BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Lanjut usia merupakan istilah bagi seseorang yang telah memasuki periode dewasa akhir atau usia tua. Periode ini merupakan periode penutup bagi rentang kehidupan seseorang, terjadi kemunduran fisik dan psikologi secara bertahap. Terjadi perubahan pada semua tingkat seluler, organ, dan sistem. Penurunan ini dapat meningkatkan gangguan penyakit pada lansia yang dapat menyebabkan perubahan pada kualitas hidup.(Abdillah & Octaviani, 2020).

Perubahan organ tubuh pada lansia dapat mempengaruhi kemampuan lansia dalam melakukan *activity of daily living. Activity of Daily Living* (ADL) adalah pengukuran terhadap aktivitas yang dilakukan rutin oleh manusia setiap hari yang penting bagi perawatan diri sendiri yaitu mandi, toileting, berpakaian dan berpindah. ADL dasar, sering disebut ADL saja, yaitu keterampilan dasar yang harus dimiliki seseorang untuk merawat dirinya meliputi berpakaian, makan & minum, toileting, mandi, berhias. Ada juga yang memasukkan buang air besar dan buang air kecil dalam kategori ADL dasar ini. Dalam kepustakaan lain juga disertakan kemampuan mobilitas(Aulia & Apsari, 2020). Kemampuan lansia untuk melakukan *activity of daily living* (ADL) berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia(Setyani et al., 2019) Selain itu Tiara Sonza 2020 juga mengatakan bahwa faktor yang mempengaruhi kemandirian aktivitas sehari-hari pada lansia adalah cemas. banyaknya perubahan fisik dan mental serta berbagai permasalahan yang dihadapi lansia sehingga mempengaruhi kualitas hidup lansia (Sulalah et al., 2023).

Perubahan fisik yang dapat terjadi pada lansia seperti kulit keriput, rambut beruban, dan menurunnya fungsi indera. Perubahan struktur dan fungsi tubuh serta menurunnya kondisi kesehatan pada lansia sering memicu timbulnya masalah kejiwaan. Masalah mental pada lansia sering berupa kesepian, emosi tidak stabil, hingga depresi. Perubahan

kondisi fisiologis pada sistem kardiovaskular, otot, sendi dan tulang, serta pada sistem pernapasan sering menimbulkan keluhan pada lansia seperti cepat lelah, sesak napas, nyeri otot, kaku sendi, dan gangguan keseimbangan. Hal ini sering memengaruhi pemenuhan aktivitas seharihari pada lansia(Fitriana et al., 2021)

Dalam penelitian (Rofi'i, 2024) *World Health Organization* atau WHO (2022) memperkirakan sebanyak 1,3 miliar lansia atau sekitar 16% dari populasi dunia mengalami gangguan pada tingkat kemandirian. Hasil survei badan kesehatan di indonesia menunjukkan, sebanyak 80% lansia telah mengalami ketergantungan dalam beraktivitas (keterbatasan gerak) sebagai akibat adanya penurunan fungsi sel(Purba et al., 2022). Pada tahun 2020, lansia di Jawa Timur sebesar 22,34 persen, artinya bahwa terdapat sekitar 22 orang dari setiap 100 orang lansia yang mengalami keluhan kesehatan hingga mengakibatkan terganggunya kegiatan sehari-hari (Badan Pusat Statistik Jawa Timur, 2020). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan (Atiqah & Lumadi, 2020) di posyandu Kelurahan Balearjosari Malang didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden yaitu 46 responden (73.%) memiliki kategori ketergantungan dalam beraktivitas, sedangkan hanya sebagian kecil responden yang memiliki kategori mandiri yaitu 17 responden (27.0%). Berdasarkan study pendahuluan yang di dapatkan di LKS-LU Pangesti Lawang pada tanggal 27 Februari 2025 didapatkan data bahwa terdapat 52 Lansia, untuk *activity of daily living* (ADL) para lansia seperti mandi, makan 80% dibantu oleh perawat atau care giver di panti.

Penurunan status kesehatan lansia terutamadalam status kesehatan fisik. Status kesehatan lansia yang menurun seiring dengan bertambahnya usia akan memengaruhi kualitas hidup lansia, bertambahnya umur akan diiringi dengan penurunan fungsi tubuh, timbulnya berbagai penyakit, keseimbangan tubuh dan risiko jatuh. Status kesehatan lansia yang semakin menurun seiring bertambahnya umur ini berlawanan dengan keinginan para lansia itu sendiri agar tetap sehat, mandiri dan dapat beraktivitas seperti biasa misalnya mandi, berpakaian, berpindah secara mandiri (Ketidaksesuaian

kondisi lansia dengan harapan mereka serta pandangan miring dari masyarakat dapat menyebabkan lansia mengalami tekanan dan bisa mengakibatkan depresi(Budiono & Rivai, 2021).

Meningkatnya gangguan dan penyakit pada lansia dapat berdampak pada kualitas hidup mereka. Menurut World Health Organization (WHO), kualitas hidup adalah persepsi seseorang yang dipengaruhi oleh konteks budaya dan norma di sekitarnya, serta berkaitan dengan tujuan, harapan, standar, dan perhatian sepanjang hidup. Kualitas hidup adalah fenomena yang multidimensional, sehingga penting untuk memahami berbagai dimensi ini. Tanpa evaluasi yang tepat, sulit untuk menentukan dimensi mana yang paling penting dalam kualitas hidup seseorang. Sering kali, orang berpendapat bahwa semua aspek kualitas hidup memiliki tingkat kepentingan yang sama menjelaskan bahwa terdapat resiko biologis yang terkait dengan lansia, yaitu proses penuaan yang disebabkan oleh penurunan fungsi biologis. Selain itu, terdapat juga risiko sosial dan lingkungan, seperti adanya kondisi sekitar yang dapat memicu stres pada lanjut usia. Dari sisi ekonomi, lansia sering menghadapi penurunan pendapatan akibat pensiun. Risiko perilaku atau gaya hidup, seperti kurangnya aktivitas fisik serta pola makan yang tidak sehat, dapat memperburuk kondisi kesehatan dan meningkatkan kemungkinan terjadinya penyakit atau kematian pada lansia.

Kualitas hidup lansia dapat dilihat dari kondisi fisik, kondisi psikologis serta hubungan sosial seseorang. Lansia dapat mandiri dengan baik maka kualitas hidupnya dalam keadaan baik. Untuk dapat hidup secara mandiri lansia harus mampu menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi. Perubahan fisik yang terjadi pada lansia tentunya akan mempengaruhi kemandirian lansia, menggambarkan lansia sebagai unit yang juga menghendaki kemandirian dalam mempertahankan hidup, kesehatan dan kesejahteraannya. Ketergantungan lansia pada orang disekitarnya membuat lansia akan merasa tidak berguna dan terbatas segala aktivitasnya, sehingga menyebabkan kemunduran dan mendatangkan beban tersendiri bagi lansia

yang nantinya akan berpengaruh dalam kualitas hidupnya (Tinungki et al., 2022).Masalah yang mencakup kualitas hidup sangat luas dan kompleks termasuk masalah kesehatan fisik, Perubahan kualiatas hidup yang terjadi pada lansia yang disebabkan penurunan kondisi fisik antara lain mudah lelah, berkeringat, mengalami gangguan tidur atau kualitas tidur, kecemasan, pusing, mudah tersinggung, dan minder bergaul dengan lingkungan sekitarnya (Ariyanto et al., 2020).

Kondisi kesehatan psikologis, tingkat kebebasan, hubungan sosial, kemampuan fungsional ini harus dipertahankan semandiri mungkin untuk melalukan kegiatan sehari –hari. Lingkungan tempat tinggal yang berbeda mengakibatkan perubahan peran lansia dalam menyesuaikan diri. Bagi lansia, perubahan peran dalam keluarga, sosial ekonomi, dan sosial masyarakat tersebut mengakibatkan kemunduran dalam beradaptasi dengan lingkungan baru dan berinteraksi dengan lingkungan sosialnya(Yuliati et al., 2014).

Hasil penelitian (Setyani et al., 2019), kemandirian lansia sangat penting, karena tanpa adanya kemandirian lansia tidak bisa berinteraksi mengikuti kegiatan aktifitas yang diadakan oleh sebab itu kemandirian untuk beraktivitas dan berinteraksi sosial sangat penting untuk lansia. Dapat disimpulkan apabila interaksi sosial baik maka kualitas hidup juga akan baik.

Peneiliti menemukan fenomena di LKS-LU Pangeti Lawang pada tanggal 27 Februari 2025 Di panti tersebut, terdapat empat lansia yang aktif berpartisipasi dalam berbagai kegiatan, sementara dua lansia lainnya memerlukan bantuan kursi roda saat ingin berpindah tempat. Menurut hasil wawancara dengan perawat, keempat lansia yang aktif merasa sangat bebas dalam menjalani aktivitasnya, sehingga mereka dapat mudah berbaur dengan perawat dan seluruh lansia di sana. Di sisi lain, kedua lansia yang menggunakan kursi roda tampak kurang bersemangat, Dimana kedua lansia tersebut saat diwawancarai oleh peneliti lansia merasa sedih dengan kondisinya yang sekarang,

dikarenakan semua aktivitasnya dibantu oleh perawat seperti berpindah tempat, naik turun tangga, mandi, makan, dan toileting.

Berdasarkan Data uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan tingkat kemandirian activity of daily living (ADL) dengan kualitas hidup pada lansia, di LKS-LU Pangesti Lawang.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara tingkat kemandirian *activity of daily living* (ADL) dengan kualitas hidup pada lansia di LKS-LU Pangesti Lawang Malang ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalis hubungan antara tingkat kemandirian *activity of daily living* (ADL) dengan kualitas hidup pada lansia di LKS-LU Pangesti Lawang Malang

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi Tingkat ingkat kemandirian *activity of daily living* (ADL) pada lansia di LKS-LU Pangesti Lawang Malang
2. Mengidentifikasi kualitas hidup pada lansia di LKS-LU Pangesti Lawang Malang
3. Menganalisis hubungan tingkat kemandirian activity of daily living (ADL) dengan kualitas hidup pada lansia pada lansia di LKS-LU Pangesti Lawang Malang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat Menambah wawasan dan referensi ilmiah untuk penelitian yang terkait dengan Tingkat kemandirian activity of daily living (ADL) dengan kualitas hidup pada lansia, hasil penelitian yang didapat diharapkan dapat memperluas atau memperkaya wawasan bagi pembaca skripsi ini.

1.4.2 Manfaat Praktis

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat bermanfaat untuk dapat dijadikan wawasan, serta dapat digunakan sebagai acuan data dasar penelitian lanjutan yang berkaitan dengan kemandirian *activity of daily living (ADL)* dengan kualitas hidup