

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia adalah kelompok orang yang mengalami suatu proses perubahan yang berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup (Andriani, 2022). Menurut Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia pasal 1 poin 2 menjelaskan bahwa penduduk lanjut usia adalah mereka yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas (L. Girsang, Potak et al., 2022).

World Health Organization (WHO) tahun 2022 mengategorikan lansia sebagai kelompok yang sudah mengalami proses yang disebut dengan *aging process* atau proses penuaan. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik 2022, Indonesia sudah memasuki era *aging population* sejak tahun 2021, dimana persentase penduduk lanjut usia sudah mencapai lebih dari 10 persen dari jumlah penduduk di Indonesia (L. Girsang, Potak et al., 2022). Bahkan Indonesia sudah mengalami peningkatan jumlah penduduk lansia dari 18 juta jiwa pada tahun 2010, menjadi 25,9 juta jiwa pada tahun 2019, hal ini diperkirakan akan terus meningkat sampai tahun 2035 menjadi 48,2 juta jiwa (Tanjung et al., 2023).

Jumlah penduduk lansia di Sumatera Barat pada tahun 2022 yang dikeluarkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) berdasarkan golongan usia, diantaranya adalah jumlah lansia yang berumur 60-64 tahun berjumlah 225.931 orang, lansia yang berumur 65-69 tahun berjumlah 174.720 orang, jumlah lansia yang berumur 70-74 tahun berjumlah 113.405 orang, dan lansia yang

berumur diatas 75 tahun berjumlah 115.437 orang (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2022). Jumlah ini sangat jauh meningkat jika dibandingkan dengan tahun 2020 dimana total jumlah seluruh lansia di semua golongan umur adalah 579.051 orang, sedangkan total jumlah seluruh lansia di semua golongan umur pada tahun 2022 adalah 629.493 orang (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2022).

Lansia merupakan salah satu kelompok umur yang menjadi perhatian dalam program Rencana Aksi Nasional (RAN) tahun 2016-2019 yang diteruskan kembali dalam program Rencana Aksi Nasional (RAN) tahun 2020-2024 dimana pemerintah mendukung upaya pemberdayaan lansia untuk mencapai kesejahteraan lansia yang sehat, mandiri, aktif, produktif dan berguna bagi keluarga serta masyarakat sekitarnya (R. Dewi et al., 2023). Selain itu, menurut data dari Dinas Sosial Kota Padang menyebutkan bahwa lansia menjadi bagian dari Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS) Kota Padang dimana kesejahteraan lansia sangat diperhatikan. Peningkatan jumlah lansia yang terus melonjak harus disertai dengan perhatian akan penanganan mengenai perubahan-perubahan yang dihadapinya. Karena meningkatnya jumlah lansia, dapat menimbulkan masalah baik fisik ataupun mental yang mempengaruhi kesehatan dan kesejahteraan lansia akibat dari perubahan-perubahan yang terjadi.

Akibat dari masalah-masalah yang dihadapi lansia didukung oleh pendapat Andriani (2022) bahwa proses menjadi lansia menghadapi setiap individu secara alamiah mulai mengalami perubahan-perubahan fungsi fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi yang disertai dengan penurunan. Lansia yang mengalami perubahan dan penurunan fisik serta psikis harus mampu menyelesaikan tugas perkembangannya dengan baik. Hal ini diperkuat dengan

pendapat Havighurst dalam (Hurlock, 2004) yang mengatakan bahwa apabila lanjut usia tidak mampu menyelesaikan tugas perkembangannya dengan baik, maka dapat menimbulkan perasaan tidak puas, putus asa, dan merasa tidak bahagia (Astriewardhany & Purnamasari, 2021).

Berkaitan dengan hal tersebut, kualitas dan kesejahteraan hidup yang dirasakan oleh lansia harus ditingkatkan. Hal ini disebabkan karena manusia tidak hanya perlu untuk bertahan hidup, tetapi juga menginginkan hidup dalam kondisi yang sehat, produktif, dan bahagia (Rahman & Seltris Wongkaren, 2022). Karena perasaan bahagia yang dirasakan dapat menyebabkan lansia bisa mengatasi permasalahan yang sedang dialaminya, yang bisa membuat lansia bisa mencapai *successful aging* karena tingkat kebahagiaan yang dirasakan lansia meningkat.

Berdasarkan data *World Happiness Report*, indeks kebahagiaan penduduk Indonesia pada tahun 2023 berada pada posisi keempat terendah di Asia Tenggara dengan skor yang diperoleh sebanyak 5,277 dari skor standar kebahagiaan yaitu 0 yang diberikan untuk nilai terburuk atau tidak bahagia dan 10 diberikan untuk nilai tertinggi atau sangat bahagia (Helliwell et al., 2023). Dimana Indonesia menempati peringkat ke 84 dari 137 negara yang diteliti (Helliwell et al., 2023). Kemudian berdasarkan data yang dikeluarkan oleh Badan Pusat Statistik (2021), indeks kebahagiaan penduduk Indonesia berdasarkan kelompok umur pada tahun 2017-2021 didapatkan bahwa usia >65 tahun menempati posisi terendah pertama dan usia 41-64 menempati posisi terendah kedua jika dibandingkan dengan kelompok umur lainnya (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2021).

Pernyataan ini diperkuat dengan data yang dikeluarkan oleh Badan Pusat Statistik bahwa masyarakat dengan lanjut usia di Indonesia diketahui memiliki indeks kebahagiaan paling rendah yaitu 68,74. Indeks ini paling rendah bila dibandingkan dengan standar indeks kebahagiaan Indonesia yaitu 71,49. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Sumatra Barat, nilai indeks kebahagiaan penduduknya mengalami penurunan dari 72,43 tahun 2017 menjadi 71,34 di tahun 2021, sehingga hal ini menjadikan Sumatera Barat sebagai salah satu provinsi yang tidak bahagia di Indonesia (BPS Jawa Tengah, 2020).

Menurut (Ariska et al., 2020), kebahagiaan merupakan suatu hal yang penting dalam kehidupan seseorang dan bisa dilihat tanpa memandang usia dan jenis kelamin. Kebahagiaan menjadi sebuah kebutuhan bagi seseorang. Setiap individu akan melakukan segala cara untuk mencapai kebahagiaan yang diinginkannya. Hal ini sejalan dengan Teori Hirarki Maslow yang disampaikan oleh Abraham Maslow bahwa manusia memiliki kebutuhan dasar yang harus dipenuhi dimana ketika semua kebutuhan tersebut dapat terpenuhi maka kebahagiaan dapat dicapai. Sehingga dalam arti lain, kebahagiaan menjadi salah satu indikator yang dapat menggambarkan tingkat kesejahteraan individu (Rahman & Seltris Wongkaren, 2022).

Seseorang yang memiliki rasa bahagia selain akan sehat secara mental, juga akan sehat secara fisik. Dimana rasa bahagia terbukti dapat meningkatkan imun dalam tubuh, menangkal berbagai penyakit, dan mencegah penuaan dini (Fantazilu & Nurchayati, 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh *Mental Health America* bahwa stres, depresi, dan gangguan mental lain yang dialami dalam jangka panjang menjadi penyebab munculnya

berbagai penyakit seperti penyakit jantung, obesitas, gangguan pencernaan, dan penyakit lainnya. Selain itu, seseorang yang merasa bahagia tak hanya dapat menjalani hidup dengan baik namun juga dapat memperpanjang umur. Hal ini sejalan oleh penelitian yang dipublikasikan dalam *U.S. National Library of Medicine* yang berjudul *Social Science & Medicine* bahwa kelompok yang dilaporkan sangat bahagia memiliki resiko kematian lebih rendah 6% dibanding kelompok yang cukup bahagia, dan lebih dari 14% lebih rendah dari yang tidak bahagia.

Hormon-hormon yang dikeluarkan karena adanya perasaan senang atau bahagia akan muncul dan memberikan efek yang akan membuat sel-sel di tubuh bekerja dengan baik. Salah satu hormon-hormon yang di maksud adalah hormon dopamin, hormon serotonin, oksitoksin, dan endorfin. Dimana masing-masing hormon tersebut memiliki perannya masing-masing dalam membantu menjaga kondisi fisik tubuh. Salah satunya adalah hormon dopamin. Selain akan membuat tubuh menjadi lebih baik, hormon dopamin juga berperan sebagai neurotransmitter yang merupakan bagian terpenting dalam kerja otak. Hormon dopamin akan memberikan sensasi menyenangkan yang akan mendorong otak untuk lebih fokus dan membantu meningkatkan fungsi-fungsi motorik dalam tubuh.

Seseorang yang bahagia akan memiliki tingkat kepuasan hidup yang tinggi, tidak pernah berpikir untuk bunuh diri, sering mengingat kenangan indah yang pernah mereka alami, dan dapat merasakan lebih banyak emosi positif daripada emosi yang negatif. Sebaliknya, orang yang merasa tidak bahagia dinilai tidak puas dengan teman atau keluarga mereka, serta sering berpikiran negatif. Keadaan bahagia atau rileks akan menurunkan sekresi

kortisol atau hormon stress sehingga akan terjadi penekanan sistem imun tubuh yang akan menurunkan tingkat depresi (Oktavia et al, 2022).

Kebahagiaan menjadi hal yang sangat penting terutama bagi seseorang yang telah memasuki fase lanjut usia. Seseorang yang memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi memiliki kemampuan untuk mampu mengatur emosi, dan menghadapi masalah dengan baik. Sebaliknya orang yang memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah cenderung merasa hidupnya tidak bahagia, penuh pikiran dan perasaan negatif yang dapat memicu timbulnya kecemasan, kemarahan, bahkan berisiko mengalami depresi (L. Dewi & Nasywa, 2019).

Menurut data yang dikeluarkan oleh *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2021, sekitar 280 juta orang di dunia mengalami depresi dengan perkiraan angka sekitar 5,7% orang dewasa yang berusia lebih dari 60 tahun (Arofah & Sofro, 2022). Selain itu, data dari Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa di Indonesia tingkat prevalensi angka depresi untuk lansia berusia 60 tahun ke atas mencapai 8% dari total jumlah seluruh penduduk Indonesia (Kemenkes RI, 2018). Menurut data WHO 2017 depresi yang berkepanjangan akan menyebabkan lansia memiliki perasaan ingin mengakhiri hidupnya (Arofah & Sofro, 2022). Ini terjadi jika lansia tersebut tidak didampingi oleh keluarga, teman, atau orang-orang disampingnya yang menyebabkan munculnya ketidakbahagiaan. Pernyataan ini diperkuat oleh data yang dihimpun dari WHO bahwa tingkat bunuh diri lansia di Indonesia menduduki peringkat paling tinggi dibanding kelompok usia lainnya.

Menurut data dari WHO *Global Estimates* pada tahun 2019, per 100.000 penduduk Indonesia ditemukan sebanyak 5,36% kasus bunuh diri terjadi di rentang usia 65-74 tahun, kemudian 9,03% terjadi pada kelompok usia 75-84

tahun, dan kasus bunuh diri pada usia di atas 85 tahun mencapai 23,17%. Jika dibandingkan dengan kelompok usia lain, tidak ada satu pun yang menyentuh angka empat. Data lain yang dikeluarkan oleh *Global Health Estimates* (GHE) 2019 juga menyampaikan bahwa secara global, sekitar seperempat kematian akibat bunuh diri atau 27,2% terjadi pada orang dengan usia 60 tahun ke atas. Penyebab banyaknya lansia yang bunuh diri karena banyak lansia yang merasa tidak mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang yang dicintainya yang menimbulkan perasaan tidak berharga kemudian tidak bahagia. Dalam penelitian oleh Madanih (2020) disebutkan bahwa semakin banyak kasih sayang yang diterima, seseorang akan semakin bahagia (Madanih, 2020). Pendapat ini sesuai dengan teori yang disampaikan oleh Abraham Maslow seseorang membutuhkan orang yang dicintai untuk mencapai kebahagiaannya. Permasalahan yang terjadi menjadi crucial karena nyatanya kesehatan fisik dan mental pada lansia sama-sama menjadi hal yang sangat penting untuk diperhatikan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan diantaranya adalah kepribadian, budaya, pernikahan, dukungan sosial, persahabatan, kesehatan, agama dan spiritualitas, dan kerjasama (Handayani, 2021). Setiap individu untuk mencapai kebahagiaan dalam hidupnya maka tidak terlepas dari dukungan keluarga dan lingkungan disekitarnya. Kebahagiaan yang dirasakan dipengaruhi oleh unsur sosial antara lain hubungan dengan masyarakat, tetangga, maupun teman maupun keharmonisan keluarga.

Penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa kebahagiaan lansia tergantung pada beberapa faktor diantaranya adalah kepribadian, budaya, pernikahan, dukungan sosial, persahabatan, kesehatan, agama dan spiritualitas,

serta kerjasama (Andriani, 2022). Dalam penelitian sebelumnya juga disebutkan bahwa urutan faktor yang paling mempengaruhi kebahagiaan lansia adalah dukungan sosial, pendapatan, dan terakhir strategi adaptasi (Khuzaimah et al., 2021).

Menurut (Taylor, dalam Al Amelia et al., 2022) dukungan sosial merupakan bentuk pemberian informasi serta merasa dirinya dicintai dan diperhatikan, terhormat dan dihargai serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban timbal balik dari orang tua, kerabat atau kekasih, teman, jaringan lingkungan sosial serta dalam lingkungan masyarakat. Menurut Zimet 1988, dukungan sosial yang dirasakan memiliki tiga dimensi yang menjadi sumber dukungan sosial, yaitu *family* (keluarga), *friends* (teman), dan *significant other* (orang yang berpengaruh lainnya). Sumber-sumber dukungan sosial sangat berpengaruh terhadap kebahagiaan yang dirasakan oleh lansia.

Individu yang telah memasuki masa lansia sangat memerlukan dukungan sosial dari orang lain yang bisa membuat dirinya menjadi lebih berharga (Firdaus & Adel, 2023). Kebahagiaan di masa tua bukan hanya dibentuk oleh lingkungan fisik, namun juga lingkungan sosialnya dikarenakan manusia merupakan makhluk sosial yang selalu hidup, berinteraksi, dan berkomunikasi dengan orang lain. Apalagi saat sudah memasuki masa lansia dengan segala perubahan dan permasalahan yang menimbulkan perasaan tidak bahagia pada lansia maka dukungan sosial menjadi sangat dibutuhkan untuk mencapai kesejahteraan dan kebahagiaan pada lansia.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh khuzaimah dkk (2021) ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kebahagiaan pada lansia. Artinya semakin banyak dukungan sosial maka

kebahagiaan yang dirasakan lansia juga semakin tinggi (Khuzaimah et al., 2021). Demikian sebaliknya jika sedikit dukungan sosial maka kebahagiaan pada lansia juga akan semakin rendah. Hasil penelitian ini mendukung apa yang sebelumnya ditemukan oleh Moeini et al. (2016) bahwa dukungan sosial yang tinggi dapat meningkatkan kebahagiaan lansia (Khuzaimah et al., 2021). Sehingga penelitian tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peranan penting terhadap tingkat kebahagiaan pada lansia.

Kemudian berdasarkan dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 7 Oktober 2023 kepada lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba, didapat kesimpulan bahwa 8 dari 10 responden merasa bahwa keluarga, teman, dan hal lainnya sangat berpengaruh terhadap kebahagiaan yang dirasakan walaupun responden memiliki perubahan fisik yang hampir sama. Delapan responden dikatakan lebih bahagia dibanding dua responden lainnya karena memiliki perasaan yang optimis di masa tuanya karena masih bisa melaksanakan aktivitas dengan baik seperti berinteraksi dengan lingkungan, melaksanakan kegiatan sosial dan masih bisa berkumpul dengan keluarga dan teman temanya. Sementara dua responden lainnya mengaku merasa menjadi beban bagi keluarga sehingga membuatnya merasa tidak bahagia dan kesepian karena anak-anaknya sudah berkeluarga dan jarang mengunjunginya. Responden juga mengaku jarang berinteraksi dengan orang lain karena tidak bisa melakukan aktivitas dengan baik dan selalu dibantu untuk memenuhi kebutuhan dasarnya.

Melihat begitu dibutuhkannya dukungan sosial terhadap kebahagiaan lansia, maka perlu dilakukan pengkajian yang lebih lanjut terkait dengan hubungan dukungan sosial dengan tingkat kebahagiaan pada lansia. Sehingga,

berdasarkan fenomena tersebut peneliti melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kebahagiaan pada Lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang 2023”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan dari latar belakang di atas maka dapat dirumuskan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana hubungan dukungan sosial dengan tingkat kebahagiaan pada lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang 2023.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan, arah, dan kekuatan Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Kebahagiaan pada Lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi dukungan sosial pada lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang 2023
- b. Untuk mengidentifikasi tingkat kebahagiaan lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang 2023
- c. Untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan dukungan sosial dengan tingkat kebahagiaan pada lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang 2023

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Lanjut Usia (Lansia)

Manfaat yang bisa diperoleh bagi lansia adalah sebagai bahan informasi yang dapat menambah pengetahuan lansia untuk mencegah

timbulnya rasa tidak bahagia, dan memberikan solusi terkait masalah yang berhubungan dengan dukungan sosial dan tingkat kebahagiaan.

2. Manfaat Bagi Puskesmas

Manfaat yang dapat diperoleh bagi puskesmas adalah berupa data dan hasil penelitian yang dapat dijadikan sumber informasi atas hasil penelitian dan masukan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan tingkat kebahagiaan pada lansia.

3. Manfaat Bagi Peneliti

Manfaat bagi peneliti adalah untuk menambah wawasan dan pengetahuan mengenai hubungan dukungan sosial dengan tingkat kebahagiaan pada lansia di RW 01 Kelurahan Batuang Taba Kota Padang 2023.

4. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Setelah dilakukan penelitian peneliti berharap penelitian ini menjadi tambahan pengetahuan untuk peneliti selanjutnya tentang hubungan dukungan sosial dengan tingkat kebahagiaan pada lansia.