

PEMBINAAN KETERAMPILAN PEMBUATAN PROGRAM ACTIVITY DAILY LIVING (ADL) DENGAN MODIFIKASI KALENDER PADA PENGASUH LANSIA

Andi Nur Aina Sudirman^{1*},
Firmawati², Andi Akifa Sudirman³

¹⁾, ²⁾, ³⁾ Ilmu Keperawatan, Universitas
Muhammadiyah Gorontalo

Article history

Received : 27 September 2024

Revised : 1 Oktober 2024

Accepted : 4 November 2024

*Corresponding author

Andi Nur Aina Sudirman

Email:

Andinurainasudirman@umgo.ac.id

Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini berjudul Pembinaan keterampilan pembuatan program ADL (*Activity Daily Living*) Lansia pada pembina panti dengan modifikasi kalender digital yang bertujuan untuk memberikan keterampilan pada pengasuh panti dalam menyusun program kegiatan ADL pada lansia di panti Griya lansia jannati Prov. Gorontalo. Kegiatan ini dibagi menjadi 3 tahap, tahap 1 yaitu sosialisasi mengenai ADL dengan indikator mandi, berpakaian, makan, bergerak, toilet, beristirahat, kontrol medis, manajemen obat, hygiene oral, kesehatan mental, spiritual dan kesenian. Tahap 2 yaitu membuat program ADL pertujuh hari, dimulai dari hari senin – minggu. Jadwal dibuat menyesuaikan dengan kondisi lansia, beberapa aktivitas untuk meningkatkan kognitif dan psikomotor dibuat beragam untuk menghindari kejenuhan dalam beraktivitas. Tahap 3 yaitu membuat kalender digital. Pelatihan ini membutuhkan laptop, LCD, jaringan internet, platform kalender digital serta media pembelajaran yang atraktif seperti video tutorial pembelajaran dan modul panduan. Dalam pelatihan peserta akan dipandu mulai dari pembuatan akun sampai dengan implementasi cara membuat kalender digital secara bersama-sama yang akan dibantu oleh tim teknisi operator komputer. Kegiatan dilaksanakan di AULA panti Griya Lansia Jannati. Pengabdian ini begitu penting karena program ADL yang dimodifikasi dalam bentuk kalender digital dapat membuat system pengontrolan dan pengawasan oleh pembina panti pada lansia menjadi lebih mudah. Selain itu, tingkat kemandirian Lansia juga bisa meningkat. Tingginya tingkat kemandirian lansia akan berpengaruh dalam mempertahankan hidup, kesehatan dan kesejahteraannya.

Kata Kunci: *Activity Daily Living* (ADL); Kalender Digital; Pengasuh Lansia

Abstract

The community service activity (PKM) titled Development of Skills in Creating ADL (Activities of Daily Living) Programs for the Elderly with Digital Calendar Modification aims to equip caregivers at Griya Lansia Jannati, a nursing home in Gorontalo Province, with skills to design effective ADL programs for elderly residents. This activity is conducted in three stages. In Stage 1, participants are introduced to ADL, covering key activities such as bathing, dressing, eating, mobility, toileting, rest, medical control, medication management, oral hygiene, mental health, spirituality, and art. Stage 2 involves creating a seven-day ADL program, scheduled from Monday to Sunday. This schedule is customized to meet the specific needs of the elderly residents and includes various cognitive and psychomotor activities to maintain engagement and prevent monotony. Stage 3 focuses on creating a digital calendar. This training requires access to laptops, an LCD projector, an internet connection, a digital calendar platform, and interactive learning materials such as tutorial videos and guide modules. Throughout the training, participants will be guided step-by-step, from setting up accounts to creating and implementing a digital calendar, with assistance from a team of computer operators. The activity takes place in the main hall of Griya Lansia Jannati. This program is highly valuable, as the digital calendar-modified ADL program simplifies monitoring and supervision for caregivers. Additionally, it supports increased independence for elderly residents, which positively impacts their quality of life, health, and overall well-being.

Keywords: *Activity Daily Living* (ADL), *Digital Calendar*, *Elderly caregiver*

PENDAHULUAN

Panti Tresna Werdha menurut Departemen Sosial Republik Indonesia, panti werdha adalah tempat yang menyediakan perlindungan berupa fasilitas dan perawatan yang menyeluruh kepada lansia dan jompo yang terlantar dengan memberikan pelayanan yang membuat mereka merasa aman dan tentram, serta terbebas dari rasa cemas atau khawatir dalam menjalani masa tua. Berdasarkan UU No.12 Tahun 1996 (Direktorat Jenderal, Departemen Hukum dan HAM) bahwa negara berkewajiban untuk menjaga dan memelihara setiap warga negaranya (Triwanti et al., 2014). Berdasarkan kebijakan dan program pelayanan sosial bagi lansia, ada dua cara untuk menangani masalah yang sering terjadi pada lansia baik pelayanan dalam panti maupun di luar panti. Pelayanan di dalam panti meliputi: pemberian makanan, pakaian, akomodasi, perawatan kesehatan, dan bimbingan mental keagamaan, serta pengisi waktu luang seperti rekreasi, olahraga, dan keterampilan. Pelayanan diluar panti meliputi: dukungan keluarganya dengan mendapatkan bantuan makanan dan pemberdayaan di Bidang Usaha Ekonomis Produktif (UEP) melalui pendekatan kelembagaan sebagai investasi sosial, yang dimaksudkan untuk membantu lansia yang memiliki keterbatasan (Sulastri & Humaedi, 2017).

Panti Griya Lansia Jannati Provinsi Gorontalo adalah unit pelaksanaan teknis daerah (UPTD) pemerintah Provinsi Gorontalo yang berada di bawah manajemen dinas sosial dan pemberdayaan masyarakat kota Gorontalo. Panti griya lansia jannati Provinsi Gorontalo adalah panti yang melaksanakan pelayanan kesejahteraan sosial kepada para lanjut usia terlantar. Dalam konsep pembangunan kesejahteraan sosial, pelayanan bagi lansia terlantar di panti merupakan pilihan terakhir. Prioritas utama seharusnya diberikan pada pelayanan dalam lingkungan keluarga. Lansia yang tinggal bersama keluarga, sejalan dengan nilai-nilai sosial dan budaya bangsa Indonesia yang menghormati dan menghargai para lansia (Septiarini et al., 2019). Selain itu, Panti Griya Lansia Jannati juga memiliki pelayanan diluar panti dimana para lansia tetap berada dilingkungan keluarganya namun tetap dalam pengawasan panti.

Panti Griya Lansia Jannati terletak di Jalan Andalas No.110, Tapa, Kec. Sipatana, Kota Gorontalo, Gorontalo 96138. Kapasitas daya tampung Panti Griya Lansia Jannati Provinsi Gorontalo saat ini Panti terbagi dalam 2 wisma. Setiap wisma dilengkapi dengan ruang tamu yang berisi meja dan kursi, meja makan, Televisi, 3 kamar mandi dan berbagai fasilitas pendukung lainnya. Griya Lansia Jannati Provinsi Gorontalo yang kapasitas daya tampung saat ini berjumlah 23 orang klien. Saat ini panti dihuni oleh 17 orang lansia. Dalam rangka memberikan pelayanan prima bagi klien Griya Lansia "Jannati" Provinsi Gorontalo didukung oleh personil/Pegawai sebanyak 9 orang, yaitu kepala panti, pengasuh, keamanan dan kebersihan.

Panti Griya Lansia Jannati selama ini telah melakukan fungsinya sebagai pusat pelayanan kesejahteraan lansia yang menyediakan beragam kebutuhan pokok dan fasilitas berupa kompleks bangunan yang dirancang khusus. Selain itu, juga memberikan kesempatan bagi lansia untuk terlibat dalam aktivitas sosial dan rekreasi, dengan tujuan membantu mereka menjalani proses penuaan secara sehat dan tetap mandiri. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemandirian lansia dalam memenuhi kebutuhan aktivitas harian adalah melalui pelatihan *Activity Daily Living* (ADL), yang berfokus pada kemampuan menjalankan kegiatan sehari-hari secara mandiri.

Penuaan pada usia lanjut merupakan bagian dari siklus kehidupan yang ditandai dengan penurunan fungsi tubuh dan kemunduran fisik (Sitorus, 2015). Penurunan fungsional pada lansia mengakibatkan berkurangnya massa otot dan fleksibilitas tubuh, yang secara langsung akan mempengaruhi kemampuan lansia dalam memenuhi kebutuhannya (Priyanto et al., 2022). Ketidakmandirian lansia dalam melakukan aktifitas sehari-hari (ADL) dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, kondisi kesehatan fisik, fungsi kognitif, kondisi psikososial, ritme biologi, status mental dan pelayanan sosial (Susilowati, 2017). Lansia memiliki tingkat kemandirian tetap stabil jika memiliki kekuatan fisik yang memadai, fungsi kognitif yang baik, dan minim gangguan kesehatan kronis. Secara sosial, lansia yang mandiri biasanya terlibat aktif dalam berbagai aktivitas

komunitas, memiliki interaksi positif dan harmonis dengan anggota keluarga, serta menerima dukungan moral dan materi dari keluarga maupun masyarakat sekitar (Tinungki et al., 2022).

ADL diyakini dapat meningkatkan kemandirian pasien dalam menjalankan fungsi kehidupannya (Riyeldi Ramadan et al., 2023). Latihan ADL yang diberikan adalah melatih cara melakukan aktivitas sehari-hari seperti mandi, makan, toileting, berpindah, kebersihan diri, berjalan, naik dan turun tangga, berpakaian, dan kontinen (Mawaddah & Wijayanto, 2020). Didalam keluarga, dukungan keluarga sangat berperan penting dalam kemandirian lansia, jika terdapat ketergantungan tingkat pemenuhan aktifitas sehari-hari lansia dipenuhi oleh keluarga (Sudirman et al., 2021). Hubungan kekeluargaan yang erat memiliki peran penting dalam membantu lansia dalam memenuhi kebutuhan dasar (Kusumawati & Nurhidayah, 2022). Namun, lain hal jika lansia tinggal serumah tidak dengan keluarga. Tingkat kemandirian yang pada lansia di panti griya jannati dipengaruhi oleh latar belakang panti sosial yang tidak memiliki petugas kesehatan dan minimnya jumlah *caregiver* dipanti tersebut. Terbatasnya bantuan yang diterima lansia dari pengasuh memaksa para lansia untuk tetap mandiri dalam menjalankan aktivitas sehari-hari sesuai standar *Activity Daily Living* (ADL). Banyak lansia yang dipaksa untuk memenuhi kebutuhan mereka secara mandiri, seperti berusaha pergi ke toilet sendiri meskipun sudah tidak mampu berjalan dengan stabil. Beberapa lansia bahkan tetap berusaha makan sendiri meskipun kondisi fisik mereka sudah tidak memungkinkan untuk melakukannya dengan benar maka dari itu pemberdayaan sangat penting dilakukan untuk memberdayakan pengasuh dan lansia dalam memenuhi kebutuhan aktivitas sehari-hari.

Pada lansia, penurunan kemampuan melakukan ADL sering terjadi seiring bertambahnya usia karena faktor-faktor seperti penurunan fungsi fisik, kognitif, serta adanya penyakit kronis (Widyantoro et al., 2021). Beberapa masalah kesehatan yang sering dialami oleh lansia seperti penyakit jantung, stroke serta gangguan pada penglihatan dan pendengaran (Kusumawaty & Marliani, 2021). Tujuan dari peningkatan kemandirian memungkinkan lansia merawat diri sendiri dan memenuhi kebutuhan dasar manusia. Meskipun mungkin sulit bagi anggota keluarga untuk menerima bahwa lansia melakukan aktivitas sehari-hari dengan lebih lambat dan mungkin tidak sempurna, lansia harus diakui sebagai individu yang memiliki karakteristik unik dan cara berpikir mereka sendiri. Oleh karena itu, perawat harus memiliki pengetahuan yang memadai untuk memahami kemampuan lansia dalam berpikir, berpendapat, dan mengambil keputusan yang dapat berkontribusi pada peningkatan kesehatan dan kesejahteraan mereka (Rohaedi et al., 2016)

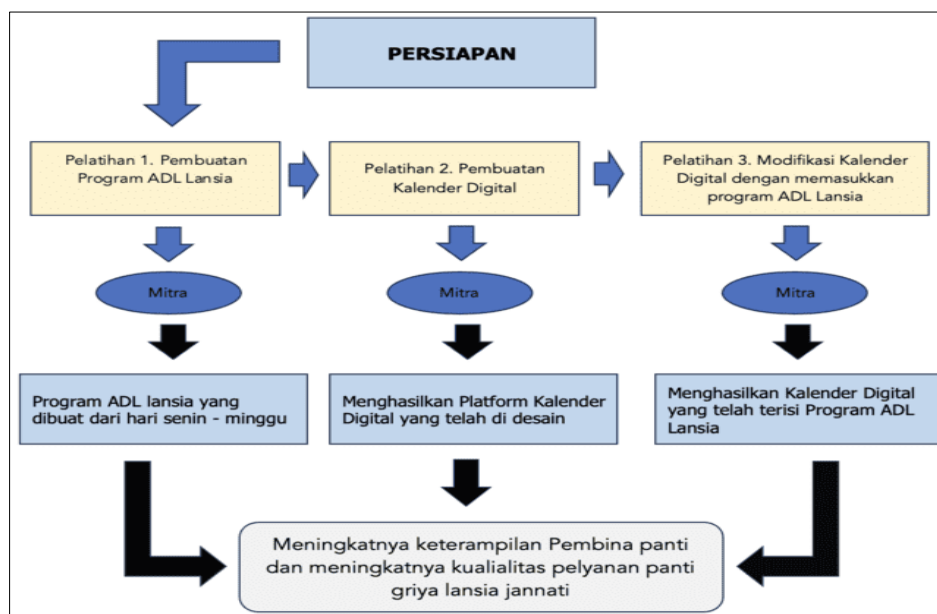
Permasalahan yang sering didapatkan oleh pembina panti adalah terbatasnya keterampilan dalam Menyusun program harian lansia, serta tidak adanya petugas Kesehatan yang bisa mengontrol Kesehatan lansia baik didalam panti maupun diluar panti. Oleh karena itu, kami bekerja sama dengan panti Griya Lansia Jannati Provinsi Gorontalo untuk menambah keterampilan pembina panti dalam membuat dan menyusun program ADL dengan modifikasi kalender digital, sehingga memudahkan pengawasan lansia. Program ini juga dapat di berikan ke keluarga lansia yang tinggal diluar panti sebagai bahan rujukan dalam meningkatkan kemandirian lansia agar tetap produktif dimasa tua.

Bidang/aspek kegiatan yang difokuskan dalam kegiatan pengabdian ini yakni: 1) memberikan pembinaan dan pelatihan membuat program ADL lansia, 2) Memberikan pembinaan keterampilan tentang ilmu dan teknologi dalam membuat kalender digital, 3) Memberikan pendampingan teknologi dalam memasukkan program ADL ke dalam kalender digital, 4) Pemberdayaan pembina panti untuk mengembangkan program ADL yang telah dibuat sebelumnya. Pengabdian ini begitu penting karena program ADL yang dimodifikasi dalam bentuk kalender digital dapat membuat system pengontrolan dan pengawasan oleh pembina panti pada lansia menjadi lebih mudah. Selain itu, tingkat kemandirian Lansia juga bisa meningkat. Tingginya tingkat kemandirian lansia akan berpengaruh dalam mempertahankan hidup, kesehatan dan kesejahteraannya.

METODE PELAKSANAAN

Berdasarkan berbagai temuan dari permasalahan yang dihadapi mitra pembina Panti Griya Lansia Jannati Provinsi Gorontalo, maka program pemberdayaan berbasis masyarakat mengenai pembuatan program ADL lansia dengan modifikasi kalender digital. pembuatan program ADL lansia, proses ini didahului dengan sosialisasi tentang ADL lansia kepada para staf, Kemudian Menyusun jadwal ADL lansia sesuai dengan sumber daya yang dimiliki oleh mitra dengan indikator Mandi, berpakaian, makan, bergerak, toilet, bersitirahat, kontrol medis, manajemen obat, hygiene oral, kesehatan mental, spiritual dan kesenian. Program ADL dibuat pertujuh hari, dimulai dari hari senin-minggu. Jadwal dibuat menyesuaikan dengan kondisi lansia, beberapa aktivitas untuk meningkatkan kognitif dan psikomotor dibuat beragam untuk menghindari kejenuhan dalam beraktivitas. Perencanaan ADL lansia akan disusun secara bersama oleh staf dan tim pengabdian masyarakat.

Setelah program ADL lansia telah dibuat, maka staf panti akan diajarkan cara membuat kalender digital dengan menggunakan aplikasi pada platform website kalender digital. Pelatihan ini membutuhkan laptop, LCD, jaringan internet, platform kalender digital serta media pembelajaran yang atraktif seperti video tutorial pembelajaran dan modul panduan. Dalam pelatihan peserta akan dipandu mulai dari pembuatan akun sampai dengan implementasi cara membuat kalender digital secara bersama-sama yang akan dibantu oleh tim teknis operator komputer. Pelatihan selanjutnya adalah memasukkan program ADL lansia kedalam kalender digital yang desainnya telah dirancang sebelumnya. Program ADL dibuat dalam kurung waktu 1 bulan, namun dalam pelaksanaannya dapat di sesuaikan dengan kondisi lansia. Setelah dibuat, pastikan staf panti untuk menyinkronkan kalender digital mengingat akan ada banyak pengguna yang menggunakan aplikasi tersebut. Kalender yang telah dimodifikasi ini dapat diberikan kepada keluarga lansia agar dapat mengontrol dan mengawasi aktivitas lansia. Gambaran penerapan IPTEKS dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Alur Pengabdian

HASIL PEMBAHASAN

Pada pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat dimulai dari tanggal 9 September 2024 – 23 September 2024. Pengabdian ini diikuti oleh pengasuh Panti Griya Lansia Jannati Prov. Gorontalo dan dilaksanakan aula panti. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah ceramah, diskusi dan demonstrasi. Kegiatan ini dibagi menjadi 3 tahap.

Tahap 1 yaitu sosialisasi mengenai ADL dengan indikator Mandi, berpakaian, makan, bergerak, toilet, bersitirahat, kontrol medis, manajemen obat, hygiene oral, kesehatan mental, spiritual dan kesenian. Seperti dalam gambar berikut:



Gambar 2. Penyuluhan mengenai ADL pada lansia bersama Kepala Dinas Sosial Provinsi Gorontalo dan Kepala Puskesmas Sipatana

Edukasi mengenai ADL lansia dilakukan selama 45 menit, yang dimulai dari sesi pembukaan kegiatan yang dihadiri oleh Kepala Dinas Sosial Provinsi Gorontalo, Kepala Puskesmas Sipatana, Kepala Panti Griya Lansia Jannati dan pengasuh lansia. Kemudian dilanjutkan dengan pengenalan program, menjelaskan tujuan umum dan tujuan khusus dari pengabdian yang dilakukan, menyebutkan materi yang akan diberikan. Sebelum memulai sosialisasi terlebih dahulu diberikan soal *pretest* untuk mengukur sejauh mana tingkat kognitif pengasuh lansia. Sesi sosialisasi mengenai ADL dibuka dengan memberikan pendidikan kesehatan selama 60 menit mengenai definisi ADL, faktor-faktor yang mempengaruhi aktivitas kehidupan sehari-hari, pentingnya peningkatan ADL bagi lansia, strategi meningkatkan kemandirian lansia, tantangan dalam meningkatkan kemandirian lansia, penilaian ADL pada lansia, peran pengasuh dalam meningkatkan ADL lansia, strategi pelatihan ADL yang efektif bagi lansia, kolaborasi pengasuh dengan tenaga kesehatan dalam meningkatkan ADL lansia, dukungan keluarga dan lingkungan dalam meningkatkan ADL serta monitoring dan evaluasi peningkatan ADL lansia. Sebelum memasuki sesi evaluasi, pengasuh diberikan informasi mengenai terapi apa saja yang bisa dilakukan oleh lansia untuk meningkatkan aktifitas fisik serta kognitif. Kemudian, dilakukan sesi evaluasi selama 10 menit dengan meminta pengasuh untuk menjawab pertanyaan yang diajukan terkait materi yang telah disampaikan dan terakhir sesi penutup selama 2 menit agar pengasuh dapat mengulangi kembali materi edukasi yang disampaikan.

Tahap 2 yaitu membuat program ADL tujuh hari, dimulai dari hari senin-minggu. Jadwal dibuat menyesuaikan dengan kondisi lansia, beberapa aktivitas untuk meningkatkan kognitif dan psikomotor dibuat beragam untuk menghindari kejenuhan dalam beraktivitas. Kegiatan ini diawali dengan memberikan edukasi terkait dengan optimalisasi pemanfaatan kalender digital seperti yang ditunjukkan ada gambar 3:



Gambar 3. Simulasi pembuatan ADL kreatif yang di integrasikan ke dalam kalender digital

Tahap 3 yaitu membuat kalender digital dengan menggunakan website kalender digital. Pelatihan ini membutuhkan laptop, LCD, jaringan internet, platform kalender digital serta media pembelajaran yang atraktif seperti video tutorial pembelajaran dan modul panduan. Dalam pelatihan peserta akan dipandu mulai dari pembuatan akun sampai dengan implementasi cara membuat kalender digital secara bersama-sama yang akan dibantu oleh tim teknisi operator computer. Kegiatan dilaksanakan di AULA panti griya jannati. Masing-masing pengasuh didampingi oleh fasilitator, dan mulai mengisi platform yang disediakan dengan berbagai kegiatan lansia sesuai dengan situasi dan kondisi masing-masing lansia. Setelah pembuatan kalender ADL untuk lansia, pengasuh kembali diberikan soal posttest untuk mengukur keberhasilan program yang dijalankan. Dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan ADL pada Pengasuh

No	Pengetahuan	Pre Test	Post Test
1	Sangat Baik	4	10
2	Cukup	5	0
3	Kurang	1	0
Total		10	10

Berdasarkan hasil kuesioner yang diberikan pada posttest semua pengasuh menjawab dengan sangat baik, sehingga dapat disimpulkan terdapat peningkatan pengetahuan pada pengasuh setelah diberikan edukasi. Kegiatan ditutup dengan memberikan jadwal ADL lansia yang sudah terintegrasi ke dalam kalender digital oleh tim dosen kepada kepala panti, yang nantinya masih akan terus di monitoring. Menurut penelitian Ryan & Brady, (2024) penggunaan teknologi bantu seperti perangkat wearable dan program berbasis stimulasi kognitif juga menjadi fokus penelitian terbaru. Studi-studi ini menemukan bahwa teknologi dapat membantu lansia mempertahankan kemandirian mereka dengan memantau dan mendukung aktivitas harian. Beberapa intervensi, seperti program *Cognitive Stimulation* in ADL (CS-ADL) untuk penderita demensia ringan hingga sedang, menunjukkan hasil positif dalam meningkatkan fungsi ADL, kognisi, serta kualitas hidup.

KESIMPULAN

Program pengabdian yang berfokus pada peningkatan SDM pengasuh lansia dengan keterampilan menyusun program Activity Daily Living (ADL) yang inovatif merupakan langkah strategis untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Keterampilan ini membantu pengasuh dalam merancang kegiatan harian yang sesuai dengan kondisi fisik dan mental lansia, sehingga dapat mempertahankan kemandirian mereka. Dukungan dari Kemendikbudristek melalui pendanaan program pengabdian ini membuktikan adanya kepedulian dari pihak akademisi dan pemerintah dalam meningkatkan kompetensi pengasuh serta kesejahteraan lansia di Indonesia. Pelatihan yang mencakup pemahaman ADL, asesmen kebutuhan lansia, serta perancangan dan evaluasi program ADL memberikan manfaat nyata, baik bagi pengasuh maupun lansia, dengan dampak positif terhadap kualitas layanan.

Disarankan agar program pelatihan ini diadakan secara berkelanjutan. Mengadakan evaluasi dan pendampingan secara berkala juga perlu dilakukan untuk memastikan keberhasilan program dalam jangka panjang. Pemberian pelatihan dengan memanfaatkan teknologi digital dapat menjadi solusi yang efektif untuk mempermudah mereka dalam mengakses informasi dan menyusun program ADL secara mandiri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada lembaga DRTPM Kemenristekdikbud dan Universitas Muhammadiyah Gorontalo, atas Hibah dana sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terselesaikan, serta pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah berpartisipasi dalam kegiatan ini.

PUSTAKA

- Kusumawati, P. D., & Nurhidayah, R. (2022). Hubungan Peran Keluarga dengan Pemenuhan Aktualisasi Diri Lansia dengan Demensia. *Judika (Jurnal Nusantara Medika)*, 6(1), 84–101.
- Kusumawaty, J., & Marliani, H. (2021). Upaya Pencegahan dan Penanggulangan Hipertensi di Posbindu Rungki Cigembor Kepada Masyarakat, 2 (1), 202–205.
- Mawaddah, N., & Wijayanto, A. (2020). Peningkatan Kemandirian Lansia Melalui Activity Daily Living Training Dengan Pendekatan Komunikasi Terapeutik. *Hospital Majapahit (Jurnal Ilmiah Kesehatan Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto)*, 12(1), 32–40.
- Priyanto, A. N., Wirakhmi, I. N., & Susanto, A. (2022). Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Activity of Daily Living. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(1), 173–180.
- Riyeldi Ramadan, H., Studi Keperawatan, P., & Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, F. (2023). Pinang Masak Nursing Journal GAMBARAN TINGKAT KEMANDIRIAN LANSIA DALAM PEMENUHAN AKTIFITAS SEHARI-HARI DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI LUHUR PROVINSI JAMBI TAHUN 2023. In *Pinang Masak Nursing Journal* (Vol. 2, Issue 1). <https://online-journal.unja.ac.id/jpima>
- Rohaedi, S., Tuty Putri, S., & Dini Karimah, A. (2016). TINGKAT KEMANDIRIAN LANSIA DALAM ACTIVITIES DAILY LIVING DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA SENJA RAWI. In *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia* (Vol. 2, Issue 1). <http://ejournal.upi.edu/index.php/JPKI>
- Ryan, S. M., & Brady, O. (2024). Cognitive stimulation in activities of daily living for individuals with mild-to-moderate dementia (CS-ADL): Study protocol for a randomised controlled trial. *PLOS ONE*, 19(9), e0309337.
- Septiarini, I. G. A. V., Sendratari, L. P., & Maryati, T. (2019). PERAN DAN FUNGSI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA JARA MARA PATI BULELENG, BALI DALAM PEMBERIAN LAYANAN KEPADA LANSIA (Potensinya Sebagai Sumber Belajar Sosiologi SMA Kelas X). *Jurnal Pendidikan Sosiologi Undiksha*, 1(1), 101–111.
- Sitorus, I. D. (2015). Pengaruh Senam Lansia Terhadap Aktivitas Sehari-Hari Pada Lansia Di Graha Werdha Marie Joseph Pontianak. *ProNers*, 3(1).
- Sudirman, A. N., Febriyona, R., & Mamuki, R. (2021). Perilaku Keluarga Dengan Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-Hari Di Desa Hutabohu Kecamatan Limboto Barat Kabupaten Gorontalo. *Zaitun (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 8(1).
- Sulastri, S., & Humaedi, S. (2017). Pelayanan lanjut usia terlantar dalam panti. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 155–164.

- Susilowati, T. (2017). Senam Rematik Tingkatkan Kemandirian Lansia Dalam Melakukan Activity Daily Living Di Panti Wreda Dharma Bakti Surakarta. *Gaster*, 15(1), 28–36.
- Tinungki, Y. L., Kalengkongan, D. J., & Patras, M. D. (2022). Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Adl (Activity Daily Of Living) Dengan Metode Barthel Indeks di Posyandu Lansia Kecamatan Tamako Kabupaten Kepulauan Sangihe. *Jurnal Ilmiah Sesebanua*, 6(2), 58–66.
- Triwanti, S. P., Ishartono, I., & Gutama, A. S. (2014). Peran panti sosial tresna werdha dalam upaya meningkatkan kesejahteraan lansia. *SHARE Social Work Journal*, 4(2), 181588.
- Widyanoro, W., Widhiastuti, R., & Atlantika, A. P. (2021). *HUBUNGAN ANTARA DEMENSIA DENGAN ACTIVITY OF DAILY LIVING (ADL)*. 5(2).

Format Sitasi: Sudirman, A.N.A., Firmawati, Sudirman. A.A. (2025). Pembinaan Keterampilan Pembuatan Program Activity Daily Living (ADL) dengan Modifikasi Kalender pada Pengasuh Lansia. *Reswara. J. Pengabdi. Kpd. Masy.* 6(1): 139-146. DOI: <https://doi.org/10.46576/rjpkm.v6i1.4984>



Reswara: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat oleh Universitas Dharmawangsa Artikel ini bersifat open access yang didistribusikan di bawah syarat dan ketentuan dengan Lisensi Internasional Creative Commons Attribution NonCommercial ShareAlike 4.0 ([CC-BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/))