia dengan pendekatan teori keperawatan Dorothea Orem. Hal ini

menunjukkan bahwa semakin lanjut usia, tingkat ketergantungan akan aktivitas semakin meningkat, sehingga peneliti menyarankan supaya petugas memberikan pelayanan dan bantuan kepada lansia yang sungguh-sungguh tidak mampu melakukan aktivitas secara mandiri dan bagi lansia yang memiliki kekuatan otot Normal dan *Good*, petugas memberikan dukungan dan motivasi agar lansia dapat mempertahankan serta meningkatkan tingkat kemandiannya.

Kata kunci: kekuatan otot, tingkat ketergantungan, lansia

PENDAHULUAN

Model konsep menurut Dorothea Orem yang dikenal dengan Model *Self Care* memberikan pengertian jelas bahwa pelayanan keperawatan dipandang dari suatu pelaksanaan kegiatan dapat dilakukan individu dalam memenuhi kebutuhan dasar dengan tujuan mempertahankan kehidupan, kesehatan, kesejahteraan sesuai dengan keadaan sehat dan sakit, yang ditekankan pada kebutuhan klien tentang perawatan diri (Hidayat, 2007:43). Konsep keperawatan Orem mendasari peran perawat dalam memenuhi kebutuhan perawatan diri klien untuk mencapai kemandirian dan kesehatan yang optimal. Salah satu teori yang dikembangkan adalah teori sistem keperawatan yang dibedakan dalam tiga sistem keperawatan yakni bantuan secara penuh, bantuan sebagian dan suportif-edukatif. Dalam pandangan Orem, perawatan diri dipengaruhi juga oleh faktor usia, sehingga teori ini digunakan juga dalam konteks lanjut usia. Lanjut usia (lansia) menurut pasal 1 ayat (2) Undang-Undang No. 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Usia Lanjut yang ditulis oleh Tamher (2009:2), lansia adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun ke atas. Pada usia tersebut lansia mengalami perubahan pada sistem muskuloskeletal di antaranya adalah perubahan pada kekuatan otot. Fenomena yang terjadi pada lansia yang tinggal di Griya Usia Lanjut Yosef mengalami penurunan kekuatan otot. Demikian juga aktivitas kehidupan sehari-hari, misalnya aktivitas mandi, beberapa dari lansia yang tergolong masih bisa mandi sendiri, dimandikan oleh petugas karena petugas takut lansia jatuh di kamar mandi. Aktivitas berpakaian juga dibantu oleh petugas, sementara lansia masih bisa melakukan sendiri. Demikian juga halnya dengan aktivitas yang lain. Teori Orem

mengatakan bahwa asuhan keperawatan diperlukan ketika klien tidak mampu memenuhi kebutuhan, namun dari pengalaman di atas, lansia yang mengalami perubahan kekuatan otot dan tingkat ketergantungan sebagian serta fenomena lansia yang masih bisa mandiri tapi dibantu oleh petugas sehingga lansia kurang termotivasi dalam mencapai kemandiriannya.

Dari sumber BPS RI-Susenas 2005, 2007 dan 2009 oleh Komnas Lansia (2010:39-40), angka rasio ketergantungan penduduk tua selama tahun 2005 sampai 2009 mengalami kenaikan. Angka rasio ketergantungan penduduk tua meningkat dari 12,12 pada tahun 2005 menjadi 13,52 pada tahun 2007 dan turun menjadi 13,37 pada tahun 2009. Angka 13,37 menunjukkan bahwa setiap 100 orang penduduk usia produktif harus menanggung sekitar 13 orang penduduk lansia. Penelitian Rekawati (2002) di Panti Tresna Wredha Budi Mulia, tingkat pengetahuan, sikap dan praktek dari lanjut usia relatif baik, data yang diperoleh yaitu lansia yang melakukan praktek kebersihan diri sangat baik sebesar 19,44 %, lansia yang melakukan praktek kebersihan diri sebesar 27,78 %, lansia yang melakukan perawatan diri cukup sebesar 41,67%. Namun, masih ada lanjut usia yang masih kurang dalam melakukan praktek terhadap kebersihan dirinya yaitu sebesar 11,11%. Kekurangan dalam praktik ini mungkin saja disebabkan oleh faktor lain di luar kemampuan lanjut usia (Jurnal Keperawatan, Vol 6, No 1 Maret 2002). Dari hasil survey dan wawancara tanggal 13 Januari 2011 oleh peneliti di Griya Usia lanjut St. Yosef, dengan pemeriksaan skala otot MMT (*Manual Muscle Testing*) dan tingkat ketergantungan Teori Dorothea Orem pada 10 orang lansia menemukan 3 orang lansia dengan skala kekuatan otot 5 masih mandiri, 2 orang lansia dengan skala kekuatan otot 4 dengan tingkat ketergantungan sebagian, 4 orang lansia dengan skala kekuatan otot 3 dengan tingkat ketergantungan sebagian dan 1 orang lansia dengan skala kekuatan otot 2 dengan tingkat ketergantungan *supportif-edukatif*. Untuk kekuatan otot, tahanan yang digunakan dengan memberikan berat yang sama antara satu dengan yang lain.

Perubahan sistem muskuloskeletal pada lansia antara lain perubahan pada jaringan penghubung, kartilago, tulang, sendi dan otot. Otot lansia mengalami perubahan yakni serat otot berkurang ukurannya, terjadi atrofi serabut otot sehingga kekuatan otot berkurang, otot-otot mengalami kelemahan sehingga dampak perubahan morfologis otot ini adalah terjadilah penurunan kekuatan, penurunan fleksibilitas, peningkatan waktu reaksi dan penurunan kemampuan fungsional otot sehingga dapat mengakibatkan penurunan kemampuan mempertahankan keseimbangan tubuh, hambatan dalam gerak duduk ke berdiri, peningkatan resiko jatuh, penurunan kekuatan otot dasar panggul dan perubahan postur (Pujiastuti, 2003:22). Dengan demikian, lansia yang mengalami penurunan kekuatan otot akan mengalami dampak fisik antara lain aktivitasnya menurun sehingga bisa terjadi gangguan pada kulit misalnya dekubitus. Bila hal ini terjadi, lansia akan membutuhkan bantuan orang lain dalam melakukan perawatan diri dan aktivitas sehari-hari. Dampak lebih lanjut adalah dampak psikologi, yakni lansia bisa mengalami depresi.

Dengan mengetahui derajat kekuatan otot dan tingkat ketergantungan lansia, akan membantu petugas dalam memberikan bantuan, jenis terapi, alat bantu yang diperlukan oleh lansia dalam melakukan perawatan diri dan perlu mendatangkan tenaga fisioterapi secara rutin. Selain itu, perlu juga memodifikasi lingkungan kamar mandi, tembok atau dinding dengan pegangan serta lantai tidak basah sehingga dapat mengantisipasi masalah jatuh pada lansia dalam melakukan perawatan diri dan aktivitas sehari-hari. Petugas sebagai orang terdekat dengan lansia memotivasi, memberi perhatian serta pengawasan pada lansia dalam memenuhi kebutuhan perawatan diri hingga lansia mencapai kemandirian dan kesehatan yang optimal. Dari uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti "Hubungan Kekuatan Otot dengan Tingkat Ketergantungan Lansia dengan Pendekatan Teori Keperawatan Dorothea Orem Di Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya."

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional yaitu dengan mengkaji hubungan antara variabel dan dengan pendekatan *cross sectional* yang menekankan pada waktu pengukuran/observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat. Sampel dalam penelitian ini adalah lansia-lansia yang memenuhi kriteria inklusi. Pada penelitian ini peneliti mengambil sampel 30 orang lansia. Pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan cara *probability* sampling yaitu teknik yang memberi kesempatan yang sama bagi anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel dengan menggunakan *simple random sampling*. Peneliti menanyakan usia, jenis kelamin, riwayat penyakit masa lalu dan ketergantungan aktivitas kehidupan harian responden kepada responden sendiri dan pengurus panti berkaitan dengan data-data lansia yang ada di Griya. Kemudian peneliti menetapkan sampel dengan mengadakan pendekatan kepada lansia kemudian diberikan *informed consent*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah observasi terstruktur dimana peneliti secara cermat mendefinisikan apa yang akan diobservasi melalui suatu perencanaan yang matang atau pengamatan yang merupakan cara pengumpulan data dengan melakukan pengamatan secara langsung kepada responden penelitian untuk mencari perubahan atau hal-hal yang akan diteliti (Hidayat, 2009:87). Pada lembar observasi peneliti menentukan kekuatan otot lansia melalui pengamatan dan pengukuran MMT dengan memberikan tahanan yang sama kepada tiap responden. Untuk tingkat ketergantungan yang digunakan adalah lembar observasi tingkat ketergantungan pada lansia dengan pendekatan teori keperawatan Dorothea Orem.

HASIL PENELITIAN

Hasil karakteristik responden dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian

Variabel	Sub Grup	Total n= 30 Mean (%)
----------	----------	-------------------------

Usia (tahun)	60-74	53
	75-90	30
	>91	17
Jenis Kelamin	Laki-laki	11(37)
	Perempuan	19(63)
Riwayat penyakit	Tidak pernah	8(27)
	Pernah	22 (73)
Kekuatan Otot	Normal	3(10)
	Good	10(33)
	Fair	11 (37)
	Poor	6(20)
ADL	Mandiri	14(47)
	Bantuan Sebagian	7(23)
	Bantuan Sepenuhnya	9(30)

Tabel tersebut menggambarkan informasi mengenai karakter responden penelitian. Data didapatkan sebagian besar responden berusia 60-74 tahun. Responden perempuan lebih banyak daripada laki-laki yaitu 63%. Sebesar 73% responden pernah mengalami riwayat penyakit yang berhubungan dengan kekuatan otot. Karakteristik kekuatan otot dan ADL responden. Sebagian responden memiliki Kekuatan otot *fair* yaitu 37% dan mempunyai ADL yang mandiri (47%).

Tabel 3. Tabulasi Silang Hubungan Kekuatan Otot dengan Tingkat Ketergantungan Lansia dalam melakukan aktivitas kehidupan harian (ADL) di Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya

Kekuatan Otot	Tingkat Ketergantungan						Jumlah
	Mandiri		Bantuan sebagian		Bantuan Sepenuhnya		
	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%	
Normal	3	21,4	0	0	0	0	3
Good	6	42,9	3	42,9	1	11,1	10
Fair	5	35,7	4	57,1	2	22,2	11
Poor	0	0	0	0	6	66,7	6
Trace	0	0	0	0	0	0	0
Zero	0	0	0	0	0	0	0
Total	14	100	7	100	9	100	30

Dalam tabel 3 dari 30 responden didapatkan 11 responden yang memiliki kekuatan otot *Fair*, terdapat 5 responden (35,7%) dengan tingkat ketergantungan mandiri, 4 responden (57,1%) dengan tingkat ketergantungan bantuan sebagian, dan 2 responden (22,2%) tingkat ketergantungan bantuan sepenuhnya

Hasil Uji Hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *Rank Spearman* dan dianalisis dengan menggunakan piranti lunak program SPSS 16 *for windows* didapatkan $p = 0,000$ dimana $p < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak, yang berarti bahwa ada hubungan kekuatan otot dengan tingkat ketergantungan lansia dalam melakukan aktivitas kehidupan harian (ADL) dengan pendekatan teori keperawatan Dorothea Orem. Pada hasil uji hipotesis didapatkan $r_s + 0,635$ yang berarti kekuatan hubungannya adalah kuat, menggambarkan bahwa perubahan kekuatan otot akan selalu diikuti oleh perubahan tingkat ketergantungan lansia.

PEMBAHASAN

Setelah dilakukan analisa data dan melihat hasil yang diperoleh maka akan dibahas mengenai hubungan kekuatan otot dengan tingkat ketergantungan lansia dengan pendekatan teori keperawatan Dorothea Orem di Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya. Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bagaimana kekuatan otot lansia di Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya. Dari 30 responden didapatkan 11 responden (37%) yang memiliki kekuatan otot *Fair*. Kekuatan otot *Fair* adalah mampu bergerak dengan luas gerak sendi penuh, dan melawan gravitasi tanpa tahanan (Pujiastuti, 2003:34). Faktor-faktor yang mempengaruhi kekuatan otot adalah usia, jenis kelamin, dan riwayat penyakit masa lalu. Menurut Maryam (2008:123), perubahan yang terjadi pada lanjut usia antara lain perubahan pada sistem muskuloskeletal; serat otot berkurang ukurannya sehingga kekuatan otot berkurang, cairan tulang menurun sehingga mudah rapuh (osteoporosis). Dari fakta dan teori tersebut ada kesesuaian, dimana semakin lanjut usia maka kekuatan otot akan semakin menurun. Kebanyakan lansia di Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya mengalami penurunan kekuatan otot, terlihat saat pemeriksaan kekuatan otot dengan memberikan tahanan, kemampuan untuk melakukan gerakan sendi tidak penuh, melawan gravitasi dan kontraksi otot lemah. Tetapi dari data yang didapat ternyata ada 3 responden (10%) mempunyai kekuatan otot Normal dan 10 responden (33%) kekuatan otot

Good. Berdasarkan wawancara pada satu responden dari yang memiliki kekuatan otot Normal dengan riwayat penyakit masa lalu Pneumonia, mengatakan bahwa dia melakukan latihan fisik berupa jalan sebanyak 18 kali putaran di teras kamar, dan satu responden lain melakukan latihan gerak tangan, kaki, dan punggung setelah bangun dari tidur setiap pagi. Menurut Pujiastuti (2003:34), kekuatan otot Normal adalah mampu bergerak dengan luas gerak sendi penuh, melawan gravitasi, dan melawan tahanan maksimal sedangkan kekuatan otot *Good* adalah mampu bergerak dengan luas gerak sendi penuh, melawan gravitasi, dan melawan tahanan sedang (moderat). Tujuan dari latihan fisik adalah meningkatkan kekuatan, daya tahan kardiorespirasi, kecepatan, dan kelenturan. Sedangkan kebugaran jasmani pada lansia adalah kebugaran yang berhubungan dengan kesehatan yaitu kebugaran jantung, paru dan peredaran darah serta kekuatan otot dan kelenturan sendi (Pujiastuti, 2003:103). Kemungkinan ada faktor lain yang menyebabkan ketidaksesuaian antara fakta dan teori di atas, sehingga walaupun usia makin bertambah, kekuatan otot lansia masih baik. Faktor lain itu antara lain latihan dan olahraga pada lanjut usia, yang dapat mencegah atau memperlambat kehilangan terjadinya penurunan massa otot serta kekuatannya (Darmojo, 2004:93). Sehingga pada lansia yang rajin melakukan latihan dan olahraga, pada umumnya mempunyai kekuatan otot Normal dan *Good*, di samping itu mereka menyadari bahwa dengan rajin latihan fisik dan olahraga sangat bermanfaat untuk meningkatkan kekuatan otot mereka, perasaan menjadi ringan, dan menambah semangat dalam melakukan aktivitas sepanjang hari.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bagaimana tingkat ketergantungan lansia di Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya. Dari 30 responden didapatkan 16 responden (53%) mengalami tingkat ketergantungan bantuan sebagian dan sepenuhnya, yakni 7 responden (23%) mengalami tingkat ketergantungan bantuan sebagian, dan 9 responden (30%) dengan tingkat ketergantungan bantuan sepenuhnya. Jadi yang terbanyak adalah gabungan dari tingkat ketergantungan bantuan sebagian dan sepenuhnya. Menurut Tamher (2009:71), tingkat

ketergantungan sebagian adalah bila dalam melakukan aktivitas memerlukan bantuan sebagian misalnya aktivitas mandi; menggosok atau membersihkan sebagian dari anggota badannya dan dikatakan bantuan sepenuhnya bila lansia selalu memerlukan bantuan dalam melakukan kegiatan atau tidak mampu melakukan satu atau lebih aktivitas. Dia juga mengatakan semakin lanjut usia, kemampuan fisik akan semakin menurun, sehingga dapat meningkatkan ketergantungan yang memerlukan bantuan orang lain (Tamher 2009:5). Fakta dan teori ini ada kesesuaian, dimana semakin lanjut usia maka tingkat ketergantungan semakin tinggi, hal ini dapat dipengaruhi oleh usia. Rata-rata usia dengan bantuan adalah 75 tahun ke atas. Namun ada juga ketidaksesuaian antara fakta dan teori dimana dari 30 responden terdapat 14 responden yang mengalami tingkat ketergantungan mandiri, kemungkinan ada faktor lain yang dapat meningkatkan kemandirian lansia. Faktor lain itu adalah adanya *self care* itu sendiri yang merupakan aktivitas dan inisiatif dari individu serta dilaksanakan oleh individu itu sendiri dalam memenuhi serta mempertahankan kehidupan, kesehatan serta kesejahteraan (Hidayat, 2007:44). Dalam hal ini penting sekali petugas sebagai orang terdekat membangkitkan *self care* lansia untuk peningkatan kepercayaan diri lansia sehingga mampu melaksanakan aktivitas kehidupan harian secara mandiri.

Berdasarkan tabel 4.1, dapat dilihat hubungan kekuatan otot dengan tingkat ketergantungan lansia. Dari 30 responden didapatkan 11 responden (37%) yang memiliki kekuatan otot *Fair* terdapat 5 responden (35,7%) dengan tingkat ketergantungan mandiri, 4 responden (57,1%) dengan tingkat ketegantungan bantuan sebagian, dan 2 responden (22,2%) dengan tingkat ketegantungan bantuan sepenuhnya. Setelah dilakukan uji statistik dengan korelasi *Rank Spearman* dan dianalisis dengan menggunakan piranti lunak program SPSS 16 *for windows* didapatkan $p = 0,000$ dimana $p < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak, yang berarti bahwa ada hubungan kekuatan otot dengan tingkat ketergantungan lansia dalam melakukan aktivitas kehidupan harian (ADL). Pada hasil uji hipotesis didapatkan $r_s + 0,635$

yang berarti kekuatan hubungannya adalah kuat, menggambarkan bahwa perubahan kekuatan otot akan selalu diikuti oleh perubahan tingkat ketergantungan lansia. Menurut Nurgoho (2000:26), perubahan sistem muskuloskeletal pada lansia mengakibatkan atrofi otot sehingga seseorang bergerak menjadi lamban. Demikian juga Wadson (2003:43), menyatakan terjadinya penurunan fungsi muskuloskeletal merupakan penyebab lansia tidak mampu melaksanakan aktivitas sehari-hari yang mendasar seperti mandi dan berpakaian. Berdasarkan fakta dan teori ada kesesuaian, yang mana proses menua akan mengalami perubahan pada sistem tubuh antara lain sistem muskuloskeletal yang mengakibatkan perubahan morfologis otot dengan dampak penurunan kekuatan otot, baik otot ekstermitas atas maupun bawah sehingga lansia dalam melakukan aktivitas kehidupan harian (ADL) pada umumnya membutuhkan bantuan orang lain. Namun ada juga lansia yang mengalami penurunan kekuatan otot tidak tergantung dengan orang lain. Menurut Tamher (2009:8-9), adanya mekanisme kejiwaan koping yaitu mekanisme tubuh kita dalam menyesuaikan diri terhadap adanya perubahan. Adapun mekanisme koping pada usia lanjut dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, motivasi, dukungan keluarga, dan sosial. Semakin tingginya tingkat pendidikan, adanya motivasi, dukungan keluarga, dan sosial akan sangat membantu individu dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah. Dalam hal ini masalah penurunan kekuatan otot yang berdampak pada ketergantungan aktivitas harian lansia. Menurut Dorothea Orem yang ditulis oleh Hidayat (2007:45), kebutuhan perawatan diri pasien atau lansia terpenuhi oleh petugas atau lansia sendiri yang didasari pada sistem pelayanan keperawatan Orem di antaranya sistem bantuan secara penuh, sistem bantuan sebagian, dan sistem suportif edukatif dalam memenuhi kebutuhan dasar dengan tujuan mempertahankan, meningkatkan kesehatan dan kemandirian lansia. Beberapa dari lansia di Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya mampu mandiri setelah mendapat motivasi dan dukungan dari petugas dan sesama teman lansia yang mandiri. Namun ada satu responden dengan kekuatan otot *Good*, dimana tingkat ketergantungannya adalah dengan bantuan sepenuhnya. Hal ini dipengaruhi

oleh riwayat penyakit masa lalu dengan depresi yang mengakibatkan lansia kurang memperhatikan perawatan diri sehingga petugas sebagai orang terdekat sangat berperan dalam memenuhi kebutuhan lansia tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Simpulan dari hasil penelitian hubungan kekuatan otot dengan tingkat ketergantungan lansia dengan pendekatan teori keperawatan Dorothea Orem di Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya adalah sebagai berikut:

- 1) Dari 30 responden didapatkan 11 responden (37%) yang memiliki kekuatan otot *Fair* (3), 10 responden (33%) memiliki kekuatan otot *Good* (4), 6 responden (20%) memiliki kekuatan otot *Poor* (2), dan 3 responden (10%) memiliki kekuatan otot Normal (5).
- 2) Dari 30 responden didapatkan 14 responden (47%) yang mengalami tingkat ketergantungan mandiri, 7 responden (23%) mengalami tingkat ketergantungan sebagian, dan 9 responden (30%) dengan tingkat ketergantungan sepenuhnya.

Setelah dianalisis dengan menggunakan piranti lunak program SPSS 16 *for windows*, didapatkan $p = 0,000$ dimana $p < 0,05$, koefisien korelasi $+ 0,635$. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak, yang berarti ada hubungan kekuatan otot dengan tingkat ketergantungan lansia dengan pendekatan teori keperawatan Dorothea Orem di Griya Usia Lanjut St. Yosef Surabaya.

SARAN

Peneliti menyarankan kepada petugas Griya Usia Lanjut, diharapkan dapat memberikan pelayanan dan bantuan kepada lansia yang sungguh-sungguh tidak mampu melakukan aktivitas kehidupan harian (ADL) secara mandiri dan bagi lansia yang masih memiliki kekuatan otot Normal dan *Good*, petugas dan pemimpin Griya memberikan dukungan dan motivasi agar lansia dapat mempertahankan serta meningkatkan tingkat kemandiriannya. Selain itu, pemimpin perlu memodifikasi lingkungan untuk mengantisipasi masalah jatuh pada lansia.