

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Salah satu indikator keberhasilan pembangunan adalah diantaranya semakin meningkatnya angka harapan hidup penduduk.¹ Angka harapan hidup (*AHH*) dari 61,3 tahun pada tahun 1992 (BPS) menjadi 71,74 tahun pada tahun 2020. Kondisi ini menyebabkan jumlah penduduk lanjut usia terus meningkat dari tahun ke tahun.² Menurut PBB Indonesia tercatat sebagai negara dengan jumlah penduduk lansia terbanyak ke-8 di dunia. *World Health Organisation (WHO)* mengatakan lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas.³

Pada tahun 2020 prevalensi lansia di dunia meningkat, dari 1 miliar menjadi 1,4 miliar. Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil (Dukcapil) menunjukkan bahwa jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia mencapai 30,16 juta jiwa. Di Provinsi Jambi pada tahun 2020 jumlah seluruh populasi lansia yaitu 3.677.894 Jiwa atau kurang lebih 290.550 lansia. Diprediksi jumlah lansia akan terus meningkat hingga tahun 2035 menjadi 48,19 juta.⁴

Seiring bertambahnya usia, lansia akan mengalami perubahan fisiologis, fungsional, kognitif dan psikososial. Perubahan-perubahan ini bisa menimbulkan permasalahan pada lansia terutama masalah kesehatan, seperti menurunkan fungsi fisik yaitu penurunan fungsi pendengaran, penglihatan, kepadatan tulang, penurunan jumlah, ukuran serabut otot, perubahan jaringan ikat sekitar sendi dan berkurangnya elastisitas pada otot jantung. Pada otot pernafasan menurunnya aktivitas silia sehingga menarik nafas dalam terasa berat, Pergerakan usus atau lambung melambat, sehingga proses pencernaan menurun. Penurunan pada laju filtrasi, ekresi pada organ perkemihan dan lansia juga mudah lupa karena mengalami penurunan konsentrasi.⁵

Dampak dari perubahan status fungsional ini lah yang membuat lansia rentang terhadap resiko penyakit, sehingga pada usia ini dianggap usia yang kurang produktif. Perubahan status fungsional lansia berhubungan dengan kemampuan dan perilaku aman dalam *aktivitas harian (ADL)*. *ADL* sangat penting untuk menentukan kemandirian lansia.⁶ *Activity daily living (ADL)* adalah kemandirian seseorang dalam menjalankan aktivitas dan fungsi kehidupan sehari-hari secara universal.⁷ seperti berpakaian, makan, minum, toileting, mandi, bergerak, rekreasi, dan pengembangan diri.⁸ Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kemandirian lansia dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, antara lain: usia, imobilitas, riwayat kesehatan, stres, dan penurunan kognitif. Berbagai penurunan fungsi tersebut membuat lansia memiliki ketergantungan atau tidak mandiri dalam melakukan *activity daily living (ADL)*.⁹ Dalam menghadapi kondisi tersebut dibutuhkan adaptasi yang baik dari lansia yaitu bagaimana lansia menerima penurunan kemandirian dalam melakukan aktifitas sehari-hari. Dari hal tersebut jika lansia belum bisa beradaptasi dengan perubahan tersebut maka dapat menyebabkan lansia mengalami perubahan mental, salah satunya adalah depresi.¹⁰

Dari banyaknya jumlah lansia, mereka mengalami berbagai macam penyakit baik fisik maupun psikologis, pada psikologis di antaranya mengalami depresi. Menurut WHO pada tahun 2019, terdapat 264 juta orang mengalami depresi¹¹ Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi. Sedangkan di Provinsi Jambi, 169.902 dari 9.439 orang berusia di atas 15 tahun menderita depresi.¹²

Depresi adalah salah satu bentuk gangguan kejiwaan pada alam perasaan (gangguan emosional atau suasana hati) yang di tandai dengan lesu, murung, kurang gairah hidup, perasaan tidak berguna dan putus asa.¹³ Depresi berbeda dari perubahan suasana hati yang normal dan reaksi emosional jangka pendek terhadap tantangan dalam kehidupan sehari-hari. Depresi bisa menjadi kondisi

kesehatan yang serius, terutama jika terjadi berulang, sedang atau parah.¹⁴

Depresi pada lansia selalu menjadi masalah yang aktual mengingat bahwa pada lansia terjadinya penurunan fungsi fisiologis, kognitif dan perasaan. Faktor penyebab terjadinya depresi pada lansia. diantaranya melalui berduka dan kehilangan orang-orang yang di cintai dan ditinggalkan keluarga, penurunan fungsi tubuh yang membuat lansia kurang dapat beraktivitas dan memenuhi kebutuhan dasarnya, ini semua bisa menjadi factor utama yang menyebabkan lansia mengalami depresi¹⁵.

Penurunan fungsi tubuh yang menyebabkan lansia kurang dapat beraktifitas bisa memicu depresi pada lansia, hal ini disebabkan perubahan pada kehidupan sosial lansia seperti penurunan aktivitas hidup sehari-hari (ADL) dan penurunan semangat lansia untuk menjalani kehidupannya.⁸ Perasaan kesepian, masalah keuangan, ketidak bahagiaan dan sakit pada lansia dapat menyebabkan depresi dan berdampak pada produktivitas dan kemampuan lansia untuk menjalani aktivitas hidup sehari-hari. Semakin lansia mengalami ketergantungan dalam melakukan *activity of daily living* maka akan semakin tinggi tingkat depresi yang diderita oleh lansia. Tentunya hal ini terjadi karena adanya faktor pendorong seperti faktor sosial budaya, faktor ekonomi, faktor keluarga *care giver*, faktor tempat tinggal dan lingkungan.¹⁶

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rita Damayanti dkk bahwa semakin tinggi tingkat kemandirian *activity of daily living* maka semakin rendah tingkat depresi pada lansia begitupun sebaliknya jika semakin rendah tingkat *activity of daily living*, semakin tinggi tingkat depresi pada lansia.¹⁷ Berdasarkan hasil penelitian Citramas & Tadjudin 2019 tentang Hubungan *Activity Daily of Living* (ADL) Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Wreda Budhi Dharma Bekasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *activity of daily living* dengan tingkat depresi pada lansia.¹⁸ Penelitian lainnya dilakukan oleh Damayanti dkk 2020 tentang Hubungan *Activity Daily of Living* (ADL) dengan Tingkat Depresi Pada Lansia didapatkan hasil bahwa adanya hubungan antara ADL dengan tingkat depresi pada lansia.¹⁷

Semakin menua umur seseorang semakin ia membutuhkan tempat untuk berlindung dan mendapatkan kasih sayang dari orang-orang terdekatnya terutama keluarganya, tetapi pada kenyataannya banyak para lansia yang malah tidak tinggal bersama keluarganya dan malah berada atau tinggal di panti sosial atau panti jompo bahkan ada juga yang malah terlantar. Lansia yang tinggal di panti sosial adalah lansia yang tidak mempunyai sanakkeluarga yang dapat memberikan bantuan tempat tinggal dan penghidupan, ketidakmampuan keuangan atau ekonomi dari keluarga untuk menjamin kehidupan secara layak, dan kurangnya waktu keluarga untuk merawat lansia.¹⁹

Hal ini juga dipengaruhi oleh banyaknya lansia yang tinggal di panti yang menimbulkan fenomena adanya pemikiran bahwa lansia yang tinggal di panti karena tidak mendapat perhatian dari keluarga merasa menjadi beban hidup sehingga diduga tingkat depresi meningkat. Lansia yang tinggal berada dalam panti dengan berbagai alasan akan merasa kesepian bila tidak ada kegiatan yang terorganisir dan jarang dikunjungi oleh keluarga. Perasaan ini terjadi akibat terputusnya atau hilangnya interaksi sosial yang merupakan salah satu faktor pencetus terjadinya depresi pada lansia.²⁰ Melihat hal tersebut peneliti tertarik untuk memilih Panti Tresna Werdha Budi Luhur sebagai tempat penelitian.

Berdasarkan hasil survey data awal pada oktober 2022 di Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi bahwa populasi lansia berjumlah 65 orang, kemudian hasil dari wawancara dan observasi yang dilakukan oleh peneliti pada 10 orang lansia didapatkan hasil bahwa 7 lansia mengatakan bahwa saat melakukan aktivitas sehari-hari seperti mandi, ke toilet, mengambil baju di lemari serta berpindah tempat harus meminta bantuan dengan pengurus panti dan terdapat dua orang lansia yang harus menggunakan pempers karna tidak bisa menahan buang air kecil ke kamar mandi dan 3 lansia lainnya mempunyai tingkat kemandirian yang baik.

Setelah di wawancara 3 lansia mengatakan bahwa sering merasa murung dan sedih, 2 lainnya merasa putus asa, sedangkan 2 orang lansia menyatakan

bahwa lebih suka menyendiri dari pada berkumpul dengan para lansia lain, serta 1 orang lansia mengatakan mengalami susah tidur di malamhari, dan 2 orang lansia merasa kesepian dan merasa tidak berdaya karena untuk melakukan aktivitas sehari-hari harus di bantu orang lain dan merasa bahwa dirinya menjadi beban bagi orang lain yang ada di sekitarnya.

Berdasarkan fenomena di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Antara *Activity Of Daily Living* (ADL) Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara *activity of daily living* (ADL) dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Diketahui mengetahui hubungan *activity of daily living* (ADL) dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui karakteristik responden di Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi. (bivariat)
2. Diketahui gambaran tingkat kemandirian *activity of daily living* pada lansia di Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi
3. Diketahui gambaran tingkat depresi pada lansia di Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi
4. Diketahui hubungan *activity of daily living* (ADL) dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi. (univariat)

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi

Penelitian ini menjadi masukan dan evaluasi bagi Panti Tresna Werdha Budi Luhur Jambi dalam meningkatkan *activity of daily living* (ADL) dan menurunkan tingkat depresi pada lansia.

1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini menjadi sarana penunjang informasi dan kontribusi pada institusi Pendidikan untuk meningkatkan pembelajaran mengenai hubungan *activity of daily living* (ADL) dengan tingkat depresi pada lansia.

1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dengan penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam melakukan penelitian lanjutan dan menjadi bahan pertimbangan bagi yang berkepentingan untuk melakukan penelitian yang serupa