

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menua atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi didalam kehidupan manusia. Proses menua bukanlah suatu penyakit tetapi suatu proses alamiah. Proses menua sulit dihindari, namun manusia dapat berusaha memperlambat proses alami ini dan menjaga supaya sampai usia lanjut masih bisa hidup dalam keadaan sehat, dan menikmati kehidupan yang bahagia serta berkualitas. (Hardywinoto & Setiabudi, 2011).

Lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang telah mencapai masa usia 60 tahun keatas dengan kemampuan fisik dan kognitifnya yang semakin menurun. Perubahan yang dialami pada usia lanjut dapat menimbulkan berbagai masalah baik secara fisik, mental serta pertumbuhan kondisi social yang dapat mengakibatkan penurunan pada peran-peran sosialnya dan juga menurunnya derajat kesehatan akibatnya lansia akan kehilangan pekerjaan dan merasa menjadi individu yang kurang mampu. Hal tersebut akan mempengaruhi interaksi social lansia karena lansia menarik diri dari hubungan dengan masyarakat sekitar secara perlahan. Berkurangnya interaksi social pada lansia dapat menyebabkan lansia merasa terisolir sehingga lansia menjadi suka menyendiri dan mengalami isolasi sosial dengan lansia mengalam terisolasi akan menyebabkan lansia depresi, hal ini akan berdampak pada

kualitas hidup lansia (Samper, Pinontoan, & Katuuk, 2017). *World Health Organization* (WHO) menggolongkan lansia menjadi 4 macam yaitu *middle age* (45 – 59 tahun), *elderly* (60 – 74 tahun), *old* (75 – 90 tahun) dan *very old* (90 tahun keatas) (Nugroho, 2011)

Menurut organisasi kesehatan dunia (WHO), di negara berkembang, jumlah penduduk usia 60 tahun ke atas diperkirakan meningkat menjadi 20% antara tahun 2015–2050. Hasil sensus penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa Indonesia termasuk lima besar negara dengan jumlah penduduk lanjut usia terbanyak di dunia yakni mencapai 18,1 juta jiwa pada 2010 atau 9,6 % dari jumlah penduduk. Hasil proyeksi penduduk 2010-2035, Indonesia akan memasuki periode lansia (*aging*), dimana 10% penduduk akan berusia 60 tahun keatas. Prevalansi penduduk lanjut usia di Jawa Timur pada tahun 2010 didapatkan jumlah penduduk yang berusia 60 tahun ke atas sekitar 7,18%. Pada tahun 2012 jumlah lansia sebanyak 14.439.967 jiwa (7,18%) dan pada tahun 2013 mengalami peningkatan menjadi 23.992.553 jiwa (9,77%) sementara pada tahun 2014 jumlah lansia sebesar 20 juta jiwa (9,51%), dengan usia harapan hidup 67,4 tahun dan pada tahun 2020 diperkirakan sebesar 28,8 juta (11,34%), dengan usia harapan hidup 71,1 tahun (Depkes, 2015). Efek terburuk dari meningkatnya jumlah lansia yang ada akan mengakibatkan peningkatan masalah kesehatan yang diiringi dengan berbagai macam keluhan yang disampaikan oleh lansia (Nugroho, 2011).

Peningkatan jumlah usia lansia dapat menimbulkan berbagai masalah baik secara fisik, mental, serta pertumbuhan kondisi sosial yang

dapat mengakibatkan penurunan pada peran-peran sosialnya. Selain itu, dapat menurunkan derajat kesehatan, kehilangan pekerjaan dan dianggap sebagai individu yang tidak mampu. Hal ini akan mengakibatkan lansia secara perlahan menarik diri dari hubungan dengan masyarakat sekitar sehingga dapat mempengaruhi interaksi sosial. Rendahnya interaksi sosial akan mempengaruhi perilaku lansia dalam pemeliharaan kesehatannya dan akan berdampak pada penurunan kualitas hidup lansia (Andreas, 2012).

Menurut World Health Organization Quality of Life (WHOQOL), kualitas hidup adalah kondisi fungsional lansia yang meliputi kesehatan fisik yaitu aktivitas sehari-hari, ketergantungan pada bantuan medis, kebutuhan istirahat, kegelisahan tidur, penyakit, energi, kelelahan, mobilitas, aktivitas sehari-hari, kapasitas pekerjaan. Kesehatan psikologis yaitu perasaan positif, penampilan dan gambaran jasmani, perasaan negatif, berfikir, belajar, konsentrasi, mengingat, self esteem dan kepercayaan individu, hubungan sosial lansia yaitu dukungan sosial, hubungan pribadi, serta aktivitas seksual, dan kondisi lingkungan yaitu lingkungan rumah, kebebasan, keselamatan fisik, aktivitas di lingkungan, kendaraan, keamanan, sumber keuangan, kesehatan dan kepedulian sosial. Kualitas hidup dipengaruhi oleh tingkat kemandirian, kondisi fisik dan psikologis, aktifitas sosial, interaksi sosial dan fungsi keluarga. Pada umumnya lanjut usia mengalami keterbatasan, sehingga kualitas hidup pada lanjut usia menjadi mengalami penurunan. Perubahan yang terjadi pada responden akibat penurunan kualitas hidup antara lain cepat lelah, pusing, berkeringat, mengalami kesulitan tidur sehingga waktu tidur

menjadi kurang, menjadi mudah tersinggung dan perasaan minder untuk bergaul dengan lingkungan, (Yuliati *et al*, 2014).

Salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia adalah hubungan interaksi sosial yang rendah di lingkungan sekitarnya. Interaksi sosial merupakan hubungan timbal balik atau hubungan yang saling mempengaruhi antar manusia yang berlangsung sepanjang hidupnya di dalam masyarakat. Dengan adanya hal ini maka keterlibatan interaksi sosial yang lebih besar memiliki semangat dan kepuasan hidup yang tinggi dan penyesuaian serta kesehatan mental yang positif dari pada lansia yang kurang terlibat secara sosial. Semangat dan kepuasan hidup yang dialami lansia menyebabkan kualitas hidupnya membaik (Potter dan Perry, 2015).

Individu yang mengalami interaksi sosial yang terbatas dengan lingkungan sekitarnya lebih berpeluang mengalami kesepian, sementara individu yang mengalami interaksi sosial yang baik tidak terlalu mengalami kesepian yang berarti kualitas hidupnya baik (Sanjaya, 2017).

Untuk mengatasi masalah interaksi sosial yang rendah berbagai upaya dilakukan diantaranya adalah memberikan kasih sayang, perhatian dan pengertian kepada lansia, memperlihatkan penerimaan diri lansia, memberikan dorongan akan semangat menjalani dan menghabiskan masa tua, memberikan masukan pada lansia untuk menerima proses penuaan atau kemunduran fisik yang terjadi pada dirinya, melibatkan lansia dalam suatu aktivitas dan interaksi dengan lansia serta lingkungan, menghindari yang merusak diri dan sikap mental dan kekerasan fisik pada lansia (Lahaye, 2010). Untuk dapat menikmati masa tua dengan bahagia serta

meningkatkan kualitas hidupnya, lansia membutuhkan dukungan dari orang-orang terdekat. Tinggal bersama keluarga besar adalah salah satu cara untuk mendapatkan dukungan sosial berupa rasa aman, nyaman, dan jaminan perawatan (Githa, 2011).

Dari uraian dan fenomena di atas maka peneliti tertarik untuk mendeskripsikan penelitian sebelumnya tentang Hubungan Interaksi Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia dengan melakukan sistematik *Literatur Review*.

