

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses menua adalah proses yang ditunjukkan oleh penurunan secara bertahap kemampuan jaringan untuk melakukan perbaikan diri. Kemampuan ini mencakup penggantian dan pemeliharaan fungsi normal jaringan. Akibat dari proses ini, lansia menjadi kurang mampu untuk bertahan terhadap infeksi serta kurang mampu memperbaiki kerusakan yang dialaminya. Timbulnya proses menua pada lansia mengakibatkan adanya perubahan, seperti perubahan pada aspek fisik, psikologis maupun aspek sosial (Nareswari, 2021).

Lansia mengalami berbagai perubahan fisik, seperti kulit yang mulai keriput dan mengendur, penglihatan dan pendengaran yang menurun, rambut yang memutih, serta gerakan yang menjadi kurang lincah serta lebih lambat. Lansia juga cenderung cepat lelah dan berisiko jatuh karena penurunan fungsi otot, tulang, dan penglihatan. Lansia tidak sebatas mengalami perubahan fisik, namun pula perubahan psikologis, di antaranya kemampuan pemrosesan informasi yang menurun, penurunan daya ingat jangka pendek, dan kemampuan membedakan rangsangan. Hal ini membuat mereka lebih sensitif terhadap lingkungan sekitar. Tidak jarang lansia juga menghadapi berbagai masalah psikologis, seperti depresi, kecemasan, kekecewaan, serta kesulitan dalam kemandirian dan hubungan sosial, yang dapat menjadi sumber stres (Muchsin et al., 2023). Dalam aspek sosial,

lansia juga mengalami perubahan, seperti pergeseran status dan peran di masyarakat, kehilangan pasangan hidup, serta dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar (Smara, 2024).

WHO (*World Health Organization*) menerangkan bahwa populasi orang dengan usia 65 tahun pada tahun 2020 akan mencapai 20% dari populasi dunia (Simanjuntak et al., 2023). Secara global populasi lansia meningkat 9,3% pada tahun 2020. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia memberikan penjelasan bahwa pada tahun 2025 diprediksi populasi penduduk lansia ada sekitar 33,69 juta, dan pada tahun 2035 diprediksi 48,19 juta (Badan Pusat Statistik, 2024). Sehingga dapat diprediksi 9,03% lansia di negara Indonesia (Setyarini et al., 2022). Proyeksi populasi dari penduduk lansia di Jawa Timur tahun 2020-203, dimana pada tahun 2023 telah mencapai 14,44% dari keseluruhan penduduk, dan meningkat dibandingkan dari tahun sebelumnya yakni sebesar 13,97%. Tahun 2019 jumlah lansia di Bondowoso sekitar 15,38%, sedangkan pada tahun 2020 diperkirakan sekitar 16,35% (Badan Pusat Statistik, 2024). Lansia terkadang mengalami masalah fisik yang memicu adanya masalah psikologi sampai dengan lansia banyak menderita gangguan kesehatan mental. Sejumlah 6,6% dari kecacatan lansia sering kali dikaitkan gangguan neurologis ataupun gangguan mental. Kedua gangguan ini sangat umum dialami lansia yaitu depresi dan demensia sejumlah 5-7% (Setyarini et al., 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan oleh peneliti di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Bondowoso tanggal 15 November 2024, melalui

wawancara dengan perawat didapatkan jumlah lansia sebesar 85 jiwa. Permasalahan pada lansia di PSTW Bondowoso diantaranya terdapat lansia yang merasa sedih terus menerus sebanyak 20%, tidak bersemangat melakukan aktivitas 20%, lansia yang sulit mengingat 20%, dan lansia yang sulit berkonsentrasi 60%. Sedangkan interaksi sosial pada lansia di PSTW Bondowoso tergolong dalam interaksi sosial baik yakni sebesar 70%, namun masih terdapat lansia dengan interaksi sosial yang buruk yakni sebesar 30%.

Meningkatnya gangguan psikologis pada lansia dikarenakan beberapa alasan, di antaranya kedudukan sosial yang berubah, kehilangan pekerjaan, kehilangan orang yang dicintai dan kemungkinan mengalami suatu penyakit (Erwanto Fikri et al., 2023). Hal ini menjadikan lansia rentan mengalami permasalahan psikologis yaitu keadaan yang berpengaruh pada suasana hati, pikiran, perilaku, serta perasaan. Gangguan psikologis berkepanjangan di antaranya rasa cemas, gangguan perasaan suasana hati, dan keadaan yang lain yang bisa berpengaruh pada kualitas hidup lansia sehingga dapat menyebabkan lansia akan mengalami depresi. Depresi ini adalah sebuah gangguan perasaan yang ditunjukkan dengan rasa putus asa, sedih, rasa tidak berdaya, ataupun kehilangan terhadap suatu peristiwa (Handayani, 2024). Lansia yang mengalami depresi disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya seperti penyakit yang dideritanya, perubahan status sosial, perasaan bersalah, kesendirian, merasa hina akan kondisi yang dialami yang sudah tidak berdaya, nafsu makan yang hilang, pola pikir akan

kematian, terlebih juga kehilangan orang dicintai dimana ini akan mempengaruhi peningkatan depresi (Erwanto Fikri et al., 2023).

Sreenivas & Rao (2020) memberikan penjelasan, faktor yang berpengaruh pada interaksi sosial yaitu gangguan perasaan suasana. Gangguan perasaan suasana pada lansia dinamakan dengan depresi. Depresi pada lansia dapat memperburuk interaksi sosial. Dikarenakan lansia cenderung mengasingkan diri di rumah, enggan bersosialisasi, merasa rendah diri, tidak berdaya, dan bahkan memiliki keinginan untuk bunuh diri (Situngkir et al., 2023). Interaksi sosial yaitu sebuah hubungan timbal balik baik langsung ataupun tidak antara kelompok atau individu. Baiknya interaksi sosial penting untuk kualitas hidup lansia. Namun, lansia terkadang bersikap egois dan enggan mendengarkan orang lain, yang dapat memicu perasaan terasingkan secara sosial dan tidak berguna. Jika interaksi sosial lansia kurang baik, hal ini bisa berpengaruh buruk terhadap kualitas hidup dan kesehatan lansia (Sa'diah et al., 2024; Susilawati & Hutabarat, 2022).

Oleh sebab itu, selain mempertahankan kualitas interaksi sosial, melakukan aktivitas fisik seperti senam lansia, terapi kognitif perilaku, dan pengelolaan stres dapat membantu mencegah terjadinya depresi pada lansia. Aktivitas fisik dapat meningkatkan suasana hati dan kesehatan mental, sementara terapi kognitif perilaku membantu lansia mengatasi pola pikir negatif yang dapat memicu depresi. Selain itu, pengelolaan stres melalui teknik relaksasi seperti meditasi dan yoga juga terbukti efektif dalam mengurangi gejala depresi (Safira et al., 2024; Samosir, 2021).

Berdasarkan pemaparan tersebut, peneliti memiliki ketertarikan dalam meneliti Hubungan Tingkat Depresi Dengan Interaksi Sosial Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Bondowoso.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Proses penuaan lansia sering kali disertai perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang dapat meningkatkan kerentanan terhadap gangguan mental terutama depresi. Depresi adalah sebuah permasalahan kesehatan mental pada lansia. Depresi dapat berpengaruh buruk terhadap kualitas hidup lansia, dimana ini bisa memperburuk interaksi sosial. Dikarenakan usia yang bertambah, maka perubahan peran sosial lansia sering kali terjadi, serta kehilangan orang yang dicintai ataupun orang terdekatnya. Sehingga kurangnya interaksi sosial lansia bisa memicu perasaan terisolir, dapat menyebabkan isolasi sosial dan menyebabkan lansia memilih untuk menyendiri sehingga lansia mengalami depresi.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimanakah tingkat depresi lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Bondowoso?
- b. Bagaimanakah interaksi sosial lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Bondowoso?
- c. Apakah ada hubungan tingkat depresi dengan interaksi sosial lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Bondowoso?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat depresi dengan interaksi sosial lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Bondowoso.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat depresi lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Wedha Bondowoso.
- b. Mengidentifikasi interaksi sosial lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Bondowoso.
- c. Menganalisis hubungan tingkat depresi dengan interaksi sosial lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Bondowoso.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Bisa untuk menjadi bukti empiris terkait terdapatnya hubungan tingkat depresi dan interaksi sosial lansia. Dan hasil ini bisa memperluas wawasan terutama terkait topik penelitian ini.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW)

Bisa untuk bahan dalam merancang program yang sudah ada dalam meningkatkan bina sosial untuk lansia dan mengurangi tingkat depresi lansia.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Bisa untuk referensi guna mendukung proses skrining dan diagnosis pada lansia, serta bisa membantu perancangan intervensi terapeutik secara lebih efektif.

c. Bagi Lansia

Bisa meningkatkan kesadaran lansia akan pentingnya meningkatkan interaksi sosial mereka.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bisa untuk referensi peneliti berikutnya yang ingin menggali hubungan tingkat depresi dengan interaksi sosial lansia.

