

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Lansia atau menua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya, yaitu anak, dewasa dan tua. Tiga tahap ini berbeda baik secara biologis, maupun psikologis. Memasuki usia tua berarti mengalami kemunduran, misalnya kemunduran fisik, yang ditandai dengan kulit yang mengendur, rambut memutih, gigi mulai ompong, pendengaran kurang jelas, penglihatan semakin memburuk, gerakan lambat dan figur tubuh yang tidak proporsional. Secara biologis, proses penuaan merupakan suatu perubahan fungsi dan struktur organ, yang ditandai dengan adanya gambaran dari aktivitas fisik yang perlahan akan berkurang. Hal tersebut menyebabkan adanya banyak lansia yang akan bergantung pada orang lain terhadap aktivitas sehari-hari yang dilakukan atau *Activity Daily Living* (ADL). (Sonza et al., 2020)

Kemandirian lansia dalam kemampuan aktifitas sehari-hari didefinisikan sebagai kemandirian seseorang dalam melakukan aktivitas dan fungsi kehidupan sehari-harinya yang dilakukan oleh manusia secara rutin dan universal. Salah satu faktor yang mempengaruhi kemandirian aktivitas sehari-hari pada lansia adalah cemas (Eka,2018).

BPS memproyeksikan pada tahun 2045 Indonesia akan memiliki sekitar 63,31 juta lansia atau hampir mencapai 20% populasi. Bahkan, proyeksi

PBB juga menyebutkan bahwa persentase lansia Indonesia akan mencapai 25% pada tahun 2050 atau sekitar 74 juta lansia dan sebagian besar provinsi dengan persentase penduduk lansia terbanyak. Menurut Data Statistik Penduduk Lanjut Usia Pada tahun 2021, terdapat delapan provinsi yang telah memasuki struktur penduduk tua, yaitu persentase penduduk lanjut usia yang lebih besar dari 10%. Kedelapan provinsi tersebut adalah DI Yogyakarta (15,52 %), Jawa Timur (14,53 %), Jawa Tengah (14,17 %), Sulawesi Utara (12,74 %), Bali (12,71 %), Sulawesi Selatan (11,24 %), Lampung (10,22 %), dan Jawa Barat (10,18 %). Menurut jenis kelamin, lansia perempuan lebih banyak daripada lansia laki-laki, yaitu 52,32% berbanding 47,68%. Menurut tempat tinggalnya, lansia dipertanian lebih banyak daripada di perdesaan, yaitu 53,75 % berbanding 46,25%.

Semakin meningkatnya jumlah lanjut usia di Indonesia akan menimbulkan permasalahan yang cukup kompleks baik dari masalah fisik maupun psikososial. Masalah psikososial yang paling banyak terjadi pada lansia seperti kesepian, perasaan sedih, depresi dan ansietas (kecemasan). Ansietas (kecemasan) termasuk salah satu masalah kesehatan jiwa yang paling sering muncul. Prevalensi ansietas (kecemasan) di negara berkembang pada usia dewasa dan lansia sebanyak 50%. Angka kejadian gangguan ansietas di Indonesia sekitar 39 juta jiwa dari 238 juta jiwa penduduk (Heningsih, 2014).

Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat pada tahun 2019, presentase ketergantungan lanjut usia (lansia) terhadap penduduk produktif sebesar 15,01%. Artinya, setiap 100 orang penduduk usia produktif di Indonesia harus

menanggung 15 orang penduduk lansia. Selain itu, tren presentase ketergantungan lansia terus meningkat (BPS,2019). Data Riskesdas (2018) menunjukkan proporsi lansia yang mengalami ketergantungan kemandirian di Indonesia sebesar 25,7%. Menurunnya *Activity Daily Living* (ADL) pada lansia yang diakibatkan oleh beberapa faktor seperti persendian kaku, gerakan yang terbatas, ketidakseimbangan saat berjalan, keseimbangan tubuh yang buruk, gangguan aliran darah, gangguan penglihatan, gangguan pendengaran, gangguan pada sentuhan.

Peningkatan jumlah lansia tersebut juga berpotensi menimbulkan berbagai macam permasalahan baik dari aspek social, ekonomi, budaya serta kesehatan fisik dan jiwa pada lanjut usia, permasalahan psikologis muncul bila lansia tidak mampu menyelesaikan masalah yang timbul sebagai akibat dari proses menua, salah satunya adalah perasaan cemas. Jika perasaan cemas terus-menerus dialami lansia, maka kondisi tersebut dapat mempengaruhi status kesehatan lansia baik fisik maupun mental, sehingga akan berdampak pada kegiatan beraktivitas sehari-hari lansia. (Khasanah, U., 2016)

Berdasarkan dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan di UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto terhadap 10 dari 49 orang yang dipilih secara acak dengan menggunakan metode wawancara didapatkan data lansia yang mengalami kecemasan karena hidupnya sendirian sebanyak 4 lansia, lansia yang mengalami kecemasan karena jauh dari keluarga sebanyak 3 lansia. Sedangkan lansia yang mengalami kecemasan karena suatu penyakit yang di derita sebanyak 3 lansia. Dari studi pendahuluan ini, lansia yang berada

di asrama 1 dan 3 aktivitas ADL (*Activity Daily Living*) yang meliputi mandi, berpakaian, pergi ke kamar mandi, dan makan bisa dilakukan dengan mandiri, sedangkan lansia yang berada di asrama 4,5,dan 6 aktivitas ADL (*Activity Daily Living*) dibantu total oleh perawat panti.

Tingkat kemandirian *Activities of daily living* pada lansia dikaitkan dengan kecemasan karena kecemasan dapat membentuk persepsi resiko dan merangsang terjadinya rasa takut yang pada akhirnya akan membatasi tingkat aktivitas sehari-hari sehingga semakin tinggi tingkat kecemasan, maka semakin rendah *Activities of daily living* pada lansia, begitu juga sebaliknya semakin rendah tingkat kecemasan, maka semakin tinggi *Activities of daily living* pada lansia (Kurniawan, 2018).

Pencegahan terjadinya kecemasan pada lansia sangatlah penting untuk dilakukan. Pemberian informasi tentang proses menua dan penerimaan diri yang baik akan meminimalisir terjadinya kecemasan pada lansia.

Lanjut usia memerlukan perawatan untuk mencegah terjadinya masalah-masalah yang terjadi terkait dengan kesehatan jiwa, tetapi pemberian motivasi untuk membuat lansia bahagia di akhir kehidupannya sangat perlu untuk dilakukan. Agar tetap dapat menjaga kebugaran dan dapat melakukan aktivitas sehari-hari maka lansia perlu melakukan latihan fisik seperti olahraga. Latihan aktivitas fisik sangat penting bagi lansia untuk menjaga kesehatan, mempertahankan kemampuan untuk melakukan *Activities Of Daily Living* (ADL), dan meningkatkan kualitas kehidupan (Eka, 2018).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dari peneliti tertarik melakukan penelitian ini adalah bagaimana “Hubungan Tingkat kecemasan dengan tingkat ADL (*Activity Daily Living*) Pada Lansia Di UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto ?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Tingkat kecemasan dengan tingkat ADL (*Activity Daily Living*) Pada Lansia Di UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi kecemasan pada lansia di UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto
2. Mengidentifikasi tingkat ADL (*Activity Daily Living*) pada Lansia di UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto
3. Menganalisa Hubungan tingkat kecemasan dengan tingkat ADL (*Activity Daily Living*) Pada lansia di UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Mojokerto

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Lansia

Hasil penelitian dapat memberikan informasi kepada masyarakat terkait pentingnya menjaga kesehatan sejak dini sebelum memasuki

masa lanjut usia, penelitian ini juga diharapkan bisa menambah pengetahuan pada masyarakat terutama keluarga dengan lansia sehingga keluarga mampu mengawasi dan dapat memberikan perawatan yang tepat dan sesuai.

1.4.2 Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan bahan masukan dan upaya untuk mengembangkan ilmu keperawatan tentang tingkat kecemasan dengan tingkat *Activity Daily Living* pada lansia.

1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian dapat dijadikan data dasar untuk penelitian selanjutnya agar pengkajian fungsional pada lanjut usia terus berkembang dengan lebih baik.

