

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia merupakan tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia (Dewi, 2014). Menurut undang-undang No. 13/ tahun 1998, tentang kesejahteraan lansia disebutkan bahwa lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun. Menurut WHO dalam Nugroho (2009) lansia terbagi dalam beberapa batasan usia yaitu usia pertengahan (*middle age*) antara usia 45 sampai 59 tahun, lansia (*elderly*) berusia antara 60 sampai 74 tahun, lansia tua (*old*) usia 75 sampai 90 tahun, dan lansia sangat usia (*very old*) diatas 90 tahun. Manusia akan mengalami proses menjadi tua dan masa tua adalah masa terakhir bagi manusia.

Laju perkembangan penduduk dunia termasuk Indonesia saat ini menuju proses penuaan yang ditandai dengan meningkatnya jumlah dan proporsi penduduk lanjut usia (Andini, 2013). Data dari World Population Prospects (2015) menjelaskan ada 901 juta orang berusia 60 tahun atau lebih, yang terdiri atas 12% dari jumlah populasi dunia. Pada tahun 2015 dan 2030, jumlah orang berusia 60 tahun atau lebih diproyeksikan akan tumbuh sekitar 56% dari 901 juta menjadi 1,4 milyar, dan pada tahun 2050 populasi lansia diproyeksikan lebih 2 kali lipat di tahun 2015, yaitu mencapai 2,1 milyar (United Nations, 2015).

Jumlah penduduk lansia berdasarkan data proyeksi penduduk, diperkirakan tahun 2017 terdapat 23,66 juta jiwa penduduk lansia di Indonesia (9,03%) Diprediksi jumlah penduduk lansia tahun 2020 (27,08

juta), tahun 2025 (33,69 juta), tahun 2030 (40,95 juta), dan tahun 2035 (48,19 juta) (Kementrian Kesehatan RI, 2017). Situbondo merupakan salah satu Kabupaten di Jawa Timur yang memiliki jumlah lansia yang cukup banyak. Berdasarkan hasil proyeksi BPS Kabupaten, jumlah penduduk Kabupaten Situbondo pada tahun 2016 mencapai 673.282 jiwa yang terdiri dari 328.279 penduduk laki-laki dan 345.003 penduduk perempuan dan dengan jumlah lansia 79.861 jiwa. Kecamatan panji memiliki jumlah lansia urutan pertama terbanyak di Situbondo yaitu 8.283 jiwa (Badan Pusat Statistik Kabupaten Situbondo, 2016).

Seseorang yang memasuki lansia akan mengalami penurunan fungsi kognitif dan psikomotor. Sementara fungsi psikomotorik (konatif) meliputi hal-hal yang berhubungan dengan dorongan kehendak, seperti gerakan, tindakan, dan koordinasi yang mengakibatkan lansia menjadi kurang cekatan (Cokro&Tito, (2008) dalam Nurul, 2018). Salah satu yang mengalami fungsi adalah aktivitas fisik lansia.

Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang membutuhkan energi untuk mengerjakannya. Aktivitas fisik yang dapat dilakukan lansia seperti berjalan-jalan kecil, senam lansia, mengasuh cucu dan lain sebagainya (Azizah, 2011). Aktivitas sehari-hari yang harus dilakukan oleh lansia ada empat macam diantaranya makan, mandi, berpakaian dan *toileting*. Memenuhi kebutuhan lansia diperlukan pengetahuan atau kognitif dan sikap yang dapat mempengaruhi perilaku lansia dalam kemandirian pemenuhan kebutuhan *Activity of Daily Living*(ADL).

Rangkaian aktivitas lain yang dituntut pelaksanaannya dalam rangka menyelenggarakan kehidupan mandiri adalah rangkaian yang disebut *Instrumental Activity of Daily Living*(IADL). IADL adalah sekumpulan aktivitas sehari-hari yang lebih kompleks dan mengarah pada kemampuan lansia dalam berinteraksi dengan lingkungan dan komunitasnya (Mauk (2008) dalam Dewi, 2014). IADL terdiri dari menggunakan telepon, melakukan perjalanan, berbelanja, menyiapkan makanan, melakukan pekerjaan rumah, medikasi, pengaturan keuangan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Vergie Ryoto tahun 2012 yang berjudul Hubungan Antara Kekuatan Otot Genggam dengan Umur, Tingkat Kemandirian, dan Aktivitas Fisik pada Lansia Wanita Klub Geriatric Terpilih Jakarta Utara menyatakan bahwa tingkat kekuatan otot memiliki hubungan bermakna pada tingkat kemandirian lansia salah satunya *Instrumental Activity of Daily Living*(IADL) dengan nilai korelasi p value (0.001). Veranita Nurul H (2018) menjelaskan dalam penelitiannya yang berjudul Hubungan *Self Efficacy* dengan Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan IADL (*Instrumental Activity of Daily Living*) di Kelurahan Kaliwates Kabupaten Jember, bahwa terdapat hubungan *self efficacy* dengan kemandirian lansia dalam pemenuhan IADL (*Instrumental Activity of Daily Living*) ($p < 0,000$). Penelitian yang dilakukan oleh Syamsumin Kurnia Dewi tahun (2018) yang berjudul Level Aktivitas Fisik dan Kualitas Warga Lanjut Usia, menjelaskan bahwa level aktivitas fisik yang tinggi dan tidak adanya status hipertensi berhubungan dengan kualitas hidup yang baik dari lansia (aPR= 9,38; 95% CI= 1,81-48,45 vs

aPR= 5,12; 95% CI= 1,55-16,93) dan kualitas kesehatan mental yang baik (aPR= 11,87; 95% CI= 2,50-56,33 vs aPR= 4,39; 95% CI= 1,16-16,70).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di Kelurahan Mimbaan Kabupaten Situbondo didapatkan data sebagai berikut, terdapat lansia yang berusia 60 tahun keatas berjumlah 90 orang. Hasil survei dan wawancara ditemukan bahwa terdapat 12 orang lansia yang hidup sendiri melakukan pemenuhan IADL dengan mandiri dalam keadaan apapun, terdapat 6 lansia yang hidup dengan keluarga dalam melakukan pemenuhan IADL dibantu oleh keluarga, dan terdapat 9 orang lansia yang masih tinggal bersama keluarga melakukan pemenuhan IADL dengan mandiri. Banyak lansia yang mengerjakan pekerjaan rumah dengan mandiri seperti memasak, mencuci baju, belanja, dan lain-lain. Berbagai faktor dari dukungan keluarga, kondisi lingkungan, dan permasalahan ekonomi tidak menutup kemungkinan lansia dalam melakukan pemenuhan IADL. Beberapa permasalahan yang dialami oleh lansia tersebut akan berpengaruh pada kualitas hidup lansia. Pentingnya seorang lansia memiliki aktivitas fisik yang baik dalam dirinya untuk pemenuhan IADL. Lansia yang mempunyai aktivitas fisik baik mampu meningkatkan kekuatan otot sehingga dapat menyelesaikan suatu tugas dengan sukses.

Oleh karena itu, berdasarkan fenomena tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Aktivitas Fisik Lansia dengan Pemenuhan *Instrumental Activity of Daily Living*(IADL) di Kelurahan Mimbaan Kabupaten Situbondo”. Peneliti ingin melakukan

penelitian apakah aktivitas fisik yang dimiliki lansia memiliki hubungan dengan pemenuhan IADL.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Usia lanjut adalah fase menurunnya kemampuan akal dan fisik, yang dimulai dengan adanya beberapa perubahan dalam hidup. Proses menua menyebabkan perubahan fungsi fisik, mental, psikososial dan spiritual. Perubahan tersebut tentunya akan mempengaruhi dengan aktivitas sehari-hari lansia dalam pemenuhan *Instrumental Activity of Daily Living* (IADL). Pemenuhan aktivitas sehari-hari khususnya IADL dipengaruhi oleh aktivitas fisik seseorang. Sebagaimana aktivitas fisik yaitu setiap gerakan tubuh yang membutuhkan energi untuk mengerjakannya. Aktivitas fisik yang dapat dilakukan lansia seperti berjalan-jalan kecil, senam lansia, mengasuh cucu dan lain sebagainya.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana aktivitas fisik pada lansia di Kelurahan Mimbaan Kabupaten Situbondo?
- b. Bagaimana pemenuhan *Instrumental Activity of Daily Living* (IADL) di Kelurahan Mimbaan Kabupaten Situbondo?
- c. Adakah hubungan aktivitas fisik lansia dengan pemenuhan *Instrumental Activity of Daily Living* (IADL) di Kelurahan Mimbaan Kabupaten Situbondo?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan aktivitas fisik lansia dalam pemenuhan *Instrumental Activity of Daily Living*(IADL) di Kelurahan Mimbaan Kabupaten Situbondo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi aktivitas fisik lansia di Kelurahan Mimbaan Kabupaten Situbondo.
- b. Mengidentifikasi pemenuhan *Instrumental Activity of Daily Living*(IADL) di Kelurahan Mimbaan Kabupaten Situbondo.
- c. Menganalisis hubungan aktivitas fisik lansia dengan pemenuhan *Instrumental Activity of Daily Living*(IADL) di Kelurahan Mimbaan Kabupaten Situbondo.

D. Manfaat Penelitian

Bagi peneliti sebagai penambah wawasan tentang pembelajaran dibidang penelitian, dan mengembangkan ilmu keperawatan gerontik yang salah satu modal untuk menyandang gelar sarjana keperawatan. Bagi lansia di Kelurahan Mimbaan Kabupaten Situbondo mengetahui pentingnya menjaga kesehatan untuk melakukan *Instrumental Activity of Daily Living* (IADL). Bagi tenaga kesehatan, Perawat komunitas dapat meningkatkan pendekatan lebih intensif kepada keluarga maupun lansia untuk memberikan motivasi terhadap karakteristik lansia dengan pemenuhan *Instrumental Activity of Daily Living* (IADL). Dan bagi

penelitian selanjutnya, manfaat yang bisa diperoleh bagi peneliti lainnya yaitu sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya dan mendorong untuk melakukan penelitian selanjutnya.

