

HUBUNGAN KEMAMPUAN KOGNITIF DENGAN TINGKAT KEMANDIRIAN LANSIA DALAM MELAKUKAN *ACTIVITY DAILY LIVING (ADL)* DI POSYANDU LANSIA DESA SEDARUM KABUPATEN PASURUAN

Wildatul Aulia¹, Sih Ageng Lumadi²
auliawilda82@gmail.com¹, lumadi@ymail.com²
STIKES Maharani Malang

ABSTRAK

Lansia merupakan kelompok rentan yang sering mengalami penurunan fungsi kognitif akibat proses penuaan, yang dapat memengaruhi tingkat kemandirian dalam melakukan Activity Daily Living (ADL). Penurunan fungsi kognitif pada lansia dapat menyebabkan kesulitan dalam mengingat, memahami informasi, mengambil keputusan, serta melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kemampuan kognitif dengan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan ADL di Posyandu Lansia Desa Sedarum Kabupaten Pasuruan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analitik korelasional dan pendekatan cross-sectional. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 50 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah Mini Mental State Examination (MMSE) untuk mengukur kemampuan kognitif dan Barthel Index untuk mengukur tingkat kemandirian ADL. Analisis data dilakukan menggunakan uji Spearman Rank dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami gangguan kognitif berat (52,0%) dan mayoritas memiliki tingkat ketergantungan sebagian dalam ADL (82,0%). Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kemampuan kognitif dengan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan ADL ($p\text{-value} = 0,000$; $r = 0,717$), dengan kekuatan hubungan kuat dan arah positif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik kemampuan kognitif lansia, maka semakin tinggi tingkat kemandiriannya dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, lansia dan keluarga disarankan untuk melakukan stimulasi kognitif seperti senam otak, latihan mengingat, membaca, dan mengikuti kegiatan sosial guna mempertahankan kemampuan kognitif serta meningkatkan kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara optimal. **Kata Kunci:** Kemampuan Kognitif, Lansia, Kemandirian, Activity Daily Living (ADL), Fungsi Kognitif.

ABSTRACT

The elderly are a vulnerable group who often experience a decline in cognitive function due to the aging process, which can affect their level of independence in performing Activities of Daily Living (ADL). Cognitive decline in the elderly may cause difficulties in remembering, understanding information, making decisions, and carrying out daily activities independently. This study aimed to determine the relationship between cognitive ability and the level of independence of the elderly in performing ADL at the Elderly Posyandu in Sedarum Village, Pasuruan Regency. This study used a quantitative approach with a correlational analytic design and a cross-sectional approach. The sample in this study consisted of 50 respondents selected using a purposive sampling technique. The instruments used were the Mini Mental State Examination (MMSE) to measure cognitive ability and the Barthel Index to measure the level of independence in ADL. Data analysis was performed using the Spearman Rank test with a significance level of $\alpha = 0.05$. The results showed that most respondents experienced severe cognitive impairment (52.0%) and the majority had partial dependence in ADL (82.0%). Statistical test results showed a significant relationship between cognitive ability and the level of independence in performing ADL ($p\text{-value} = 0.000$; $r = 0.717$), with a strong positive correlation. This indicates that the better the cognitive ability of the elderly, the higher their level of independence in carrying out daily activities. Based on these findings, elderly individuals and their families are recommended to engage in cognitive stimulation activities such as brain exercises, memory training, reading, and participating in social activities to maintain cognitive function and improve independence in daily activities optimally.

Keywords: Cognitive Ability, Elderly, Independence, Activities Of Daily Living (ADL), Cognitive

Function.

PENDAHULUAN

Lansia merupakan kelompok rentan yang cenderung mengalami berbagai masalah kesehatan akibat penurunan fungsi tubuh secara fisiologis. Dengan demikian, meningkatnya populasi lansia akan diikuti oleh meningkatnya kebutuhan akan pelayanan kesehatan jangka panjang, layanan sosial, serta dukungan keluarga. Kondisi ini menuntut kesiapan sistem pelayanan kesehatan yang tidak hanya berorientasi pada kuratif, tetapi juga menitikberatkan pada upaya promotif dan preventif guna mempertahankan kualitas hidup lansia. Salah satu perubahan yang paling sering dan menonjol pada lansia adalah penurunan fungsi kognitif. Fungsi kognitif mencakup kemampuan berpikir, mengingat, memperhatikan, memahami, belajar, memecahkan masalah, serta mengambil keputusan. Kemampuan kognitif memiliki peran penting dalam membantu individu beradaptasi dengan lingkungan dan menjalankan aktivitas sehari-hari secara efektif. Penurunan fungsi kognitif pada lansia terjadi akibat perubahan struktural dan fungsional otak, seperti berkurangnya jumlah neuron, menurunnya koneksi sinaps, dan terjadinya atrofi jaringan saraf (Rahmadika Akbar et al., 2020)

Secara global dan di kawasan Asia, prevalensi gangguan kognitif pada lansia menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa prevalensi cognitive frailty atau gangguan kognitif pada lansia di beberapa negara Asia berkisar antara 4,8% di Singapura, 11,2% di Korea, hingga sekitar 15% di China, yang menunjukkan bahwa masalah penurunan fungsi kognitif pada lansia menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang penting di wilayah Asia.(Hardi et al., 2025). Di Indonesia, peningkatan jumlah lansia juga diikuti dengan meningkatnya prevalensi gangguan fungsi kognitif. Penelitian yang menganalisis data Susenas terhadap 26.010 lansia di Indonesia menunjukkan bahwa 17,08% lansia mengalami Mild Cognitive Impairment (MCI) dan 0,86% mengalami demensia. (Rismawaty & Adioetomo, 2021).

Di Jawa Timur menunjukkan bahwa gangguan kognitif masih menjadi masalah kesehatan yang cukup tinggi pada lansia. Studi pada lansia di daerah pedesaan Jawa Timur menemukan bahwa prevalensi mild cognitive impairment (MCI) mencapai sekitar 12,9% pada populasi lansia usia ≥ 60 tahun. Penurunan fungsi kognitif ini berkaitan dengan faktor usia lanjut, status gizi, pendidikan rendah, serta ketergantungan dalam pengelolaan aktivitas sehari-hari seperti mengatur keuangan atau obat-obatan (Aulia et al 2023). Di Kabupaten Malang menunjukkan bahwa penurunan fungsi kognitif pada lansia juga cukup tinggi. Penelitian pada lansia di Posyandu Lansia Desa Wonomulyo Kabupaten Malang menunjukkan bahwa 47,5% lansia mengalami gangguan fungsi kognitif berat berdasarkan pemeriksaan Mini Mental State Examination (MMSE). Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia mengalami penurunan kemampuan berpikir dan mengingat yang dapat berdampak pada kemampuan mereka dalam menjalankan aktivitas sehari-hari secara mandiri (Lestari et al., n.d.).

Penurunan fungsi kognitif dapat berdampak luas terhadap kehidupan lansia. Lansia dengan gangguan kognitif sering mengalami kesulitan dalam mengingat informasi baru, memahami instruksi, serta memproses informasi dengan cepat. Kondisi ini dapat menyebabkan kebingungan, mudah lupa, serta kesulitan dalam melakukan aktivitas yang sebelumnya dapat dilakukan secara mandiri. Apabila tidak mendapatkan penanganan yang tepat, gangguan kognitif dapat berkembang menjadi kondisi yang lebih berat dan mengganggu kemandirian lansia. Secara umum, gangguan kognitif pada lansia dapat dibedakan menjadi gangguan kognitif ringan atau Mild Cognitive Impairment (MCI) dan demensia. Pada MCI, lansia mulai mengalami penurunan daya ingat dan fungsi berpikir, namun masih mampu menjalankan aktivitas kehidupan sehari-hari secara mandiri. Sementara itu, pada demensia, penurunan fungsi kognitif berlangsung secara progresif dan signifikan hingga mengganggu kemampuan lansia dalam menjalankan aktivitas sosial, pekerjaan, dan aktivitas sehari-hari (Azis et

al.,2024). Kemampuan lansia dalam memenuhi kebutuhan dasar sehari-hari dikenal sebagai Activity of Daily Living (ADL). ADL meliputi aktivitas seperti makan, mandi, berpakaian, berpindah tempat, toileting, dan mengontrol eliminasi. Tingkat kemandirian lansia dalam melakukan ADL merupakan indikator penting dalam menilai status kesehatan dan kualitas hidup lansia. Lansia yang mampu melakukan ADL secara mandiri cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih baik, kondisi mental yang lebih stabil, dan kualitas hidup yang lebih optimal (Atiqah, 2020)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada jumat 06 februari 2026 08.00 WIB di Posyandu lansia desa sedarum kabupaten pasuruan dengan melakukan observasi dan wawancara kepada 16 lansia di dapatkan hasil wawancara menunjukkan bahwa sebanyak 12 lansia mengalami penurunan daya ingat yang ditandai dengan kesulitan dalam mengingat kegiatan yang baru saja dilakukan, kesulitan mengingat tanggal dan bulan, bahkan terdapat beberapa lansia yang tidak dapat mengingat tanggal lahirnya sendiri. Selain itu, beberapa lansia juga mengalami kesulitan dalam melakukan perhitungan sederhana. Peneliti juga menemukan bahwa sebagian lansia mengalami keterbatasan dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri, seperti kesulitan saat naik dan turun tangga, kesulitan saat mengenakan pakaian terutama ketika mengancingkan baju, serta mengalami keterbatasan dalam melakukan beberapa aktivitas pribadi lainnya. Kondisi tersebut menunjukkan adanya penurunan fungsi kognitif yang dapat mempengaruhi kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui hubungan antara fungsi kognitif dengan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

Menurut penelitian (Atiqah, 2020) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara fungsi kognitif dan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Lansia dengan fungsi kognitif yang baik cenderung memiliki tingkat kemandirian yang lebih tinggi dibandingkan lansia dengan fungsi kognitif yang menurun. Temuan ini menegaskan bahwa fungsi kognitif merupakan faktor penting dalam mempertahankan kemandirian lansia. Namun, penelitian lain oleh (putri et al .,2024) hasil penelitian ini didapatkan sebanyak 20 lansia (39,2%) mengalami penurunan fungsi kognitif serta 18 lansia (35,3%) mengalami ketergantungan sedang. Dan penelitian yang dilakukan oleh (Napitupulu & Wahyu, n.d.) didapatkan hasil dengan uji korelasi pearson menunjukkan adanya hubungan antara fungsi kognitif dengan kemandirian lansia dalam activity of daily living dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ $\alpha < 0,05$. Berdasarkan penelitian terdahulu diatas bahwa dapat disimpulkan fungsi kognitif merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi tingkat kemandirian lansia dalam menjalankan aktivitas kehidupan sehari-hari. Penurunan fungsi kognitif yang terjadi pada lansia dapat menyebabkan keterbatasan dalam melakukan aktivitas dasar sehingga meningkatkan ketergantungan terhadap orang lain.

Berdasarkan uraian, diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang "Hubungan kemampuan kognitif dengan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan activity daily living (ADL) di posyandu lansia desa sedarum kabupaten pasuruan".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian Kuantitatif dengan Desain Korelasi bertujuan untuk menentukan hubungan antara dua variable. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan cross Sectional merupakan jenis penelitian untuk mengetahui hubungan antar variabel yang diukur dalam satu waktu dengan tujuan mengetahui Hubungan Kemampuan Kognitif dengan Tingkat Kemandirian Lansia dalam Melakukan Activity Daily Living di Posyandu Lansia Desa Sedarum Kabupaten Pasuruan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengumpulan data dengan kuesioner terhadap responden pada 22 April 2026 dan setelah diolah, maka peneliti akan membahas mengenai hubungan kemampuan kognitif dengan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan activity daily living di posyandu lansia desa sedarum kabupaten pasuruan.

Kemampuan Kognitif Lansia Di Posyandu Lansia Desa Sedarum Kabupaten Pasuruan

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.4 diketahui bahwa dari 50 responden lansia di Posyandu Lansia Desa Sedarum Kabupaten Pasuruan, sebagian besar responden mengalami gangguan kognitif berat yaitu sebanyak 26 responden (52,0%), sedangkan gangguan kognitif ringan sebanyak 15 responden (30,0%) dan lansia dengan kemampuan kognitif normal hanya sebanyak 9 responden (18,0%) . Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas lansia mengalami penurunan kemampuan kognitif yang cukup signifikan. Secara faktual, kondisi tersebut menggambarkan adanya perubahan fungsi intelektual pada lansia yang meliputi penurunan daya ingat, konsentrasi, orientasi, serta kemampuan berpikir yang terjadi seiring proses penuaan.

Jika ditinjau berdasarkan karakteristik responden, hampir seluruhnya berada pada rentang usia 60-74 tahun sebanyak 40 responden (80,0%) dan mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 41 responden (82,0%) . Selain itu, tingkat pendidikan responden didominasi oleh pendidikan dasar atau SD sebanyak 37 responden (74,0%). Kondisi ini menunjukkan bahwa kemampuan kognitif lansia dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan. Secara teoritis, bertambahnya usia menyebabkan terjadinya penurunan fungsi neuron dan kecepatan proses berpikir sehingga lansia lebih rentan mengalami gangguan kognitif. Tingkat pendidikan yang rendah juga berhubungan dengan rendahnya cadangan kognitif (cognitive reserve), sehingga kemampuan otak dalam mempertahankan fungsi kognitif menjadi lebih terbatas (Sari, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian juga ditemukan bahwa terdapat beberapa lansia dengan kemampuan kognitif normal meskipun berpendidikan SD, namun tetap mengalami ketergantungan sebagian dalam melakukan Activity Daily Living (ADL). Kondisi ini menunjukkan bahwa tingkat kemandirian lansia tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan kognitif dan pendidikan, tetapi juga oleh faktor lain seperti penurunan fungsi fisik, gangguan mobilitas, penyakit degeneratif, serta faktor psikologis dan sosial. Bertambahnya usia dapat menyebabkan penurunan kekuatan otot, keseimbangan tubuh, dan kemampuan bergerak sehingga lansia mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Selain itu, kurangnya aktivitas fisik, rasa takut jatuh, kebiasaan bergantung pada keluarga, serta rendahnya pemahaman kesehatan akibat pendidikan dasar juga dapat memengaruhi tingkat ketergantungan lansia. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan kognitif yang normal belum tentu diikuti dengan kemampuan fisik dan kemandirian yang optimal dalam melakukan ADL.

Temuan penelitian ini sejalan dengan tujuan penelitian untuk mengidentifikasi kemampuan kognitif lansia di Posyandu Lansia Desa Sedarum Kabupaten Pasuruan, di mana sebagian besar responden berada pada kategori gangguan kognitif berat. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Putri dan Handayani (2023) yang menyatakan bahwa sebagian besar lansia mengalami penurunan fungsi kognitif akibat proses degeneratif yang terjadi pada sistem saraf pusat. Penelitian lain oleh (Wulandari et al., 2022).menunjukkan bahwa peningkatan usia dan rendahnya tingkat pendidikan memiliki hubungan yang signifikan terhadap terjadinya gangguan fungsi kognitif pada lansia. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa kemampuan kognitif lansia dipengaruhi oleh faktor biologis maupun faktor sosial yang berkembang selama proses kehidupan individu.

Secara teori, kemampuan kognitif merupakan kemampuan individu dalam menerima, mengolah, menyimpan, dan menggunakan informasi yang meliputi fungsi memori, perhatian, bahasa, orientasi, serta kemampuan mengambil keputusan. Pada lansia, kemampuan tersebut

cenderung mengalami penurunan akibat perubahan struktur dan fungsi otak yang terjadi secara bertahap (Marlina & Fitriani, 2021). Penurunan fungsi kognitif yang tidak ditangani dapat menyebabkan lansia mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, menurunnya kualitas hidup, hingga meningkatkan ketergantungan terhadap orang lain. Penelitian oleh Hidayati et al., (2022) mengungkapkan bahwa lansia dengan gangguan kognitif berat memiliki risiko lebih tinggi mengalami ketergantungan dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari dibandingkan lansia dengan fungsi kognitif normal. Hal ini didukung oleh penelitian (Nuraini et al., 2024) yang menyatakan bahwa penurunan fungsi kognitif menyebabkan lansia mengalami kesulitan dalam mengingat aktivitas rutin, mengambil keputusan, serta mempertahankan kemampuan adaptasi terhadap lingkungan. Selain itu, penelitian oleh Prasetyo et al., (2023) menunjukkan bahwa stimulasi mental, aktivitas sosial, dan dukungan keluarga berperan penting dalam mempertahankan kemampuan kognitif lansia agar tidak mengalami penurunan yang lebih berat. Secara keseluruhan, kemampuan kognitif memiliki peran penting dalam menentukan kualitas hidup dan tingkat kemandirian lansia dalam menjalankan aktivitas sehari-hari.

Peneliti berpendapat bahwa berdasarkan fakta penelitian dan teori yang telah dijelaskan, dapat diketahui bahwa kemampuan kognitif mempunyai peran penting terhadap kondisi kesehatan dan kemandirian lansia. Lansia dengan kemampuan kognitif yang baik umumnya lebih mampu memahami kondisi dirinya, mengingat aktivitas sehari-hari, serta mempertahankan fungsi sosial dan aktivitas mandiri. Sebaliknya, apabila kemampuan kognitif mengalami penurunan, lansia cenderung mengalami kesulitan dalam berpikir, mengingat, dan mengambil keputusan sehingga berisiko meningkatkan ketergantungan terhadap bantuan orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan kognitif menjadi salah satu faktor penting yang memengaruhi kualitas hidup lansia.

Tingginya jumlah lansia yang mengalami gangguan kognitif berat di Posyandu Lansia Desa Sedarum Kabupaten Pasuruan dipengaruhi oleh proses penuaan yang terjadi secara alami pada responden. Bertambahnya usia menyebabkan penurunan fungsi sel saraf otak sehingga kemampuan mengingat, berkonsentrasi, memahami informasi, serta mengambil keputusan menjadi menurun. Kondisi tersebut terlihat dari sebagian besar responden yang mengalami gangguan kognitif berat meskipun masih berada pada kategori usia lanjut awal. Hal ini menunjukkan bahwa proses degeneratif pada lansia dapat terjadi secara bertahap dan memengaruhi kemampuan kognitif dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu rendahnya tingkat pendidikan responden turut memengaruhi kemampuan kognitif lansia. Sebagian besar responden hanya menempuh pendidikan dasar sehingga kemampuan dalam menerima, memahami, dan mengolah informasi menjadi lebih terbatas. Pendidikan yang rendah menyebabkan stimulasi intelektual yang diterima lansia selama masa hidupnya menjadi kurang optimal, sehingga cadangan kognitif yang dimiliki juga lebih rendah. Kondisi tersebut menyebabkan lansia lebih mudah mengalami penurunan fungsi memori, orientasi, serta kemampuan berpikir dibandingkan individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi.

Selain faktor usia dan pendidikan, peneliti menilai bahwa kurangnya aktivitas sosial dan stimulasi mental juga berpengaruh terhadap penurunan kemampuan kognitif lansia. Lansia yang jarang melakukan aktivitas yang melatih fungsi otak seperti berdiskusi, membaca, mengikuti kegiatan sosial, atau berinteraksi dengan lingkungan sekitar cenderung mengalami penurunan fungsi kognitif lebih cepat. Aktivitas yang monoton serta kurangnya keterlibatan sosial dapat menyebabkan fungsi otak tidak terlatih secara optimal sehingga kemampuan berpikir dan mengingat semakin menurun seiring bertambahnya usia. Dan mayoritas responden yang berjenis kelamin perempuan dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi tingginya angka gangguan kognitif. Pada lansia perempuan terjadi perubahan hormonal setelah menopause yang dapat memengaruhi fungsi neurologis dan kesehatan otak. Selain itu, perempuan lansia umumnya memiliki beban fisik dan psikologis yang lebih besar selama

menjalani kehidupan, sehingga kondisi tersebut dapat memengaruhi kesehatan secara menyeluruh termasuk kemampuan kognitif. Faktor-faktor tersebut dapat menyebabkan perempuan lansia lebih rentan mengalami penurunan fungsi kognitif dibandingkan laki-laki.

Menurut peneliti, apabila penurunan kemampuan kognitif pada lansia tidak segera ditangani, maka kondisi tersebut dapat berdampak terhadap meningkatnya ketergantungan lansia dalam melakukan *activity daily living* (ADL). Lansia akan mengalami kesulitan dalam mengingat aktivitas rutin, memahami instruksi, serta mengambil keputusan sederhana yang berkaitan dengan kebutuhan sehari-hari. Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif dan preventif melalui kegiatan posyandu lansia seperti senam otak, terapi kognitif sederhana, aktivitas sosial kelompok, serta dukungan keluarga agar kemampuan kognitif lansia tetap terjaga dan kualitas hidup lansia dapat dipertahankan dengan baik.

Tingkat Kemandirian Dalam Activity Daily Living Di Posyandu Lansia Desa Sedarum Kabupaten Pasuruan

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.5 diketahui bahwa dari 50 responden lansia di Posyandu Lansia Desa Sedarum Kabupaten Pasuruan, sebagian besar responden berada pada kategori ketergantungan sebagian dalam melakukan *Activity Daily Living* (ADL), yaitu sebanyak 41 responden (82,0%), sedangkan lansia yang mandiri hanya sebanyak 6 responden (12,0%) dan lansia dengan ketergantungan total sebanyak 3 responden (6,0%) . Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas lansia masih membutuhkan bantuan orang lain dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari seperti mandi, berpakaian, makan, berpindah tempat, dan aktivitas personal lainnya. Secara faktual, kondisi tersebut menggambarkan adanya penurunan kemampuan fisik maupun mental yang menyebabkan lansia tidak mampu melakukan aktivitas secara optimal dan mandiri.

Jika ditinjau berdasarkan karakteristik responden, sebagian besar lansia berada pada rentang usia 60–74 tahun sebanyak 40 responden (80,0%) dan mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 41 responden (82,0%) . Selain itu, tingkat pendidikan responden didominasi oleh pendidikan dasar atau SD sebanyak 37 responden (74,0%). Kondisi ini menunjukkan bahwa tingkat kemandirian lansia dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, jenis kelamin, kondisi kesehatan, dan tingkat pendidikan. Secara teoritis, bertambahnya usia menyebabkan penurunan fungsi muskuloskeletal, kekuatan otot, keseimbangan tubuh, serta kemampuan koordinasi sehingga lansia lebih rentan mengalami ketergantungan dalam melakukan aktivitas sehari-hari (Rosidatussholikhah et al., 2024)

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas lansia yang mengalami ketergantungan sebagian terutama disebabkan oleh gangguan mobilitas fisik. Kondisi ini terjadi karena proses penuaan yang menyebabkan penurunan fungsi muskuloskeletal seperti berkurangnya kekuatan otot, menurunnya keseimbangan tubuh, kekakuan sendi, serta menurunnya kemampuan koordinasi gerak. Akibatnya, lansia mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari seperti berjalan, berpindah tempat, mandi, berpakaian, dan naik turun tangga sehingga masih membutuhkan bantuan orang lain. Selain faktor usia, gangguan mobilitas fisik juga dipengaruhi oleh penyakit penyerta yang sering dialami lansia seperti rematik, osteoarthritis, hipertensi, stroke ringan, dan diabetes mellitus yang dapat menyebabkan nyeri sendi, kelemahan tubuh, dan keterbatasan gerak.

Temuan penelitian ini sejalan dengan tujuan penelitian untuk mengidentifikasi tingkat kemandirian lansia dalam melakukan *Activity Daily Living* di Posyandu Lansia Desa Sedarum Kabupaten Pasuruan, di mana sebagian besar responden berada pada kategori ketergantungan sebagian. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian (Amarta, 2023) yang menyatakan bahwa mayoritas lansia mengalami penurunan tingkat kemandirian akibat perubahan fisik dan penurunan fungsi kognitif yang terjadi pada proses penuaan. Penelitian lain oleh Widyantoro et al., (2021) juga menunjukkan bahwa lansia dengan gangguan kesehatan fisik dan fungsi kognitif cenderung mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tingkat kemandirian lansia dipengaruhi oleh kemampuan fisik, psikologis, sosial, serta fungsi kognitif yang dimiliki individu.

Secara teori, Activity Daily Living (ADL) merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas dasar sehari-hari secara mandiri tanpa bantuan orang lain, seperti mandi, makan, berpakaian, toileting, berpindah tempat, dan menjaga kebersihan diri. Pada lansia, kemampuan ADL cenderung mengalami penurunan akibat proses degeneratif yang memengaruhi sistem tubuh, terutama sistem muskuloskeletal dan neurologis (Nurlianawati, 2021). Penurunan kemampuan ADL dapat menyebabkan lansia mengalami ketergantungan terhadap keluarga atau caregiver sehingga berdampak pada kualitas hidup lansia secara keseluruhan.

Penelitian oleh Hidayati et al. (2022) mengungkapkan bahwa lansia dengan tingkat kemandirian rendah memiliki risiko lebih tinggi mengalami keterbatasan mobilitas dan penurunan kualitas hidup dibandingkan lansia yang mandiri. Hal ini didukung oleh penelitian Noor dan Merijanti (2020) yang menyatakan bahwa aktivitas fisik yang rendah pada lansia dapat mempercepat terjadinya ketergantungan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Selain itu, penelitian Lina et al. (2021) menunjukkan bahwa stimulasi fisik dan aktivitas rutin seperti senam lansia dapat membantu mempertahankan kemampuan fungsional dan meningkatkan kemandirian lansia. Secara keseluruhan, tingkat kemandirian lansia dalam melakukan ADL dipengaruhi oleh kondisi fisik, kemampuan kognitif, dukungan keluarga, dan aktivitas sosial yang dilakukan lansia.

Peneliti berpendapat bahwa berdasarkan hasil penelitian dan teori yang telah dijelaskan, dapat diketahui bahwa tingkat kemandirian lansia memiliki peran penting terhadap kualitas hidup dan kemampuan lansia dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari. Lansia yang mandiri umumnya mampu melakukan aktivitas secara optimal tanpa bantuan orang lain sehingga memiliki rasa percaya diri, kualitas hidup, dan kondisi psikologis yang lebih baik. Sebaliknya, apabila tingkat kemandirian lansia menurun, maka lansia akan lebih bergantung pada bantuan keluarga maupun orang lain dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan melakukan Activity Daily Living menjadi salah satu indikator penting dalam menilai status kesehatan dan kesejahteraan lansia.

Tingginya jumlah lansia dengan ketergantungan sebagian di Posyandu Lansia Desa Sedarum Kabupaten Pasuruan dipengaruhi oleh proses penuaan yang menyebabkan penurunan kemampuan fisik dan mental secara bertahap. Bertambahnya usia menyebabkan kekuatan otot, keseimbangan tubuh, dan kemampuan koordinasi mengalami penurunan sehingga lansia lebih mudah mengalami keterbatasan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Selain itu, adanya gangguan kognitif yang dialami sebagian besar responden juga dapat memengaruhi kemampuan lansia dalam memahami, mengingat, dan menjalankan aktivitas secara mandiri.

Rendahnya tingkat pendidikan responden turut memengaruhi kemampuan lansia dalam mempertahankan kemandiriannya. Pendidikan yang rendah menyebabkan lansia memiliki keterbatasan dalam memperoleh informasi mengenai pola hidup sehat, aktivitas fisik, serta upaya menjaga kesehatan di usia lanjut. Kondisi tersebut dapat menyebabkan lansia kurang aktif dalam melakukan latihan fisik maupun aktivitas yang dapat mempertahankan kemampuan fungsional tubuh sehingga ketergantungan dalam melakukan ADL menjadi meningkat.

Selain faktor usia dan pendidikan, peneliti menilai bahwa kurangnya aktivitas fisik dan dukungan sosial juga menjadi faktor yang memengaruhi tingkat kemandirian lansia. Lansia yang jarang melakukan aktivitas fisik cenderung mengalami penurunan fungsi otot dan mobilitas lebih cepat dibandingkan lansia yang aktif. Di sisi lain, dukungan keluarga yang kurang optimal dapat menyebabkan lansia menjadi pasif dan terbiasa bergantung pada bantuan orang lain dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Kondisi tersebut secara tidak langsung dapat mempercepat penurunan tingkat kemandirian lansia. Jika ditinjau dari karakteristik responden, mayoritas lansia berjenis kelamin perempuan dan berada pada usia lanjut awal. Pada

perempuan lansia, perubahan hormonal dan penurunan massa otot dapat memengaruhi kemampuan fisik sehingga aktivitas sehari-hari menjadi lebih terbatas. Selain itu, sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan dasar sehingga kemampuan dalam memahami informasi kesehatan dan menjaga kesehatan secara mandiri juga relatif terbatas. Hal ini menunjukkan bahwa faktor usia, jenis kelamin, pendidikan, dan kondisi kesehatan saling berkaitan dalam memengaruhi tingkat kemandirian lansia.

Apabila kondisi ketergantungan lansia dalam melakukan Activity Daily Living terus berlanjut, maka lansia berisiko mengalami penurunan kualitas hidup, peningkatan komplikasi kesehatan, serta ketergantungan yang lebih tinggi terhadap keluarga maupun caregiver. Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif dan preventif melalui kegiatan posyandu lansia seperti senam lansia, latihan aktivitas sehari-hari, pemeriksaan kesehatan rutin, serta edukasi keluarga agar lansia tetap aktif dan mampu mempertahankan kemandiriannya. Dukungan keluarga dan tenaga kesehatan sangat diperlukan untuk membantu lansia mempertahankan kemampuan fungsional sehingga kualitas hidup lansia dapat tetap optimal.

Hubungan Kemampuan Kognitif Dengan Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Melakukan Activity Daily Living Di Posyandu Lansia Desa Sedarum Kabupaten Pasuruan

Hasil uji statistik menggunakan Spearman Rank menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,717$ dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan kognitif dengan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan Activity Daily Living (ADL) di Posyandu Lansia Desa Sedarum Kabupaten Pasuruan. Nilai korelasi berada pada kategori kuat dengan arah positif, yang berarti semakin baik kemampuan kognitif lansia maka semakin tinggi tingkat kemandiriannya dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Sebaliknya, semakin rendah kemampuan kognitif yang dimiliki lansia maka tingkat ketergantungan dalam melakukan ADL akan semakin meningkat. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat diketahui bahwa kemampuan kognitif merupakan salah satu faktor penting yang berhubungan dengan tingkat kemandirian lansia dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari.

Hubungan positif ini menunjukkan bahwa kemampuan kognitif memiliki peranan penting dalam membantu lansia menjalankan aktivitas sehari-hari seperti mandi, makan, berpakaian, berpindah tempat, dan menjaga kebersihan diri. Lansia dengan kemampuan kognitif yang baik cenderung mampu mengingat urutan aktivitas, memahami instruksi, mengambil keputusan, serta melakukan penyesuaian terhadap kondisi lingkungan sehingga lebih mandiri dalam menjalankan aktivitasnya. Sebaliknya, lansia dengan gangguan kognitif akan mengalami kesulitan dalam berpikir, mengingat, dan memahami aktivitas yang dilakukan sehingga lebih bergantung pada bantuan keluarga maupun caregiver. Secara teoritis, kondisi ini dapat dijelaskan melalui teori fungsi kognitif yang menyatakan bahwa kemampuan memori, perhatian, orientasi, dan pengambilan keputusan sangat berpengaruh terhadap kemampuan individu dalam mempertahankan fungsi aktivitas sehari-hari (Rosidatussholikhah et al., 2024).

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Amarta dan Dewi (2023) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara fungsi kognitif dengan pemenuhan Activity Daily Living pada lansia. Lansia dengan fungsi kognitif yang baik memiliki kemampuan lebih optimal dalam melakukan aktivitas sehari-hari dibandingkan lansia dengan gangguan fungsi kognitif. Kemampuan kognitif membantu lansia dalam memahami aktivitas yang dilakukan, mempertahankan konsentrasi, serta menyesuaikan diri terhadap lingkungan sekitar sehingga tingkat kemandirian menjadi lebih baik.

Temuan ini juga diperkuat oleh penelitian Widyantoro et al. (2021) yang menjelaskan bahwa lansia dengan demensia atau gangguan fungsi kognitif memiliki tingkat ketergantungan ADL yang lebih tinggi dibandingkan lansia dengan fungsi kognitif normal. Penurunan kemampuan mengingat, konsentrasi, dan orientasi menyebabkan lansia mengalami kesulitan

dalam melakukan aktivitas dasar sehari-hari secara mandiri. Penelitian lain oleh Hidayati et al. (2022) juga menunjukkan bahwa gangguan fungsi kognitif memiliki hubungan erat dengan penurunan tingkat kemandirian lansia dalam memenuhi kebutuhan personal sehari-hari. Hal tersebut menunjukkan bahwa kemampuan kognitif merupakan salah satu faktor penting yang menentukan kemampuan lansia dalam mempertahankan kualitas hidupnya.

Penelitian Noor dan Merijanti (2020) menyebutkan bahwa aktivitas fisik dan stimulasi mental yang baik dapat membantu mempertahankan fungsi kognitif sekaligus meningkatkan kemampuan fungsional lansia. Selain itu, Lina et al. (2021) menjelaskan bahwa latihan fisik seperti senam lansia dan brain gym dapat meningkatkan kemampuan koordinasi, keseimbangan tubuh, serta stimulasi otak sehingga lansia lebih mampu mempertahankan kemandiriannya dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Dengan demikian, kemampuan kognitif dan tingkat kemandirian memiliki hubungan yang saling berkaitan dan memengaruhi kondisi kesehatan lansia secara keseluruhan.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori yang ada, dapat diketahui bahwa kemampuan kognitif mempunyai peranan penting terhadap tingkat kemandirian lansia dalam melakukan Activity Daily Living. Hubungan positif dengan kekuatan kognitif menunjukkan bahwa kemampuan kognitif menjadi salah satu faktor dominan yang memengaruhi kemampuan lansia dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari secara mandiri. Hal ini berarti semakin baik kemampuan lansia dalam mengingat, memahami, dan mengambil keputusan, maka semakin baik pula kemampuan lansia dalam menjalankan aktivitas sehari-hari tanpa bantuan orang lain. Namun demikian, tingkat kemandirian lansia tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan kognitif saja, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti kondisi fisik, dukungan keluarga, aktivitas sosial, dan kondisi kesehatan lansia secara umum.

Peneliti berpendapat bahwa tingginya angka gangguan kognitif pada lansia di Posyandu Lansia Desa Sedarum Kabupaten Pasuruan menjadi salah satu penyebab meningkatnya ketergantungan lansia dalam melakukan Activity Daily Living. Lansia yang mengalami gangguan fungsi memori, orientasi, dan konsentrasi cenderung mengalami kesulitan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Kondisi tersebut menyebabkan lansia memerlukan bantuan keluarga atau orang lain untuk memenuhi kebutuhan dasarnya. Secara konseptual, hal ini menunjukkan bahwa kemampuan kognitif memiliki pengaruh besar terhadap kemampuan adaptasi lansia dalam mempertahankan aktivitas fungsional sehari-hari.

Proses penuaan menjadi faktor utama yang memengaruhi hubungan antara kemampuan kognitif dan tingkat kemandirian lansia. Bertambahnya usia menyebabkan terjadinya penurunan fungsi neurologis, penurunan daya ingat, serta berkurangnya kemampuan koordinasi tubuh sehingga lansia lebih rentan mengalami keterbatasan dalam melakukan Activity Daily Living. Selain itu, sebagian besar responden berada pada tingkat pendidikan dasar sehingga stimulasi intelektual yang diperoleh selama kehidupan relatif terbatas. Kondisi tersebut dapat menyebabkan kemampuan otak dalam mempertahankan fungsi kognitif menjadi menurun dan berdampak pada kemampuan lansia dalam menjalankan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Selain faktor usia dan pendidikan, peneliti menilai bahwa kurangnya aktivitas fisik dan aktivitas sosial juga dapat memperburuk penurunan kemampuan kognitif dan tingkat kemandirian lansia. Lansia yang jarang melakukan aktivitas fisik cenderung mengalami penurunan fungsi tubuh lebih cepat sehingga kemampuan mobilitas dan keseimbangan menjadi berkurang. Di sisi lain, kurangnya interaksi sosial dan stimulasi mental dapat menyebabkan fungsi memori dan konsentrasi lansia semakin menurun. Kondisi tersebut membentuk suatu siklus yang saling berkaitan, di mana penurunan kemampuan kognitif menyebabkan lansia menjadi kurang aktif, sedangkan kurangnya aktivitas fisik dan sosial dapat mempercepat terjadinya gangguan kognitif serta meningkatkan ketergantungan dalam melakukan ADL.

Makna dari temuan penelitian ini menunjukkan bahwa upaya peningkatan kemandirian lansia tidak hanya berfokus pada kemampuan fisik saja, tetapi juga perlu memperhatikan

kemampuan kognitif lansia. Oleh karena itu, peran keluarga, tenaga kesehatan, dan kader posyandu sangat penting dalam memberikan stimulasi mental, aktivitas sosial, serta dukungan emosional kepada lansia. Intervensi yang dapat dilakukan antara lain melalui senam lansia, terapi reminiscence, latihan memori sederhana, aktivitas kelompok, dan pemeriksaan fungsi kognitif secara rutin agar kemampuan lansia tetap terjaga dan tidak mengalami penurunan yang lebih berat.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan searah antara kemampuan kognitif dengan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan Activity Daily Living di Posyandu Lansia Desa Sedarum Kabupaten Pasuruan. Semakin baik kemampuan kognitif lansia, maka semakin tinggi tingkat kemandiriannya dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, peningkatan dan pemeliharaan fungsi kognitif menjadi salah satu strategi penting dalam upaya mempertahankan kemandirian serta meningkatkan kualitas hidup lansia. Temuan ini juga menunjukkan bahwa pendekatan pelayanan kesehatan lansia perlu dilakukan secara holistik dengan memperhatikan aspek fisik, psikologis, sosial, dan kognitif secara bersamaan.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian mengenai hubungan kemampuan kognitif dengan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan Activity Daily Living (ADL) di Posyandu Lansia Desa Sedarum Kabupaten Pasuruan memiliki beberapa keterbatasan yang dapat memengaruhi hasil penelitian. Keterbatasan tersebut perlu diperhatikan agar dapat menjadi bahan pertimbangan dalam pengembangan penelitian selanjutnya.

1. Penelitian ini hanya meneliti hubungan kemampuan kognitif dengan tingkat kemandirian Activity Daily Living (ADL), sedangkan terdapat faktor lain yang juga dapat memengaruhi tingkat kemandirian lansia, seperti kondisi penyakit kronis, status nutrisi, depresi, dukungan keluarga, aktivitas fisik, lingkungan sosial, dan kondisi ekonomi yang belum diteliti secara mendalam.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan kemampuan kognitif dengan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan activity daily living (ADL) di Posyandu Lansia Desa Sedarum Kabupaten Pasuruan, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Kemampuan kognitif pada lansia di Posyandu Lansia Desa Sedarum Kabupaten Pasuruan sebagian besar berada pada kategori gangguan kognitif berat sejumlah 26 orang (52%).
2. Tingkat kemandirian lansia dalam melakukan activity daily living (ADL) sebagian besar berada pada kategori ketergantungan sebagian sejumlah 41 orang (82%)
3. Terdapat hubungan yang signifikan dengan arah positif dan kekuatan kuat antara kemampuan kognitif dengan tingkat kemandirian lansia sehari-hari pada lansia di desa sedarum kabupaten pasuruan, dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,717 dan nilai signifikan (p -value) sebesar 0,000 ($p < 0,05$).

Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan kemampuan kognitif dengan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan activity daily living (ADL), maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut :

1. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menambahkan variabel lain yang berpotensi mempengaruhi kemandirian lansia, seperti kondisi fisik, penyakit kronis, status psikologis, serta dukungan keluarga dan lingkungan sosial. Selain itu, penggunaan desain penelitian longitudinal juga disarankan agar dapat mengetahui perubahan kemampuan kognitif dan tingkat kemandirian lansia secara lebih mendalam dalam jangka waktu tertentu.
2. Tenaga kesehatan, khususnya kader posyandu di harapkan untuk memberikan dukungan dan pendampingan kepada lansia melalui kegiatan stimulasi kognitif seperti senam otak,

permainan melatih ingatan, membaca, serta kegiatan sosial secara rutin guna membantu mempertahankan kemampuan kognitif dan meningkatkan kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara optimal.

3. Keluarga dan lansia diharapkan dapat meningkatkan aktivitas yang bersifat stimulasi kognitif, seperti berkomunikasi aktif, mengikuti kegiatan sosial, serta menjaga aktivitas fisik secara rutin. Selain itu, keluarga juga diharapkan memberikan dukungan dan pendampingan kepada lansia agar tetap mandiri dalam melakukan aktivitas sehari-hari, sehingga kualitas hidup lansia dapat meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Rasyid, I., Syafrita, Y., & Sastri, S. (2017). Hubungan Faktor Risiko dengan Fungsi Kognitif pada Lanjut. In *Jurnal Kesehatan Andalas* (Vol. 6, Number 1). <http://jurnal.fk.unand.ac.id>
- Amarta, R. , & D. S. (2023). Hubungan Fungsi Kognitif dengan Pemenuhan Instrumental Activity Daily Living pada Lansia. *Pubmedia Health and Medical Sciences*.
- Angenia itoniati zega. (2021). Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kemandirian Lansia Dalam Activity Daily Living Di Upt Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Provinsi Sumatera Utara.
- Atiqah, H. , sih ageng lumadi. (2020). Hubungan Fungsi Kognitif Lansia Dengan Tingkat Kemandirian Lansia Di Posyandu Lansia Kelurahan Balarjosari Malang.
- Dewi, R. K. (2021). Elderly Cognitive Functions at Tresna Werdha Islamic Village Nursing Home, Tangerang. *Jurnal PROMKES*, 9(2), 142. <https://doi.org/10.20473/jpk.v9.i2.2021.142-150>
- Emeliana, P. :, Purba, P., Veronika, A., Ambarita, B., & Sinaga, D. (2022). HealthCaring: Jurnal Ilmiah Kesehatan Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Activity Daily Living (ADL) di Panti Pemenang Jiwa.
- Hardi, N., Kristian, K., William, F., Theresia, F., Angelica, P., Kuistono, J. A., Irawan, M. A., & Handayani, Y. S. (2025). Cognitive frailty in urban community-dwelling older adults: Associated physical and psychological risk factors. *Journal of Family and Community Medicine*, 32(4), 316–323. https://doi.org/10.4103/jfcm.jfcm_52_25
- Hidayati, N. , S. & L. (2022). Hubungan Fungsi Kognitif dengan Tingkat Kemandirian Activity Daily Living pada Lansia. *Jurnal Aisyiyah Medika*.
- Hutasuhut, A., Anggraini, M. R. (2020). Analisis Fungsi Kognitif Pada Lansia Ditinjau Dari Jenis Kelamin, Riwayat Pendidikan, Riwayat Penyakit, Aktivitas Fisik, Aktivitas Kognitif, Dan Keterlibatan Sosial. *Jurnal Psikologi Malahayati*.
- Iryana Atika Khan, H. suwanti. (2023). Gambaran Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Hipertensi Informasi Artikel Abstrak (Vol. 1, Number 1). <http://jurnal.unw.ac.id/index.php/JKBS>
- Junaedi, J., & Wahab, A. (2023). Hipotesis Penelitian dalam Kesehatan. *Jurnal Pendidikan Dan Teknologi Kesehatan*, 6(2), 142–146. <https://doi.org/10.56467/jptk.v6i2.98>
- Kholifah, S. , & H. N. (2022). Faktor yang Berhubungan dengan Penurunan Fungsi Kognitif pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*.
- Lestari, A. P., Pitaloka Priasmoro, D., & Zakariya, A. (n.d.). Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Posyandu Lansia Desa Wonomulyo Rw 15 Kabupaten Malang Improving Cognitive Function In The Elderly At Posyandu Elderly In Wonomulyo Village Rw 15 Malang District.
- Marlina, T. , & F. D. (2021). Perubahan Fungsi Kognitif pada Lansia dan Faktor yang Mempengaruhi. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*.
- Mia Fatma Ekasari, N. M. R. T. H. (2018). Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep Dan Berbagai Intervensi (N. M. R. T. H. Mia Fatma Ekasari, Ed.).
- Muliani, R., & Puspitasari, S. (n.d.). Hubungan Tingkat Kemandirian Dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia.
- Mursyid, S., & Rahman, F. H. (n.d.). Hubungan Kesehatan Mental dan Fungsi Kognitif dengan Kemandirian Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda (Vol. 1, Number 3).
- Napitupulu, A., & Wahyu, A. (n.d.). Indonesian Trust Nursing Journal (ITNJ) Hubungan Fungsi Kognitif Dan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Lansia Dalam Activity Of Daily Living (Adl) Di Desa Hauagong.
- Nuraini, F. , & R. U. (2024). Penurunan Fungsi Kognitif terhadap Kemandirian Lansia dalam Aktivitas Sehari-hari. *Jurnal Keperawatan Jiwa Indonesia*.

- Nurfadia.M, H. . H. R. S. (2021). Korelasi skor mini mental state examination (mmse) dan montreal cognitive assessment versi indonesia (moca-ina) sebagai instrumen evaluasi fungsi kognitif. *Jurnal Kedokteran*.
- Nurlianawati. (2021). Hubungan Kemandirian Lansia dalam Activity Daily Living terhadap Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Keperawatan BSI*.
- Prasetyo, A. , W. & K. (2023). Pengaruh Aktivitas Sosial dan Dukungan Keluarga terhadap Fungsi Kognitif Lansia. *Jurnal Ners Indonesia*.
- putri nurul syafirah azis, afriwardi , rini gusya liza. (2024). Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Tingkat Kemandirian Lansia Di Wilayah Puskesmas Padang Kendis. *Jurnal Riset Ilmiah*.
- Putthinoi, S., Lersilp, S., & Chakpitak, N. (2016). Performance in Daily Living Activities of the Elderly While Living at Home or Being Home-bound in a Thai Suburban Community. *Procedia Environmental Sciences*, 36, 74–77. <https://doi.org/10.1016/j.proenv.2016.09.015>
- Rahmadika Akbar, R., Ayu, D., Pitra, H., Anissa, M., & Anggraini, D. (2020). Hubungan Tingkat Kemandirian Dan Gangguan Kognitif Pada Lansia (Vol. 5).
- Risfi, S. (2019). KEMANDIRIAN PADA USIA LANJUT.
- Rismawaty, R., & Adioetomo, S. M. (2021). Determinants of Cognitive Impairment among The Elderly in Indonesia. *Jurnal Berkala Kesehatan*, 7(1), 29. <https://doi.org/10.20527/jbk.v7i1.9786>
- Rosidatussholikhah et al. (2024). ubungan Fungsi Kognitif dengan Activity Daily Living pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Tambusai*.
- Sakdia, J., Puji Hastuti, A., Studi, P. S., Ilmu Kesehatan, F., & Teknologi Sains dan Kesehatan dr Soepraoen Malang, I. R. (n.d.). Hubungan Fungsi Kognitif Lansia Dengan Tingkat Kemandirian Lansia.
- Sari, D. , R. & P. A. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan dengan Fungsi Kognitif Lansia. . *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*.
- siti nur Kholifah. (2016). keperawatan gerontik.
- Sri Sunarti, R. R. D. N. G. N. M. M. R. R. R. B. I. C. P. A. G. P. (2019). prinsip Dasar Kesehatan Lanjut Usia (Geriatric).
- Widyanoro, W. & A. (2021). Hubungan Antara Demensia dengan Activity of Daily Living (ADL) pada Lanjut Usia. . *Indonesian Journal for Health Sciences*.
- Wulandari, Y. , F. & A. (2022). (2022). Hubungan Usia dan Pendidikan dengan Gangguan Kognitif Lansia. *Urnal Keperawatan Silampari*.
- Xue, H., Huang, C., Zhu, Q., Zhou, S., Ji, Y., Ding, X., Zhang, D., & Gu, D. (2022). Relationships Among Cognitive Function, Frailty, and Health Outcome in Community-Dwelling Older Adults. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 13. <https://doi.org/10.3389/fnagi.2021.790251>
- yeni yulistanti, yanti anggraini , aria pranatha, neneng kurwiyah, karyatin, dely maria, made sudarta, ressa adriyaniutami, devin prihar, angelina friska, riska amalya. (2023). *FullBook Keperawatan Gerontik*.
- Zahroh, C., Suminar, E., Widiharti, W., & Fitrihanur, W. (2024). Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Tingkat Kemandirian Activity Of Daily Living (ADL) Pada Lansia. *Indonesian Journal of Professional Nursing*, 5(1), 63. <https://doi.org/10.30587/ijpn.v5i1.8453>.