

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Secara global angka kehidupan lansia terus meningkat dari waktu ke waktu membuat dunia berada pada periode *ageing population*, yaitu ketika persentase penduduk lansia suatu negara mencapai >10% dari total penduduk.^{1,2} Kondisi *ageing population* ini dapat dijadikan sebagai aspek penilaian bahwa pembangunan, baik yang meliputi perbaikan kualitas kesehatan ataupun peningkatan kesejahteraan yang dilakukan oleh suatu negara dikatakan berhasil sehingga dapat mencapai rata-rata penduduk usia tua. Berdasarkan data dari *World Population Prospects 2022*, diprediksi bahwa pada tahun 2050 akan terjadi peningkatan populasi lansia dari jumlah yang sebelumnya sekitar 10% (1 dari 11) orang pada tahun 2022 menjadi 16% (1 dari 6) orang di dunia akan berusia di atas 65 tahun. Hal ini didasari oleh adanya peningkatan usia harapan hidup menjadi 77,2 tahun dengan penurunan rata-rata fertilitas 2,1 kelahiran per wanita pada tahun 2050.^{3,4}

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) 2022, Indonesia juga telah memasuki tahap penuaan penduduk dikarenakan presentase populasi lansia yang mencapai 10,82%. Jumlah lansia diprediksi akan mencapai sekitar 20% dari total penduduk Indonesia pada tahun 2040 dan diperkirakan 1 dari 5 penduduk Indonesia merupakan lansia di tahun 2045. Jumlah ini dapat terus meningkat hingga mencapai 25% (74 juta jiwa) dari total keseluruhan penduduk pada tahun 2050. Pergeseran status kependudukan yang terjadi merupakan suatu tantangan tersendiri, dikarenakan semakin besar jumlah penduduk lansia akan berdampak pada berbagai aspek kehidupan seperti ekonomi, sosial, dan kesehatan.⁵

Seiring berjalannya waktu, setiap manusia akan melewati proses penuaan yang tidak dapat dihindari. Lansia merupakan panggilan bagi mereka yang telah mencapai fase akhir proses kehidupan dan berusia di atas 60 tahun.^{5,6} Masa penuaan juga akan disertai dengan risiko terjadinya perubahan pada kondisi lansia, terutama dari segi fisik dan psikososial. Perubahan yang dapat terjadi meliputi kemunduran dan penurunan fungsi tubuh, produktivitas, keseimbangan, fungsi kognitif, dan

pendapatan. Keadaan ini tentunya dapat berisiko memengaruhi status kemandirian, kesehatan, dan kualitas hidup lansia.^{7,8}

Baik buruknya kemampuan fungsional seseorang dapat dinilai salah satunya dari tingkat kemandirian dalam menjalankan aktivitas dasar hidup sehari-hari (ADL). Lansia yang mandiri adalah lansia yang mampu bergantung pada kekuatan diri sendiri tanpa membutuhkan pertolongan dari pihak lain sebagai upaya pemenuhan kebutuhan dasar hidupnya. Kemandirian melakukan ADL merupakan kemampuan merawat diri dalam hal makan, mandi, bergerak, berpakaian, dan penggunaan toilet.⁹ Untuk itu, kemandirian penting dimiliki oleh setiap orang agar dapat menjalani kehidupan dengan layak tanpa menimbulkan dependensi secara berlebihan.¹⁰

Dari data yang ada, gambaran tingkat kemandirian pada lansia cukup bervariasi. Studi kohort yang dilakukan pada kelompok lansia di Inggris dan Swedia, menyatakan bahwa tingkat kemandirian lansia cenderung menurun seiring dengan tahap penuaan.^{11,12} Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Masnina *et al.*, yang menunjukkan 68,1% dari 69 lansia mengalami ketergantungan.¹³ Penelitian lain yang dilakukan Gokhan *et al.*, juga memperlihatkan tingkat dependensi sedang pada kelompok lansia di Turki yang tinggal di panti sosial.¹⁴ Berbeda dari sebelumnya, penelitian yang dilakukan Khasanah *et al.*, didapatkan hasil dari 60 lansia sebanyak 56,7% tergolong mandiri.¹⁵ Penelitian oleh Desreza *et al.*, juga mendapatkan hasil perbandingan yang setara, yaitu 50% dari 70 lansia mengalami ketergantungan dan 50% sisanya memiliki tingkat kemandirian yang baik.¹⁶ Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan, hasil yang beragam tersebut dikarenakan terdapat banyak faktor penyebab yang mendasari kemandirian lansia.

Salah satu faktor yang dikaitkan memiliki pengaruh terhadap kemandirian adalah tingkat stres. Stres dapat didefinisikan sebagai respon individu terhadap suatu keadaan atau kejadian yang mengancam dan mengganggu seseorang (stressor). Menurut penelitian Almira *et al.*, bertambahnya usia membuat tingkat stres yang dirasakan meningkat dengan prevalensi tertinggi dialami oleh lansia kategori tua (berusia >81 tahun). Disebutkan juga faktor-faktor yang memengaruhi

hal tersebut antara lain peningkatan usia, pendidikan rendah, masalah keuangan, hidup seorang diri, fungsi kognitif melemah, rentan terkena penyakit, dan kecacatan fisik.¹⁷ Penelitian oleh Varghese *et al.*, pada kelompok lansia di Uttar Pradesh India menunjukkan mayoritas 46,7% lansia yang tinggal di panti jompo mengalami tingkat stres sedang dan diikuti oleh 30% memiliki stres tingkat tinggi.¹⁸ Studi lain dilakukan oleh Edi *et al.*, membandingkan antara 72 lansia di panti jompo dan 72 lansia yang tinggal bersama keluarga. Hasil studi ini didapatkan bahwa prevalensi stres pada lansia di panti sosial (30%) lebih tinggi dibandingkan mereka yang tinggal bersama keluarga (8,34%).¹⁹

Selain tingkat stres, penurunan fungsi kognitif juga dihubungkan dengan kemandirian pada lansia. Fungsi ini akan mengalami penurunan seiring bertambahnya usia yang berkaitan dengan orientasi, atensi, daya ingat, bahasa, visuospasial dan fungsi eksekutif.²⁰ Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mursyid *et al.*, menunjukkan 69,9% dari 73 lansia mengalami gangguan kognitif.²¹ Penelitian lain yang dilakukan Dwi *et al.*, juga menunjukkan 48,1% dari 50 lansia mengalami gangguan kognitif berat dengan diikuti sebanyak 46,2% lansia mengalami gangguan kognitif sedang.²²

Hasil yang didapatkan dari penelitian-penelitian sebelumnya mengenai hubungan tingkat stres dan fungsi kognitif terhadap kemandirian ADL menunjukkan hasil yang berbeda-beda. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Boyke *et al.*, terdapat hubungan bermakna antara tingkat stres terhadap kemandirian ADL dengan nilai $p\text{-value} = 0,000 (\leq 0,05)$.²³ Hasil ini juga didukung oleh penelitian Brune *et al.*, yang menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat stres dan kemandirian ADL.²⁴ Akan tetapi, hasil tersebut bertentangan dengan penelitian yang dilakukan oleh Eunjoon *et al.*, yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara keduanya.²⁵ Hasil ini sesuai dengan penelitian oleh Awaluddin dengan perolehan $p\text{-value} = 0,104 (> 0,05)$ yang artinya tidak terdapat hubungan yang bermakna antara stres dan kemandirian.²⁶ Penelitian yang dilakukan Vanessa *et al.*, juga tidak menunjukkan adanya pengaruh antara tingkat stres dan kemandirian ADL dengan nilai $p\text{-value} = 0,363$.¹³

Hubungan fungsi kognitif terhadap kemandirian juga mendapatkan hasil yang bertentangan. Terdapat penelitian dengan desain potong lintang oleh Lindawati *et al.*, yang membahas terkait hubungan antara kognitif dengan kemandirian ADL. Penelitian ini dilakukan terhadap lansia dengan jumlah total 62 responden. Kesimpulan dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi dimana fungsi kognitif yang menurun akan memengaruhi tingkat kemandirian.²⁷ Sedangkan penelitian Dede *et al.*, menunjukkan $p\text{-value} = 0,133 (> 0,05)$ yang artinya tidak terdapat hubungan yang bermakna antara kedua variabel tersebut.²⁸

Dikarenakan masih belum terdapat hasil yang konsisten, maka peneliti tertarik mengangkat topik tersebut untuk mengetahui bagaimana tingkat stres dan fungsi kognitif memengaruhi kemandirian dalam melakukan ADL pada lansia di Panti Werdha Bina Bhakti. Dengan harapan, hasil yang didapatkan dapat menjadi acuan menentukan langkah selanjutnya dalam hal perencanaan dan penanganan yang tepat untuk menghadapi tantangan pertumbuhan populasi lansia di masa mendatang.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, riset menunjukkan dunia berada pada struktur kependudukan tua. Penuaan dapat membuat terjadinya perubahan fisik dan psikososial yang berkontribusi terhadap kecenderungan peningkatan tingkat stres dan penurunan fungsi kognitif. Berdasarkan penelitian yang ada, kedua faktor tersebut juga dicurigai sebagai faktor yang memiliki hubungan signifikan terhadap kemandirian lansia dalam melakukan ADL. Kemandirian merupakan hal yang sangat penting dalam menjaga kualitas dan kelangsungan hidup yang baik, khususnya pada lansia yang tinggal di panti sosial. Meskipun sebelumnya telah dilakukan penelitian yang serupa, tetapi hasil yang didapatkan masih terdapat kontradiksi.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Apakah terdapat hubungan antara tingkat stres terhadap kemandirian dalam melakukan *Activities of Daily Living (ADL)* pada lansia di Panti Werdha Bina Bhakti?
2. Apakah terdapat hubungan antara fungsi kognitif terhadap kemandirian dalam melakukan *Activities of Daily Living (ADL)* pada lansia di Panti Werdha Bina Bhakti?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

1. Menganalisis hubungan antara tingkat stres terhadap kemandirian dalam melakukan *Activities of Daily Living (ADL)* pada lansia di Panti Werdha Bina Bhakti.
2. Menganalisis hubungan antara fungsi kognitif terhadap kemandirian dalam melakukan *Activities of Daily Living (ADL)* pada lansia di Panti Werdha Bina Bhakti.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui tingkat stres pada lansia di Panti Werdha Bina Bhakti.
2. Mengetahui fungsi kognitif pada lansia di Panti Werdha Bina Bhakti.
3. Mengetahui status kemandirian lansia di Panti Werdha Bina Bhakti dalam melakukan *Activities of Daily Living (ADL)*.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

1. Memperkaya wawasan pembaca mengenai gambaran tingkat stres dan fungsi kognitif serta pengaruhnya terhadap kemandirian dalam melakukan *Activities of Daily Living (ADL)* pada lansia yang tinggal di panti sosial.

2. Menambah kepustakaan atau menjadi referensi yang dapat digunakan sebagai data penunjang untuk mendukung penelitian selanjutnya dengan topik bahasan yang sesuai.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Hasil penelitian memberikan informasi mengenai tingkat stres, fungsi kognitif, dan status kemandirian para lansia di Panti Werdha Bina Bhakti dalam melakukan ADL yang dapat menjadi bahan evaluasi dalam memberikan pelayanan yang lebih baik dan tepat kepada para lansia.
2. Bagi lansia, dapat menjadi bahan informasi dan edukasi terkait pentingnya merawat diri dan menjaga kesehatan baik secara fisik maupun psikis untuk mencapai kualitas hidup yang baik.

