

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses penuaan merupakan suatu proses alami yang tidak dapat dicegah oleh setiap individu. Lanjut usia merupakan tahap akhir dalam siklus kehidupan manusia. Lanjut usia (lansia) merupakan kelompok rentan dalam tahap akhir perkembangan kehidupan manusia, mulai dari usia 60 tahun sampai hampir mencapai 120 tahun atau 125 tahun. Usia 60 tahun adalah usia awal seseorang masuk kedalam kategori lansia (Peraturan Pemerintah no 43 tahun 2004). Penurunan fungsi organ tubuh adalah gejala awal individu memasuki fase lansia. Berbagai macam masalah fisik dan psikologis banyak ditemui pada lansia. Masalah fisik dan psikologis ditimbulkan karena beberapa organ lansia tidak berfungsi dengan benar.

Indonesia sudah memasuki fase struktur penduduk menua, yang ditandai dengan proporsi penduduk 60 tahun ke atas sampai tahun 2023 sudah mencapai 32,7 juta orang atau 11,75% dari total penduduk (278,8 juta) (BPS, 2023). Dampaknya adalah Indonesia mengalami population ageing dan diperkirakan pada tahun 2045 jumlah penduduk lansia mencapai 19% dari total penduduk (BPS, 2023). Menurut data dari BKKBN tahun 2022 Sumatera barat merupakan salah satu provinsi yang telah memasuki struktur penduduk menua yaitu persentase penduduk lanjut usia yang lebih besar dari 10%. Menurut data Dinas Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat tahun 2022, Jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di Sumatera Barat sebanyak

663.493 orang atau 10,79% dari jumlah penduduk, yang terdiri dari laki-laki sebanyak 285.412 orang dan perempuan sebanyak 344.081 orang. Berdasarkan data BPS tahun 2022, saat ini di kota padang terdapat 92.259 penduduk usia lanjut atau sekitar 10,1% dari penduduk kota padang.

Menua membawa pengaruh dan perubahan yang menyeluruh, baik pada perubahan fisik, sosial, psikologis, dan moral spiritual (Hardywinoto & Setiabudhi dalam Firdausi, 2016). Perubahan psikologis pada lanjut usia dianggap memiliki dampak yang lebih besar dibandingkan pada usia muda, akibatnya penyesuaian pribadi dan sosial pada lansia menjadi jauh lebih sulit. Saat menghadapi proses menua kondisi psikologis lebih berperan signifikan dalam mempengaruhi tingkat stres pada lansia. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mencegah atau mengurangi beban dari stres yang terjadi pada lanjut usia adalah dengan berusaha mencapai *psychological well-being* (Rupdi, 2013).

Psychological Well-Being (Kesejahteraan Psikologi) adalah suatu keadaan individu yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, tidak ada gejala depresi dan memiliki kepuasan hidup (Hutapea, 2011). Kesehatan psikologis individu dapat digambarkan melalui pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif (Ryff, 1978). Psikologi positif individu dapat digambarkan dengan bagaimana individu berperan aktif dalam lingkungan sosialnya. Penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pengembangan pribadi merupakan aspek-aspek kesejahteraan psikologis yang dapat dinilai untuk menilai

kesejahteraan psikologis seseorang (Hutapea, 2011).Setiap kelompok usia memiliki keinginan untuk tercapainya kesejahteraan psikologi yang positif tidak terkecuali lansia. Lansia pada umumnya merasakan kurang mendapatkan *psychological well-being* dikarenakan lansia merasa produktivitasnya menurun dan merasa minder dengan individu yang berada di usia produktif (Hurlock, 2011).

Kebutuhan psikologis merupakan faktor penting dalam kehidupan seseorang dan menjadi semakin penting dalam kehidupan seorang lansia, karena lansia mengalami berbagai perubahan dan kemunduran yang menyebabkan kehidupan lansia berubah dan memunculkan kebutuhan psikologis yang berbeda dengan kebutuhan psikologis pada masa anak-anak, remaja maupun dewasa. Kebutuhan psikologis ini harus dapat terpenuhi karena apabila tidak terpenuhi maka dapat menimbulkan permasalahan psikologis pada seseorang. Lansia dapat mengalami permasalahan psikologis, seperti adanya perasaan tak berguna, perubahan pada pola hidup, kecenderungan untuk berpikir bahwa ia tidak dibutuhkan lagi, merasa sedih dan kesepian karena kehilangan pasangan hidup dan teman sebaya (Hurlock, 1997).

Penelitian yang dilakukan oleh (Mailisa & Khairani, 2017) mengemukakan bahwasanya *psychological well being* pada lansia di Panti Werdha berada pada kategori kurang yang ditunjukkan dengan frekuensi 34 orang (65,4%) dan menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Desiningrum (2019) didapatkan hasil bahwa 50 lansia (44,6%) memiliki kesejahteraan

psikologis dalam kategori tinggi, 42 lansia (37,5%) memiliki kesejahteraan psikologis dalam kategori sedang dan 20 lansia (17,9%) memiliki kesejahteraan psikologis dalam kategori rendah. Banyaknya permasalahan yang dihadapi lansia merupakan salah satu aspek penting untuk menjaga keseimbangan dalam kualitas hidup lansia yaitu dengan mencapai kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis merupakan hasil evaluasi dari kognitif, afektif serta perilaku dalam proses kehidupan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis menurut Basson (2008) yaitu harapan, *self efficacy*, dan harga diri. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Aritonang (2020) didapatkan hasil bahwa harapan, *self efficacy*, dan harga diri memiliki peran penting dalam menentukan kesejahteraan psikologis seseorang, namun *self efficacy* menunjukkan hubungan yang lebih kuat dibandingkan harapan dan harga diri. Hal ini sejalan dengan penelitian lain bahwa *self efficacy* mempengaruhi kesejahteraan psikologis dan ada hubungan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis, artinya semakin tinggi efikasi diri semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis dan demikian pula sebaliknya (Ezalina et al., 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Ariana (2019) didapatkan hasil bahwa lansia memiliki *self efficacy* rendah 24 orang (46,2%) dan sebagian kecil memiliki *self efficacy* tinggi 9 orang (17,3%), dan hasil penelitian yang dilakukan oleh Okatiranti, Irwan dan Amelia (2017) kepada 69 responden didapatkan hasil bahwa sebanyak 35 responden (50,7%) *self efficacy* tinggi dan sebanyak 34 responden (49,3%) memiliki *self efficacy* rendah.

Self efficacy yang dimiliki seseorang turut mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang. Bandura (2019) menyatakan bahwa *self efficacy* merupakan kemampuan seseorang akan bertindak yang berkaitan dengan keyakinan dan optimis dalam mengatasi berbagai penyebab stres. Sesuai dengan teori Miller (2009) bahwa seseorang akan mengalami depresi ketika mereka telah berpikir negatif terhadap apa yang akan terjadi dan tidak memiliki keyakinan untuk bisa mengatasi masalah yang akan dihadapi.

Self efficacy yang tinggi akan sangat berpengaruh terhadap kesejahteraan. Seseorang dengan *self efficacy* yang tinggi ketika menghadapi situasi yang penuh dengan tekanan, mereka memiliki keyakinan akan mampu untuk menghadapi situasi demi kepercayaan dirinya. Penelitian yang dilakukan oleh Lestari & Hartati (2016) bahwa *self efficacy* sangat diperlukan untuk memperoleh kepuasan hidup, semakin tinggi *self efficacy* seseorang maka akan lebih mampu untuk mencapai kesejahteraan.

Hubungan antara *self efficacy* dan kesejahteraan psikologis pada lansia dapat menjadi kompleks. Tingkat *self efficacy* yang tinggi pada lansia umumnya dikaitkan dengan peningkatan kesejahteraan psikologis. Keyakinan diri yang kuat dapat membantu mereka mengatasi tantangan, mempertahankan kemandirian, dan mengoptimalkan kualitas hidup (Ezalina et al., 2023).

Lansia dengan *self efficacy* yang tinggi cenderung lebih mampu mengatasi stres, menghadapi perubahan fisik dan kognitif, serta menjaga keseimbangan emosional. Hal ini dapat berdampak positif pada aspek-aspek

kesejahteraan psikologis, seperti kebahagiaan, kepuasan hidup, dan kesejahteraan emosional (Al-Khawaldeh et al., 2012).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Jannah (2020) menunjukkan bahwa *self efficacy* sangat penting dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis lansia. Lansia dengan *self efficacy* yang tinggi cenderung lebih mampu mengatasi situasi-situasi sulit yang penuh tekanan dan stres, sehingga kesejahteraan psikologis mereka tetap baik. Penelitian lain yang dilakukan oleh Musyaropah (2022) adanya pengaruh positif antara *self efficacy* terhadap kesejahteraan psikologis, artinya semakin tinggi *self efficacy* yang dimiliki maka akan mempengaruhi tingginya kesejahteraan psikologis dan sebaliknya. Dan penelitian yang dilakukan oleh Kamil dan AL-Hadrawi (2022) menegaskan bahwa meskipun adanya pengaruh beberapa variabel demografis terhadap perkembangan *self efficacy*, masih terdapat korelasi positif dan signifikan antara *self efficacy* yang dirasakan dan kesejahteraan psikologis, dengan tingkat *self efficacy* yang tinggi mempunyai kemungkinan yang lebih kecil untuk memiliki kesejahteraan psikologis yang buruk dibandingkan dengan yang memiliki *self efficacy* yang rendah.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 02 Desember 2023 dari hasil wawancara terhadap lansia di posyandu lansia di kelurahan andalas kepada 10 orang lansia didapatkan 6 lansia mengatakan sulit mengatasi masalah yang sedang mereka hadapi, 8 lansia mengatakan sulit menghadapi masalah dengan tenang dan tidak yakin terhadap kemampuannya dalam menghadapi masalah tersebut. Sedangkan dari aspek kesejahteraan

psikologis didapatkan 6 lansia mengatakan bahwa mempertahankan hubungan yang dekat dengan seseorang merupakan hal yang sulit, 8 lansia mengatakan bahwa menjalani kehidupan dan kurang memikirkan masa depan, dan 7 lansia mengatakan tidak tertarik dengan kegiatan yang dapat memperluas wawasan.

Berdasarkan uraian diatas peneliti melakukan penelitian mengenai “Hubungan *Self Efficacy* dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia di Kelurahan Andalas di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2024”.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang dan permasalahan yang telah diuraikan diatas, maka dapat dirumuskan masalah yang terdapat dalam penelitian ini adalah Bagaimana hubungan antara *Self efficacy* dengan kesejahteraan psikologis lansia di Kelurahan Andalas di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2024.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah diketahuinya Hubungan *Self efficacy* dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia di Kelurahan Andalas di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya nilai rerata *Self efficacy* pada lansia di Kelurahan Andalas di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2024.
- b. Diketuainya nilai rerata kesejahteraan psikologi pada lansia Kelurahan Andalas di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2024.
- c. Diketuainya arah, kekuatan dan hubungan antara *Self efficacy* dengan kesejahteraan psikologi pada lansia kelurahan andalas di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2024.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Lansia

Manfaat bagi lansia adalah sebagai informasi dan menambah pengetahuan lansia mengenai *self efficacy* dan kesejahteraan psikologis.

2. Bagi profesi Keperawatan

Manfaat bagi profesi keperawatan adalah untuk menambah wawasan dan pengetahuan serta sumber informasi untuk memberikan pelayanan dan asuhan keperawatan khususnya keperawatan gerontik untuk mengatasi *self efficacy* dan kesejahteraan psikologis pada lansia.

3. Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan

Manfaat bagi instansi kesehatan adalah untuk menambah informasi dan pengetahuan mengenai hubungan *self efficacy* dengan kesejahteraan psikologis pada lansia terutama di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2024.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan referensi untuk mengembangkan penelitian selanjutnya tentang *hubungan self efficacy* dengan kesejahteraan psikologis pada lansia.

