BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lansia atau lanjut usia merupakan tahap akhir dari siklus kehidupan manusia dan hal tersebut merupakan bagian dari proses kehidupan yang tidak dapat dihindarkan dan akan dialami oleh setiap individu (Prasetya, 2010). Lansia mengalami kemunduran fungsi-fungsi dalam tubuh secara fisiologis menyebabkan rentan terkena gangguan kesehatan. Pada usia memasuki lansia akan mengalami kemunduran secara fisik,akan terjadi penurunan massa otot serta fleksibilitasnya (Erika Dewi Noorratri, 2022)

Menurut data yang terbaru dari organisasi kesehatan dunia (WHO), pada tahun 2018, terlihat peningkatan yang signifikan dalam jumlah lansia di seluruh dunia. Pada tahun 2015, populasi lansia global meningkat sebesar 15%, kemudian pada tahun 2018, peningkatannya mencapai 22% dan pada tahun 2019 jumlah lansia meningkat menjadi 703 juta jiwa, pada tahun 2020 jumlah populasi lansia akan melebihi jumlah anak 5 tahun.

Selain itu, Menurut kementerian kesehatan republik Indonesia, jumlah penduduk lanjut usia di negara berkembang diproyeksikan akan mencapai usia 80 tahun pada tahun 2050. Pada tahun 2018, jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia mencapai 22,4 juta jiwa, dan diproyeksikan mencapai 27,08 juta jiwa pada tahun 2020. Proyeksi ini menunjukkan peningkatan yang substansial, dengan estimasi mencapai 33,69 juta pada tahun 2025, 48,19 juta pada tahun 2035, serta peningkatan yang signifikan di negara-negara kawasan Asia pada tahun 2050. Untuk wilayah Gorontalo, berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Gorontalo jumlah penduduk lansia yang teregistrasi di wilayah provinsi tercatat sebanyak 113.487 pada tahun 2023. Peningkatan jumlah lansia ini berdampak pada masalah kesehatan fisik yang semakin kompleks, mengingat rentannya kelompok ini terhadap berbagai penyakit sebagai akibat dari proses penuaan dan penurunan kondisi fisiologis tubuh.

Proses penuaan merupakan bagian alami dari perjalanan hidup manusia yang tidak bisa dihindari. Masalah yang umum dialami lansia yang

berhubungan dengan kesehatan fisik yaitu rentan terhadap berbagai penyakit, karena berkurangnya daya tahan tubuh dalam menghadapi pengaruh dari luar. Proses menua menyebabkan penurunan pada semua kondisi fisiologis tubuh. Penurunan kondisi fisiologis ini akan berdampak pada kebugaran fisik tubuh pada lansia. Lansia dengan usia >60 tahun yang dapat menjaga kebugaran fisik dengan baik maka akan memperlambat proses degeneratif. Akan tetapi, fakta yang ditemukan di masyarakat masih banyak lansia yang mengalami kemunduran fisik karena tidak menjaga kebugaran fisik. (Nurlita Kurnia Wijaya, et al, 2019)

Kondisi fisik yang menurun pada lansia, seperti penurunan fungsi organ, peningkatan risiko penyakit kronis, serta perubahan dalam kemampuan fisik dan mobilitas, dapat signifikan meningkatkan tingkat stres. Misalnya, kesulitan dalam mobilitas dapat menghambat kemampuan untuk menjalankan aktivitas sehari-hari, menyebabkan frustrasi dan rasa putus asa yang berkontribusi pada peningkatan tingkat stress.

Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres pada lansia dapat bervariasi, mulai dari kondisi fisik mereka hingga faktor-faktor psikososial seperti dukungan sosial dan lingkungan sekitar. Kondisi fisik yang menurun, seperti penurunan fungsi organ, peningkatan risiko penyakit kronis, serta perubahan dalam kemampuan fisik dan mobilitas, dapat menjadi pemicu stres yang signifikan bagi lansia. Misalnya, kesulitan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari akibat gangguan mobilitas dapat menyebabkan frustrasi dan rasa putus asa, yang pada gilirannya dapat meningkatkan tingkat stres.

Selain faktor-faktor fisik, faktor-faktor psikososial juga dapat berperan dalam mempengaruhi tingkat stres pada lansia. Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan lingkungan sekitar dapat memiliki dampak yang signifikan dalam mengurangi tingkat stres pada lansia. Lingkungan yang mendukung dan adanya hubungan yang positif dengan orang-orang di sekitarnya dapat membantu mengurangi tingkat stres dan meningkatkan kesejahteraan mental mereka.

Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara pada tanggal 25 maret 2024 di Griya Lansia Jannati Provinsi Gorontalo, diperoleh data bahwa terdapat 30 orang lansia yang merupakan binaan di panti tersebut. Dari hasil wawancara dan observasi terhadap 5 orang lansia di Griya Lansia Jannati

Provinsi Gorontalo, diperoleh informasi bahwa 5 orang lansia mengalami penurunan fisik, dengan rincian 3 orang menderita hipertensi dan 2 orang menderita penyakit asam urat (gout artritis). Selain kondisi fisik, hasil observasi dan wawancara juga mengungkapkan kondisi mental para lansia. Terdapat 4 orang yang menderita stres ringan, yang ditandai dengan gejala seperti gangguan tidur, kelelahan, kecemasan, kesulitan konsentrasi, dan perubahan nafsu makan. Sementara itu, satu orang lansia mengalami stres berat yang ditandai dengan gejala yang lebih intens dan mengganggu keseharian, seperti depresi, menarik diri dari interaksi sosial, gangguan tidur yang parah, gangguan makan. Lansia yang mengalami stres berat ini juga menghadapi kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, seperti tidak mampu bangun dari kasur, mandi sendiri, berpakaian sendiri, hingga makan sendiri. Selain itu, lansia ini juga mengidap hipertensi, yang semakin memperburuk kondisi kesehatannya. Ketidakmampuan untuk menjalani aktivitas dasar ini menambah beban psikologis yang signifikan, memperburuk kondisi stres yang dialaminya.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti berinisiatif untuk meneliti lebih lanjut mengenai hubungan antara kondisi fisik dengan tingkat stres pada lansia di Griya Lansia Jannati Provinsi Gorontalo.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Penurunan kondisi fisik pada lansia dapat memicu peningkatan tingkat stres, seperti yang terlihat dari data penurunan fungsi organ, risiko penyakit kronis, serta perubahan kemampuan fisik dan mobilitas yang menjadi pemicu stres pada lansia.
2. Selain faktor fisik, dukungan sosial dan lingkungan juga berpengaruh terhadap tingkat stres pada lansia, sehingga menyadari faktor-faktor penyebab stres ini penting dalam mengembangkan strategi intervensi yang efektif untuk mengelola stres pada populasi lansia.

1.3 Rumusan Masalah

“Bagaimana hubungan antara kondisi fisik dengan tingkat stres pada lansia?”

1.4 Tujuan

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk memahami hubungan antara kondisi fisik dengan tingkat stress pada lansia.

1.4.2 Tujuan Khusus

1) Mengidentifikasi kondisi fisik lansia di Griya Jannati Provinsi Gorontalo
2) Mengidentifikasi tingkat stress lansia di Griya Jannati Provinsi Gorontalo
3) Untuk menganalisis hubungan antara kondisi fisik dengan tingkat stress pada lansia di Griya Jannati Provinsi Gorontalo

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk pengembangan wawasan keperawatan khususnya dalam Keperawatan Gerontik untuk memberikan pemahaman lebih mendalam tentang hubungan antara kondisi fisik dengan tingkat stres pada lansia, serta membantu dalam melihat pengaruh kondisi fisik terhadap tingkat stres dan kesejahteraan mental lansia.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Yayasan Griya Lansia Jannati

   Penelitian ini diharapkan nanti dapat memberikan gambaran secara umum tentang hubungan antara kondisi fisik dengan tingkat stres pada lansia di Griya Lansia Jannati, sehingga yayasan dapat memberikan pelayanan yang lebih tepat dan sesuai dengan kebutuhan lansia.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Diharapkan nanti penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya untuk menjelajahi lebih lanjut tentang hubungan antara kondisi fisik dengan tingkat stres pada lansia. Penelitian selanjutnya juga dapat menggali lebih dalam tentang faktor-faktor yang memengaruhi hubungan tersebut.

3. Bagi Pembaca

   Penelitian ini diharapkan nanti dapat dijadikan bahan atau sumber ilmu pengetahuan mengenai hubungan antara kondisi fisik dengan tingkat stres pada lansia. Dengan demikian, pembaca dapat memperoleh

pemahaman yang lebih mendalam tentang hubungan ini dan implikasinya dalam manajemen kesehatan lansia.

BAB II
TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Lansia

2.1.1 Pengertian Lansia

Pengertian lansia menurut UU No. 13 Tahun 1998 dalam Bab 1 Pasal 1 Ayat 2 tentang kesejahteraan lanjut usia berbunyi “Lansia merupakan seseorang yang mencapai usia 60 tahun ke atas”. Proses penuaan merupakan suatu kondisi yang wajar dan tidak dapat dihindari dalam fase kehidupan ini. Penuaan adalah suatu proses yang berkaitan dengan usia seseorang, semakin tua seseorang, fungsi organ dan kehidupan sosial seseorang semakin berkurang. Perubahan fisik dan psikososial pada lansia akan mempengaruhi kemampuan fungsional dan kesejahteraan lansia (Yaslina et al., 2021)

Lansia (Lanjut Usia) adalah fase menurunnya kemampuan akal dan fisik, yang dimulai dengan adanya beberapa perubahan dalam hidup. Sebagaimana diketahui, ketika manusia mencapai usia dewasa, ia mempunyai kemampuan reproduksi dan melahirkan anak. Ketika kondisi hidup berubah, seseorang akan mengalami penurunan tugas dan fungsi ini dan selanjutnya memasuki tahap lanjut, kemudian meninggal (Rosmin Ilham, 2023).

Penuaan merupakan proses alami yang harus dilalui setiap orang. Penuaan merupakan tahap perkembangan akhir dalam kehidupan manusia, suatu proses alami yang tidak dapat dihindari oleh setiap orang, dimana terjadi perubahan fisik dan psikis serta kemampuan menderita secara umum baik kesehatan maupun kesehatan mental. Penuaan merupakan suatu proses alami yang tidak dapat dihindari yang menyebabkan terjadinya perubahan anatomi, fisiologis dan biologis pada tubuh yang mempengaruhi fungsi dan kemampuan seluruh tubuh. (Arifatul Mahmudah, 2020)

Jadi berdasarkan pengertian di atas lansia adalah tahapan kehidupan yang ditandai dengan proses alami penuaan, yang membawa perubahan anatomis, fisiologis, dan biokimia pada tubuh, yang pada gilirannya mempengaruhi fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan.