

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN MOTIVASI DENGAN KEMANDIRIAN PEMENUHAN *ACTIVITIES OF DAILY LIVING* PADA LANSIA

Dwi Agustian Faruk Ibrahim¹, Wenna Araya², Herdini^{3*}

Program Studi Sarjana Keperawatan, STIKES Eka Harap Palangka Raya^{1,2,3}

*Corresponding Author : herdinimawine17@gmail.com

ABSTRAK

Seiring bertambah usia harapan hidup menimbulkan tantangan kesehatan, termasuk menurunnya kemandirian dalam aktivitas sehari-hari. Kemandirian lansia dipengaruhi oleh dukungan keluarga yang dapat meningkatkan motivasi dan rasa percaya diri lansia dalam menjaga kesehatan dan menjalani kehidupan mandiri. Dukungan keluarga merupakan elemen kunci dalam membantu lansia tetap mandiri. Dukungan ini bisa berbentuk informasional, emosional, instrumental, maupun penilaian. Keluarga yang memberikan perhatian, motivasi, dan bantuan secara konsisten dapat meningkatkan rasa percaya diri lansia, memperkuat semangat hidup, dan membantu mereka menghadapi tantangan fisik dan emosional. Sebaliknya, kurangnya dukungan dapat menurunkan motivasi dan memperburuk ketergantungan lansia dalam aktivitas harian. Fenomena yang terjadi di tempat penelitian menunjukkan bahwa masih banyak lansia yang mengalami ketergantungan karena lemahnya cadangan fisiologis dan minimnya dukungan keluarga. Kurangnya dukungan dapat menurunkan semangat dan kemampuan lansia memenuhi kebutuhan dasar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Dukungan Keluarga dan Motivasi Dengan Kemandirian Pemenuhan *Activities of Daily Living* (ADL) Pada Lansia di UPTD Puskesmas Menteng Palangka Raya. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan teknik pengambilan sampling *Non Probability sampling (Purposive sampling)* yang diisi oleh total 76 responden. Uji statistik menggunakan *Spearman Rank*. Hasil analisa statistik dengan uji Spearman's Rho $p\text{ value} = 0,001 < 0,05$. Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat Hubungan Dukungan Keluarga dan Motivasi Dengan Kemandirian Pemenuhan *Activities of Daily Living* (ADL) Pada Lansia di Puskesmas Menteng Palangka Raya.

Kata kunci : *Activities of Daily Living* (ADL), dukungan keluarga, lansia, motivasi

ABSTRACT

As life expectancy increases, it brings health challenges, including a decline in independence in daily activities. The independence of the elderly is influenced by family support, which can increase their motivation and confidence in maintaining their health and living independently. Family support is a key element in helping older adults remain independent. Conversely, a lack of support can reduce motivation and exacerbate older adults' dependence in daily activities. The phenomenon observed at the research site indicates that many elderly individuals still experience dependence due to weakened physiological reserves and minimal family support. Lack of support can reduce the enthusiasm and ability of the elderly to meet their basic needs. This study aims to determine the relationship between family support and motivation with independence in performing *Activities of Daily Living* (ADL) among elderly people at the Menteng Palangka Raya Community Health Centre. The research method used in this study is a cross-sectional design. Data collection was conducted using a questionnaire with a non-probability sampling technique (*purposive sampling*), completed by a total of 76 respondents. Statistical analysis was performed using the *Spearman Rank* test. The results of the statistical analysis using Spearman's Rho test showed a $p\text{-value of } 0.001 < 0.05$. From this study, it can be concluded that there is a relationship between family support and motivation with independence in performing *Activities of Daily Living* (ADL) among the elderly at the Menteng Palangka Raya Health Centre.

Keywords : *Activities of Daily Living* (ADL), elderly, family support, motivation

PENDAHULUAN

Menua adalah proses alami yang terjadi sejak awal kehidupan dan berlangsung seumur hidup. Meningkatnya usia harapan hidup menyebabkan jumlah lansia terus bertambah, yang berdampak pada meningkatnya masalah kesehatan akibat penurunan fungsi fisik, mental, dan sosial. Penurunan ini memengaruhi kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari seperti makan, mandi, berpakaian, hingga berpindah tempat (Sari et al., 2022). Kemandirian dalam ADL (*Activity of Daily Living*) adalah indikator penting kesejahteraan lansia, dan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, imobilitas, dan risiko jatuh (Ramadini & Herman, 2021). Dukungan keluarga merupakan elemen kunci dalam membantu lansia tetap mandiri. Dukungan ini bisa berbentuk informasional, emosional, instrumental, maupun penilaian (Martina et al., 2023). Keluarga yang memberikan perhatian, motivasi, dan bantuan secara konsisten dapat meningkatkan rasa percaya diri lansia, memperkuat semangat hidup, dan membantu mereka menghadapi tantangan fisik dan emosional. Sebaliknya, kurangnya dukungan dapat menurunkan motivasi dan memperburuk ketergantungan lansia dalam aktivitas harian. (Pranata et al., 2022).

Fenomena yang peneliti temukan saat praktik di Puskesmas Menteng menunjukkan bahwa masih banyak lansia yang mengalami ketergantungan karena lemahnya cadangan fisiologis dan minimnya dukungan keluarga. WHO memperkirakan jumlah lansia dunia akan mencapai 1,2 miliar pada 2025. Di Indonesia, sekitar 80 juta penduduk berusia lanjut pada 2020, dengan angka lansia mandiri sebesar 74,3% (Martina et al., 2023). Di Kalimantan Tengah, lansia mencapai 7,76% dari populasi, menunjukkan tren penuaan yang signifikan. (Oktriyanto dan Amrullah, 2025) Hasil studi sebelumnya menunjukkan masih banyak lansia yang bergantung pada orang lain karena kurangnya dukungan keluarga (Sumiati, 2019; Puspitasari, 2016; Nagoklan, 2019). Data GMC Geriatric (2022) menyebutkan sekitar 22% lansia mengalami disabilitas ADL. Survey pendahuluan di Puskesmas Menteng pada Maret 2025 menunjukkan sebagian besar lansia tidak mendapat dukungan optimal dari keluarganya, yang berdampak pada ketergantungan dalam pemenuhan kebutuhan dasar. Hal ini serupa dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa jumlah lansia yang cukup tinggi, masalah kesehatan pada lansia pun banyak ditemukan, yang menyebabkan lansia menjadi ketergantungan pada orang lain terutama pada keluarga (Puspitasari, Husni & Meilianingsih, 2024).

Kemandirian lansia dalam aktivitas kehidupan sehari-hari (*Activities of Daily Living/ADL*) mencakup kemampuan seseorang untuk melakukan perawatan diri secara mandiri, seperti makan, mandi, berpakaian, dan menjaga kebersihan diri. Penurunan kemampuan ini dapat menimbulkan dampak serius terhadap kesehatan fisik maupun psikologis, seperti malnutrisi, penyakit kulit, serta depresi akibat ketergantungan pada orang lain (Saranga et al., 2022). Oleh karena itu, dukungan keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam mempertahankan dan meningkatkan kemandirian lansia, baik melalui dukungan emosional, informasional, maupun instrumental. Dukungan penilaian berupa pujian, motivasi, dan dorongan emosional terbukti paling efektif dalam meningkatkan semangat lansia untuk tetap aktif menjalankan aktivitasnya sehari-hari (Martina et al., 2023). Penelitian oleh Riasmini et al. (2023) menunjukkan bahwa lansia yang mendapat dukungan keluarga tinggi memiliki tingkat kemandirian yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang kurang mendapat perhatian dari keluarga. Selain itu, studi oleh Lestari et al. (2024) juga menegaskan bahwa peningkatan pengetahuan keluarga tentang perawatan lansia berpengaruh positif terhadap kemandirian ADL. Hasil serupa dilaporkan oleh Rahayu et al. (2025), yang menemukan bahwa program pemberdayaan pendamping lansia meningkatkan rasa percaya diri lansia dalam melakukan aktivitas mandiri.

Secara internasional, penelitian Yasumura et al. (2021) menguatkan bahwa keterlibatan sosial dan dukungan keluarga yang konsisten berkontribusi dalam mempertahankan fungsi ADL lansia di Jepang. Selain itu, studi Astini et al. (2025) menemukan bahwa pengalaman

hidup dan nilai-nilai keluarga turut memperkuat motivasi internal lansia untuk tetap mandiri. Temuan-temuan ini menegaskan bahwa dukungan keluarga yang terstruktur, dikombinasikan dengan edukasi keluarga dan pendekatan psikososial, merupakan strategi efektif dalam meningkatkan kesejahteraan serta kemandirian lansia dalam menjalani kehidupannya sehari-hari. Berdasarkan latar belakang di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dan motivasi dengan kemandirian pemenuhan *Activities of Daily Living* (ADL) pada lansia di UPTD Puskesmas Menteng Palangka Raya.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Populasi dalam penelitian semua lansia yang berkunjung ke Puskesmas Menteng Palangka Raya. Penelitian dilakukan pada tanggal 05 – 14 Agustus 2025 di Puskesmas Menteng Palangka Raya. Teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. Teknik pengambilan sampling *Non Probability sampling (Purposive sampling)* dan didapatkan sampel sebanyak 76 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji statistik *Spearman Rank*.

HASIL

Tabel 1. Data Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga

Dukungan Keluarga	Responden	Persentase
Dukungan Kuat	53	70%
Dukungan Sedang	13	17%
Dukungan Lemah	10	13%
Total	76	100%

Berdasarkan tabel, hasil identifikasi responden berdasarkan dukungan keluarga dari total 76 (100%) responden menunjukkan bahwa responden dengan dukungan kuat sebanyak 53 (70%) responden, dukungan sedang sebanyak 13 (17%) responden dan dukungan lemah sebanyak 10 (13%) responden.

Tabel 2. Data Responden Berdasarkan Motivasi Lansia

Motivasi Lansia	Responden	Persentase
Motivasi Tinggi	57	75%
Motivasi Sedang	11	14%
Motivasi Rendah	8	11%
Total	76	100%

Berdasarkan tabel, hasil identifikasi responden berdasarkan motivasi lansia dari total 76 (100%) responden menunjukkan bahwa responden dengan motivasi tinggi sebanyak 57 (75%) responden, motivasi sedang sebanyak 11 (14%) responden dan motivasi rendah sebanyak 8 (11%) responden.

Tabel 3. Data Responden Berdasarkan Activities of Daily Living (ADL)

Activities of Daily Living (ADL)	Responden	Persentase
Mandiri	47	62%
Ketergantungan Ringan	13	17%
Ketergantungan Sedang	8	10%
Ketergantungan Berat	6	8%
Ketergantungan Total	2	3%
Total	76	100%

Berdasarkan tabel, hasil identifikasi responden berdasarkan *Activities of Daily Living* (ADL) dari total 76 (100%) responden menunjukkan bahwa responden dengan ADL mandiri sebanyak 47 (62%) responden, ketergantungan ringan sebanyak 13 (17%) responden, ketergantungan berat sebanyak 6 (8%) responden dan ketergantungan total sebanyak 2 (3%) responden.

Tabel 4. Hasil Uji Analisis Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kemandirian Pemenuhan *Activities of Daily Living* (ADL) pada Lansia di Puskesmas Menteng Palangka Raya

<i>Correlations</i>			Dukungan Keluarga	<i>Activities of Daily Living</i> (ADL)
<i>Spearman's rho</i>	Dukungan Keluarga	<i>Correlation Coefficient</i>	1.000	.383**
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.	.001
		<i>N</i>	76	76
	<i>Activities of Daily Living</i> (ADL)	<i>Correlation Coefficient</i>	.383**	1.000
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.001	.
		<i>N</i>	76	76

***. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).*

Dari tabel menunjukkan hasil analisa statistik dengan uji *Spearman's Rho* diperoleh nilai *p value* = 0,001 < 0,05. H1 diterima yang artinya terdapat Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kemandirian Pemenuhan *Activities of Daily Living* (ADL) Pada Lansia di Puskesmas Menteng Palangka Raya.

Tabel 5. Hasil Uji Analisis Hubungan Motivasi dengan Kemandirian Pemenuhan *Activities of Daily Living* (ADL) pada Lansia di Puskesmas Menteng Palangka Raya

<i>Correlations</i>			Motivasi Lansia	<i>Activities of Daily Living</i> (ADL)
<i>Spearman's rho</i>	Motivasi Lansia	<i>Correlation Coefficient</i>	1.000	.458**
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.	.000
		<i>N</i>	76	76
	<i>Activities of Daily Living</i> (ADL)	<i>Correlation Coefficient</i>	.458**	1.000
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.000	.
		<i>N</i>	76	76

***. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).*

Dari tabel menunjukkan hasil analisa statistik dengan uji *Spearman's Rho* diperoleh nilai *p value* = 0,000 < 0,05. H1 diterima yang artinya terdapat Hubungan Motivasi Dengan Kemandirian Pemenuhan *Activities of Daily Living* (ADL) Pada Lansia di Puskesmas Menteng Palangka Raya.

PEMBAHASAN

Hasil analisis statistik menunjukkan nilai *p* = 0,001 < 0,05, yang berarti terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan kemandirian lansia dalam ADL. Dukungan keluarga, baik emosional maupun instrumental, memperkuat rasa percaya diri dan motivasi lansia untuk mandiri (Fitriani & Yusnita, 2020). Analisis peneliti memperkuat temuan bahwa keluarga yang aktif menemani dan terlibat dalam perawatan lansia mendorong peningkatan kemandirian. Hasil ini diperkuat oleh berbagai penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa dukungan keluarga berperan penting dalam menjaga kemandirian lansia. Uji statistik menunjukkan nilai

$p = 0,000 < 0,05$, yang mengindikasikan hubungan signifikan antara motivasi dan kemandirian lansia dalam ADL. Motivasi, baik intrinsik maupun ekstrinsik, berperan sebagai pendorong utama lansia untuk aktif dan mandiri (Susanti & Wardani, 2020). Lansia yang termotivasi menunjukkan semangat hidup dan kepercayaan diri lebih tinggi. Peneliti menyimpulkan adanya kesesuaian antara teori dan fakta.

Penelitian ini didukung oleh sejumlah studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa motivasi tinggi mendorong lansia untuk tetap menjalankan aktivitas dasar secara mandiri dan menjaga kualitas hidup. Berbagai temuan sebelumnya yang menegaskan bahwa motivasi tinggi berperan penting dalam mempertahankan kemandirian lansia dalam menjalankan aktivitas dasar sehari-hari (ADL) dan menjaga kualitas hidup. Lansia dengan motivasi intrinsik yang kuat memiliki dorongan untuk tetap aktif, merasa berdaya, dan berusaha memenuhi kebutuhannya sendiri meskipun mengalami keterbatasan fisik (Adnani et al., 2024; Astini et al., 2025). Penelitian di Jepang menunjukkan bahwa penurunan fungsi ADL dapat diminimalkan melalui pemeliharaan motivasi dan aktivitas fisik yang berkelanjutan (Yasumura et al., 2021), sedangkan penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa kebiasaan olahraga yang didorong oleh motivasi pribadi berhubungan signifikan dengan kemandirian lansia penderita osteoarthritis (Adnani et al., 2024).

Selain itu, studi kualitatif oleh Astini et al. (2025) mengungkap bahwa pengalaman hidup dan nilai pribadi menjadi sumber motivasi utama bagi lansia untuk tetap mandiri. Penelitian lain memperkuat bahwa dukungan keluarga dapat meningkatkan motivasi lansia dalam menjaga kemandirian, seperti ditemukan oleh Lestari et al. (2024), Riasmini et al. (2023), dan Rahayu et al. (2025) yang menyoroti bahwa edukasi keluarga dan keterlibatan sosial menjadi faktor eksternal penting dalam menumbuhkan semangat mandiri. Sebaliknya, penelitian oleh Setiawati et al. (2024) menunjukkan bahwa dalam kondisi kesehatan atau ekonomi yang rendah, motivasi saja tidak cukup, sehingga intervensi perlu menasar aspek fisik dan sosial secara bersamaan. Studi internasional turut mendukung temuan ini; Kim (2004) menemukan bahwa motivasi berhubungan erat dengan perilaku kesehatan dan status fungsional lansia, sedangkan penelitian Timon et al. (2023) dan Sandberg et al. (2023) menyoroti pentingnya self-determination dan kebiasaan rutin yang dipengaruhi oleh motivasi dalam mempertahankan aktivitas mandiri di rumah. Penelitian Hartati et al. (2022), Sepang et al. (2021), dan Yusuf et al. (2024) juga menegaskan bahwa kombinasi motivasi internal dan dukungan lingkungan merupakan prediktor utama bagi kemandirian lansia. Secara keseluruhan, berbagai penelitian ini mengindikasikan bahwa motivasi berfungsi sebagai pendorong psikologis utama dalam menjaga kemandirian lansia, sementara keberhasilan penerapan motivasi bergantung pada dukungan keluarga, kondisi kesehatan, serta faktor sosial yang mendukung (Devi et al., 2025; Rahayu et al., 2025)..

KESIMPULAN

Terdapat Hubungan Dukungan Keluarga dan Motivasi Dengan Kemandirian Pemenuhan *Activities of Daily Living* (ADL) Pada Lansia di Puskesmas Menteng Palangka Raya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian ini, khususnya responden, tempat penelitian Puskesmas Menteng Palangka Raya, pihak institusi pendidikan STIKES Eka Harap Palangka Raya, serta dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan dukungan hingga penelitian ini dapat diselesaikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnani, H., Hikmawati, A. N., Sihapark, S., Suharyanta, D., & Widiyaningsih, D. (2024). *Factors of independent of Activities of Daily Living among osteoarthritis elderly. International Journal of Public Health Science*, 13(1), 30–40. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v11i1.21065>
- Astini, N. K. W., Pamungkas Erdenwarmansyah, R., Rizkita Putri Ardhita, S., & Husna Avezahra, M. (2025). Studi fenomenologi: Gambaran kemandirian pada orang lanjut usia dalam melakukan *Activity Daily Living* (ADL) di Kota Malang. *Flourishing Journal*, 5(1), 1–20. <https://doi.org/10.17977/um070v5i12025p1-20>
- Chauhan, S., Kumar, S., Bharti, R., & Patel, R. (2022). *Prevalence and determinants of activity of daily living and instrumental activity of daily living among elderly in India. BMC Geriatrics*, 22(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02659-z>
- Devi, T. M., Sulystiono, D., Maziyah, A., & Shifaza, F. (2025). *Description of the level of independence of the elderly in fulfillment of activity daily living (ADL) at UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya. Global Ten Public Health and Nursing Journal*, 3(1), 5–9. <https://doi.org/10.36568/gtphnj.v3i1.38>
- Hartati, S., Silaen, D., & Zendrato, M. L. V. (2022). *Description of the independency of the elderly in fulfilling daily living (ADL) activities at the Cinta Kasih Tzu Chi Cengkareng Flat. Journal of Global Research in Public Health*, 7(2), 390. <https://doi.org/10.30994/jgrph.v7i2.390>
- Kim, S. H. (2004). *Comparisons of motivation, health behaviors, and functional status among elders in residential homes in Korea. Journal of Korean Academy of Nursing*, 34(3), 450–458.
- Lestari, P. A., Murianto, I. N., & Solehah, E. L. (2024). *The relationship between the level of family knowledge about post-stroke care and the level of independence in activity daily living (ADL). Journal of Language and Health*, 5(1), 3986. <https://doi.org/10.37287/jlh.v5i1.3986>
- Martina, R., Puspitasari, E., & Handayani, F. (2023). Hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari di Puskesmas Pajang Surakarta. *Jurnal Keperawatan Geriatri*, 7(2), 112–120.
- Martina, S. E., Gultom, R., Sinaga, J., & Keren. (2023). Hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam aktivitas sehari-hari di Desa Suka Makmur Kabupaten Langkat. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 6(4), 267–274.
- Nagoklan, M. (2019). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandala Waluya*, 2(1), 23–30.
- Oktriyanto dan Amrullah, H. (2025). Rancangan Peraturan Gubernur tentang Grand Design Pembangunan Kependudukan Kalimantan Tengah (RAPERGUB GDPK). Palangka Raya: Dinas P3APPKB Provinsi Kalimantan Tengah
- Pranata, A. D., Fasimi, R. H., Yahya, M., & Yuliana, Y. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kemandirian *activity of daily living* (ADL) pada pasien pasca stroke di Puskesmas Langsa Kota. *Jurnal Kebidanan, Keperawatan dan Kesehatan (BIKES)*, 2(2), 1–6. <https://doi.org/10.51849/j-bikes.v2i2.28>
- Puspitasari, D. (2016). Hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari di Wilayah Kerja Puskesmas Karanganyar Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 11(2), 89–97.
- Puspitasari, S., Husni, A., & Meilianingsih, L. (2024). Dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari: Kelurahan Maleber Puskesmas Garuda.

- Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale.
<https://doi.org/10.34011/jkifn.v3i1.1413>
- Rahayu, D. Y. S., Devianti, R., & Putri, D. P. (2025). Optimalisasi kemandirian lansia dalam melakukan *Activity Daily Living* (ADL) melalui pemberdayaan pendamping lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 6(1), 1407. <https://doi.org/10.32807/jpms.v6i1.1407>
- Ramadini, I., & Herman, A. (2021). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari di Puskesmas Nanggalo Padang tahun 2017. *Jurnal Amanah Kesehatan*, 3(1), 93–100. <https://doi.org/10.55866/jak.v3i1.100>
- Riasmini, N. M., Ramadhana, D., & Hartini, T. (2023). *The relationship between family support and the level of independence of the elderly in performing daily activities (BADL & IADL) in the Cakung Health Center area, East Jakarta*. *Caring: Jurnal Keperawatan*, 14(1), 56–63. <https://doi.org/10.29238/caring.v14i1.2632>
- Riskesdas. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI. <http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-riskesdas-2018.pdf>
- Sandberg, J., Karlsson, S., & Alftberg, Å. (2023). *Older adults' experiences of self-determination when needing home-care services—An interview study*. *BMC Geriatrics*, 23(1), 733. <https://doi.org/10.1186/s12877-023-04533-6>
- Saranga, J. L., Linggi, E. B., Teturan, K. Z., & De Fretes, P. P. S. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam pemenuhan *activity daily living* (ADL). *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 2(2), 129–136. <https://doi.org/10.56742/nchat.v2i2.52>
- Saranga, M., Arifin, S., & Maulana, M. (2022). Analisis faktor yang memengaruhi kemandirian lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(1), 33–41.
- Sari, W. P., & Ramadhani, N. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari di Desa Suka Maju. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 76–84.
- Sepang, M. Y. L., Langelo, W., & Ungkey, M. (2021). *Level of independence and attitude in fulfillment of activity daily living with the risk of falling in the elderly*. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 3(4), 534–544. <https://doi.org/10.37287/ijghr.v3i4.732>
- Setiawati, E., Rosmaini, R., Sjaaf, F., & Ismianti, E. (2024). Analisis hubungan tingkat kemandirian lansia dalam melakukan ADL dengan faktor-faktor terkait di Provinsi Sumatera Barat. *Nusantara*
- Sumiati, E. (2019). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kemandirian lansia dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari di Posyandu Lansia Kelurahan Bumiyu Kedungkandang Kota Malang. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 7(1), 45–52.
- Timon, C. M., Hussey, P., Lee, H., Murphy, C., & Smeaton, A. F. (2023). *Automatically detecting Activities of Daily Living from in-home sensors as indicators of routine behaviour in an older population*. *Frontiers in Public Health*, 11, 1215417. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1215417>
- World Health Organization. (2021). *Ageing and health*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Yasumura, S., Fujita, K., & Fukuda, Y. (2021). *Longitudinal changes in Activities of Daily Living and associated factors among community-dwelling elderly in Japan*. *Journal of Epidemiology*, 31(11), 567–575. <https://doi.org/10.2188/jea.JE20200467>
- Yusuf, N. A. R., Ilham, R., & Muksin, L. (2024). *The relationship between cognitive impairment and activity of daily living (ADL) among elderly*. *An Idea Health Journal*, 5(2), 420. <https://doi.org/10.53690/ihj.v5i02.420>