

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Peningkatan jumlah lansia terjadi seiring dengan meningkatnya umur harapan hidup, ditandai dengan peningkatan proporsi penduduk lanjut usia (lansia) di seluruh dunia. Penduduk berusia 60 tahun ke atas telah meningkat lebih dari dua kali lipat sebanyak 1,2 miliar jiwa pada tahun 2025. Jumlah lansia akan mencapai 2,1 miliar jiwa pada tahun 2050 dan pada tahun 2080. Pergeseran demografi ini menimbulkan tantangan multidimensi pada sistem kesehatan, ekonomi, dan sosial, yang membutuhkan perencanaan strategis yang proaktif untuk memastikan keberlanjutan, kemandirian dan kualitas hidup yang baik bagi populasi yang menua (WHO, 2025). Pergeseran demografi dan tantangan multidimensi ini meningkatkan rasio ketergantungan dan kebutuhan akan layanan kesehatan gerontik yang komprehensif, dalam konteks ini kemampuan fungsional lansia yang diukur melalui tingkat kemandirian (Widyantoro *et al.*, 2022).

Data BPS (Badan Pusat Statistika) menunjukkan bahwa Indonesia pada tahun 2023 jumlah lansia yang tercatat sebanyak 30,9 Juta jiwa. Pada tahun 2024, sebanyak 32,4 Juta jiwa dan pada tahun 2025, jumlah penduduk lansia dengan rentang umur 60-75 tahun ke atas tercatat berjumlah 33,94 juta jiwa. Data BPS Provinsi Sumatera Barat pada tahun 2023, jumlah lansia umur 60-75 tahun ke atas sebanyak 318.400 jiwa. Tahun 2024, jumlah lansia 681.000 jiwa sedangkan pada tahun 2025 jumlah lansia 708.000 jiwa (BPS Sumbar, 2025).

Lansia di Kota Padang tahun 2023, yang berumur 60-75 tahun ke atas berjumlah 75.800 jiwa. Pada tahun 2025 lansia umur 60-75 tahun ke atas berjumlah 112.000 jiwa (Badan Pusat Statistik Kota, 2025). Dan berdasarkan data penduduk sasaran program pembangunan kesehatan Puskesmas Tahun 2025 mencatat bahwa, Puskesmas Belimbing memiliki jumlah lansia terbanyak di kota padang, jumlah lansia umur 65 tahun ke atas sebanyak 5.618 jiwa dan lansia yang berumur 70 tahun ke atas sebanyak 3.104 jiwa.

Proses penuaan alami mengakibatkan penurunan fungsi fisik yang dapat membatasi kemandirian lansia dalam beraktivitas, yang pada akhirnya akan mempengaruhi kualitas hidup lansia. Hal ini menjadikan kemampuan fungsional mandiri dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, atau *Activity of Daily Living* sebagai variabel krusial yang harus dijaga (Putri *et al.*, 2025). Penuaan mempengaruhi kualitas hidup lansia yang juga terkait dengan penurunan status kesehatan mereka (Ariyanto *et al.*, 2020). Kualitas hidup buruk pada lansia berdampak pada penurunan status kesehatan fisik, yang sering kali memperburuk penyakit kronis dan meningkatkan resiko disabilitas jangka panjang sehingga menurunkan kemampuan mandiri lansia dalam aktivitas sehari-hari, (Juanita *et al.*, 2022)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Juanita *et al.*, 2022) ditemukan sebanyak 52% lansia Indonesia dengan morbiditas ganda mempunyai kualitas hidup baik dan 48% lansia dengan kualitas hidup yang buruk. Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan di Wilayah kerja Puskesmas Gayamsari kota Semarang

melaporkan bahwa 89,3% lansia memiliki kualitas hidup buruk, Dimana faktor sosial yang buruk mencapai 77,7%, faktor fisik mencapai 66,0% dan faktor lingkungan mencapai 62,1% (Agnes *et al.*, 2022).

Hasil penelitian (Juanita *et al.*, 2022) menunjukkan bahwa 57,5% lansia yang berumur 60-69 tahun memiliki kualitas hidup yang baik dan 57,3% lansia yang berumur lebih dari 70 tahun memiliki kualitas hidup yang buruk. Hal ini menunjukkan bahwa usia lanjut membawa dampak yang cukup besar terhadap penurunan kualitas hidup lansia, yang kemungkinan besar berkaitan dengan penyakit kronis yang diderita lansia. Semakin lama lansia kekurangan gerakan fisik, semakin tinggi risiko mengalami disabilitas dalam jangka panjang, yang selanjutnya menghambat mereka untuk hidup mandiri (Juanita *et al.*, 2022).

Lansia merupakan kelompok usia yang rentan terhadap berbagai masalah kesehatan, salah satunya adalah penurunan tingkat kemandirian dalam aktivitas sehari-hari (*Activity of Daily Living*) akibat berbagai kondisi medis ataupun trauma. Tingkat kemandirian menjadi indikator penting yang mencerminkan kondisi fisik, sosial, dan psikologis lansia serta berpengaruh langsung terhadap kualitas hidup mereka (Pollack *et al.*, 2023). Hasil Penelitian yang dilakukan oleh (Rindiawati *et al.*, 2024), tingkat kemandirian *Activity of Daily Living* pada lansia menunjukkan bahwa 59,3% lansia memiliki ketergantungan dalam menjalankan ADL dan 40,7% lansia mandiri dalam melakukan ADL. Sehingga harus ada upaya pencegahan dan promosi untuk memelihara kesehatan lansia serta meningkatkan kualitas hidup mereka (Kemenkes, 2025).

Activity of Daily Living, yang didefinisikan sebagai tugas-tugas rutin dasar yang dapat dilakukan individu secara mandiri, seperti makan, berpakaian, mandi, kebersihan diri, toileting dan mobilitas. Penilaian ADL berfungsi sebagai indikator krusial untuk menentukan status fungsional, memprediksi kebutuhan perawatan, dan menilai potensi individu untuk hidup mandiri (Edemekong *et al.*, 2025). Seiring bertambahnya usia, penurunan fungsi fisik dan mental adalah proses yang tak terhindarkan, yang secara langsung memengaruhi kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas sehari-hari (Noto S, 2023).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penurunan kemandirian ADL dapat menimbulkan perasaan ketergantungan, frustrasi, hingga depresi, sehingga menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan. Sebaliknya, tingkat kemandirian yang tinggi dalam ADL dapat meningkatkan rasa percaya diri, lansia tidak merasa menjadi beban bagi orang lain, serta keberlangsungan kehidupan yang lebih bermakna (Pollack *et al.*, 2023). Oleh karena itu, penilaian terhadap kemandirian fungsional menjadi sangat penting (Melati *et al.*, 2025).

Ketergantungan pada orang lain atau alat bantu untuk melakukan ADL dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup karena hilangnya rasa kemandirian dan kontrol atas diri sendiri. Oleh karena itu, hubungan antara kemandirian Activity daily living dan kualitas hidup bukan sekadar korelasi umum, melainkan sebuah hubungan yang bersifat kausal, di mana kemandirian fungsional menjadi prasyarat penting untuk mencapai kualitas hidup yang baik pada lansia. (Edemekong *et al.*, 2025).

Semakin mandiri seorang lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari, semakin baik pula kualitas hidupnya. Penelitian yang terbaru di Jawa Barat (2024) juga menemukan korelasi positif yang signifikan antara tingkat kemandirian ADL dan kualitas hidup lansia pada tiga domain yakni fisik, psikologis, dan lingkungan (Rindiawati *et al.*, 2024). Domain fisik memiliki pengaruh terbesar terhadap ADL.

Studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 5 orang lansia di RW 11 wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang, terdapat 3 dari 5 lansia dibantu sebagian saat berpakaian, 4 lansia dapat berjalan mandiri pada permukaan datar. 3 lansia memerlukan bantuan saat menaiki tangga. Selain itu dilihat dari kualitas hidup terdapat 2 lansia sedikit mengalami kesusahan dalam beraktivitas karena berkurangnya fungsi penglihatan dan pendengaran. Sedangkan 3 dari 5 lansia sering mengikuti kegiatan sosial di lingkungannya.

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Hubungan Tingkat Kemandirian *Activity of Daily Living* dengan Kualitas Hidup Lansia di Rw 11 Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2025”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian melalui pertanyaan penelitian berikut ini "Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kemandirian *Activity of Daily Living* dengan kualitas hidup lansia di Rw 11 wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang?".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara tingkat kemandirian *Activity of Daily Living* dengan kualitas hidup lansia di Rw 11 wilayah kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya distribusi frekuensi karakteristik demografi lansia, seperti usia dan jenis kelamin, pendidikan dan riwayat penyakit.
- b. Diketuainya distribusi frekuensi tingkat kemandirian *Activity of Daily Living* (ADL) lansia di Rw 11 wilayah kerja Puskesmas Belimbing.
- c. Diketuainya distribusi frekuensi kualitas hidup lansia di R w 11 wilayah kerja Puskesmas Belimbing.
- d. Diketuainya hubungan antara tingkat kemandirian *Activity of Daily Living* (ADL) dengan kualitas hidup lansia di Rw 11 wilayah kerja puskesmas Belimbing.



D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pelayanan Keperawatan

Dapat memberikan informasi mengenai hubungan tingkat kemandirian *Activity Daily Living* dengan kualitas hidup lansia sehingga dapat dijadikan sebagai acuan dalam memberikan asuhan keperawatan.

2. Bagi Institusi pendidikan keperawatan

Dapat menambah wawasan pengetahuan mengenai ilmu keperawatan gerontik dan dapat digunakan sebagai acuan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan hubungan tingkat kemandirian *Activity Daily Living* dengan kualitas hidup lansia.

3. Bagi Penelitian selanjutnya

Dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai hubungan tingkat kemandirian *Activity Daily Living* dengan kualitas hidup lansia.

4. Bagi Peneliti

Dapat menambah wawasan peneliti mengenai hubungan tingkat kemandirian *Activity Daily Living* dengan kualitas hidup lansia

