

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia atau dapat disebut juga lanjut usia adalah seseorang yang sudah menjalani proses siklus perkembangan kehidupan manusia dari sejak dilahirkan hingga dewasa dan puncaknya terjadi pada masa ini. Perpres RI Nomor 88 Tahun 2021 mengenai Strategi Nasional Kelanjutusiaan, seseorang dikatakan lansia atau lanjut usia jika berusia enam puluh tahun ke atas. Lansia juga dapat dikatakan sebagai usia yang menghadapi bagian akhir dalam perjalanan kehidupan dan pada tahap ini juga terjadi beberapa perubahan yang menurunkan fungsi organ tubuh dan diakhiri dengan kematian (Nugroho, 2015). Lansia merupakan tahap akhir perkembangan dalam siklus kehidupan dan berumur minimal 60 tahun dan mengalami penurunan fungsi tubuh yang berakhir dengan kematian.

Lansia diklasifikasikan kedalam lima klasifikasi meliputi pra lanjut usia (45-59 tahun), lanjut usia (60 tahun atau lebih), lansia yang memiliki resiko tinggi (lansia yang memiliki permasalahan kesehatan), lanjut usia tidak potensial atau lansia yang bergantung dengan orang lain, dan lanjut usia potensial (lansia yang mampu melakukan pekerjaan serta kegiatan) (Depkes RI, 2019). Batasan usia lansia ini terbagi menjadi orang dewasa lanjut usia antara usia 65 dan 74, usia paruh baya berusia antara 75 dan 84 tahun, dan usia tertua yaitu seseorang yang berusia di atas 85 tahun (Lee et al., 2018).

Laju populasi lanjut usia di dunia terus mengalami peningkatan. Secara global, pada tahun 2018 terdapat 703 juta penduduk berusia diatas 65 tahun (WHO, 2019) sedangkan pada tahun 2020, jumlah lansia di dunia melebihi jumlah anak berusia dibawah 5 tahun. Hal ini menunjukkan akan menggambarkan piramida penduduk yang terbalik karena didominasi oleh lansia. WHO juga memprediksikan antara tahun 2015 dan 2050 akan terjadi peningkatan populasi lansia menjadi 2 kali lipat (WHO, 2022). Keadaan ini akan menjadi tantangan besar terutama pada sistem pelayanan kesehatan dan sosial.

Prevalensi lansia di Indonesia menurut data statistik penduduk lanjut usia pada tahun 2022 menunjukkan ada sekitar 10,48 persen lansia dari keseluruhan jumlah penduduk dan rasio ketergantungan lansia sekitar 16,09 persen (Badan Pusat Statistik, 2021). Prevalensi ini menurun dari tahun sebelumnya yaitu 10,82 persen penduduk lansia dengan rasio ketergantungan lansia sekitar 16,76 (Badan Pusat Statistik, 2021). Walaupun terjadi penurunan, tetapi presentasinya masih melebihi 10 persen dari jumlah penduduk. sehingga dapat dikatakan Indonesia telah memasuki *ageing population* atau penduduk tua. Fenomenena ini dapat menjadi bonus demografi kedua setelah bonus demografi prevalensi penduduk usia produktif yang meningkat.

Badan Pusat Statistik tahun 2022, Provinsi D. I. Yogyakarta memiliki jumlah proporsi lansia terbanyak di Indonesia yaitu sebesar 16,69 persen atau 624.739 penduduk yang berusia 60 tahun ke atas (Badan Pusat Statistik, 2022). Tingginya angka lansia di provinsi ini perlu mendapatkan perhatian.

Prevalensi lansia yang cukup tinggi ini juga meningkatkan permasalahan yang terjadi pada bidang kesehatan. Permasalahan di bidang kesehatan ini dilatar belakangi oleh proses menua. Proses penuaan ini akan menyebabkan terjadinya perubahan fungsi tubuh dan meningkatkan permasalahan kesehatan. Lanjut usia mengalami perubahan seperti perubahan secara fisik, psikososial, kemampuan berpikir atau kognitif, maupun spiritual ini terjadi akibat adanya proses menua. Perubahan fisik pada lanjut usia terjadi pada seluruh sistem tubuh karena mengalami penurunan fungsi sehingga menimbulkan permasalahan kesehatan secara fisik (Buckner, 2018). Perubahan psikososial pada lansia seperti perubahan keuangan, peran, kemampuan fungsional, jaringan sosial, kematian, maupun status kesehatan dapat memicu kejadian depresi pada lansia (Potter et al., 2020). Perubahan spiritual yang terjadi pada lansia lebih kepada pendekatan diri kepada Tuhan dan kesiapan kematian (Hansbrough, 2014). Lansia juga dapat mengalami perubahan kognitif akibat dari pengurangan jumlah sel otak, pengendapan *lipofuscin* dan *amiloid* dalam sel, dan perubahan tingkat neurotransmitter (Potter, 2020). Perubahan-perubahan inilah yang akan menimbulkan berbagai permasalahan pada lanjut usia tidak hanya secara fisik tetapi dapat muncul permasalahan psikologis melalui perubahan psikologis dan sosial.

Lanjut usia yang mengalami perubahan psikologis dan sosial kurang menjadi sorotan karena tidak terlalu tampak gejalanya tidak seperti pada perubahan fisik. Padahal untuk menjadi lansia yang sehat harus sehat secara fisik dan psikologis. Permasalahan psikologis pada lansia dapat berupa isolasi sosial, depresi, ketidakberdayaan, kesepian, kecemasan, stress

(Nugraha, 2019). Permasalahan psikologis ini dapat muncul karena kurangnya kebahagiaan yang dirasakan oleh lansia. Peran sosial lansia dimasyarakat juga menurun dan lansia merasa menjadi individu yang sudah tidak dibutuhkan oleh lingkungan (Oktaviani & Setyowati, 2020). Keadaan ini menyebabkan masalah baru yaitu tingkat ketergantungan lansia kepada keluarganya. Ketika menghadapi masa ini, tidak sedikit lansia atau permintaan keluarga memilih alternatif tinggal di Balai Panti Sosial Tresna Werdha. Panti werdha atau rumah jompo adalah sebuah tempat tinggal bagi kelompok lansia baik yang sukarela ataupun diserahkan keluarganya untuk diurus segala keperluannya. Panti ini akan melayani lansia selama 24 jam dengan berbagai kegiatan dan aktivitas yang dibutuhkan sesuai dengan kebutuhan lansia. Keadaan lingkungan tempat tinggal dapat mempengaruhi keadaan psikologis individu terutama lansia yang tinggal di panti yaitu perasaan bahagia yang berdampak pada kualitas hidupnya. Dalam konteks penelitian ini hubungan antara tingkat kebahagiaan dengan kualitas hidup lansia yang tinggal di balai panti sosial tresna werdha yogyakarta akan dianalisis lebih lanjut. Mayoritas lansia tidak dapat menerima fakta bahwa mereka ditempatkan di panti werdha dengan anggapan bahwa mereka dibuang oleh keluarganya sehingga berdampak pada perasaan tidak bahagia (Moniung et al., 2015). Permasalahan kebahagiaan ini juga menjadi isu yang semakin penting (Kokubun et al., 2022).

Kebahagiaan merupakan keadaan emosional yang ditandai dengan perasaan senang, kepuasan, makna hidup dan memiliki sifat yang subjektif. Kebahagiaan membangun kehidupan yang bermakna dan menyenangkan

melalui kekuatan psikologis (Kumar & Dixit, 2017). Lansia yang bahagia dan memiliki kekuatan psikologis yang baik akan terhindar dari masalah psikologis dan dapat mewujudkan *healthy aging*.

Tingkat kebahagiaan menurut badan pusat Statistik pada tahun 2021 mengatakan di Indonesia, Pengukuran Indeks Kebahagiaan melibatkan tiga dimensi, yaitu (1) dimensi kepuasan hidup, (2) dimensi perasaan, dan (3) dimensi makna hidup (Badan Pusat Statistik, 2021). Indeks kebahagiaan Perprovinsi, Maluku Utara menempati urutan tertinggi dengan 76.34%, Kalimantan Utara menempati urutan kedua dengan 76.33%, Sulawesi Utara urutan ketiga dengan 74.96%, dan D.I. Yogyakarta pada tahun 2017 indeks kebahagiaan mencapai 72,39% namun mengalami penurunan pada tahun 2021 menjadi 71,70%. Hal ini juga berdampak pada tingkat kebahagiaan lansia di D.I. Yogyakarta (Badan Pusat Statistik, 2021).

Kebahagiaan pada lansia dapat dikaitkan dengan perubahan kondisi otak pada lansia yaitu penurunan volume *gray matter* dan perubahan *fractional anisotropy*. *Gyrus cingulate anterior* dan *amigdala* akan aktif selama induksi emosi bahagia sehingga akan memunculkan regulasi emosi yang positif sehingga akan menurunkan permasalahan psikologis (Kokubun et al., 2022). Regulasi emosi yang positif ini akan membuat lansia menerima dan mempertimbangkan keterbatasan serta kekurangan yang dialami dan akan membuat persepsi kesehatan lansia lebih positif. Persepsi kesehatan yang positif ini akan membuat lansia merasakan kebahagiaan (Amalia, 2019). Perubahan kondisi otak pada lansia, kebahagiaan lansia juga dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya penghasilan, aktivitas yang

religius, usia yang semakin bertambah, budaya tempat tinggal, aktivitas fisik, hubungan dengan orang lain, perilaku untuk memaafkan, kesehatan, status pernikahan, dukungan emosional dan hubungan dengan keluarga (Ahmed & Mohamed, 2022). Faktor lain yang berpengaruh yaitu pekerjaan, tingkat pendidikan, kecemasan, dan depresi juga mempengaruhi kebahagiaan pada lansia (Monsalve et al., 2022). Faktor-faktor ini juga dipengaruhi oleh tiga teori yang mempengaruhi kebahagiaan antara lain teori kepuasan kebutuhan/tujuan, teori proses/aktivitas dan teori predisposisi genetik/kepribadian (Kumar & Dixit, 2017).

Kebahagiaan juga berkaitan dengan kesehatan yang baik. Seseorang yang memiliki permasalahan kesehatan cenderung mengalami penurunan kesejahteraan subjektif, sehingga menyebabkan seseorang menjadi tidak bahagia. Ketidakhahagiaan ini akan berdampak pada hubungan personal, aktivitas sosial, finansial, dan gaya hidup yang terjadi pada lansia (Steptoe, 2019). Kesehatan pada lansia dapat menurun hal tersebut berhubungan dengan tingginya jumlah penduduk lansia dan dapat menyebabkan seseorang mengalami penurunan imunitas tubuh. Mengakibatkan banyak lansia yang tidak dapat menikmati hidup dimasa tua dikarenakan masalah kesehatan. Salah satu masalah kesehatan yang paling banyak diderita para lanjut usia adalah hipertensi. Sebanyak 1 milyar lanjut usia di dunia atau 1 dari 4 lanjut usia menderita hipertensi. Diperkirakan jumlah lanjut usia yang menderita hipertensi akan meningkat menjadi 1,6 milyar menjelang tahun 2025 (Wahdah, 2011). Presentase hipertensi pada kelompok usia 55 hingga 64 tahun sebesar 45,9% dari populasi. Kelompok usia di atas 65 tahun sebesar

57,6% dan kelompok usia lanjut sebesar 57,6%. Usia 75 tahun sebanyak 63,8% (Binoriang & Pramesti, 2021).

Setiap individu berhak atas kebahagiaannya tidak kecuali dengan lansia walaupun mengalami banyak penurunan atau perubahan secara fisiologis namun lansia masih dapat melakukan aktivitasnya secara aktif dan masih dapat merasakan kesehatannya sehingga masih ada kesempatan untuk meningkatkan kualitas hidupnya (Manungkalit & Sari, 2022). Perubahan fisik yang drastis menyebabkan munculnya berbagai penyakit degeneratif sehingga memicu stres dan menurunkan tingkat kebahagiaan dan kualitas hidup lansia (Manungkalit & Sari, 2022). Kebahagiaan menjadi prediktor seseorang untuk menilai kualitas dirinya atau bentuk penilaian kualitas hidup dalam bentuk derajat (Murgaš et al., 2022). Seseorang yang memiliki kualitas hidup yang baik kebanyakan juga mengaku bahagia (López-Ruiz et al., 2021). Kebahagiaan termasuk ke dalam kesejahteraan subjektif yang masuk kedalam indikator subjektif sosial yang ada pada kualitas hidup (Chykhantsova, 2020).

Domain fisik dari kualitas hidup seperti kemampuan untuk berjalan/bergerak, nyeri dan ketidaknyamanan, istirahat, dan kemampuan untuk berjalan menjadi prediktor kebahagiaan. Domain psikologis kualitas hidup seperti perasaan, kepercayaan diri, spiritualitas/agama/keyakinan pribadi, belajar, memori, dan konsentrasi juga menjadi prediktor dari kebahagiaan. Domain lingkungan seperti keselamatan dan keamanan fisik yang dirasakan, lingkungan rumah, kesempatan rekreasi lingkungan fisik, dan transportasi juga menjadi prediktor dari kebahagiaan. Domain sosial

tidak signifikan sebagai prediktor kebahagiaan (Novianti et al., 2020). Beberapa domain diatas juga didukung dengan adanya hubungan yang signifikan dan cukup kuat antara tingkat kebahagiaan dengan kualitas hidup pada lansia yang bertempat tinggal di panti (Manungkalit & Sari, 2022). Dapat dikatakan kebahagiaan pada lansia dapat dicapai jika seorang lansia memiliki kualitas hidup yang baik. Kualitas hidup pada lansia jika menurun maka akan menurunkan kesehatan lansia baik dari segi fisik, psikologis, maupun sosial sehingga dapat mempengaruhi kebahagiaan pada lansia. Dipahami dari perjalanan hidup orang sebagaimana dijelaskan dalam terjemahan surah Al-Mu'min [40]:67 yang berbunyi:

“Dialah yang menciptakanmu dari tanah, kemudian dari setetes mani, lalu dari segumpal darah, kemudian kamu dilahirkan sebagai seorang anak, kemudian dibiarkan kamu sampai dewasa, lalu menjadi tua”.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti kepada perawat dan pengurus panti pada tanggal 3 September dan 27 oktober 2023 di Balai Panti Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Yogyakarta dan Unit Abiyoso Yogyakarta beberapa lansia tinggal di BPSTW karena tidak ada keluarga yang mengurus. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa banyak lansia yang mengalami masalah fisik seperti hipertensi, diabetes melitus, dan masalah psikologis seperti depresi. Tanda gejala lansia yang mengalami masalah secara psikologis adalah depresi. Beberapa lansia ada yang nampak sering menyendiri, merasa kebingungan, napsu makan berkurang, dan mengalami gangguan tidur, seperti tidak bisa tidur dan sering terbangun pada saat malam hari. Beberapa lansia yang berada di panti sudah tidak memiliki keluarga sehingga tidak memiliki dukungan dari

keluarga, lansia di panti juga tidak bisa berkomunikasi secara bebas karena peraturan yang ada di panti tidak memperbolehkan bertemu dengan pengunjung luar selain keluarga.

Permasalahan dan kondisi yang dialami lansia yang ada di panti dianggap oleh perawat dan pengurus panti sebagai hal yang normal, akan tetapi bisa juga menjadi tanda dan gejala depresi karena kondisi lansia yang kurangnya dukungan keluarga dan aturan yang diterapkan dipanti. Berdasarkan masalah tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara tingkat kebahagiaan dengan kualitas hidup lansia yang tinggal di Balai Panti Sosial Tresna Werdha Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Proses penuaan pada lansia akan menyebabkan berbagai macam permasalahan. Salah satunya adalah permasalahan psikologis. Permasalahan psikologis ini dapat dicegah dengan peningkatan kebahagiaan. Kebahagiaan pada lansia dapat dicapai jika seorang lansia memiliki kualitas hidup yang baik. Dilihat dari permasalahan yang ada maka dapat di tarik rumusan masalah “Bagaimana hubungan antara tingkat kebahagiaan dan kualitas hidup lansia?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat kebahagiaan dan kualitas hidup lansia.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini antara lain:

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden lanjut usia
- b. Mengetahui gambaran tingkat kebahagiaan lanjut usia
- c. Mengetahui gambaran kualitas hidup lansia lanjut usia.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini memberikan gambaran keterkaitan antara hubungan tingkat kebahagiaan dan kualitas hidup lansia, serta sebagai dasar data untuk penelitian selanjutnya.

2. Praktis

a. Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi responden terkait kebahagiaan dan kualitas hidup yang terjadi supaya tidak terjadi dampak yang lebih lanjut.

b. Praktik keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan data awal guna membuat ataupun merencanakan program, intervensi, maupun upaya preventif untuk meningkatkan kebahagiaan dan kualitas hidup pada lansia.

c. Institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran, pengembangan ilmu pengetahuan, dan informasi terbaru terkait dengan hubungan antara tingkat kebahagiaan dan kualitas hidup lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Yogyakarta.

E. Penelitian Terkait

1. Penelitian Novianti et al., (2020) yang berjudul *Quality of Life as A Predictor of Happiness and Life Satisfaction* membahas mengenai hubungan antara kualitas hidup, kebahagiaan, dan kepuasan hidup pada usia remaja hingga dewasa di Indonesia. Penelitian ini merupakan bagian penelitian kolaboratif dari *Bandung people's perceptions of marriage* (Novianti et al., 2020) melalui metode *cross sectional*. Hasil penelitian ini menunjukkan domain fisik dan psikologis dari kualitas hidup menjadi prediktor yang signifikan dalam kebahagiaan dan kepuasan hidup. Pada domain psikologis terbukti signifikan dalam memprediksi keempat poin waktu yaitu kebahagiaan hari ini ($\beta=0,039$; $p<0,05$), kebahagiaan sepanjang hidup ($\beta=0,043$; $p<0,05$), kepuasan kehidupan saat ini ($\beta=0,034$; $p<0,05$) dan kepuasan hidup lima tahun dari sekarang ($\beta=0,017$; $p<0,05$). Sedangkan pada domain fisik sama seperti domain psikologis kecuali untuk kepuasan hidup saat ini ($\beta=0,029; 0,023; 0,014$; $p<0,05$). Domain lingkungan telah terbukti memprediksi kebahagiaan sepanjang hidup secara signifikan ($\beta=0,019$; $p<0,05$) dan kepuasan hidup lima tahun dari sekarang ($\beta=-0,015$; $p<0,05$). Domain sosial tidak ditemukan sebagai prediktor yang signifikan (Novianti et al., 2020). Persamaan dengan penelitian ini adalah sama sama membahas terkait dengan hubungan tingkat kebahagiaan dan kualitas hidup. Perbedaan dari penelitian ini adalah penelitian ini membahas lebih detail mengenai domain kualitas hidup

yang berpengaruh dan perbedaan pada responden yang berusia remaja hingga dewasa di Indonesia.

2. Penelitian López-Ruiz et al (2021) yang berjudul *The Relationship Between Happiness and Quality Of Life: a Model for Spanish Society* membahas mengenai hubungan antara kebahagiaan dan kualitas hidup pada masyarakat Spanyol usia diatas 18 tahun, menganalisis model kebahagiaan berdasarkan jenis kelamin, dan masa pandemi COVID-19. Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional*. Hasil penelitian ini menunjukkan seseorang yang memiliki kualitas hidup yang tinggi pada setiap dimensi kebanyakan mengaku bahagia, jenis kelamin juga menghasilkan hasil yang signifikan pada dimensi kualitas hidup termasuk model kebahagiaan bermasyarakat pada permasalahan pribadi, dan kondisi pandemi COVID-19 berdampak negatif pada kualitas hidup warga Spanyol dan kebahagiaan (López-Ruiz et al., 2021). Persamaan penelitian ini adalah sama sama membahas terkait dengan hubungan tingkat kebahagiaan dan kualitas hidup, Perbedaan dari penelitian ini dengan milik peneliti adalah penelitian ini membahas membahas juga mengenai pengaruh gender dan pandemi COVID 19 terhadap kualitas hidup dan tingkat kebahagiaan, Selain itu juga terdapat perbedaan karakteristik responden pada penelitian ini yaitu penelitian ini dilakukan pada usia 18 tahun ke atas di Spanyol.
3. Penelitian Manungkalit dan Sari (2022) yang berjudul *Tingkat Kebahagiaan dengan Kualitas Hidup pada Lansia yang Tinggal di Panti Werdha Jambangan Surabaya* membahas tentang hubungan tingkat

kebahagiaan dengan kualitas hidup pada lansia yang tinggal di panti. Penelitian ini menggunakan metode cross sectional. Hasil penelitian ini adalah sebagian besar lansia yang tinggal di panti memiliki kualitas hidup yang tinggi (68,7%) dan tingkat kebahagiaan sedang (47,3%). Dari hasil penelitian tersebut, terdapat korelasi yang cukup besar dan signifikan antara tingkat kebahagiaan penghuni panti jompo dan kualitas hidup mereka ($Rho=0.456$; $p=0.000$). Persamaan penelitian ini adalah sama sama membahas terkait dengan hubungan tingkat kebahagiaan dan kualitas hidup. Perbedaan dari penelitian ini adalah hanya membahas hubungan secara umum. Selain itu juga terdapat perbedaan karakteristik responden pada penelitian ini yaitu dilakukan pada lansia yang tinggal di panti werdha yang ada di Surabaya.

Dari ketiga penelitian tersebut terdapat persamaan dan perbedaan. Persamaan dari ketiga penelitian ini adalah sama sama membahas terkait dengan hubungan tingkat kebahagiaan dan kualitas hidup dan hasil penelitiannya sama sama menunjukkan hasil hubungan yang signifikan antara tingkat kebahagiaan dan kualitas hidup. Perbedaan dari ketiga penelitian ini pada penelitian 1 membahas lebih detail mengenai domain kualitas hidup yang berpengaruh, pada penelitian ke 2 membahas juga mengenai pengaruh gender dan pandemi COVID 19 terhadap kualitas hidup dan tingkat kebahagiaan. Sedangkan pada penelitian ke 3 hanya membahas hubungan secara umum. Selain itu juga terdapat perbedaan karakteristik responden pada ketiga penelitian yaitu penelitian pertama dilakukan pada responden

yang berusia remaja hingga dewasa di Indonesia, penelitian kedua dilakukan pada usia 18 tahun ke atas di Spanyol, dan penelitian ketiga dilakukan pada lansia yang tinggal di panti werdha yang ada di Surabaya (Manungkalit & Sari, 2022).

Sedangkan persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu untuk persamannya sama-sama melakukan penelitian mengenai hubungan antara tingkat kebahagiaan dan kualitas hidup dan perbedaannya berada di fokus responden yaitu responden berusia lansia yang tinggal di di Panti Sosial Tresna Werdha Yogyakarta.