

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tumbuh dan berkembang menuju usia tua adalah bagian alami dari kehidupan. Proses menua merupakan suatu kejadian alam yang telah ditentukan oleh Tuhan Yang Maha Esa. Setiap orang akan melalui proses menjadi tua, dan usia tua adalah tahap akhir dari kehidupan. Lansia, atau hanya Sesepeuh, adalah warga negara Indonesia yang berusia di atas 60 tahun (BPS, 2019). Lansia dikelompokkan menjadi empat kelompok umur yaitu: paruh baya (45-59 tahun), lanjut usia (60-74 tahun), lanjut usia (75-90 tahun), dan sangat tua (*very old*) lebih dari 90 tahun (Effendi dan Makhfudli, 2019)..

Menurut perkiraan WHO dari 2012, jumlah orang berusia 60 dan lebih tua dalam populasi global diperkirakan akan meningkat dari 800 juta menjadi 2 miliar dalam empat dekade mendatang, atau dari 10% menjadi 22% (Fitriana, 2013). Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan, terdapat 29,3 juta penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia pada 2021. Angka ini setara dengan 10,82% dari total penduduk di Indonesia (BPS, 2022). Proporsi lansia di Jawa Tengah terus meningkat, menurut hasil Proyeksi Penduduk, pada tahun 2015, jumlah lansia di Provinsi Jawa Tengah berjumlah 4,06 juta atau 12,03% dari total penduduk, sebelum meningkat menjadi 4,20 juta atau 12,37% pada tahun 2016. Pada tahun 2017, jumlah lansia meningkat 12,73% menjadi 4,35 juta, sedangkan pada tahun 2018, jumlah lansia meningkat 13,10% menjadi 4,50

juta. Jumlah lansia di Provinsi Jawa meningkat pada tahun 2019 sebesar 13,48% menjadi 4,68 juta orang (BPS, 2019)

Keadaan fisik/biologis, kondisi psikologis, dan faktor sosial semuanya memburuk seiring bertambahnya usia. Lansia memiliki masalah yang menuntut mereka untuk beradaptasi dengan lingkungannya secara terus menerus jika proses penyesuaian tidak berhasil, salah satunya adalah penurunan/ketidakterdayaan fisik yang menyebabkan lansia menjadi tergantung pada orang lain dan tidak mampu melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri (Rinajumita, 2011).

Pertumbuhan populasi lanjut usia akan menciptakan banyak masalah bagi lansia, keluarga mereka, dan komunitas mereka. Salah satu masalah yang muncul adalah peningkatan rasio ketergantungan, seiring bertambahnya usia dan kesehatan mereka memburuk, membuat mereka lemah dan tidak berdaya. Hal ini disebabkan oleh penurunan sebagian besar cadangan fisiologis dan peningkatan kerentanan terhadap penyakit, yang mengakibatkan perubahan fisik, mental, atau psikososial yang berdampak pada tingkat kemandirian lansia dalam tugas sehari-hari (Nugroho, 2012).

Aktivitas utama untuk perawatan diri adalah aktivitas sehari-hari, yang juga dikenal sebagai *Activity of Daily Living* (ADL). Pergi ke kamar mandi, makan, berpakaian (berdandan), mandi, dan berganti tempat adalah berbagai bentuk *Activity of Daily Living* (ADL) (Tamher & Noorkasiani, 2011). Sebagai akibat dari berbagai kemunduran fisik, terjadi penurunan fungsional dalam mobilitas dan kemampuan perawatan diri. Berkurangnya kapasitas untuk

bergerak di tempat tidur, bergerak, berjalan dan mobilitas menggunakan perangkat adaptasi merupakan tanda-tanda penurunan fungsi mobilitas. Kemampuan perawatan diri menurun seiring bertambahnya usia, termasuk kemampuan untuk makan, mandi, berpakaian, buang air besar dan buang air kecil, serta memelihara rambut, gigi, kumis, dan kuku (Pudjiastuti, 2013).

Menurut temuan sensus Survei Komunitas Amerika, hingga 28% lansia di atas usia 65 tahun mengalami kesulitan dalam melakukan tugas sehari-hari. Mobilitas (berjalan), mandi, dan transisi dari duduk ke tempat tidur adalah kendala aktivitas paling umum yang dihadapi lansia. Lansia usia 85 tahun mengalami keterbatasan mobilisasi sebesar 47 persen, 30 persen pada rentang usia 75-84 tahun, dan 20 persen pada rentang usia 65-74 tahun. Lansia usia 85 tahun mengalami penurunan aktivitas mandi sebesar 35 persen, penurunan aktivitas mandi sebesar 15% pada rentang usia 75-84 tahun, dan penurunan aktivitas mandi sebesar 10% pada rentang usia 65-74 tahun. Lansia berusia 85 tahun menghadapi kendala 30% dalam berpindah dari duduk ke tempat tidur, 15% pada rentang usia 75-84 tahun, dan 9% pada rentang usia 65-74 tahun. Seiring bertambahnya usia, masalah ini semakin parah (Administration on Aging, 2013).

Berbagai tugas dalam memenuhi tuntutan sehari-hari, seperti pekerjaan rumah tangga, tugas pribadi (bergerak, *toileting*, *toileting* pribadi, dan berjalan), dan pekerjaan manajerial, merupakan tantangan bagi lansia. Mayoritas lansia tidak memiliki siapa pun untuk membantu mereka memenuhi kebutuhan sehari-hari. Ini menunjukkan kecenderungan potensial terhadap

isolasi sosial. Pertumbuhan lansia yang semakin dihadapkan pada tantangan seperti kondisi fisik yang lemah dan tidak berdaya, memaksa mereka untuk bergantung pada orang lain. Namun seiring perkembangan zaman, nilai-nilai budaya masyarakat bergeser sehingga mengakibatkan hilangnya kualitas dan kuantitas pendampingan keluarga bagi lansia (Tamher & Noorkasiani, 2011).

Masalah penuaan diantaranya jumlah keluarga berkurang. Seseorang pada usia produktif hampir menghabiskan seluruh waktu mereka belajar ataupun bekerja sehingga sedikit waktu untuk memikirkan orang tua. Hal ini menyebabkan kurangnya komunikasi antara lansia dan anak, serta kurangnya perhatian bagi lansia. Anggota keluarga lansia, di sisi lain adalah salah satu kelompok yang paling rentan dalam hal kesehatan karena kepekaan mereka yang besar terhadap masalah kesehatan dan bahaya kematian. Oleh karena itu tugas dan fungsi keluarga sangat dibutuhkan oleh lansia salah satunya adalah dukungan keluarga (Wijayanti, 2017).

Dukungan keluarga menunjukkan jenis interaksi interpersonal di mana keluarga memberikan perhatian (seperti perasaan, kasih sayang, dan empati), bantuan instrumental (barang, jasa), informasi, dan penilaian kepada lansia (informasi terkait evaluasi diri) (Bondan, 2016). Dukungan dari anggota keluarga dekat dapat berupa nasehat yang mengingatkan lansia untuk tidak bekerja berlebihan (jika masih bekerja), memberikan kesempatan lansia untuk melakukan hobi, dan memberikan kesempatan lansia untuk beribadah dengan baik dan istirahat yang cukup (Ismayadi, 2014). Keluarga dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap pandangan dan nilai seseorang, serta program

pengobatan yang dapat diterima oleh mereka. Keluarga juga dapat menawarkan dukungan dan membuat keputusan tentang bagaimana merawat anggota keluarga yang sakit (Niven, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya menunjukkan lansia yang mendapatkan dukungan keluarga memiliki skor ADL yang lebih tinggi (Jennifer, 2015). Penelitian di Desa Sokaraja Lor Kecamatan Sokaraja menunjukkan dukungan keluarga melalui komunikasi, dukungan emosional keluarga, dukungan keluarga melalui interaksi sosial, dukungan keluarga melalui finansial, dukungan keluarga melalui upaya mempertahankan aktivitas fisik yang masih mampu dilakukan lansia dengan respon sosial lansia (Nusi, 2010). Hal yang sama juga didapatkan dalam penelitian di Kecamatan Payakumbuh Utara menunjukkan respon mandiri pada lansia lebih banyak dirasakan bagi yang memperoleh dukungan keluarga dibandingkan dengan yang tidak mendapatkan dukungan keluarga. (Rinajumita, 2011).

Melihat pentingnya dukungan keluarga bagi pemenuhan aktivitas sehari-hari bagi lansia, maka penulis tertarik untuk melakukan kajian lebih mendalam terkait dengan, “Hubungan Dukungan Keluarga dengan Pemenuhan Aktifitas Sehari-hari pada Lansia pendekatan *Systematic Review*”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan sebagai berikut bagaimana hubungan dukungan keluarga dengan pemenuhan aktifitas sehari-hari pada lansia ?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi hubungan dukungan keluarga dengan pemenuhan aktifitas sehari-hari pada lansia.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi dukungan keluarga pada lansia
- b. Mengidentifikasi pemenuhan aktifitas sehari-hari pada lansia
- c. Mengidentifikasi hubungan dukungan keluarga dengan pemenuhan aktifitas sehari-hari pada lansia.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi Keluarga dan Lansia

Memberikan pemahaman tentang dukungan-dukungan yang perlu diberikan kepada lansia agar lansia menikmati kehidupannya dalam beraktivitas.

2. Manfaat bagi Ilmu Pengetahuan

Memperkaya hasil studi tentang hubungan dukungan keluarga dengan pemenuhan aktifitas sehari-hari pada lansia dan sebagai sumber referensi bagi peneliti selanjutnya.