



## Memahami kebutuhan dan preferensi desain celana perempuan *baby boomer* berdasarkan kapasitas fisiologis dan aktivitas harian

Ursae Pramesvari

Program Studi Produksi Garmen, Politeknik STTT Bandung

Jl. Jakarta No. 31, Kel. Kebonwaru, Kec. Batununggal, Kota Bandung, Jawa Barat 40272, Indonesia

\*Correspondence author: [ursaepamesvari@gmail.com](mailto:ursaepamesvari@gmail.com)

### Received:

03/12/2025

### Final Revision:

13/01/2026

### Accepted:

24/01/2026



This work is  
licensed under a  
[CC-BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

### Abstrak.

Perempuan generasi baby boomer di Indonesia telah memasuki tahap usia lanjut dan mengalami berbagai perubahan fisiologis akibat proses penuaan, seperti perubahan bentuk tubuh, sensitivitas kulit, gangguan termoregulasi, penurunan penglihatan, inkontinensia urine, dan menurunnya kekuatan otot. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi kapasitas fisiologis perempuan generasi baby boomer yang terkait dengan penggunaan celana serta memahami preferensi desain celana yang sesuai dengan gaya hidup mereka saat ini. Metode yang digunakan adalah campuran, melibatkan wawancara semi-terstruktur dan pengukuran fisiologis pada 30 partisipan perempuan berusia 60–79 tahun di wilayah Bandung. Hasil menunjukkan bahwa gaya berpakaian lansia sangat dipengaruhi oleh kondisi fisiologis, aktivitas harian, nilai keagamaan, serta preferensi pribadi. Lansia membutuhkan celana dengan potongan yang sedikit longgar, bukaan yang mudah diakses, material yang nyaman, dan desain yang tidak hanya praktis tetapi juga menarik secara visual. Selain itu, efisiensi dalam pembelian dan perawatan pakaian menjadi pertimbangan penting. Temuan penelitian ini memberikan implikasi praktis bagi perancang dan industri mode dalam mengembangkan desain celana yang lebih adaptif, inklusif, dan relevan dengan kebutuhan fisiologis serta gaya hidup perempuan *baby boomer*.

**Kata kunci:** Baby Boomer, Lansia Perempuan, Desain Celana, Mode

### Abstract.

*Indonesian baby boomer women experience various physiological changes due to aging, including altered body shape, increased skin sensitivity, thermoregulation issues, declining vision, urinary incontinence, and reduced muscle strength. This study aims to identify the physiological capacities of baby boomer women related to pants design needs and to understand their design preferences concerning their current lifestyle. A mixed method was used, involving semi-structured interviews and physiological measurements on 30 female participants aged 60–79 in the Bandung area. The results indicate that daily activities, religious values, and personal preferences strongly influence the clothing choices of elderly women. They require pants with flexible cuts, accessible openings, comfortable materials, and designs that are not only practical but also visually appealing. In addition, cost-efficiency in purchasing and ease of care are important considerations. The findings of this study provide practical implications for designers and the fashion industry in developing pants designs that are more adaptive, inclusive, and responsive to the physiological needs and lifestyles of baby boomer women.*

**Keywords:** Baby Boomer, Elderly Woman, Pants Design, Fashion

## Pendahuluan

Generasi *baby boomer* adalah kelompok individu yang lahir antara tahun 1946 hingga 1964 (Rahman & Yu, 2018), sebuah periode yang dikenal dengan lonjakan angka kelahiran pasca-Perang Dunia II di berbagai negara (Samuel, 2022), termasuk Indonesia. Hingga tahun 2024, seluruh generasi ini telah memasuki usia lanjut atau lansia. Menurut definisi dari WHO dan Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, seseorang dikategorikan sebagai lansia apabila telah berusia 60 tahun ke atas (BKKBN, 2024; WHO, 2007). Berdasarkan data Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) Maret 2023 yang dirilis oleh Badan Pusat Statistik (2023), sekitar 11,75 persen atau setara 29 juta jiwa dari total populasi Indonesia adalah lansia. Lansia perempuan merupakan kelompok mayoritas dalam populasi lansia (Badan Pusat Statistik, 2023).

Penuaan merupakan proses multidimensional yang membawa perubahan fisiologis signifikan. Individu berusia lanjut mengalami penurunan penglihatan, penurunan stamina akibat melemahnya fungsi kardiovaskular (North & Sinclair, 2012), serta penurunan kekuatan otot dan keseimbangan (Al-Omari & Al Dabbagh, 2022; Stefanacci, 2024) yang dapat berdampak pada gerakan mengenakan dan melepas celana. Perubahan postur dan proporsi tubuh (Vianna & Quaresma Manuela, 2015) juga mempengaruhi kebutuhan akan ukuran pakaian khusus, selain itu sensitivitas kulit dan termoregulasi (Debora, 2020) berpengaruh pada pemilihan material. Selain itu, terjadi pula penurunan fungsi kognitif, yang memengaruhi kecepatan gerak, koordinasi, dan ketangkasan (Kartinah & Sudaryanto, 2008), sehingga dapat berimplikasi pada orientasi berpakaian. Lansia perempuan memiliki kecenderungan lebih tinggi terhadap masalah kesehatan degeneratif dan perubahan bentuk tubuh yang signifikan. Perubahan-perubahan ini turut memengaruhi cara lansia berinteraksi dengan pakaian yang mereka kenakan sehari-hari.

Generasi *baby boomer* yang berusia di atas 60 tahun ini pada umumnya telah memasuki masa pensiun (Slagsvold & Hansen, 2021), tetapi data Survei Angkatan Kerja Nasional (Sakernas) pada Agustus 2023 menunjukkan bahwa 59,93% atau lebih dari setengah populasi lansia Indonesia masih aktif bekerja (Direktorat Statistik Kependudukan dan Ketenagakerjaan, 2023). Transisi peran dari pekerja produktif menjadi lansia aktif membawa dampak pada perubahan gaya hidup dan kebutuhan berbusana mereka. Tidak hanya itu, lansia juga menginginkan busana yang tetap modis, tidak hanya sesuai dengan bentuk tubuhnya (Farzana N dkk., 2023). Oleh karena itu, aspek desain seperti ukuran, potongan, warna, dan kenyamanan penggunaan menjadi penting untuk diperhatikan (Luan Dellarmelin, 2020). Salah satu item pakaian yang paling krusial dalam hal ini adalah celana. Celana digunakan dalam berbagai aktivitas sehari-hari dan sangat dipengaruhi oleh perubahan fisiologis lansia. Berbeda dari rok atau gaun, celana memerlukan perhatian khusus pada aspek fleksibilitas, kenyamanan gerak, serta kemudahan dalam pemakaian dan pelepasan, terutama bagi mereka yang memiliki keterbatasan mobilitas. Desain celana yang tidak sesuai dapat mengganggu kenyamanan, membatasi gerakan, bahkan meningkatkan risiko cedera (Fan & Hu, 2022; Güzel, 2013).

Meskipun berbagai studi sebelumnya telah membahas kebutuhan busana lansia dari aspek ergonomi, preferensi konsumen, maupun perubahan fisiologis akibat penuaan, kajian yang secara spesifik mengaitkan kapasitas fisiologis dengan aktivitas berpakaian serta preferensi desain celana masih terbatas, khususnya dalam konteks perempuan lansia di Indonesia. Penelitian terdahulu umumnya berfokus pada konteks Barat atau mengkaji busana lansia secara umum tanpa menelaah secara mendalam interaksi tubuh dengan pakaian pada aktivitas mengenakan dan melepas celana. Oleh karena itu, penelitian ini menawarkan kebaruan melalui pendekatan desain berbasis pengguna yang mengintegrasikan data fisiologis terukur, observasi aktivitas berpakaian, dan preferensi desain celana yang sesuai dengan gaya hidup mereka saat ini, nilai-nilai personal, serta kebutuhan emosional akan identitas diri perempuan *baby boomer* Indonesia sebagai dasar perumusan kriteria desain celana. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah keilmuan desain mode, khususnya dalam pengembangan desain busana lansia yang kontekstual, adaptif, dan berorientasi pada kemampuan pengguna.

## Metode

Penelitian menggunakan metode campuran, yang melibatkan wawancara serta pengukuran kemampuan fisiologis 30 partisipan perempuan generasi *baby boomer*. Jumlah partisipan ditentukan berdasarkan pertimbangan kecukupan data untuk mencapai kedalaman informasi dan pola tematik yang berulang. Seluruh partisipan merupakan perempuan generasi *baby boomer* berusia 60–79 tahun yang masih aktif melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri, sehingga relevan untuk mengkaji aktivitas berpakaian celana. Pemilihan wilayah Kota Bandung didasarkan pada aksesibilitas peneliti serta karakter urban yang merepresentasikan lansia aktif dengan beragam latar belakang sosial dan aktivitas. Oleh karena itu, hasil penelitian ini tidak dimaksudkan untuk digeneralisasikan secara statistik, tetapi untuk memberikan pemahaman kontekstual dan empiris sebagai dasar pengembangan desain busana lansia.

Wawancara yang dilakukan adalah jenis wawancara semi terstruktur dan dilakukan secara tatap muka menggunakan metode perekaman suara. Pertanyaan yang diajukan mencakup 3 tema, yakni tentang kendala fisik yang dialami selama proses penuaan, kebutuhan dasar terkait produk celana, dan preferensi desain celana. Data kualitatif yang diperoleh dari wawancara dan observasi dianalisis menggunakan analisis tematik. Proses analisis dilakukan melalui beberapa tahapan yakni familiarisasi data, di mana peneliti menyalin rekaman wawancara dan membaca ulang transkrip secara menyeluruh untuk memahami konteks pengalaman partisipan. Berikutnya adalah pengkodean awal, dengan mengidentifikasi unit makna yang berkaitan dengan kendala fisik, pengalaman berpakaian, serta kebutuhan dan preferensi desain celana. Kode-kode yang memiliki kesamaan makna kemudian dikelompokkan untuk membentuk kategori awal. Pada tahap selanjutnya, kategori tersebut disintesis menjadi tema-tema utama yang merepresentasikan pola pengalaman dan kebutuhan partisipan secara konsisten.

Pengukuran kapasitas fisiologis dalam penelitian ini difokuskan pada dua kemampuan fungsional utama, yaitu fleksi batang tubuh dan keseimbangan statis melalui uji *single leg stance*. Pemilihan kedua parameter ini didasarkan pada keterkaitannya secara langsung dengan aktivitas mengenakan dan melepas celana, yang memerlukan kemampuan membungkuk serta menjaga keseimbangan saat berdiri dengan satu kaki. Pengukuran ini tidak dimaksudkan sebagai asesmen klinis menyeluruh, tetapi sebagai indikator fungsional yang relevan dalam konteks desain busana. Selain itu dilakukan pula pengamatan postur tubuh saat mempraktikkan gerakan mengenakan dan melepas celana menggunakan celana uji. Dengan demikian, pengukuran tersebut dipandang cukup representatif untuk mengidentifikasi tantangan fisiologis yang berpengaruh terhadap interaksi pengguna dengan celana.

Penelitian ini telah mempertimbangkan aspek etika penelitian dengan melibatkan partisipasi sukarela dan persetujuan sadar (*informed consent*) dari seluruh partisipan. Sebelum pengambilan data, partisipan diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, prosedur yang akan dilakukan, potensi ketidaknyamanan, serta hak untuk mengundurkan diri kapan saja tanpa konsekuensi. Identitas partisipan dijaga kerahasiaannya melalui penggunaan kode partisipan.

## Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan data pada Tabel 1, mayoritas partisipan berada dalam rentang usia 60 hingga 64 tahun dengan jumlah terbanyak, yaitu 16 orang. Jumlah partisipan dalam rentang 65--69 tahun sebanyak 9 orang, partisipan berusia 71--74 tahun sebanyak 2 orang, dan 3 orang yang berusia 75--79 tahun. Pada penelitian ini, sebagian besar partisipan adalah lansia awal, yang berada dalam fase transisi menuju lansia lanjut. Sebanyak 17 partisipan masih aktif bekerja, sementara 13 partisipan lainnya adalah ibu rumah tangga atau telah pensiun. Kondisi tinggal sehari-hari menunjukkan bahwa partisipan yang tinggal hanya bersama pasangan sebanyak 7 orang, tinggal dengan anak sebanyak 9 orang, serta lebih

banyak partisipan yang tinggal bersama pasangan dan anak, yakni 13 orang. Seluruh partisipan berdomisili di Kota Bandung.

Tabel 1. Karakteristik Demografis Partisipan.

Kode Partisipan	Aktivitas	Pendidikan Terakhir	Kondisi Tinggal	Usia	Tinggi Badan	Berat Badan
L1	Aktif Bekerja (Dosen)	S2	Dengan Pasangan dan Anak	72	144	47
L2	Aktif Bekerja (Dosen)	S2	Dengan Anak	63	160	56
L3	Tidak Bekerja tapi Aktif Berkegiatan di Luar (Pensiun)	D3	Dengan Pasangan	66	150	41
L4	Aktif Bekerja (Instruktur)	S2	Dengan Anak	62	163	60
L5	Aktif Bekerja (Pekerja Taman)	SD	Dengan Pasangan dan Anak	61	160	55
L6	Aktif Bekerja (Pekerja Taman)	SD	Dengan Pasangan dan Anak	65	140	38
L7	Aktif Bekerja (Pekerja Taman)	SD	Dengan Anak	60	140	42
L8	Aktif Bekerja (Pekerja Taman)	SD	Dengan Pasangan	68	138	40
L9	Tidak Bekerja tapi Aktif Berkegiatan di Luar (Ibu Rumah Tangga)	SMA	Dengan Pasangan dan Anak	69	150	64
L10	Tidak Bekerja tapi Aktif Berkegiatan di Luar (Ibu Rumah Tangga)	D3	Dengan Pasangan	62	150	48
L11	Tinggal di Rumah (Ibu Rumah Tangga)	S1	Dengan Pasangan dan Anak	61	155	63
L12	Tidak Bekerja tapi Aktif Berkegiatan di Luar (Ibu Rumah Tangga)	S1	Dengan Pasangan dan Anak	61	158	52
L13	Tinggal di Rumah (Ibu Rumah Tangga)	SMP	Dengan Pasangan	69	158	61
L14	Tinggal di Rumah (Ibu Rumah Tangga)	SMA	Dengan Anak	60	160	73
L15	Tinggal di Rumah (Ibu Rumah Tangga)	SMA	Dengan Anak	70	160	66
L16	Tidak Bekerja tapi Aktif Berkegiatan di Luar (Ibu Rumah Tangga)	S3	Dengan Pasangan dan Anak	60	155	58
L17	Aktif Bekerja (Pekerja Taman)	SD	Dengan Anak	69	135	50
L18	Aktif Bekerja (Pekerja Taman)	SD	Dengan Pasangan	65	150	50
L19	Aktif Bekerja (Wirausaha)	SMA	Dengan Pasangan dan Anak	63	158	68
L20	Aktif Bekerja (Juru Masak)	SD	Dengan Pasangan dan Anak	67	162	82
L21	Aktif Bekerja (Juru Masak)	SMA	Dengan Pasangan dan Anak	60	152	58
L22	Aktif Bekerja (Petugas Kebersihan)	SD	Dengan Anak	63	150	60

L23	Aktif Bekerja (Petugas Kebersihan)	SD	Dengan Pasangan dan Anak	61	145	48
L24	Aktif Bekerja (Pekerja Taman)	SD	Dengan Anak	67	150	55
L25	Aktif Bekerja (Pekerja Taman)	SD	Lainnya	75	150	65
L26	Tinggal di Rumah (Pensiun)	S1	Dengan Pasangan dan Anak	62	158	52
L27	Tinggal di Rumah (Ibu Rumah Tangga)	SMA	Dengan Pasangan dan Anak	60	148	51
L28	Aktif Bekerja (Berdagang)	SMA	Dengan Pasangan	60	142	52
L29	Tinggal di Rumah (Ibu Rumah Tangga)	SMA	Dengan Anak	80	144	47
L30	Tinggal di Rumah (Ibu Rumah Tangga)	SMP	Dengan Pasangan	76	147	48

Sumber: Dokumentasi Pribadi.

### Interaksi antara Postur Tubuh, Material, dan Potongan Celana

Kondisi fisik perempuan *baby boomer* di Indonesia mencerminkan tantangan yang kompleks, baik dari segi kesehatan maupun kemampuan beraktivitas sehari-hari. Berdasarkan wawancara dengan partisipan lansia, perubahan fisiologis dapat diidentifikasi melalui beberapa tema utama yakni perubahan struktur tubuh, fungsi tubuh, dan fungsi kognitif. Hasil wawancara dikelompokkan dan dikodekan berdasarkan jawaban perubahan fisik yang dialami, dan ditunjukkan pada Tabel 2.

Tabel 2. Fungsi Fisik Subjektif Partisipan.

Perubahan Fisiologis	Perubahan yang Dialami	Partisipan	Frekuensi
Struktur Tubuh	Penurunan Tinggi Badan	L1, L10, L29 dan L30	4
	Perubahan Lingkar Tubuh	L2, L3, L5, L9, L11, L12, L15, L17, L20, L21	10
	Kelainan Postur	L4, L6, L17	3
Fungsi Tubuh	Penurunan Fungsi Indera Penglihatan	L1, L3, L11, L12, L13, L16, L20, L21, L22, L28, L30	9
	Gangguan Sistem Integumen	L1, L2, L3, L6, L9, L10, L11, L12, L14, L15, L17, L18, L21	13
	Penurunan Kekuatan Otot dan Mobilitas	L1, L2, L5, L7, L8, L9, L11, L12, L14, L15, L16, L17, L18, L19, L21, L22, L23	17
	Inkontinensia Urine	L1, L2, L5, L11, L13, L14, L17, L21, L26, L27, L28	11
Fungsi Kognitif	Penurunan daya ingat	Hampir seluruh partisipan, kecuali L4 dan L16	28
	Penurunan Kewaspadaan	L1, L5, L7, L9, L11, L17, L18, L21	8

Sumber: Dokumentasi Pribadi.

Beberapa lansia melaporkan penurunan tinggi badan 0,5 cm hingga 2 cm akibat penuaan. Beberapa di antaranya mengalami peningkatan kifosis (punggung melengkung) dan penurunan lordosis lumbar (kurangnya kelengkungan pada punggung bagian bawah), yang memengaruhi postur tubuh secara keseluruhan (Vianna & Quresma Manuela, 2015). Peningkatan lingkar tubuh, terutama di area pinggang dan perut juga dialami oleh sebagian lansia. Perubahan postur tubuh, seperti kifosis ringan dan pembesaran lingkar perut, memengaruhi cara celana berinteraksi dengan tubuh lansia saat duduk, berdiri, dan bergerak. Partisipan cenderung memilih potongan celana yang sedikit longgar

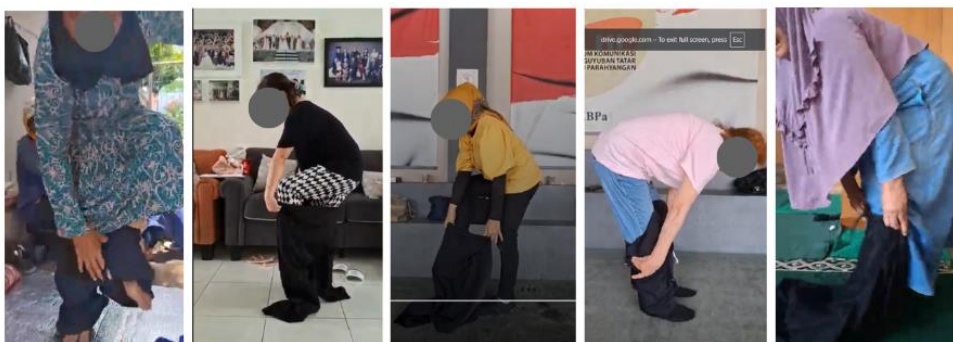
dengan material yang ringan dan elastis, bukan semata-mata karena alasan estetika, melainkan untuk menghindari tekanan pada area perut dan pinggang.

Hampir semua partisipan mengalami penurunan penglihatan, baik dalam bentuk hipermetropia (mata plus), miopia (mata minus), ataupun akibat katarak. Pengancing berukuran kecil dapat menyulitkan partisipan yang mengalami penurunan penglihatan. Selain itu pada sistem integumen partisipan mengalami perubahan elastisitas kulit berupa keriput, kulit kering, dan kulit lebih sensitif. Gangguan termoregulasi juga dilaporkan oleh beberapa partisipan, seperti sering merasa kepanasan maupun kedinginan pada suhu normal. Pemilihan material celana yang tidak tepat dapat menyebabkan ketidaknyamanan untuk penggunaanya, seperti kain yang terlalu tebal, kaku, dan tidak menyerap keringat.

Mayoritas partisipan mengalami penurunan kekuatan otot, sehingga merasa mudah lelah. Mereka cenderung lebih berhati-hati dalam bergerak, yang menyebabkan gerakan melambat dan kurang lincah. Nyeri juga sering dialami pada berbagai bagian tubuh, terutama lutut, paha, punggung, dan pergelangan kaki yang dapat disebabkan oleh penurunan kepadatan mineral tulang. Wanita lebih cenderung mengalami penurunan kepadatan mineral tulang yang lebih signifikan, terutama setelah menopause (Daly dkk., 2013; Zeidan dkk., 2023). Rancangan celana yang mudah dikenakan dan dilepas dapat mengurangi beban kerja otot, serta meminimalkan gerakan pada partisipan yang dapat menyebabkan cedera. Selain itu, sebagian besar lansia juga mengalami kesulitan menahan buang air kecil akibat melemahnya otot perkemihan, yang disebut sebagai inkontinensia urine. Beberapa mengatasi kondisi ini dengan menggunakan *panty liner*, pembalut atau tindakan pencegahan lainnya. Hal ini mendorong kebutuhan akan konstruksi bukaan yang memudahkan partisipan saat akan menggunakan toilet.

Pada fungsi kognitif, hampir seluruh partisipan mengalami penurunan daya ingat, meskipun dengan tingkat yang bervariasi. Beberapa partisipan juga merasa kurang awas terhadap lingkungan sekitar yang menyebabkan sering tersandung atau menenggol barang. Meski tidak diungkapkan secara langsung oleh partisipan, kondisi ini dapat meningkatkan risiko cedera akibat jatuh.

Kebiasaan dan postur berpakaian pada lansia juga diteliti melalui metode observasi. Sebagian partisipan seperti L3, L4, L6, L7, L10, L13, L14, L16, L19, L22, L25, L27 dan L28 mampu mengangkat kaki dengan posisi tubuh yang tidak terlalu membungkuk, serta menunjukkan usaha untuk mengatur ketinggian kaki memberikan kesan gerakan yang lancar dan stabil. Di sisi lain, partisipan L1, L2, L5, L12 menunjukkan pola berhati-hati dalam mengenakan dan melepas celana. Hal ini terutama terlihat pada gerakan mereka yang cenderung lebih lambat dan penuh perhatian, dengan tujuan untuk menghindari ketegangan atau potensi cedera.



Gambar 1. Postur Mengenakan Celana pada Perempuan *Baby Boomer*  
Sumber: Dokumentasi Pribadi

Gambar 1 menunjukkan beberapa partisipan yang melakukan penyesuaian posisi tubuh sebagai respons terhadap kebutuhan menjaga keseimbangan dan stabilitas, seperti L8 dan L29. Sebagian lansia mencondongkan tubuh ke depan, mengangkat sedikit kaki dan berusaha memasukkan kaki dengan cepat untuk mengurangi durasi berdiri dengan satu kaki. L15, L18, L20, L21, L24 dan L30 melepaskan celana dengan cara menurunkan bagian pinggang celana hingga ke lantai, kemudian

membungkukkan badan secara maksimal untuk mengeluarkan kaki dari lubang celana sehingga tidak perlu mengangkat kaki yang tinggi.

### Kapasitas Fisiologis dan Strategi Adaptasi Berpakaian

Tantangan dalam aktivitas berpakaian pada perempuan *baby boomer* bervariasi tergantung pada kondisi fisik, preferensi pribadi, dan pengalaman masing-masing individu. Penurunan kemampuan fisik akibat penuaan menjadi salah satu faktor utama yang memengaruhi cara mereka berpakaian. Untuk mengetahui lebih dalam mengenai kemampuan gerakan yang terkait aktivitas berpakaian pada kelompok ini, dilakukan pengukuran fungsi fisik kepada 30 partisipan. Pemeriksaan fleksibilitas punggung bagian bawah dilakukan dengan cara mengukur jarak ujung jari dan lantai saat melakukan gerakan fleksi batang tubuh atau membungkuk, yang hasilnya ditunjukkan pada Tabel 3. Gerakan ini dibutuhkan saat seseorang akan memasukkan kaki ke lubang bukaan celana.

Tabel 3. Frekuensi dan Rata-Rata Kemampuan Fleksi Batang Tubuh.

Usia	Rentang Jarak (cm)	Frekuensi	Rata-Rata (cm)
60-64	0-5	14	1.77
	6-10	2	
	11-15	0	
	>15	0	
65-69	0-5	7	
	6-10	0	
	11-15	2	
	>15	0	
70-74	0-5	2	
	6-10	0	
	11-15	0	
	>15	0	
75-79	0-5	4	
	6-10	0	
	11-15	0	
	>15	0	

Sumber: Dokumentasi Pribadi.

Berdasarkan pengukuran kemampuan gerakan fleksi batang tubuh diperoleh bahwa mayoritas partisipan dalam penelitian ini masih memiliki kemampuan membungkuk yang sangat baik, karena masih mampu menyentuh ujung jarinya ke lantai. Faktor-faktor seperti kebiasaan aktivitas fisik, postur tubuh, serta kondisi kesehatan tertentu kemungkinan berperan dalam menjaga fleksibilitas mereka.

Sebagaimana yang juga terdapat pada Gambar 1, beberapa partisipan menurunkan celana hingga menyentuh lantai sebelum mengeluarkan kaki, atau membungkukkan tubuh secara maksimal agar tidak perlu mengangkat kaki tinggi. Strategi ini menunjukkan adanya adaptasi perilaku sebagai respons terhadap kekhawatiran akan kehilangan keseimbangan, kelelahan otot, atau nyeri sendi, serta menegaskan bahwa mayoritas memiliki kemampuan fleksi batang tubuh yang masih tergolong baik.

### Keseimbangan Tubuh dan Risiko Jatuh

Selain mengamati kemampuan membungkuk, dilakukan pula pengukuran terhadap kemampuan menjaga keseimbangan di atas satu kaki dengan teknik *Single Leg Stance*. Menurut (Micale SPT, 2022) nilai normatif berdasarkan usia untuk kemampuan menjaga keseimbangan dengan metode tes SLS, yakni selama 26,9 detik untuk lansia berusia 60-69 tahun, dan 15 detik untuk lansia berusia 70-79 tahun.

Pada hasil pengukuran di tabel 4, mayoritas partisipan tidak mencapai nilai normatif keseimbangan sesuai kelompok usia. Kondisi ini berkorelasi dengan temuan observasi, di mana partisipan cenderung mempercepat proses memasukkan kaki ke dalam celana atau mencari posisi tubuh yang lebih stabil. Partisipan dengan usia yang lebih muda memiliki durasi keseimbangan yang

lebih baik dibandingkan kelompok usia yang lebih tua. Kemampuan keseimbangan yang menurun ini memiliki implikasi langsung terhadap aktivitas sehari-hari, terutama dalam mengenakan pakaian seperti celana. Proses mengenakan celana umumnya memerlukan keseimbangan yang baik karena individu harus berdiri di atas satu kaki saat memasukkan kaki ke dalam lubang celana. Dengan durasi keseimbangan yang rendah, lansia berisiko kehilangan keseimbangan dan jatuh selama aktivitas ini, terutama jika tidak ada pegangan atau dukungan.

Tabel 4 Frekuensi dan Rata-Rata Single Leg Stance.

Usia	Durasi (detik)	Frekuensi		Rata-rata (detik)	
		Kaki Kanan	Kaki Kiri	Kaki Kanan	Kaki Kiri
60-64	0-10	9	9		
	11-20	6	5		
	21-30	1	2		
	>30	0	0		
65-69	0-10	8	8		
	11-20	1	1		
	21-30	0	0		
	>30	0	0	8.87	8.18
70-74	0-10	1	1		
	<b>11-20</b>	0	0		
	<b>21-30</b>	1	1		
	>30	0	0		
75-79	0-10	3	3		
	11-20	0	0		
	21-30	0	0		
	>30	0	0		

Sumber: Dokumentasi Pribadi.

### Gaya Hidup yang Memengaruhi Kebutuhan Celana

Pemilihan jenis pakaian dipengaruhi oleh tingkat aktivitas lansia. Dalam melakukan aktivitas sehari-hari sebagai kelompok pensiun yang aktif dan sebagian yang masih bekerja, fungsi pada pakaian dirasa sangat penting yakni sebagai perlindungan tubuh dari lingkungan sekitar, memfasilitasi aktivitas dasar seperti berjalan, duduk, berganti pakaian, menggunakan toilet, serta menaiki kendaraan roda dua atau kendaraan umum. Lansia seperti L2, L18, L20 yang masih aktif bekerja cenderung memilih celana karena lebih praktis untuk mobilitas yang tinggi. Selain itu, nilai estetika juga menjadi perhatian, dengan beberapa partisipan seperti L2, L11, L12 dan L16 yang memilih celana sesuai dengan jenis kegiatan agar tetap terlihat menarik.

Sebagian partisipan menekankan bahwa saat ini mereka lebih banyak terlibat pada kegiatan keagamaan dan ibadah. Beberapa lansia, seperti L2 dan L5, mempertimbangkan model pakaian yang sesuai dengan nilai-nilai keagamaan dan kesopanan. L21 merasa celana berkancing tidak nyaman untuk digunakan saat beribadah, sehingga lebih memilih celana dengan pinggang elastik. Ketidaknyamanan ini disebabkan oleh pembesaran lingkaran tubuh di area pinggang dan perut yang umum dialami oleh mayoritas lansia.

Beberapa partisipan khususnya yang tinggal hanya bersama pasangan masih mengerjakan beberapa pekerjaan rumah, seperti mencuci pakaian. Seiring dengan penurunan fisiologis, partisipan menyebutkan bahwa dirinya lebih menyukai produk dengan perawatan yang minimal atau mudah. Beberapa partisipan mengungkapkan pertimbangan terkait perawatan dan daya tahan celana, misalnya bahan celana tertentu lebih sulit dibersihkan dari noda, sehingga menyulitkan dalam perawatan (L8). Lansia yang lebih memilih kepraktisan dalam pemakaian juga cenderung memilih celana yang mudah dicuci dan tidak memerlukan perawatan khusus (L6, L15, L19).

Dari hasil wawancara ini, terlihat bahwa perempuan generasi *baby boomer* memiliki kebutuhan dasar terkait pakaian yang berbeda-beda, tergantung pada tingkat aktivitas, kondisi fisik, dan preferensi pribadi. Kepraktisan, kenyamanan, serta kemudahan dalam penggunaan dan perawatan

menjadi faktor utama dalam pemilihan pakaian yang dapat memenuhi kebutuhan dasar. Selain itu nilai estetika yang sesuai dengan usia juga dinilai sangat penting.

### Preferensi Fitur dan Desain Celana

Wawancara juga dilakukan untuk menggali preferensi pribadi terkait desain celana. Pengelompokan respon partisipan mencakup jenis celana, potongan, warna, bahan, sistem pengancing, hingga fitur tambahan yang dianggap penting seperti pada Tabel 5.

Tabel 5. Preferensi Fitur dan Desain Celana

Fitur Celana	Keterangan	Partisipan	Frekuensi
Jenis Celana dan Potongan	Celana kasual dan kulot	L1, L3, L5, L7, L11, L14, L19, L21, L26, L28	10
	Celana jeans	L9, L15, L27	3
	Celana dengan potongan pas	L2, L6, L8, L17, L20, L23, L24, L25, L27, L29, L30	11
Panjang Celana	Celana Panjang	L1, L2, L5, L6, L7, L8, L9, L10, L11, L14, L15, L16, L17, L18, L19, L20, L21, L22, L23, L25, L26, L27, L28, L29, L30	25
	Celana Pendek	L3, L12, L13, L24	4
Warna	Warna Netral	L1, L2, L8, L10, L21, L26, L29	7
	Warna Gelap	L1, L2, L3, L4, L6, L7, L9, L10, L12, L17, L18, L19, L20, L23, L26, L27, L28, L29	18
	Warna Terang	L3, L12, L21, L22	4
Material	Elastis	L15, L22, L26,	3
	Lembut, Ringan dan Langsai	L3, L5, L6, L8, L11, L12, L14, L17, L19, L20, L21, L24, L25, L26, L27	15
	Denim	L9, L13, L15, L16, L27	5
	Tidak Mudah Kusut	L1, L2	2
Sistem Pengancing	Pita Elastik di Pinggang	L2, L3, L4, L5, L6, L7, L10, L11, L13, L14, L17, L18, L19, L20, L21, L24, L26, L28, L30	19
	Kancing dan <i>Zipper</i>	L1, L2, L4, L9, L10, L12, L15, L22, L25	9
	Kombinasi Pita Elastik di belakang, dengan kancing dan <i>Zipper</i> di depan	L8, L12, L14, L23, L27, L28	6
Fitur Tambahan	Pengaturan Ukuran (Adjustable)	L2, L5, L27	3
	Saku	L1, L5, L7, L11	4

Sumber: Dokumentasi Pribadi.

Sebagian besar lansia memilih jenis celana yang sesuai dengan kebutuhan atau kegiatan sehari-hari. Celana kasual dan kulot lebih sering dipilih untuk kenyamanan sehari-hari, sementara celana dengan potongan pas tetapi tidak ketat untuk kenyamanan dan tampilan yang rapi. Sebagian partisipan menambahkan, celana dengan bagian bawah yang pas, tetapi tidak terlalu sempit lebih diminati. Observasi mengenakan dan melepas celana juga menunjukkan bahwa celana dengan bukaan yang kurang longgar menyebabkan partisipan lebih sering melakukan penyesuaian posisi tubuh, seperti menarik celana berulang kali atau menghindari gerakan tertentu. Temuan ini mengindikasikan bahwa ketidaknyamanan pola dapat meningkatkan beban fisik mikro selama aktivitas harian.

Panjang celana yang dipilih partisipan umumnya menyesuaikan dengan kebutuhan. Mayoritas partisipan lebih menyukai celana panjang karena dianggap lebih sopan dan sesuai dengan kebutuhan aktivitas sehari-hari khususnya di luar rumah. Celana panjang juga dapat melindungi tubuh dari lingkungan sekitar, salah satunya adalah gigitan nyamuk yang cukup mengganggu bagi kulit lansia yang

lebih sensitif. Sementara itu, celana pendek lebih sering digunakan di dalam rumah atau untuk kenyamanan pada aktivitas santai.

Warna gelap dan netral seperti hitam, abu-abu, dan biru tua menjadi pilihan dominan, yakni sebanyak 21 dari 30 partisipan karena dianggap tidak mudah kotor, mudah dipadu padan, dan sesuai untuk berbagai kegiatan. Ada pula partisipan lainnya yang tetap terbuka dengan warna-warna cerah, terutama untuk celana pendek atau kasual. L12 bahkan menyatakan bahwa dirinya menyukai celana berwarna-warni karena senang menyocokkan warna celana dengan pakaian atasan.

Sebanyak 13 partisipan memilih bahan katun atau campuran yang terasa nyaman, tidak mudah kusut, ringan dan mudah dalam perawatan. Celana berbahan denim masih diminati oleh beberapa partisipan, tetapi dengan pertimbangan kenyamanan seperti elastisitas dan kelembutan. Sementara itu, sistem pengancing yang mudah diakses menjadi kebutuhan penting bagi lansia. Sebagian besar partisipan lebih menyukai celana dengan karet elastik penuh di pinggang karena memberikan fleksibilitas, praktis dan mudah dikenakan. Keterbatasan keseimbangan yang ditunjukkan dari hasil pengukuran fisiologis juga tercermin dalam preferensi desain, khususnya pada sistem pengancing. Sebagian besar partisipan lebih memilih celana dengan pinggang elastik penuh atau kombinasi elastik dan bukaan depan, karena dianggap lebih aman dan cepat digunakan, terutama saat berada di toilet.

Fitur tambahan seperti saku, dengan posisi di samping untuk kepraktisan, menjadi elemen penting bagi setengah dari total partisipan untuk menyimpan barang kecil seperti uang dan ponsel. Beberapa partisipan lebih memilih saku yang luas atau dengan penutup *zipper* untuk keamanan. Sementara itu, ada juga yang menyatakan fitur tali di pinggang memungkinkan ukuran pinggang yang dapat diatur (*adjustable*) agar lebih pas saat dikenakan dan tidak mudah melorot. Adanya karet pada lubang kaki juga disebutkan sebagai hal yang berguna. Dengan demikian, preferensi terhadap fitur pada celana tidak hanya berkaitan dengan kenyamanan, tetapi juga merupakan strategi adaptif untuk mengurangi risiko jatuh selama aktivitas berpakaian. Hal ini menegaskan bahwa desain celana lansia perlu mempertimbangkan aspek keselamatan sebagai bagian dari fungsi desain, bukan sekadar fitur tambahan.

### Kriteria Pemilihan Celana

Dalam kriteria pemilihan celana, kesesuaian ukuran menjadi perhatian utama bagi beberapa partisipan, karena berpengaruh pada kenyamanan saat dipakai serta keselarasan dengan bentuk tubuh. Kombinasi antara material dan model celana juga dianggap penting. Partisipan umumnya memprioritaskan bahan yang nyaman, seperti katun atau bahan ringan yang tidak mudah kusut. Kualitas bahan dipandang sebagai faktor penting untuk memastikan celana tahan lama, tidak cepat rusak setelah beberapa kali pemakaian, serta mudah dirawat. Selain itu, beberapa partisipan mempertimbangkan model celana yang sesuai dengan selera atau tren, sementara yang lain lebih mengutamakan kenyamanan dan kemudahan penggunaan. Meskipun model tetap menjadi pertimbangan, saat ini sebagian partisipan tidak hanya mengandalkan preferensi pribadi, tetapi juga melibatkan pasangan atau anak dalam menentukan pilihan celana yang tepat.

Tabel 6. Kriteria Pemilihan Celana

Kriteria Pemilihan Celana		Partisipan	Frekuensi
Ukuran	Ukuran yang pas	L1, L6, L10, L17, L18, L20, L22, L23, L24, L25, L29	11
Kenyamanan Material dan Model	Material yang nyaman	L1, L3, L9, L11, L14, L19, L24, L25, L26, L28, L30	11
	Model yang sesuai	L3, L4, L16, L18, L21, L23, L27, L30	8
Warna	Warna yang disukai	L8, L9, L14, L16, L17, L30	6
Harga	Harga yang Terjangkau	L2, L7, L8, L12, L13, L20, L22, L24, L28, L29	10

Sumber: Dokumentasi Pribadi

Bagi sebagian lansia harga menjadi kriteria utama dalam memilih celana. Beberapa partisipan seperti L7 dan L8 menekankan pentingnya harga celana yang terjangkau, terutama karena mereka mempertimbangkan efisiensi biaya dalam pembelian pakaian. L16 juga menegaskan bahwa mayoritas lansia mengalami penurunan daya beli, sehingga harga yang terjangkau dan kemudahan akses menjadi faktor yang penting dalam memilih celana. Dalam hal warna, partisipan cenderung memilih warna yang belum dimiliki atau yang mereka sukai. Namun, warna biasanya menjadi faktor sekunder setelah harga, bahan, dan ukuran.

### Implikasi Temuan bagi Industri Pakaian

Perancang pakaian ataupun produsen dapat mempertimbangkan karakteristik konsumen perempuan *baby boomer*, seperti aspek fisiologis, gaya hidup dan preferensi pribadi ketika mereka mengembangkan produk celana. Karena perubahan bentuk tubuh pada perempuan *baby boomer* yang berada pada fase lanjut usia, perancang pakaian perlu memperhatikan aspek seperti rasio pinggang-pinggul, panjang celana, potongan yang menutupi tubuh, kelonggaran celana, serta bahan yang mudah dirawat dan tidak terlalu membentuk tubuh. Banyak dari mereka ingin tampil muda dan menarik tanpa terlihat kekanak-kanakan atau terlalu tua. Maka, penting bagi desainer untuk menemukan keseimbangan antara gaya yang modis dan yang sesuai usia.

Model celana berpotongan pas atau sedikit longgar dapat memberi ruang gerak lebih luas, memudahkan pergerakan, serta meminimalkan tekanan pada area sendi lutut dan pinggul. Bagian crotch dibuat lebih longgar agar konsumen merasa nyaman saat duduk ataupun bergerak, serta memfasilitasi mereka yang mengalami inkontinensia urine dengan memakai pembalut sehari-hari. Celana dengan panjang hingga mata kaki memberikan kesan sopan, dan dapat melindungi kulit sensitif dari goresan atau paparan cuaca. Bagian ujung celana dibuat dengan ukuran yang pas untuk menghindari risiko tersandung, tetapi tetap cukup longgar untuk mempermudah proses memasukkan dan mengeluarkan kaki. Hal ini dapat di atasi dengan merancang ujung celana yang terbuka dengan sistem overlap.

Material celana menggunakan kain ringan, tidak kaku, tidak mudah kusut, dan menyerap keringat seperti misalnya kain berserat campuran kapas dan poliester. Jenis material tersebut lebih cepat kering setelah pencucian dan tidak membutuhkan perawatan ekstra sehingga dapat memudahkan lansia. Material *breathable* dengan sirkulasi udara dan kemampuan mengevaporasi keringat yang baik, dipilih untuk menghindari iritasi pada kulit lansia yang lebih sensitif dan kering, serta dapat mengurangi keluhan termoregulasi. Selain itu, kain dengan tambahan serat elastis seperti nilon, spandeks ataupun jenis kain rajut dapat memberikan kenyamanan lebih karena mampu menyesuaikan dengan postur dan dimensi tubuh.

Warna netral dan gelap seperti hitam, abu-abu, biru dongker, coklat tua dapat menyamarkan celana dari noda kotoran, terkesan rapi dan elegan sesuai preferensi mayoritas partisipan. Memberi sentuhan trendi seperti lipit kecil, garis halus di pinggir jahitan dengan menggunakan motif atau warna berbeda menjadi aksen sederhana, tetapi tetap sesuai usia. Untuk mengakomodasi partisipan yang ingin tampil segar dan menarik, pilihan celana dengan warna cerah atau corak lembut dapat diimplementasikan pada desain.

Pada sistem bukaan, dapat dirancang dengan pinggang elastik penuh atau kombinasi elastik-belakang dengan bukaan depan. Hal ini dilakukan untuk memberikan fleksibilitas terhadap perubahan lingkaran tubuh akibat penuaan. Elastik di bagian belakang memberi kesan rapi dan lebih nyaman dibandingkan elastik penuh yang menekan area perut. Selain itu, celana terasa lebih pas dikenakan di pinggang. Penggunaan bukaan di area depan atau samping dengan pengancing berukuran lebih besar disesuaikan untuk lansia dengan gangguan penglihatan dan keterbatasan motorik halus. Opsi bukaan samping dapat menggunakan *invisible zipper* atau *velcro* yang memudahkan pemakaian saat duduk karena memberi area bukaan yang lebih lebar, serta membantu dalam penggunaan toilet.

Beberapa fitur tambahan seperti saku yang mudah dijangkau dan berukuran cukup besar dapat difungsikan untuk perempuan *baby boomer* yang cenderung berperilaku siap sedia dengan menyimpan barang penting seperti tisu, uang, atau telepon genggam. Sementara tambahan detail

reflektif atau kontras warna di bukaan/pinggang dapat diterapkan untuk mempermudah pengenalan bagian depan dan belakang bagi yang mengalami penurunan kognitif.

## Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa partisipan perempuan *baby boomer* mengalami berbagai perubahan fisiologis akibat proses penuaan. Meski demikian banyak dari mereka menyatakan keinginan untuk tetap terlihat muda, sehat, dan aktif di usia lanjut. Data menunjukkan bahwa gaya pakaian yang dikenakan berhubungan erat dengan rutinitas harian, seperti bekerja, menghadiri acara sosial, aktivitas ibadah, serta preferensi pribadi yang berkembang sesuai usia. Hal ini menunjukkan bahwa kebutuhan desain celana bagi perempuan generasi *baby boomer* tidak dapat dipahami semata-mata melalui perubahan fisiologis atau preferensi estetis secara terpisah, tetapi melalui interaksi keduanya dalam aktivitas berpakaian sehari-hari. Temuan penelitian menegaskan bahwa preferensi desain seperti potongan yang lebih longgar, sistem bukaan elastik, dan pemilihan material ringan merupakan respons adaptif terhadap penurunan keseimbangan, perubahan postur tubuh, serta kekhawatiran akan keselamatan saat mengenakan dan melepas celana.

Berdasarkan sintesis hasil pengukuran fisiologis, observasi perilaku berpakaian, dan preferensi pengguna, penelitian ini mengusulkan pendekatan desain celana lansia yang berbasis pada kemampuan fisiologis, dengan menempatkan proses berpakaian sebagai bagian integral dari fungsi desain. Prinsip desain yang dihasilkan menekankan pada pengurangan tuntutan keseimbangan satu kaki, minimisasi gerakan membungkuk ekstrem, fleksibilitas ukuran terhadap perubahan tubuh, serta integrasi aspek keselamatan tanpa mengorbankan nilai estetika dan identitas diri pengguna.

Implikasi bagi industri mode tidak hanya terletak pada penyesuaian model atau ukuran, tetapi pada pergeseran paradigma desain menuju produk yang adaptif, inklusif, dan sensitif terhadap pengalaman tubuh lansia. Industri memiliki peluang untuk mengembangkan lini produk celana lansia yang tidak bersifat medis, tetapi tetap fungsional dan relevan dengan gaya hidup aktif perempuan *baby boomer* Indonesia. Selain itu, mengingat bahwa konsumen perempuan *baby boomer* di usia lanjut cenderung mengalami penurunan daya beli ataupun melakukan efisiensi dalam membelanjakan uang yang mereka miliki, produk yang ditujukan untuk kelompok ini dapat dirancang dengan kualitas yang baik, agar penggunaan produk lebih tahan lama dan ekonomis untuk jangka panjang.

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam hal jumlah partisipan dan cakupan wilayah terbatas pada kota Bandung. Oleh karenanya, hasil temuan belum dapat digeneralisasi untuk seluruh konsumen perempuan *baby boomer* di Indonesia, mengingat adanya kemungkinan perbedaan sosial, budaya, ekonomi di berbagai daerah. Sebagai pengembangan ke depan, penelitian lanjutan perlu diarahkan pada tahap aplikatif, seperti perancangan dan pengujian prototipe celana berbasis temuan penelitian ini, evaluasi kenyamanan dan keamanan pengguna secara eksperimental, serta uji pemakaian jangka pendek dan jangka panjang. Pendekatan tersebut diharapkan dapat memperkuat kontribusi desain berbasis pengguna dalam pengembangan busana lansia yang lebih terukur dan berkelanjutan.

## Referensi

- Al-Omari, S. S., & Al Dabbagh, M. A. (2022). 'Proposed Designs for Elderly Physical Body Problems'. *Advances in Social Sciences Research Journal*, 9(7), 161–186. <https://doi.org/10.14738/assrj.97.12659>
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023*.
- BKKBN. (2024). *Memahami Dimensi Fisik pada Lansia: Tantangan dan Solusi*. <https://golantang.bkkbn.go.id/memahami-dimensi-fisik-pada-lansia-tantangan-dan-solusi>.

- Daly, R. M., Rosengren, B. E., Alwis, G., Ahlborg, H. G., Sernbo, I., & Karlsson, M. K. (2013). 'Gender Specific Age-Related Changes in Bone Density, Muscle Strength and Functional Performance in The Elderly: A-10 Year Prospective Population-Based Study'. Dalam *BMC Geriatrics* 13(1). <https://doi.org/10.1186/1471-2318-13-71>
- Debora, O. (2020). *Modul Perawatan Kulit Lansia* (1 ed.). <https://repository.stikespantiwaluya.ac.id/id/eprint/258/22/III.A.A.2.1%20Modul%20Perawatan%20Kulit%20Lansia.pdf>
- Direktorat Statistik Kependudukan dan Ketenagakerjaan. (2023). *Keadaan Angkatan Kerja di Indonesia*. <https://media.neliti.com/media/publications/49280-ID-keadaan-angkatan-kerja-di-indonesia-februari-2013.pdf>
- Fan, Y., & Hu, X. (2022). 'Functional Clothing Design for the Elderly'. *AHFE (2022) International Conference*, 38, 72-79. <https://doi.org/10.54941/ahfe1001666>
- Farzana, N., Sangamithra, K. M., & Kavitha, S. (2023). 'Exploring Innovations in Adaptive Clothing for Elderly People'. *International Journal of Scientific Research in Engineering and Management*, 07(10), 1-11. <https://doi.org/10.55041/IJSREM26003>
- Güzel, S. (2013). Clothes Preferences and Problems of Consumers Aged 65 and Above. *The Macrotheme Review*, 2(5), 168-181.
- Kartinah, & Sudaryanto, A. (2008). Masalah Psikososial pada Lanjut Usia. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 1(2).
- Luan Dellarmelin, M. (2020). "Old Is Your Grandma!": A Study on Clothes for Elderly Consumers. *Consumer Behavior Review*, 4(2), 84-102. <https://orcid.org/0000-0002-6898-2341>
- Micale SPT, B. J. (2022, Agustus 9). *The Single Leg Balance Test*. <https://capitalareapt.com/the-single-leg-balance-test/>.
- North, B. J., & Sinclair, D. A. (2012). 'The intersection between aging and cardiovascular disease'. Dalam *Circulation Research*, 110(8), 1097-1108. <https://doi.org/10.1161/CIRCRESAHA.111.246876>
- Rahman, O., & Yu, H. (2018). 'A Study of Canadian Female Baby Boomers: Physiological and Psychological Needs, Clothing Choice and Shopping Motives'. *Journal of Fashion Marketing and Management*, 22(4), 509-526. <https://doi.org/10.1108/JFMM-09-2017-0100>
- Samuel, L. R. . (2022). *Rise and fall of Baby Boomers : The Long, Strange Trip of a Generation*. Cambridge Scholars Publishing.
- Slagsvold, B., & Hansen, T. (2021). 'The Baby-boomer Generation, Another Breed of Elderly People'. Dalam *Generational Tensions and Solidarity Within Advanced Welfare States*, 153-172. <https://doi.org/10.4324/9781003129592-12>
- Stefanacci, R. G. (2024). *Changes in the Body With Aging*.
- Vianna, C., & Quaresma, M. (2015). 'Ergonomic Issues Related to Clothing and Body Changes of The New Elderly Women'. *6th International Conference on Applied Human Factors and Ergonomics (AHFE 2015) and the Affiliated Conferences*, 3, 5755-5760. <https://doi.org/10.1016/j.promfg.2015.07.819>
- WHO. (2007). *WHO Global report on falls Prevention in older Age*.
- Zeidan, R. S., McElroy, T., Rathor, L., Martenson, M. S., Lin, Y., & Mankowski, R. T. (2023). 'Sex differences in frailty among older adults'. Dalam *Experimental Gerontology* (Vol. 184). Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/j.exger.2023.112333>