

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Secara global, populasi penduduk tua di dunia meningkat secara terus menerus setiap tahunnya. Menurut WHO, pada tahun 2019 jumlah yang berusia 60 tahun ke atas mencapai 1 miliar. Jumlah tersebut akan terus meningkat pada tahun 2030 sebanyak 1,4 miliar, dan pada tahun 2050 di proyeksikan akan mencapai sebanyak 2,1 miliar (WHO, 2022)

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia menjelaskan, lansia merupakan seseorang yang berusia diatas 60 tahun. Semua negara mengalami fenomena *ageing population*, terutama pada negara-negara berkembang. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang berada dalam fase struktur penduduk tua (*ageing population*) sejak tahun 2021. Pada tahun 2022 proporsi penduduk yang berusia diatas 60 tahun mencapai angka 10,48 persen (Badan Pusat Statistik, 2022).

Populasi lansia di Indonesia bertambah lebih cepat dibandingkan negara-negara lain didunia karena tingginya rata-rata usia harapan hidup yaitu dari 68,6 tahun menjadi 70,8 (Kemenkes RI, 2022). Peningkatan usia harapan hidup merupakan salah satu indikator keberhasilan pembangunan kesehatan Indonesia, namun selain menjadi indikator keberhasilan meningkatnya usia harapan hidup juga menimbulkan masalah baru yang

semakin kompleks terkait dengan menurunnya kondisi kesehatan pada individu (Kemenkes RI, 2022)

Peningkatan jumlah populasi lansia tersebut berdampak pada peningkatan jumlah penduduk lansia di Provinsi, Kabupaten/Kota yang ada di Indonesia. Badan Pusat Statistik menyatakan bahwa Sumatera Barat termasuk provinsi yang memiliki struktur penduduk tua mencapai angka lebih dari 10 persen pada tahun 2022, dimana jumlah penduduk lansia di Provinsi Sumatera Barat yaitu 629.493 orang atau 11,16 persen dari jumlah penduduk, yang terdiri dari laki-laki sebanyak 285.412 orang dan perempuan sebanyak 344.081 orang (Badan Pusat Statistik, 2023). Jumlah lansia di Kota Padang yaitu 75.800 orang. Lansia yang ada di Puskesmas Andalas sebanyak 4.103 orang (PUSDATIN, 2023)

Lansia adalah seseorang yang sudah memasuki umur 60 tahun. Ada beberapa permasalahan yang dihadapi oleh lanjut usia yakni diantaranya adanya masalah dalam hal ekonomi, masalah sosial budaya, masalah dalam hal kesehatan, serta masalah psikologis yang terjadi pada lansia (Supraba & Permata, 2021). Masalah psikologis pada lansia merupakan salah satu proses penuaan yang akan dialami oleh semua lansia. Lansia akan mengalami perubahan psikologis seperti *short term memory*, frustrasi, kesepian, takut kehilangan kebebasan, takut menghadapi kematian, perubahan keinginan, depresi, dan kecemasan. Masalah psikologis pada lansia biasanya terjadi karena transisi peran pada lingkungan sosial, kehilangan, perubahan pada fisiologis dan kematian (Andesty & Syahrul,

2018). Perubahan psikologis yang dialami oleh lansia akan mengakibatkan lansia secara perlahan menarik diri dari hubungan dengan masyarakat sekitar sehingga dapat mempengaruhi interaksi sosial. Berkurangnya interaksi sosial pada lansia dapat menyebabkan perasaan terisolir, sehingga lansia memilih menyendiri dan merasa terisolasi, maka hal ini dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia (Andesty & Syahrul, 2018).

Menurut *World Health Organization Quality of Life (WHOQOL)* mendefinisikan kualitas hidup sebagai "persepsi individu tentang posisi hidupnya dalam konteks budaya dan sistem nilai dimana mereka hidup dan dalam kaitannya dengan tujuan, harapan, standar dan perhatian mereka" (Destriande et al., 2021). Yang mencakup beberapa aspek sekaligus, diantaranya aspek kondisi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan dalam kehidupan sehari-hari (Ariyanto et al., 2020).

Penduduk lansia akan mengalami proses penuaan secara terus menerus, sehingga dapat mempengaruhi kesehatan fisiknya. Penurunan fungsi fisik berdampak pada keterbatasan lansia melakukan aktivitas yang akan menyebabkan menurunnya kualitas hidup. Sebagai individu, lansia mengenal akan dirinya termasuk kemampuan, kelebihan dan kelemahan yang ia miliki. Lansia menggunakan kemampuan psikologisnya tersebut untuk berhubungan dengan individu lainnya. Permasalahan psikologis lansia merupakan bagian penentu kualitas hidup seseorang yang dapat terselesaikan dengan adanya dukungan dari keluarga. Bentuk dukungan yang paling dibutuhkan lansia yaitu dukungan emosional mengingat lansia

akan cenderung mengalami kesepian dibanding usia lainnya (Umar et al., 2023). Dukungan atau interaksi sosial dalam keluarga berbanding lurus dengan fungsi keluarga. Ketika keluarga menjalankan fungsi keluarga dengan baik, maka akan terjadi sebuah interaksi yang berjalan dengan baik pula, begitu sebaliknya. Lingkungan tempat tinggal mempengaruhi baik buruknya derajat kesehatan lansia (Nafikadini et al., 2021).

Kualitas hidup yang optimal atau tinggi bagi lansia (*optimum aging*) dapat diartikan sebagai kondisi fungsional lansia berada pada kondisi maksimum, sehingga memungkinkan mereka dapat menikmati masa tuanya dengan penuh bermakna, membahagiakan, berguna, dan berkualitas melalui aktivitas lansia. Aktivitas lansia dapat berupa kegiatan atau aktivitas olahraga secara teratur untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan kemampuan psikomotorik, aktivitas kognitif seperti membaca buku, membaca koran, belajar, dan berdiskusi dengan teman sebaya dan mengajarkan sesuatu kepada orang lain, aktivitas spiritualitas seperti melakukan ibadah sehari-hari dengan tenang sehingga kecemasan hidup dan kematian akan berkurang, serta aktivitas sosial seperti bergabung dalam kelompok lansia sebagai ajang bagi lansia untuk berbagi pengalaman dan bertukar pikiran (Astuti, 2019).

Derajat kesehatan yang optimal dapat membantu lansia terhindar dari berbagai faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup yaitu status kesehatan, ekonomi, tidak adanya dukungan keluarga, kurangnya hubungan dengan teman sebaya, dan lingkungan yang kurang mendukung yang dapat

menimbulkan rasa kesepian. Kesepian merupakan perasaan terasing (terisolasi) atau kesepian adalah perasaan tersisihkan, terpencil dari orang lain, karena merasa berbeda dengan orang lain (Ningsih & Setyowati, 2020).

Kesepian merupakan hal yang bersifat pribadi dan akan ditanggapi berbeda oleh setiap orang, bagi sebagian orang kesepian merupakan suatu hal yang bisa diterima secara normal namun bagi sebagian orang kesepian juga bisa menjadi sebuah kesedihan yang mendalam. Kesepian terjadi saat seseorang mengalami keterpisahan dari orang lain dan mengalami gangguan sosial. Pada umumnya masalah yang paling banyak terjadi pada lansia adalah kesepian. Kesepian menimbulkan perasaan tidak berdaya, kurang percaya diri, ketergantungan, dan perasaan diterlantarkan. Seseorang yang menyatakan dirinya kesepian cenderung menilai dirinya sebagai individu yang tidak berharga, tidak diperhatikan, dan tidak dicintai. Rasa kesepian akan semakin dirasakan oleh lanjut usia yang sebelumnya adalah seseorang yang aktif dalam berbagai kegiatan yang menghadirkan atau berhubungan dengan orang banyak (Bini'matillah et al., 2018).

Kesepian merupakan hasil interaksi dengan individu lain yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan sebelumnya. Sedangkan tingkat kesepian adalah suatu rentang tinggi atau rendahnya perasaan subyektif individu yang berupa perasaan-perasaan negatif seperti terasing, tidak adanya kedekatan dengan orang lain. Kesepian pada lansia dapat terjadi karena kematian pasangan, kemunduran fisik, atau keterbatasan

kemampuan sosial serta minimnya dukungan dari keluarga atau orang terdekat (Batubara et al., 2022).

Fenomena kesepian pada lanjut usia yang merupakan masalah psikologis dapat dilihat dari: sudah berkurangnya kegiatan dalam mengasuh anak-anak, berkurangnya teman atau relasi akibat kurangnya aktivitas diluar rumah. Faktor penyebab kesepian lainnya meliputi meninggalnya pasangan hidup, ditinggalkan anak-anak karena menempuh pendidikan yang lebih tinggi diluar kota atau meninggalkan rumah untuk bekerja, anak-anak telah dewasa dan membentuk keluarga sendiri (Fitriana et al., 2021)

Kesepian mengakibatkan dampak merugikan pada lansia yaitu semakin banyaknya lansia yang mengalami masalah kesehatan mental, tekanan psikologis, dan timbulnya rasa kepuasan hidup yang rendah (Peltzer & Pengpid, 2019). Dampak lainnya yang terjadi terhadap kesepian pada lansia yaitu makin banyaknya lansia yang mengalami depresi, keinginan bunuh diri, gangguan tidur, ketidakbahagiaan, hubungan interpersonal buruk dan tidak dapat menerima orang lain dengan cara positif (Astutik et al., 2019). Kesepian lansia akan berdampak pada kondisi emosional, kemampuan mekanisme koping atau penerimaan dan pada akhirnya akan berdampak pada kualitas hidup lansia (Ningsih & Setyowati, 2020).

Hasil penelitian Ningsih & Setyowati tahun 2020 tentang hubungan tingkat kesepian dengan kualitas hidup pada lansia di Posyandu Lansia Dusun Karet Yogyakarta pada 50 responden menunjukkan terdapat

hubungan antara tingkat kesepian dengan kualitas hidup lansia dengan hasil uji korelasi menggunakan uji *kendall tau-b* yaitu *correlational coefficient* sebesar 0.433 dan angka signifikan $0.000 < 0.05$.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Batubara et al tahun 2022 tentang hubungan tingkat kesepian dengan kualitas hidup pada lansia di Panti Jompo Tresna Werda Kota Bengkulu hasil penelitian terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kesepian dengan kualitas hidup lansia. Dari 68 responden didapatkan lansia dengan tingkat kesepian tinggi dan kualitas hidup buruk sebanyak 57 orang (93,4%). Hasil uji statistik *Spearman rho's* diperoleh nilai $p=0,00$ ($p<0,05$). Sebagian besar lansia dalam penelitian ini memiliki kualitas hidup yang buruk. Hal ini merupakan dampak dari hasil penelitian yang didapat bahwa sebagian besar lansia masuk kategori tingkat kesepian tinggi. Harapan bagi lansia dapat membuka diri untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar dan meningkatkan kepercayaan dirinya sesuai kebutuhan masing-masing. Dengan tingkat kesepian yang rendah dapat mencegah terjadinya penurunan kualitas hidup pada lansia.

Terlihat jelas bahwa kualitas hidup lansia menjadi salah satu topik dan isu yang diperbincangkan saat ini. Kesepian digambarkan sebagai perasaan tidak menyenangkan yang terjadi karena kurangnya interaksi dengan lingkungan. Dengan menyusutnya lingkungan sosial dan meningkatnya pembatasan kesehatan, orang lanjut usia sangat rentan terhadap perasaan kesepian. Kualitas hidup pada lansia juga berfokus pada

aspek yang berhubungan dengan kesehatan dan mencerminkan dampak fungsi fisik dan mental terhadap kehidupan sehari-hari seseorang. Lansia yang mengalami kesepian memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami kesehatan yang buruk, sehingga menurunkan kualitas hidup dan hubungan antara kesepian dengan kualitas hidup dan secara konsisten menegaskan bahwa kesepian merupakan faktor penting dalam menentukan buruknya kualitas hidup (Batubara et al., 2022)

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Puskesmas Andalas Kota Padang pada tanggal 11 Maret 2024 dengan cara melakukan pengamatan dan wawancara terhadap 10 lansia dimana 7 diantaranya memiliki tanda-tanda kesepian. Lansia tersebut tinggal sendiri dan ada juga yang tinggal bersama anaknya namun merasa seperti tidak ada yang menemani mereka. Lansia juga mengatakan lebih memilih untuk dirumah saja karena merasa tidak memiliki teman. Lansia yang tinggal sendiri merasakan bahwa mereka tidak diperdulikan lagi oleh anak-anaknya yang jauh dirantau bahkan untuk komunikasi jarak jauh juga jarang dilakukan, sehingga lansia merasa sedih dan memilih untuk memendamnya sendiri. Lansia tersebut tidak lagi mengharapkan perhatian dari keluarga mereka karena lansia menganggap dirinya hanya menyusahkan. Selanjutnya 6 dari 10 lansia mengatakan bahwa kualitas hidupnya buruk, lansia mengatakan tidak bisa menikmati hidup yang dijalani, karena hanya menghabiskan waktu dirumah sendirian. Lansia mengatakan bahwa dirinya cenderung mempercayai kondisi fisiknya masih sehat tanpa harus dilakukan

pemeriksaan medis. Lansia juga merasa bahwa hidupnya tidak berarti setelah anak-anaknya dewasa. Lansia mengatakan lingkungan yang kurang mendukung dan dukungan keluarga yang kurang maksimal. Lansia juga mengatakan mengalami gangguan tidur, dan cukup sering merasakan perasaan negatif seperti *feeling blue* (kesepian), putus asa, cemas, dan depresi.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Tingkat Kesepian dengan Kualitas Hidup Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana hubungan tingkat kesepian dengan kualitas hidup lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian adalah untuk mengetahui hubungan tingkat kesepian dengan kualitas hidup lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang

- b. Diketuainya distribusi frekuensi tingkat kesepian di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang
- c. Diketuainya distribusi frekuensi tingkat kualitas hidup lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang
- d. Diketahui hubungan kesepian dengan kualitas hidup lansia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang

D. Manfaat Penelitian

- a. Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini dapat menjadi informasi terkait hubungan tingkat kesepian dengan kualitas hidup lansia. Hasil penelitian ini dapat membuktikan pentingnya peran perawat dalam mengatasi masalah psikologis lansia dan meningkatkan kualitas hidup. Perawat dapat meningkatkan dukungan sosial kepada lansia sehingga tidak merasa kesepian dan kualitas hidup pada lansia menjadi lebih baik

- b. Bagi Instansi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat menambah referensi mengenai kesepian pada lansia sebagai sub pokok bahasan tentang mata kuliah Keperawatan Gerontik

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber data awal bagi peneliti selanjutnya, dan dapat dipergunakan sebagai bahan kajian yang lebih lanjut dimasa yang akan datang.

