

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia merupakan individu yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas. Penuaan bukanlah suatu penyakit, melainkan proses alami yang berlangsung secara bertahap dan menyebabkan berbagai perubahan kumulatif dalam tubuh, termasuk penurunan daya tahan terhadap rangsangan internal maupun eksternal. Menurut World Health Organization (WHO), usia dibagi menjadi beberapa kategori, yaitu usia pertengahan (45-59 tahun), usia lanjut (60-74 tahun), usia lanjut tua (75-84 tahun), dan usia sangat tua (>84 tahun) (Supraba & Permata, 2021). Usia tua dikatakan sebagai tahap akhir perkembangan dalam siklus kehidupan (Mellyna Martha Dewi, 2021). Pada tahun 2020, jumlah penduduk yang berusia 60 tahun ke atas mengalami peningkatan dari 1 miliar menjadi 1,4 miliar. Diperkirakan pada tahun 2050, jumlah penduduk pada kelompok usia tersebut akan mencapai 2,1 miliar, yang berarti jumlahnya akan berlipat ganda (WHO, 2024). Menurut WHO (2023), pengelompokan usia lanjut dibagi menjadi beberapa kategori, yaitu usia pertengahan (middle age) pada rentang 45–59 tahun, lanjut usia (elderly) pada rentang 60–74 tahun, lanjut usia tua (old) pada usia 75–90 tahun, serta usia sangat tua (very old) bagi individu yang berusia lebih dari 90 tahun.

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998, seseorang digolongkan sebagai lansia apabila berusia di atas 60 tahun. Fenomena penuaan populasi tidak hanya terjadi secara global, tetapi juga dialami oleh negara-negara berkembang. Indonesia sendiri, sebagai bagian dari negara berkembang, telah resmi memasuki fase penuaan penduduk sejak tahun 2021. Badan Pusat Statistik (2023) mencatat bahwa persentase penduduk lanjut usia di Indonesia pada tahun 2023 mencapai 11,75%. Jumlah tersebut mengalami peningkatan sebesar 1,27% dibandingkan tahun 2022 yang tercatat sebesar 10,48%.

Indonesia saat ini memasuki fase *ageing population*, yang ditandai dengan peningkatan jumlah penduduk lanjut usia. Berdasarkan data Sensus Penduduk tahun 2023, tercatat hampir 12% dari total populasi, atau sekitar 29 juta jiwa, termasuk dalam kategori lansia (Kemenkes RI, 2024). Pada tahun 2024, Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat rata-rata usia harapan hidup (UHH) penduduk di Indonesia meningkat dari yang semula 72,13 tahun (sekitar 72 tahun 1 bulan 17 hari) pada tahun 2023, menjadi 72,39 tahun (sekitar 72 tahun 4 bulan 20 hari) (Kemenkes RI, 2025). Peningkatan usia harapan hidup (UHH) dapat menimbulkan meningkatnya old age dependency ratio atau rasio ketergantungan lansia. Rasio tersebut menunjukkan beban yang harus ditanggung penduduk usia produktif untuk membiayai penduduk lansia dan penduduk lain yang tidak produktif secara ekonomi.

Persentase penduduk lansia di provinsi Sumatera Barat tercatat sebesar 11,16% dan terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Kota Padang menempati urutan kedua dari 19 kabupaten/kota dengan jumlah lansia terbanyak (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat, 2022). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2023), jumlah lansia di Kota Padang mencapai 95.773 jiwa, yang terdiri atas 44.616 laki-laki dan 51.157 perempuan.

Proses degeneratif pada lansia membawa berbagai perubahan pada diri individu, meliputi aspek biologis-fisik, kognitif, psikologis, sosial, hingga spiritual (Putri, 2022). Perubahan tersebut seringkali menimbulkan berbagai masalah kesehatan, seperti penurunan fungsi organ, melemahnya sistem imun, serta meningkatnya kerentanan terhadap penyakit akibat penuaan. Selain itu, perubahan fisik yang semakin nyata seiring bertambahnya usia juga dapat memengaruhi peran dan hubungan sosial lansia dengan lingkungannya (Friska et al., 2020). Selain perubahan fisik, lansia dapat mengalami perubahan psikologis seperti mulai merasa kesepian, pikun, hingga terjadinya depresi.

Secara global, prevalensi depresi pada lansia cukup tinggi. Hasil meta analisis menunjukkan angka 31,7%, dan bahkan dapat melampaui 40% di negara berkembang (Maraqa et al., 2024). Menurut World Health Organization (WHO) (2023), prevalensi gangguan depresi pada lansia berusia 60 tahun ke atas secara global mencapai 5,7%. Di Indonesia, prevalensi depresi pada lansia usia 65-74 tahun sebesar 1,6% dan meningkat

menjadi 1,9% pada usia > 75 tahun (SKI, 2023). Laporan UNFPA Indonesia (2022) mencatat bahwa sekitar 42,5% lansia yang tinggal di panti jompo mengalami depresi.

Depresi merupakan salah satu gangguan mental yang ditandai dengan munculnya perasaan sedih, murung, frustrasi, atau mudah marah. Individu yang mengalami kondisi ini umumnya menunjukkan distorsi kognitif, seperti kecenderungan mengkritik dan menyalahkan diri sendiri, merasa tidak berharga, memiliki kepercayaan diri yang rendah, bersikap pesimis, hingga mengalami keputusasaan (Rahmawati et al., 2023). Selain itu, depresi juga dikategorikan sebagai gangguan emosi yang dapat dipicu oleh berbagai pengalaman negatif, termasuk permasalahan ekonomi, keluarga, pekerjaan, maupun faktor psikososial lainnya.

Gejala depresi dapat muncul dengan tingkat keparahan yang berbeda, mulai dari perasaan sedih atau murung yang berlangsung singkat, hingga perasaan putus asa yang mendalam, rasa bersalah berlebihan, bahkan munculnya pikiran tentang kematian yang dapat berujung pada tindakan bunuh diri (Subekti et al., 2022). Pada lansia, depresi merupakan masalah yang cukup sering terjadi namun kerap tidak terdeteksi dan tidak mendapat penanganan yang tepat. Sekitar 25% lansia yang tinggal di komunitas diketahui mengalami gangguan depresi (Van As et al., 2021).

Depresi pada lansia dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya faktor biologis, genetik, dan psikososial. Faktor biologis berkaitan dengan melemahnya aktivitas neuron di otak yang berdampak

pada penurunan fungsi neuron dan neurotransmitter (Azizah, 2011). Dari sisi genetik, penelitian pada saudara kembar menunjukkan bahwa kembar monozigotik memiliki risiko depresi 4,5 kali lebih besar (65%) dibandingkan dengan kembar dizigotik (14%) Nurberger & Gershon (yang dikutip dalam Azizah, 2011). Selain itu, faktor psikososial juga berperan penting, misalnya perubahan status ekonomi, kehilangan pasangan atau anggota keluarga lain, serta berkurangnya dukungan dari keluarga maupun lingkungan. Kondisi tersebut dapat membuat lansia merasa kesepian dan rentan mengalami depresi (Hasan, 2017).

Menurut (Novayanti et al., 2020), lansia yang tinggal di panti memiliki risiko lebih tinggi mengalami depresi dibandingkan dengan lansia yang tinggal bersama keluarga atau yang dirawat di rumah sakit. Hasil penelitian dari (Monicaputri & Luthfiyana, 2025) menunjukkan bahwa angka depresi pada lansia yang tinggal di panti yaitu (75,60%). Hal ini disebabkan oleh keterpisahan dengan keluarga sehingga lansia kurang memiliki ruang untuk berbagi perasaan maupun kesedihan yang dialami. Permasalahan utama yang muncul pada lansia di panti sosial adalah perasaan kesepian yang semakin mendalam, terutama ketika keluarga tidak dapat merawat mereka karena kesibukan dan memilih menitipkan lansia di panti. Kondisi tersebut seringkali menimbulkan rasa hampa dan memperburuk kesepian yang dirasakan oleh lansia (Fatimah et al., 2022).

Salah satu faktor risiko utama depresi pada usia lanjut adalah kesepian. Kondisi ini sering dialami lansia, meskipun dirasakan dengan cara

yang berbeda oleh setiap individu. Kesepian dapat memunculkan perasaan tidak berdaya, kurang percaya diri, ketergantungan, hingga perasaan terasing. Lansia yang mengalaminya juga cenderung menilai dirinya tidak berharga, kurang diperhatikan, dan tidak dicintai (Matillah, 2018).

Kesepian pada lansia merupakan kondisi yang dapat muncul akibat hidup terpisah dari keluarga, kehilangan pasangan atau teman sebaya, serta keterbatasan dalam menjalani hidup secara mandiri. Perasaan kesepian dapat menjadi kondisi serius yang mengancam kehidupan lansia, terutama ketika lansia harus tinggal jauh dari keluarga, kehilangan pasangan maupun teman, serta merasa terisolasi karena perbedaan dengan orang di sekitarnya. Perasaan kesepian ini sering menimbulkan berbagai masalah, seperti depresi, munculnya keinginan untuk bunuh diri, penurunan daya tahan tubuh, hingga gangguan tidur (Nuraini et al., 2018).

Kesepian dapat memicu rasa frustrasi pada lansia karena kurangnya dukungan, yang menyebabkan mereka kesulitan dalam mengatur dirinya sendiri. Lansia yang mengalami kesepian juga cenderung menghadapi masalah mental, emosional, psikologis, serta kesulitan dalam hubungan sosial (Surgana et al., 2022). Lansia yang mengalami kesepian umumnya merasakan kejenuhan, kebosanan, perasaan tidak berharga, kurang diperhatikan, dan tidak dicintai (Nuraini et al., 2020). Kondisi ini pada akhirnya dapat memengaruhi aspek emosional, mekanisme coping, serta berdampak terhadap kualitas hidup lansia (Batubara et al., 2022).

Kesepian adalah kondisi emosional yang ditandai dengan perasaan terisolasi dan kurangnya dukungan dari lingkungan, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik maupun psikologis lansia (Maghfuroh, 2023; Susanty et al., 2022). Di Indonesia, prevalensi kesepian pada lansia cukup tinggi, yaitu mencapai 64%, bahkan penelitian Batubara et al. (2022) melaporkan bahwa 83,8% lansia berada pada tingkat kesepian tinggi. Data tersebut menunjukkan bahwa kesepian merupakan permasalahan signifikan yang membutuhkan perhatian serius pada kelompok lansia.

Kesepian pada lansia cenderung lebih berisiko menyebabkan depresi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmawati et al, 2023) terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kesepian dengan depresi pada lansia yang didapatkan hasil dari uji statistik yaitu nilai (p value = 0.000), karena p value < 0.05. Selanjutnya penelitian (Li et al., dkk, 2020) didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan depresi. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh (Meawad Elsayed, 2019) dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan korelasi positif antara tingkat kesepian dengan depresi yang dialami lansia.

Berdasarkan latar belakang tersebut, banyak lansia yang mengalami kesepian dan depresi, terutama di kalangan lansia yang tidak lagi tinggal bersama keluarga. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengkaji hubungan antara kesepian dan depresi pada lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas didapatkan rumusan masalah bagaimana hubungan tingkat kesepian dengan depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin.

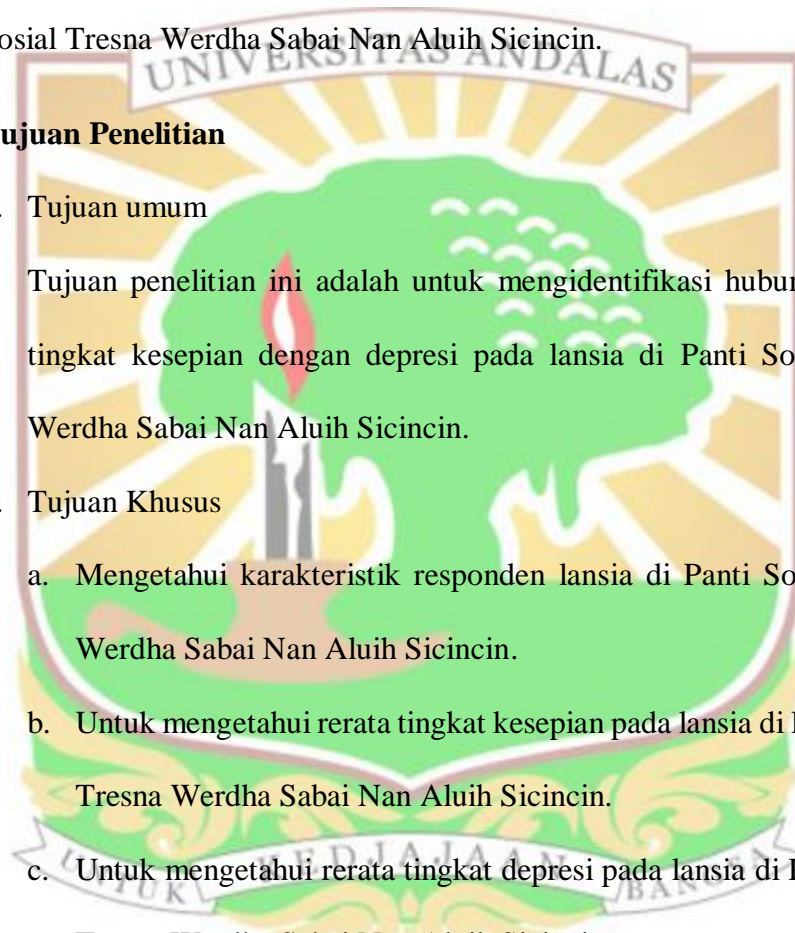
C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan antara tingkat kesepian dengan depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin.
- b. Untuk mengetahui rerata tingkat kesepian pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin.
- c. Untuk mengetahui rerata tingkat depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin.
- d. Untuk mengetahui hubungan, arah, dan kekuatan hubungan tingkat kesepian dengan depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin



D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Lansia

Manfaat penelitian ini bagi lansia agar dapat membantu mengenali dan memahami perasaan kesepian yang mereka alami serta dampaknya terhadap depresi. Dengan adanya penelitian ini, lansia diharapkan dapat memperoleh perhatian lebih terhadap kondisi psikologisnya, sehingga masalah kesepian dan depresi dapat dideteksi lebih dini.

2. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi data awal bagi penelitian selanjutnya serta digunakan sebagai bahan kajian lebih mendalam di masa mendatang.

3. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi institusi pendidikan dengan memperkaya kepustakaan sebagai sumber referensi pengetahuan, khususnya mengenai hubungan antara kesepian dan depresi pada lansia.

4. Manfaat Bagi Panti

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana pemahaman dan pembelajaran bagi pihak panti mengenai hubungan antara kesepian dan depresi pada lansia, serta sebagai dasar dalam upaya peningkatan mutu pelayanan.