

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Proses penuaan (*Aging Process*) pada kehidupan manusia merupakan suatu hal yang wajar terjadi. Seperti yang dikatakan Wisnusakti (2021, hlm 3) pada proses penuaan maka seorang individu akan mengalami perubahan biologis, psikologis, sosial, dan spritual. Proses penuaan merupakan tahapan dimana terjadi perubahan seorang dewasa sehat menjadi seorang yang lemah dan rentan yang diakibatkan karena sebagian besar cadangan sistem fisiologinya menurun serta daya imunitas yang lemah sehingga mudah terkena serangan berbagai penyakit dan kematian secara eksponensial (Stordal, 2012 dalam Irianti et al., 2022, hlm 33).

Saat lansia mengalami kemunduran baik fisik ataupun mental, mereka akan terus bergantung kepada orang lain seperti yang diucapkan oleh Kaunang (2019) dalam (Panjaitan & Agustina Br, 2020, hlm 2) kemunduran dapat dijadikan sebagai alasan seorang lansia agar dapat bergantung kepada orang lain, menarik diri dari masyarakat dan menjadi cemas akibat pensiun.

Badan Pusat Statistik menjelaskan bahwa pada tahun 2020 terdapat terdapat 727 juta orang yang berusia 65 tahun di seluruh dunia. Di mana hal tersebut diperkirakan akan berjumlah dua kali lipat menjadi 1,5 miliar pada tahun 2050. Jumlah penduduk dengan usia 65 tahun keatas akan meningkat dari tahun 1990 sampai 2020, di mana dari 6 persen menjadi 9,3 persen. Dimana hal itu diperkirakan akan terus meningkat menjadi 16 persen pada tahun 2050. (BPS, 2021, hlm 3).

Menurut *World Population Prospect* (2020) penduduk Indonesia pada tahun 2015-2020 memiliki proyeksi rata-rata usia harapan hidup sebesar 71,7 persen, dimana proyeksi tersebut meningkat dari pada tahun 2010-2015 sebanyak 1 persen. Dengan meningkatnya rata-rata usia harapan hidup, maka dapat menyebabkan peningkatan jumlah lansia di Indonesia (Faqih Adina, 2017, hlm 1).

Pada tahun 2021 Indonesia telah memasuki struktur penduduk tua, dikarenakan jumlah populasi lansia terus meningkat yaitu sebesar 10,82% atau 29,3 juta jiwa (BPS, 2021, hlm 29). Berdasarkan Data Susenas tercatat bahwa 11,75 persen penduduk di Indonesia merupakan lansia, serta rasio ketergantungan lansia pada tahun 2023 sebesar 17,08 persen, dimana hal ini mengartikan bahwa setiap 100 orang penduduk usia produktif (umur 15-59 tahun) menanggung sekitar 17 orang lansia. Sekitar 33,16 persen rumah tangga didalamnya terdapat lansia sebagai anggota rumah tangga, di mana separuh 55,32 persennya adalah kepala keluarga. Sedangkan sebanyak 7,10 persen lansia tinggal seorang diri, 22,07 persen tinggal bersama pasangan, dan sisanya tinggal bersama keluarga inti, tiga generasi, serta rumah tangga lainnya (BPS, 2023, hlm vii).

Meningkatnya jumlah penduduk lansia dapat disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain karena 1) terjadi peningkatan sosial ekonomi; 2) adanya kemajuan dalam hal pelayanan kesehatan; 3) terjadi peningkatan ilmu di masyarakat. Peningkatan pertumbuhan populasi lansia ini akan membawa dampak pada kehidupan sosial ekonomi dalam lingkup keluarga ataupun lingkungan sekitar (Mulyati et al., 2018, hlm 2).

Menurut jurnal psikologi yang ditulis oleh Dewinta (2013) dalam (Pratiwi 2015, hlm 3) menunjukkan hasil survei bahwa 7 dari 10 lansia terjadi penurunan kualitas yang dipengaruhi oleh perasaan kesepian dan minimnya perhatian yang mereka terima dari anggota keluarga lain. Memasuki usia yang sering mengalami permasalahan mengenai kesehatan berupa psikis yang terganggu, penurunan daya ingat, sehingga lansia pastinya memerlukan bantuan orang lain untuk melakukan aktivitas, dengan itu dukungan keluarga sangatlah penting, di mana akan menambah kepercayaan diri dan memberikan motivasi agar lansia dapat menghadapi masalah dengan baik dan kepuasan hidup meningkat. Maka dari itu, keluarga akan terus menjadi tempat berlindung yang sangat disukai oleh para lansia (Mirza et al 2017, hlm 2). Menurut Suprajitno (2004) dalam (Ningrum et al., 2017, hlm 2) para lansia masih menganggap bahwa keluarga adalah tempat dimana lansia bisa berlindung.

Arah kebijakan yang sudah dibuat tentang lansia lebih memberatkan kepada keluarga yang merupakan penanggung jawab terhadap lansia itu sendiri. Dengan itu sangatlah penting dukungan keluarga terhadap kesejahteraan hidup lansia, namun kenyataannya tidak semua lansia mendapatkan hal tersebut. Tetapi dalam hal merawat lansia tidaklah mudah, dikarenakan anggota keluarga perlu memberikan perhatian serta perlakuan khusus. Tidak semua keluarga mampu memberikan hal tersebut secara penuh kepada lansia, sehingga tak jarang keluarga akan mengirim lansia ke panti jompo atau lansia sendiri yang memintanya, dan hal itu dapat menyebabkan muncul perasaan tidak berguna dan menyusahkan keluarga yang lain. Melihat itu, adanya lansia di dalam keluarga merupakan tantangan besar, karena tidak semua keluarga mampu untuk menemani dan mengurus mereka.

Menurut Ningrum et al. (2017, hlm 2) seorang lansia dalam proses perawatan dimasa tua pastinya memerlukan berbagai dukungan dari lingkungan sekitar, seperti dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan instrumental, dan dukungan penghargaan, dengan harapan lansia dapat menikmati masa tuanya dengan sejahtera dan terjadi peningkatan kualitas hidup pada lansia.

World Health Organization (2012) menjelaskan kualitas hidup dapat dipahami sebagai persepsi individu mengenai kehidupannya, yang dimana hal ini dapat dipengaruhi oleh latar belakang dalam konteks budaya dan sistem nilai tempat individu tersebut tinggal dan berkaitan dengan tujuan, harapan, urusan yang mereka miliki (Mirza et al., 2017, hlm 13). Memasuki masa lanjut usia pastinya akan mengalami berbagai permasalahan yang dapat mengganggu kualitas hidup lansia, seperti mudah terpapar penyakit yang dapat membahayakan lansia itu sendiri.

Seperti yang sudah disebutkan dalam Undang-undang nomor 13 tahun 1998 pasal 1 ayat 7 di mana perlindungan sosial merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan pemerintah adalah memberikan kemudahan akses pelayanan bagi lanjut usia agar dapat mewujudkan dan menikmati taraf hidup yang wajar. Untuk mengatasi permasalahan kesehatan yang dialami lansia, diperlukannya layanan kesehatan yang memadai. Pemerintah sudah menyediakan pelayanan kesehatan untuk meningkatkan kualitas kesehatan lansia itu sendiri, sehingga mencapai lansia yang sehat, mandiri, dan produktif. Salah satu kebijakan mengenai kesehatan lansia

adalah dengan adanya posyandu lansia. Di mana menurut Saidah Raud dan Malawat (2021) dalam (Septiani, 2024, hlm 2) posyandu lansia dikendalikan dan diselenggarakan oleh masyarakat untuk memberikan layanan kesehatan dasar kepada lansia, bertujuan untuk membantu lansia agar mendapatkan masa tua yang bahagia, sehat dan berdaya.

Jumlah penduduk di Kota Tasikmalaya terus meningkat yaitu pada tahun 2022 berjumlah 746.719 jiwa dan bertambah pada tahun 2023 berjumlah 757.815 jiwa, di mana penduduk berusia tua pada tahun 2022 berjumlah 82.220 jiwa, sedangkan pada tahun 2023 berjumlah 84.405 jiwa (Open Data Kota Tasikmlaya, 2024). Di Kota Tasikmalaya lebih tepatnya di Kelurahan Empangsari terdapat dua Posyandu Lansia yaitu Posyandu Delima Putih yang berada di Rw 04 dan Posyandu Lansia Cempaka 1 yang berada di RW 06. Posyandu Delima Putih akan menjadi tempat untuk dilakukan penelitian.

Menurut data yang didapatkan melalui para kader Posyandu Delima Putih, terdapat 123 lansia yang terdaftar. Dari banyaknya jumlah lansia yang ada, terlihat bahwa kondisi kesehatan mereka sangat bervariasi, baik dari segi fisik maupun psikologis. Dalam menjalani masa tua, lansia tidak hanya menghadapi tantangan fisik seperti menurunnya fungsi tubuh, tetapi juga tantangan psikologis seperti kesepian, stres, kecemasan, dan perasaan tidak berguna. Kesehatan fisik yang tidak terjaga dapat berdampak besar terhadap kondisi psikologis lansia, karena pikiran yang tidak tenang dapat melemahkan daya tahan tubuh dan memperburuk penyakit fisik yang diderita.

Keseharian lansia banyak dihabiskan di rumah, dengan aktivitas yang monoton dan interaksi sosial yang terbatas. Lansia yang tinggal sendiri atau yang tidak mendapatkan perhatian rutin dari keluarga lebih rentan mengalami gangguan psikologis. Di sisi lain, sebagian lansia yang masih tinggal bersama anak dan cucu justru menunjukkan semangat hidup yang lebih tinggi, lebih stabil secara emosional, dan memiliki kondisi fisik yang lebih baik. Ini menunjukkan bahwa hubungan antara kesehatan psikologis dan fisik pada lansia sangat erat dan saling mempengaruhi.

Fakta lain yang ditemukan adalah belum optimalnya pemahaman masyarakat, khususnya keluarga, dalam mendampingi lansia secara menyeluruh. Kesehatan lansia masih kerap diartikan hanya sebatas fisik, padahal kondisi mental sangat berperan dalam membentuk kualitas hidup. Minimnya pemahaman keluarga mengenai tekanan psikologis dapat menurunkan daya tahan tubuh lansia. Masih rendahnya perhatian terhadap aspek psikologis dalam layanan lansia di masyarakat juga menyebabkan intervensi yang dilakukan belum menyentuh akar permasalahan. Selain itu, belum adanya pendekatan terpadu untuk meningkatkan kesehatan fisik melalui intervensi psikologis menjadi hambatan tersendiri.

Posyandu lansia sebagai bagian dari program berbasis masyarakat (pendidikan masyarakat) seharusnya tidak hanya menyediakan layanan medis, tetapi juga menjadi ruang edukatif untuk meningkatkan kesadaran keluarga dan masyarakat tentang pentingnya mendampingi lansia secara emosional. Ini sejalan dengan konsep pemberdayaan dalam pendidikan masyarakat, yang mengedepankan partisipasi aktif dan penyadaran terhadap isu-isu sosial dan kesehatan.

Melihat kompleksitas tersebut, maka penting untuk dilakukan penelitian yang mengkaji pengaruh kesehatan fisik terhadap kesehatan psikologis pada lansia. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan untuk pengembangan program yang lebih holistik, berkelanjutan, dan berorientasi pada pemberdayaan keluarga serta komunitas dalam mendampingi lansia agar tetap sehat secara fisik maupun psikologis.

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang **“Pengaruh Kesehatan Psikologis terhadap Kesehatan Fisik Orang Lanjut Usia”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat disimpulkan bahwa identifikasi masalah pada penelitian ini sebagai berikut:

- 1.2.1. Adanya tantangan kesehatan psikologis yang berdampak pada kesehatan fisik orang lanjut usia.

- 1.2.2. Minimnya pemahaman keluarga mengenai tekanan psikologis dapat menurunkan daya tahan tubuh orang lanjut usia.
- 1.2.3. Kegiatan yang dilakukan berfokus pada kesehatan fisik, seperti pemeriksaan tekanan darah, berat badan dan lain-lain, yang membutuhkan pemeriksaan lebih lanjut.
- 1.2.4. Minimnya perhatian terhadap kesehatan psikologis dalam pelayanan orang lanjut usia.
- 1.2.5. Belum adanya pendekatan terpadu untuk meningkatkan kesehatan fisik melalui intervensi psikologis.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu, apakah ada pengaruh kesehatan fisik terhadap kesehatan psikologis pada orang lanjut usia di Posyandu Lanjut Usia Delima Putih, Kelurahan Empangsari Kecamatan Tawang, Kota Tasikmalaya?

1.4. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini yaitu untuk mendeskripsikan dan menganalisis pengaruh kesehatan fisik terhadap kesehatan psikologis pada orang lanjut usia di Posyandu Lanjut Usia Delima Putih, Kelurahan Empangsari Kecamatan Tawang, Kota Tasikmalaya.

1.5. Kegunaan Penelitian

1.5.1. Kegunaan Teoritis

Hasil dari penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan kelimuan pendidikan masyarakat khususnya yang berhubungan dengan pengaruh kesehatan psikologis terhadap kesehatan fisik pada orang lanjut usia.

1.5.2. Kegunaan Praktis

1.5.2.1. Untuk Peneliti

Dapat menambah wawasan bagi peneliti dan dapat dijadikan sebagai sumber atau rujukan dalam penelitian mengenai kesehatan fisik terhadap kesehatan psikologis pada orang lanjut usia. Temuan dari penelitian ini dapat membuka perspektif baru dalam bidang studi pendidikan masyarakat dan menjadi landasan bagi pengembangan riset yang akan datang.

1.5.2.2. Untuk Keluarga

Melalui penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran tentang pentingnya dukungan dalam hal untuk menjaga kesehatan fisik orang lanjut usia guna menjaga kesehatan psikologis orang lanjut usia dan meningkatkan partisipasi anggota keluarga terhadap program program yang berkaitan dengan kesehatan orang lanjut usia khususnya dalam program yang ada di posyandu lanjut usia.

1.5.2.3. Untuk Posyandu Delima Putih

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan oleh Posyandu Delima Putih untuk mengembangkan kebijakan yang berfokus pada keterlibatan keluarga dalam mendukung lansia untuk mengikuti kegiatan posyandu.

1.5.2.4. Untuk Mahasiswa Pendidikan Masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan wawasan praktis dalam pengembangan program sosial untuk masyarakat, terutama dalam konteks lansia serta dapat dijadikan sebagai referensi atau sumber tambahan informasi khususnya dalam hal-hal yang berkaitan dengan masalah yang ada di dalam penelitian ini.

1.6. Definisi Operasional

1.6.1. Lanjut Usia

Lanjut Usia merupakan individu yang telah memasuki usia 60 tahun keatas, dimana hal ini akan ditandai dengan penurunan kemampuan yang mereka miliki baik dalam hal fisik ataupun psikis sebagai akibat dari proses penuaan. Lanjut usia di Posyandu Delima putih memiliki jumlah anggota sebanyak 123 orang, dari rentang usia 60-91 tahun. Pada penelitian ini hanya menggunakan lanjut usia dengan rentang usia 65-70 tahun.

1.6.2. Kesehatan Fisik

Kesehatan fisik adalah kondisi organ tubuh yang berfungsi dengan baik tanpa merasa sakit dan semua anggota tubuh bekerja secara normal, yang dapat diukur berdasarkan aspek seperti energi dan kelelahan, tidur dan istirahat, nyeri dan ketidaknyamanan, aktivitas sehari-hari, mobilitas, ketergantungan pada obat, dan kapasitas kerja.

Kesehatan fisik pada lanjut usia di posyandu delima putih mengalami penurunan yang cukup signifikan, seperti mudah lelah, dan adanya keterbatasan gerak, dimana hal ini terjadi karena kurangnya perhatian kesehatan psikologis yang secara tidak langsung menurunkan daya tahan tubuh mereka.

1.6.3. Kesehatan Psikologis

Kesehatan psikologis atau kesehatan mental merupakan keadaan yang menunjukkan kemampuan individu dalam penyesuaian diri untuk menghadapi permasalahan dalam hidupnya, yang dapat diukur berdasarkan aspek seperti citra dan penampilan tubuh, perasaan negatif, perasaan positif, harga diri, berfikir, mendapatkan penghasilan, memori dan konsentrasi, serta kepercayaan pribadi.

Kesehatan psikologis pada lanjut usia di posyandu delima putih kurang diperhatikan, dimana baik keluarga yang kurang memahami pentingnya kesehatan psikologis bagi lanjut usia ataupun pelayanan posyandu yang kurang dalam pelayanan terhadap aspek kesehatan mental lanjut usia.