

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lanjut usia atau penuaan merupakan proses akhir dalam siklus hidup manusia. Usia lanjut merupakan kejadian yang pasti akan dialami oleh semua orang yang dikaruniai usia panjang dan terjadinya tidak bisa dihindari oleh siapapun. Lansia atau lanjut usia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya (Suminar *et al.*, 2023).

Lansia seringkali menghadapi tantangan dalam hidup, seperti kurangnya dukungan sosial. Para lansia sangat membutuhkan bantuan dari berbagai pihak, termasuk rekan-rekannya. Lansia sangat menikmati berinteraksi dengan orang lain. Dukungan sosial adalah perilaku timbal balik di mana seseorang menunjukkan perhatian, cinta, rasa hormat dan penghargaan terhadap orang lain dan berpartisipasi dalam komunikasi keluarga, pasangan, dan kolega (Pradana *et al.*, 2021).

Dalam dukungan sosial teman sebaya, tak jarang lansia memerlukan komunikasi yang berunsur motivasi, dukungan dan ajakan untuk melakukan sesuatu. Komunikasi tersebut dapat berupa komunikasi secara langsung atau dengan tatap mata dan komunikasi tidak langsung melalui media sosial. Tak jarang lansia memiliki media sosial untuk berkomunikasi dengan sebayanya (Haris *et al.*, 2015).

Lansia mengalami perubahan fisik akibat penuaan, yang membuat mereka sulit untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Penurunan fisik secara fisiologis akibat dari penambahan usia mengakibatkan penurunan aktivitas fisik seperti berdiri, berjalan dan melakukan aktifitas sehari-hari. Kurangnya keterampilan realitas, yang

mengakibatkan ketidakpedulian terhadap lingkungan dan diri sendiri, adalah penyebab ketidakmampuan melakukan kegiatan sehari-hari atau *Activity of Daily Living* (ADL) (Saputri *et al.*, 2023).

Jumlah penduduk lanjut usia semakin meningkat setiap tahunnya, baik di dunia maupun di Indonesia. Penduduk lanjut usia di Indonesia didominasi oleh penduduk lanjut usia muda (kelompok umur 60-69 tahun) yang mencapai 63,82%, sisanya adalah penduduk lanjut usia madya (kelompok umur 70-79 tahun) dengan sebesar 27,68%. dan lanjut usia (kelompok umur 80 tahun ke atas) sebesar 27,68% (Rahayu & Khairani, 2020).

Lansia di Indonesia termasuk dalam termasuk dalam populasi yang cukup besar, sehingga didapatkan dari penelitian sebanyak 75,4% lansia memiliki dukungan teman sebaya yang rendah dan dan sebanyak 24,6% memiliki dukungan teman sebaya yang tinggi (Bahtiar *et al.*, 2023).

Penggunaan internet dengan tujuan untuk mengakses media sosial pada kelompok umur 60 tahun ke atas adalah sebanyak 8,26% pada tahun 2020 dan pada tahun 2021 mengalami peningkatan menjadi 8,75%. Aktivitas yang sering dilakukan oleh lansia pengguna internet melibatkan akses ke media sosial, dengan Youtube dan WhatsApp menjadi jenis media sosial yang paling sering diakses oleh mereka, mencapai persentase hampir 88% (Arsita, 2021).

Tingkat kemandirian ADL lansia di Jepang digolongkan ke dalam beberapa kategori dengan persentase ketergantungan total 24,8%, ketergantungan sedang 49,9% dan mandiri 25,4% dengan dominasi lansia perempuan sebanyak 61,1% dan laki-laki sebanyak 38,9%. Sedangkan di Indonesia sebanyak 14% lansia mengalami ketergantungan total, 72% ketergantungan sebagian dan 14% mandiri. Dalam

persentase tersebut didominasi lansia perempuan sebanyak 70% dan laki-laki sebanyak 30% (Purba *et al.*, 2022).

Kualitas hidup lansia dalam hal ini juga diperhatikan, seperti halnya di Indonesia. Sebanyak 16% lansia memiliki kualitas hidup yang rendah, 58% memiliki kualitas hidup sedang dan 16% memiliki kualitas hidup yang tinggi. Dengan demikian kemandirian ADL lansia dengan kualitas hidup dapat dikatakan berkesinambungan (Andika *et al.*, 2021).

Lansia kerap kali mengalami dukungan teman sebaya yang buruk, dikarenakan lansia cenderung lebih memilih acuh tak acuh terhadap sesamanya. Di lain itu lansia lebih suka berkumpul untuk berinteraksi dengan sesamanya, hal tersebut membuat lansia merasa lebih bahagia, sedangkan lansia yang acuh tak acuh cenderung lebih merasa kesepian (Fadhila *et al.*, 2017).

Dalam kehidupan lansia, lansia memerlukan interaksi sosial yang baik sehingga lansia memiliki kualitas hidup yang tinggi. Interaksi sosial lansia didapatkan dengan interaksi melalui media sosial. Media sosial digunakan sebagai ajang hiburan bagi lansia dengan cara mengirim foto, video dan konten kepada orang lain yang menurutnya menarik sehingga pesan yang dikirimkan diharapkan lansia menjadi hiburan juga bagi lainnya (Wuriyanti & Febriana, 2022).

Pada lansia tidak jarang mengalami penurunan kondisi fisik yang mempengaruhi kualitas hidup lansia. Aktifitas yang teratur dapat meningkatkan hubungan sosial, meningkatkan kesehatan fisik dan kesehatan mental. Banyak diantara lansia mengalami penurunan ADL sehingga hubungan sosial menurun dan kesehatan mental pun menurun sehingga didapatkan kualitas hidup lansia yang

buruk. Hal ini menjadi masalah yang perlu diperhatikan dalam kehidupan lansia (Kiik *et al.*, 2018).

Dukungan teman sebaya yang buruk pada lansia dapat diatasi dengan program sosial dan ajakan untuk berinteraksi sehingga lansia tidak merasa kesepian dan acuh tak acuh terhadap lingkungan. Dengan adanya media sosial lansia juga mendapat dukungan dari teman sebaya dikarenakan lansia kerap kali mengirim konten yang menurut mereka inspiratif sehingga lansia merasa bahagia, hal ini berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia (Madanih & Purnamasari, 2021).

Dalam peningkatan tingkat kemandirian lansia dapat dilakukan promosi kesehatan terutama pada aktivitas fisik yang berfokus pada latihan mobilitas untuk meningkatkan kekuatan otot, keseimbangan, dan aktivitas hidup. Selain itu pemberian intervensi kognitif juga sangat diperlukan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup lansia (Muhammad & Ali, 2020).

Kualitas hidup lansia dapat dikatakan baik jika kesehatan fisik, psikologis, dan interpersonal pada lansia tersebut dapat terpenuhi dengan baik. Dengan adanya dukungan teman sebaya yang supportif maka kualitas hidup lansia cenderung tinggi. Interaksi sosial dengan teman sebaya melalui media sosial dan kesehatan fisik yang berupa kemandirian dalam melakukan ADL akan berpengaruh dengan kualitas hidup lansia (Andesty & Syahrul, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Kedung Rukem, Kecamatan Benjeng sebanyak 10 orang yang telah dilakukan wawancara, didapatkan 4 lansia dengan dukungan teman sebaya negatif dan 6 lansia dengan dukungan teman sebaya positif. Lansia aktif menggunakan media sosial sebanyak 5 orang dan 5 lansia tidak aktif menggunakan media sosial. Lansia dengan

ketergantungan sebagian sebanyak 7 orang dan lansia mandiri sebanyak 3 orang. Berdasarkan dari pemaparan latar belakang dan studi pendahuluan di atas, maka dilakukan penelitian tentang hubungan dukungan teman sebaya, penggunaan media sosial dan kemandirian ADL dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah hubungan dukungan teman sebaya, penggunaan media sosial dan tingkat kemandirian *Activity of Daily Living* (ADL) dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem?.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan dukungan teman sebaya, penggunaan media sosial dan tingkat kemandirian *Activity of Daily Living* (ADL) dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi dukungan teman sebaya pada lansia di Desa Kedung Rukem.
- b. Mengidentifikasi penggunaan media sosial pada lansia di Desa Kedung Rukem.
- c. Mengidentifikasi tingkat kemandirian *Activity Of Daily Living* (ADL) pada lansia di Desa Kedung Rukem.
- d. Mengidentifikasi kualitas hidup pada lansia di Desa Kedung Rukem.

- e. Menganalisis hubungan dukungan teman sebaya dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem.
- f. Menganalisis hubungan penggunaan media sosial dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem.
- g. Menganalisis hubungan dan tingkat kemandirian *Activity of Daily Living* (ADL) dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Manfaat penelitian ini diharapkan sebagai informasi keperawatan di bidang gerontik, tentang konsep dukungan teman sebaya, penggunaan media sosial, tingkat kemandirian *Activity of Daily Living* (ADL) dan kualitas hidup pada lansia.

1.4.2 Manfaat praktis

1. Manfaat bagi Desa Kedung Rukem

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan hubungan dukungan teman sebaya lansia melalui kegiatan sosial, mengetahui gambaran penggunaan media sosial pada lansia, tingkat kemandirian ADL dan tingkat kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem.

2. Manfaat bagi lansia

Penelitian ini diharapkan menjadi informasi kepada lansia di Desa Kedung Rukem untuk meningkatkan hubungan dukungan teman sebaya pada lansia, penggunaan media sosial pada lansia, meningkatkan kemandirian ADL dan kualitas hidup lansia.

3. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan acuan mengembangkan penelitian berikutnya terkait dengan hubungan dukungan teman sebaya, penggunaan media sosial dan tingkat kemandirian ADL yang berhubungan dengan kualitas hidup lansia di Desa Kedung Rukem.

