

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses menua adalah fase alami dari siklus kehidupan manusia yang tidak dapat dihindari oleh siapa pun. Salah satu tanda awal dari proses ini adalah terjadinya penurunan fungsi berbagai organ tubuh, yang kemudian dapat memicu berbagai masalah fisik maupun psikologis pada lansia. Hal ini terjadi karena beberapa organ pada lansia tidak lagi berfungsi secara optimal sebagaimana mestinya (Wang *et al.*, 2025). Seiring dengan meningkatnya populasi lansia, tantangan dalam pelayanan kesehatan pun semakin kompleks, sehingga perlu mengembangkan sistem kesehatan yang lebih responsif. Pertumbuhan populasi lansia ini tidak hanya berdampak pada sektor kesehatan, tetapi juga secara keseluruhan dapat memengaruhi kualitas hidup lansia secara menyeluruh (Sartelli *et al.*, 2023).

Menurut WHO (2022), pada tahun 2030 satu dari enam penduduk dunia diperkirakan akan berusia lanjut, dengan jumlah lansia global meningkat dari 1,4 miliar pada tahun 2020 menjadi 2,1 miliar antara tahun 2030–2050. Di Indonesia sendiri, proporsi penduduk lansia menunjukkan tren peningkatan yang signifikan. Sejak tahun 2021, satu dari sepuluh penduduk tergolong lansia, yang menimbulkan tantangan besar bagi sistem pelayanan kesehatan. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (2023), ditemukan bahwa persentase lansia mencapai 11,75% dari total populasi, dengan proporsi terbesar berada pada kelompok usia 60–69 tahun (65,30%).

Di tingkat regional, jumlah lansia di Kota Padang pada tahun 2023 tercatat sebanyak 75.800 jiwa. Sementara itu, Survei Sosial Ekonomi Nasional dalam penelitian lain menunjukkan bahwa lansia lebih banyak tinggal di kota (56,05%) dibanding dengan wilayah perdesaan (43,95%) (Hadi & Lukas, 2024). Peningkatan jumlah dan distribusi demografis lansia tersebut mendorong perlunya upaya yang terencana dari sistem kesehatan, agar lansia dapat tetap memiliki kualitas hidup yang baik.

Peningkatan jumlah lansia turut disertai oleh tingginya prevalensi penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi, hiperkolestolemia, penyakit jantung, dan asam urat. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada penurunan fungsi fisik dan psikologis lansia, tetapi juga menimbulkan beban tersendiri bagi keluarga dan masyarakat (Bao *et al.*, 2022). Data Riskesdas 2018, mencatat prevalensi hipertensi pada lansia mencapai 34,1%, diabetes melitus sebesar 2,0%, dan stroke sebesar 10,9%. Angka ini menunjukkan tingginya kejadian penyakit kronis pada kelompok lansia. Kondisi tersebut menegaskan perlunya perhatian khusus terhadap lansia, mengingat lansia rentan terhadap komorbiditas dan stigma sosial yang dapat memperburuk isolasi dan kesepian (Lu *et al.*, 2025).

Penyakit kronis tidak hanya berdampak pada aspek fisik, tetapi juga berkontribusi terhadap penurunan kesehatan mental pada lansia. Kondisi ini dapat memicu gangguan psikologis seperti kecemasan dan depresi, yang dipengaruhi oleh penurunan mobilitas, perubahan gaya hidup, serta kebutuhan akan perawatan jangka panjang (Ni *et al.*, 2024). Selain itu, faktor non-medis seperti kehilangan pasangan, kesepian, keterasingan sosial, dan ketergantungan dalam aktivitas sehari-hari turut

memperburuk kondisi psikologis lansia (Prihananto *et al.*, 2023). Jika tidak dikelola dengan baik, akumulasi perasaan negatif ini berpotensi berkembang menjadi depresi, terutama pada lansia yang memiliki mekanisme koping dan *self efficacy* yang rendah (You *et al.*, 2025). Selain itu, sejumlah faktor lain seperti usia, status pernikahan, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, dukungan sosial, serta perubahan hormon serta pengalaman hidup juga turut berkontribusi terhadap risiko terjadinya depresi (Smara *et al.*, 2024).

Depresi pada lansia merupakan gangguan suasana hati yang ditandai dengan kesedihan berkepanjangan, hilangnya minat, dan penurunan energi. Kondisi ini sering tidak dikenali karena dianggap bagian alami dari proses penuaan (Rochmawati & Febriana, 2020). Gejala yang umum ditemukan meliputi gangguan tidur, perubahan nafsu makan, kelelahan, menarik diri secara sosial, hingga pikiran bunuh diri. Penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes, dan jantung menjadi pemicu utama terjadinya depresi pada lansia. Keadaan ini turut diperburuk oleh berbagai faktor lain seperti kehilangan pasangan, isolasi sosial, penurunan kognitif, tekanan ekonomi, dan kurangnya dukungan emosional (Hadrianti *et al.*, 2024). Secara umum, depresi pada lansia merupakan hasil dari interaksi berbagai faktor biologis, psikologis, dan sosial. Beberapa diantaranya meliputi penurunan kadar neurotransmitter di otak, krisis identitas, kesepian, isolasi sosial, tekanan ekonomi, serta penyakit kronis yang membatasi aktivitas. Apabila tidak ditangani secara tepat, kondisi ini dapat berdampak signifikan terhadap penurunan kualitas hidup lansia (Salsabila *et al.*, 2024).

Menurut WHO (2020), prevalensi depresi pada lansia secara global diperkirakan berkisar 8–15%, dengan rata-rata 13,5%. Di Indonesia, sekitar 32% dari 20,9 juta lansia diketahui mengalami depresi (Kusuma *et al.*, 2021). Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2019) menunjukkan bahwa prevalensi depresi meningkat seiring bertambahnya usia, yaitu sebesar 15,9% pada kelompok usia 55–64 tahun, 23,2% pada usia 65–74 tahun, dan 33,7% pada usia di atas 75 tahun (Erwanto *et al.*, 2023). Penyakit kronis yang banyak dialami oleh lansia menyebabkan keterbatasan fisik, peningkatan ketergantungan pada keluarga, serta mengurangi interaksi sosial, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan risiko depresi (Zheng *et al.*, 2025). Selain itu, tekanan ekonomi dan kurangnya dukungan sosial juga turut memperburuk kondisi psikologis lansia (Li *et al.*, 2023). Jika tidak ditangani secara tepat, depresi dapat berkembang menjadi kondisi yang lebih berat bahkan berisiko menimbulkan keinginan untuk bunuh diri. Beberapa faktor yang diketahui memengaruhi depresi pada lansia antara lain tingkat *self efficacy*, riwayat penyakit, status pernikahan, dan dukungan sosial (Lestiyoningsih *et al.*, 2024).

Self efficacy adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya menghadapi tantangan, yang berperan besar dalam perilaku manusia (Bandura, 1997). Pada lansia dengan penyakit kronis, *self efficacy* membantu mereka lebih optimis, patuh pada pengobatan, dan aktif mengelola penyakit, sehingga meningkatkan kualitas hidup dan menurunkan risiko depresi (Sitohang, 2023). Selain itu, *self efficacy* juga berkontribusi pada kepatuhan terapi dan pengelolaan kesehatan secara keseluruhan (Safitri & Hastuty, 2024). Tingkat *self efficacy* pada lansia dengan penyakit kronis

dipengaruhi oleh pengalaman hidup, dukungan sosial, kondisi kesehatan, dan pendidikan. Lansia yang memahami penyakitnya cenderung lebih percaya diri dalam pengelolaan kesehatan (Manoppo, 2024). *Self efficacy* yang tinggi juga terbukti menjaga kesehatan mental dan menurunkan kecemasan (Tobing, 2022), serta berperan sebagai strategi koping yang mendukung gaya hidup sehat dan mencegah depresi (Jiang *et al.*, 2023). Oleh karena itu, *Self efficacy* berperan penting dalam menjaga kesehatan fisik dan mental lansia dengan penyakit kronis. Lansia dengan *self efficacy* yang tinggi biasanya akan lebih mampu mengelola penyakit, stres, dan terapi, serta memiliki risiko depresi yang lebih rendah. Sebaliknya, lansia dengan *self efficacy* yang rendah lebih rentan mengalami keputusasaan dan penurunan kualitas hidup. *Self efficacy* bertindak sebagai faktor protektif psikologis yang memperkuat ketahanan mental dan mendukung peningkatan kualitas hidup pada lansia (Ximenes, 2025).

Beberapa penyakit kronis tidak dapat disembuhkan sepenuhnya, namun dapat dikendalikan secara efektif dengan dukungan *self efficacy* yang tinggi. Contohnya adalah diabetes melitus tipe 2, hipertensi, dan asam urat. Lansia dengan diabetes tipe 2 yang memiliki *self efficacy* tinggi cenderung lebih disiplin dalam mengatur pola makan, rutin berolahraga, dan mematuhi pengobatan, sehingga kadar gula darah dapat tetap terkontrol dan komplikasi dapat dicegah. Demikian pula, penderita hipertensi yang percaya pada kemampuannya untuk menjaga gaya hidup sehat biasanya lebih berhasil dalam menurunkan tekanan darah. Pada kasus asam urat, lansia dengan *self efficacy* tinggi lebih sadar dalam menghindari makanan pemicu dan menjalankan

terapi yang dianjurkan, sehingga serangan nyeri dapat diminimalkan (Rosdina *et al.*, 2024).

Penelitian Cudris-Torres *et al.* (2023) di Kolombia menunjukkan bahwa *self efficacy* berperan sebagai faktor protektif yang meningkatkan kualitas hidup lansia dengan penyakit kronis. studi tersebut melibatkan 325 lansia dan menemukan bahwa *self efficacy* tinggi berkorelasi dengan fungsi fisik dan kesejahteraan psikologis yang lebih baik serta gejala depresi yang lebih rendah (Cudris-Torres *et al.*, 2023). Hal ini sejalan dengan penelitian Suryaningrum (2023) di Panti Wredha Harapan Ibu Semarang yang menunjukkan bahwa dari 23 lansia, sebagian besar mengalami depresi berat (60,9%) dan memiliki *self efficacy* rendah (91,3%). Hanya 2 responden (8,7%) yang memiliki *self efficacy* tinggi, menandakan bahwa *self efficacy* rendah berkaitan dengan sikap menyepelkan tugas karena dianggap sebagai beban yang sulit diselesaikan.

Puskesmas Andalas merupakan salah satu dari 24 puskesmas di bawah naungan Dinas Kesehatan Kota Padang. Wilayah kerja puskesmas ini mengalami peningkatan jumlah populasi lansia, yang tercatat mencapai 4.103 jiwa pada tahun 2023. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Padang (2023) menunjukkan bahwa sebagian besar lansia menderita penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes melitus, hiperkolesterolemia, serta gangguan mental emosional (Dinkes Padang, 2023). Tingginya angka kunjungan menunjukkan bahwa masalah kesehatan pada lansia cukup signifikan, dengan total sebanyak 1.606 kali kunjungan dilakukan oleh lansia tercatat dalam periode Oktober hingga Desember 2024. Hasil studi

pendahuluan yang dilakukan pada 16 Desember 2024 hingga 4 Januari 2025 terhadap 12 lansia dengan penyakit kronis menunjukkan bahwa sebagian besar mayoritas responden (7 orang) merasa kesulitan dan tidak yakin dalam mengelola penyakit yang mereka alami. Selain itu, 5 orang di antaranya teridentifikasi gejala depresi. Temuan ini mengindikasikan bahwa rendahnya tingkat *self efficacy* berhubungan dengan meningkatnya risiko depresi pada lansia.

Berdasarkan data tersebut, *self efficacy* dan kejadian depresi pada lansia dengan penyakit kronis menjadi isu yang perlu diperhatikan dengan serius. Kurangnya penelitian di Indonesia, terkhusus di Sumatera Barat, mengenai peran *self efficacy* dalam mencegah depresi pada lansia dengan penyakit kronis, menjadi celah yang perlu diisi. Apabila tidak ditangani, bisa memperburuk kondisi fisik lansia, menurunkan kepatuhan terhadap pengobatan, dan meningkatkan angka kesakitan maupun ketergantungan pada keluarga. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “Hubungan *Self Efficacy* dengan Kejadian Depresi pada Lansia yang Memiliki Penyakit Kronis di Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2025”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan data dari latar belakang dan masalah yang sudah diuraikan diatas, maka dapat dirumuskan masalah yang terdapat dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan *self efficacy* dengan kejadian depresi pada lansia yang memiliki penyakit kronis di Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2025.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan *self efficacy* dengan kejadian depresi pada lansia yang memiliki penyakit kronis di Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

1. Diketuinya distribusi frekuensi *self efficacy* lansia dengan penyakit kronis di Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2025.
2. Diketuinya distribusi frekuensi *self efficacy* lansia dengan penyakit kronis di Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2025.
3. Diketuinya hubungan *self efficacy* dengan kejadian depresi pada lansia yang memiliki penyakit kronis di Puskesmas Andalas Kota Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat memberikan informasi dan pengetahuan kepada lansia akan pentingnya *self efficacy* dalam menghadapi penyakit kronis, serta mendorong lansia untuk lebih percaya diri dalam mengelola kondisi kesehatannya agar terhindar dari depresi.

2. Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan tambahan informasi terkait hubungan *self efficacy* dengan kejadian depresi pada lansia yang memiliki penyakit kronis. Hasil penelitian ini juga membuktikan bahwa pentingnya peran perawat dalam mengatasi masalah psikologis lansia dan tingkatan *self efficacy* guna meningkatkan kualitas hidup yang baik.

3. Bagi institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini bisa menjadi referensi dalam menambah ilmu mengenai hubungan *self efficacy* dengan kejadian depresi pada lansia yang memiliki penyakit kronis dalam sub pokok bahasan mata kuliah Keperawatan Gerontik dan Keperawatan Jiwa.

4. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan sumber data awal bagi peneliti selanjutnya, menjadi kajian yang lebih lanjut dimasa yang akan datang dan menjadi ide melakukan penelitian lebih lanjut mengenai perbandingan hubungan *self efficacy* dengan kejadian depresi pada lansia yang memiliki penyakit kronis.