

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Penuaan adalah tahap alami dalam siklus kehidupan yang pasti dialami oleh setiap orang (Wulansari et al., 2025). Proses penuaan dapat mengganggu kemampuan individu dalam melakukan aktivitas harian. Orang yang memasuki masa usia lanjut mengalami kemunduran fisik yang ditandai oleh berbagai perubahan, seperti berkurangnya pendengaran, ketajaman penglihatan, kekuatan otot, serta sistem kekebalan tubuh. (Shalahuddin et al., 2022; Tampubolon et al., 2021). Selain itu lansia juga akan mengalami perubahan pada aspek psikologis seperti depresi, gangguan kognitif, kecemasan dan stress, serta perubahan sosial seperti isolasi sosial, ketergantungan, perubahan peran dan ekonomi (Wulansari et al., 2025).

Perubahan pada fisik, psikologis dan sosial pada lansia merupakan masalah yang terjadi di seluruh dunia dan menjadi isu global seiring meningkatnya populasi lanjut usia. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2030, satu dari enam orang di seluruh dunia akan berusia 60 tahun keatas. Populasi lansia diperkirakan meningkat dari 1 miliar orang di tahun 2020 menjadi 1,4 miliar pada 2030, dan diproyeksikan capai 2,1 miliar pada 2050 (WHO, 2024). Kondisi serupa terjadi di Indonesia, dimana jumlah lansia diproyeksikan mencapai 65,82 juta jiwa atau 20,31% dari total penduduk pada tahun 2045, menandakan bahwa Indonesia akan memasuki fase *aging population* (Badan Pusat Statistik, 2024). Jawa Timur merupakan wilayah dengan penduduk lansia sejumlah 6.236.411 jiwa (14,92%)

dari total penduduk (Badan Pusat Statistik, 2024). Pola peningkatan tersebut juga tampak di Kabupaten Jember, di mana 415.437 jiwa atau 15,88% dari total populasi berstatus lanjut usia yang berarti bahwa wilayah ini telah memasuki fase penduduk menua (Badan Pusat Statistik, 2024). Fenomena ini mencerminkan meningkatnya proporsi individu yang memasuki tahap penuaan.

Penuan merupakan proses alami yang pasti dialami oleh setiap manusia dan berlangsung secara bertahap seiring bertambahnya usia. Tahap ini ditandai dengan penurunan berbagai fungsi meliputi fungsi fisiologis, psikologis, dan kemampuan sosial (Elmaghuroh et al., 2022). Penurunan ini dapat menyebabkan berbagai gangguan, seperti melemahnya kekuatan otot, gangguan keseimbangan, penurunan penglihatan dan pendengaran, serta meningkatnya penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes (Tampubolon et al., 2021). Selain itu, lansia juga mengalami perubahan psikologis berupa kecemasan, perasaan tidak berdaya, dan kekhawatiran terhadap kondisi diri (Ezalina et al., 2023), serta perubahan sosial seperti berkurangnya interaksi, kehilangan peran, dan menurunnya harga diri (Sunarti et al., 2021). Kondisi ini tidak hanya memengaruhi kesehatan secara objektif, tetapi juga persepsi lansia terhadap kesehatannya sendiri, yang dikenal sebagai *Self-Perceived Health*.

*Self-Perceived Health* merupakan penilaian subjektif terhadap kondisi kesehatan individu, dan mencakup informasi terkait aspek fisik dan psikologis (Tinajero-Chávez et al., 2023). Persepsi ini dapat dipengaruhi oleh berbagai pengalaman, baik positif seperti rasa bugar dan mampu beraktivitas, maupun negatif seperti kelelahan, nyeri, gangguan tidur, atau perasaan cemas dengan kondisi kesehatan (Olsson et al., 2022). Seseorang dapat dikatakan memiliki *Self-*

*Perceived Health* yang baik apabila seorang tersebut dapat menilai dirinya sehat, dan melakukan aktivitas sehari-hari tanpa adanya kecemasan dan keluhan yang berlebihan terhadap kondisi kesehatannya (Velaithan et al., 2024). Sebaliknya, persepsi kesehatan buruk apabila seorang individu menilai kesehatannya buruk, mengeluh dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan kecemasan yang berlebihan (Velaithan et al., 2024). *Self-Perceived Health* memiliki keterkaitan dengan kualitas hidup karena persepsi individu terhadap kesehatannya akan memengaruhi cara seseorang menilai kesejahteraan dan kemampuan beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi pada dirinya (Maniscalco et al., 2020).

Kualitas hidup merujuk pada penilaian seseorang terhadap posisinya dalam kerangka budaya dan nilai-nilai terkait tujuan, ekspektasi, serta perspektif kehidupannya, yang meliputi aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan (Aryati & Fatimah, 2024). Kualitas hidup lansia dikatakan baik apabila individu mampu beraktivitas secara mandiri, memiliki kesejahteraan emosional, hubungan sosial yang positif, serta mampu beradaptasi terhadap proses penuaan (Velaithan et al., 2024). Sebaliknya, kualitas hidup dapat dikatakan buruk apabila seorang lansia tidak bisa melakukan aktivitas sehari-hari, berkurangnya interaksi sosial dan menurunnya persepsi positif terhadap dirinya (Velaithan et al., 2024). Penurunan kualitas hidup akan berdampak pada penurunan fungsi fisik dan mental secara progress, peningkatan ketergantungan terhadap orang lain, serta risiko komplikasi penyakit kronis hingga kematian (Hansén et al., 2025).

Hal ini sejalan dengan teori perkembangan menurut Havigurst bahwa lansia perlu mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan fisik dan psikologis yang terjadi selama proses penuaan (Setyarini et al., 2022). Teori adaptasi Roy juga

memandang manusia sebagai sistem adaptif yang harus mampu merespons perubahan internal dan eksternal secara efektif untuk mempertahankan keseimbangan dan kualitas hidup (Laily & Nursanti, 2024).

Teori tersebut didukung oleh studi Maniscalco et al., (2020) di Italia Selatan, yang menemukan adanya korelasi antara *Self-Perceived Health* dengan kualitas hidup (quality of life/QoL) pada lansia, bahkan setelah mempertimbangkan faktor objektif seperti penyakit kronis dan status fungsional (Maniscalco et al., 2020). Studi lintas negara di Italia, Spanyol, dan Yunani juga mengungkapkan bahwa lansia dengan persepsi kesehatan yang lebih positif cenderung melaporkan kualitas hidupnya lebih tinggi daripada yang menilai kondisi kesehatannya (Maniscalco et al., 2020).

Hal tersebut menunjukkan bahwa penelitian mengenai hubungan *Self-Perceived Health* dengan kualitas hidup masih diteliti pada lansia yang secara umum. Belum banyak penelitian yang menilai hubungan *Self-Perceived Health* dan kualitas hidup pada lansia yang aktif dalam komunitas sosial yang edukatif, mandiri seperti Sekolah Eyang. Komunitas ini memiliki karakteristik unik karena tidak berada di bawah institusi pemerintah, namun terbentuk dari partisipasi aktif lansia melalui kegiatan edukasi, senam, kreativitas, dan interaksi sosial rutin.

Menurut hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti kepada Kepala Sekolah Eyang menunjukkan bahwa Sekolah Eyang merupakan komunitas lanjutan dari Karang Werdha Bungur yang dikenal cukup aktif dengan berbagai kegiatan sesuai dengan jadwal yang telah disusun, seperti senam lansia, pengajian, pembelajaran serta beberapa aktivitas rekreasi. Kepala Sekolah Eyang menjelaskan bahwa para lansia umumnya datang dengan antusias karena merasa nyaman

berkumpul dengan teman sebaya dan mendapatkan dukungan penuh dari keluarga. Namun, saat peneliti melakukan wawancara singkat dengan beberapa lansia, 7 dari 10 lansia masih menyampaikan keluhan seperti nyeri sendi, pegal dan gangguan kolesterol yang kadang membuat mereka khawatir ketika keluhan tersebut muncul. Meskipun mereka tampak aktif dan ceria dalam kegiatan, keluhan fisik yang tetap dirasakan menunjukkan bahwa persepsi lansia terhadap kondisi kesehatannya belum tentu sejalan dengan kesan yang terlihat diluar. Situasi tersebut menunjukkan perlunya gambaran kondisi persepsi kesehatan (*Self-Perceived Health*) dan kualitas hidup lansia di Sekolah Eyang secara lebih jelas dan terukur agar pemahaman yang diperoleh tidak hanya bersumber dari kesan atau cerita, tetapi juga dari data yang benar-benar mencerminkan keadaan mereka.

Latar belakang tersebut mendorong penulis untuk melakukan penelitian tentang *Self-Perceived Health* dan kualitas hidup serta hubungan keduanya pada lansia di Komunitas Sekolah Eyang.

## **B. Perumusan Masalah**

### **1. Pernyataan masalah**

Proses penuaan yang dialami lansia dapat menimbulkan beberapa perubahan baik dari segi fisik, psikologis, dan sosial yang dapat memengaruhi *Self-Perceived Health* atau persepsi kesehatan yang dirasakan oleh lansia itu sendiri. *Self-Perceived Health* yang kurang baik dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup. Penurunan kualitas hidup akan berdampak pada penurunan fungsi fisik dan mental secara progress, peningkatan ketergantungan terhadap orang lain, serta risiko komplikasi penyakit kronis hingga kematian. Oleh sebab itu, penting untuk menganalisis bagaimana

hubungan antara *Self-Perceived Health* dengan kualitas hidup pada lansia di komunitas Sekolah Eyang Desa Sumberlesung, Kecamatan Ledokombo, Kabupaten Jember.

2. Pertanyaan masalah

- a. Bagaimanakah *Self-Perceived Health* pada lansia di komunitas Sekolah Eyang Desa Sumberlesung, Kecamatan Ledokombo, Kabupaten Jember?
- b. Bagaimanakah kualitas hidup pada lansia di komunitas Sekolah Eyang Desa Sumberlesung, Kecamatan Ledokombo, Kabupaten Jember?
- c. Apakah terdapat hubungan antara *Self-Perceived Health* dan kualitas hidup pada lansia di komunitas Sekolah Eyang Desa Sumberlesung, Kecamatan Ledokombo, Kabupaten Jember?

**C. Tujuan Penelitian**

1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan *Self-Perceived Health* dengan kualitas pada lansia di komunitas Sekolah Eyang Desa Sumberlesung, Kecamatan Ledokombo, Kabupaten Jember

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi *Self-Perceived Health* pada lansia di komunitas Sekolah Eyang Desa Sumberlesung, Kecamatan Ledokombo, Kabupaten Jember
- b. Mengidentifikasi kualitas hidup pada lansia di komunitas Sekolah Eyang Desa Sumberlesung, Kecamatan Ledokombo, Kabupaten Jember
- c. Menganalisis hubungan *Self-Perceived Health* dengan kualitas hidup pada lansia di komunitas Sekolah Eyang Desa Sumberlesung, Kecamatan Ledokombo, Kabupaten Jember

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu keperawatan, terutama dalam ranah keperawatan gerontik. dengan memperkuat pemahaman mengenai korelasi antara *Self-Perceived Health* (SPH) dan kualitas hidup pada lansia. Penelitian ini dapat menjadi landasan teoritis dalam menjelaskan bagaimana persepsi individu terhadap kesehatannya memengaruhi kesejahteraan dan kemampuan adaptasi terhadap proses penuaan. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur keperawatan mengenai faktor-faktor psikososial yang berperan dalam peningkatan kualitas hidup lansia.

### 2. Manfaat praktis

#### a. Bagi lansia

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi lansia dengan meningkatkan kesadaran mereka terhadap kondisi kesehatan dan kesejahteraan diri, mendorong motivasi untuk mempertahankan gaya hidup sehat, serta memberikan manfaat tidak langsung melalui pengembangan program komunitas yang lebih sesuai dengan kebutuhan dan kondisi mereka. Sehingga lansia mampu menjalani kehidupan yang lebih mandiri dan aktif dan dapat menghadapi berbagai perubahan akibat penuaan.

#### b. Bagi perawat

Penelitian ini dapat menjadi dasar bagi perawat dalam merancang dan melaksanakan intervensi keperawatan yang berfokus pada peningkatan

persepsi kesehatan lansia, misalnya melalui pendidikan kesehatan, konseling psikososial, atau kegiatan promosi kesehatan. Dengan pemahaman ini, perawat dapat memberikan asuhan keperawatan yang lebih holistik dan sesuai dengan kebutuhan psikologis serta sosial lansia

c. Bagi Sekolah Eyang

Penelitian ini memberikan dasar ilmiah bagi Sekolah Eyang untuk mengevaluasi dan menyempurnakan program yang telah berjalan, sehingga kegiatan yang diselenggarakan dapat lebih sesuai dengan kebutuhan lansia. Temuan penelitian ini juga dapat dimanfaatkan dalam pengembangan program komunitas yang mencakup tidak hanya aspek fisik, tetapi juga aspek psikologis, seperti peningkatan edukasi kesehatan mental dan penyediaan dukungan psikologis yang lebih terarah dan berkelanjutan. Selain itu, hasil penelitian turut memperkuat posisi Sekolah Eyang sebagai komunitas pemberdayaan lansia yang menerapkan pendekatan berbasis evidensi dalam perencanaan dan pelaksanaan kegiatannya.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai rujukan untuk memperkaya kajian mengenai faktor-faktor lain yang memengaruhi kualitas hidup lansia, serta pengembangan intervensi yang berbasis bukti.