

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Lansia adalah siklus kehidupan manusia yang telah memasuki usia di atas 60 tahun dan termasuk dalam kelompok yang rentan terhadap berbagai kondisi. Lansia diartikan sebagai individu yang telah memasuki proses penuaan sehingga akan berdampak pada penurunan fungsi tubuh. Penuaan adalah proses alami yang menyebabkan penurunan fungsi tubuh, jaringan, dan sel secara bertahap. Perubahan hormonal dan kondisi fisik yang disebabkan oleh proses degeneratif menjadikan tubuh lansia semakin lemah dan kurang mampu pulih. Akibatnya, mereka lebih mudah terserang penyakit dan rasa nyeri. Selain dampak fisik, penuaan juga memengaruhi kondisi psikologis (Asih dkk., 2023; Dewi dkk., 2022).

Secara fisik, lansia sering menghadapi penurunan fungsi tubuh seperti diabetes, hipertensi, dan gangguan jantung. Secara psikologis, lansia rawan mengalami kecemasan, depresi, dan kesepian, terutama akibat sindrom sarang kosong (*empty nest syndrome*). *Empty nest syndrome* adalah kondisi ketika lansia hidup sendiri karena anak-anaknya telah meninggalkan rumah atau tinggal jauh. Kondisi psikologis ini sejalan dengan teori Erikson tentang tahap antara integritas dan keputusasaan, saat lansia mengevaluasi hidupnya dan berisiko merasa putus asa jika gagal berdamai dengan masa lalu. Kondisi tersebut membawa lansia pada kondisi yang akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis (Octavia dkk., 2022; Nabilah dkk., 2025).

Secara global, menurut data World Health Organization (WHO), populasi lanjut usia di seluruh dunia diprediksi meningkat dari sekitar 1,1 miliar pada tahun 2023 menjadi 1,4 miliar pada tahun 2030. Data dari BPS, diketahui bahwa jumlah lansia di Indonesia tercatat sekitar 12% dari keseluruhan penduduk, yaitu sekitar 29 juta jiwa, dan angka ini diperkirakan akan bertambah hingga 20% pada tahun 2045. Berdasarkan Proyeksi Penduduk Tahun 2024, proporsi penduduk lansia di Provinsi Jawa Timur pada Tahun 2024 telah mencapai 14,92% atau sekitar 6,22 juta jiwa, yang mengindikasikan bahwa wilayah tersebut telah termasuk dalam kelompok daerah dengan struktur penduduk berusia tua. Berdasarkan Data Tunggal Sosial Ekonomi Nasional (DTSEN) per April 2025, Kabupaten Jember tercatat memiliki total 415.353 penduduk lansia. Dari jumlah tersebut, sebanyak 1.732 orang lansia tercatat sebagai penerima program bantuan permakanan lansia (WHO, 2025; Nindya, 2024; Agustina, 2025; PPID, 2025).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Desa Sidomekar, Kecamatan Semboro menunjukkan bahwa wilayah tersebut memiliki jumlah penduduk lanjut usia yang relatif tinggi, khususnya pada kelompok usia 60 tahun ke atas dengan total sebanyak 1.654 jiwa. Desa Sidomekar memiliki 3 dusun, yaitu Dusun Babatan, Besuki dan Beteng. Berdasarkan hasil tersebut, dapat diketahui bahwa jumlah lansia di wilayah ini cukup tinggi dan berpotensi mengalami berbagai perubahan fisik maupun psikologis seiring proses penuaan. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya perhatian terhadap

aspek kesejahteraan psikologis lansia, salah satunya melalui dukungan emosional dari keluarga sebagai lingkungan terdekat mereka.

Menurut Ryff (1989), faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis mencakup karakteristik demografis (seperti usia, jenis kelamin, dan tingkat sosial ekonomi), aspek kepribadian, dukungan dari lingkungan sosial (keluarga dan teman), serta tingkat religiusitas individu. Salah satu faktor utama yang berperan dalam mempertahankan kesejahteraan psikologis pada kelompok lanjut usia adalah dukungan keluarga. Dukungan keluarga ini terdiri atas dukungan instrumental, informasional, dan emosional, di mana dukungan emosional memberikan pengaruh yang signifikan karena mampu menumbuhkan rasa diterima dan dihargai. Ketidakhadiran dukungan emosional yang memadai dari lingkungan sekitar, terutama dari keluarga yang berperan langsung dalam kehidupan harian lansia, dapat memperburuk kondisi psikologis tersebut. (Susanti & Mariyati, 2024; Octavia dkk., 2022; Jelita, E. N., & Sudirman, 2021).

Dukungan emosional merupakan bentuk bantuan yang ditujukan untuk memberikan rasa aman, nyaman, serta perasaan dicintai. Sumber dukungan tersebut dapat berasal dari siapa pun, termasuk keluarga maupun teman. Dukungan emosional pada lansia diwujudkan dalam bentuk pendampingan dan komunikasi yang mendukung serta menghargai keberadaan lansia. Bentuk dukungan ini mencerminkan ungkapan empati, kasih sayang, dan kepedulian kepada seseorang, sehingga ia merasa disayangi serta dihargai dalam kehidupannya (Nurhayati et al., 2021; Candra et al., 2024).

Dukungan emosional dari keluarga memainkan peran krusial dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis serta kualitas hidup penduduk lanjut usia. Kualitas hidup pada lanjut usia merupakan aspek yang bersifat kompleks, meliputi harapan hidup, kepuasan terhadap kehidupan, serta dukungan dan jaringan sosial yang dimiliki. Melalui perhatian, kasih sayang, dan komunikasi yang baik, lansia akan merasa dicintai, dihargai, dan lebih percaya diri dalam menjalankan kegiatan sehari-hari. Selain itu, keberadaan keluarga yang harmonis dapat memperkuat adaptasi psikologis lansia terhadap berbagai perubahan yang dialami, baik secara fisik, mental maupun sosial, serta meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan (Italia, dkk, 2023; Malahati, 2023).

Teori psychological well-being Ryff (1989) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis mencakup enam dimensi utama, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, serta pengembangan diri. Penduduk lanjut usia yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis tinggi cenderung mampu menerima diri dengan baik, menjalin hubungan sosial yang harmonis, serta mengelola kehidupan secara mandiri. Sementara itu, lansia dengan kesejahteraan psikologis rendah cenderung merasa tidak puas terhadap kehidupannya, tidak mampu mengatasi stres, dan memiliki rasa cemas berlebihan terhadap masa depan (Octavia dkk., 2022; Deviana dkk., 2023; Malahati, 2023).

Beberapa penelitian terdahulu mendukung adanya hubungan antara dukungan emosional keluarga dan kesejahteraan psikologis pada penduduk lanjut usia. Penelitian oleh Octavia dkk. (2022) menunjukkan bahwa

dukungan emosional, termasuk dari keluarga, berperan penting dalam meningkatkan *psychological well-being* lansia melalui penerimaan diri dan hubungan positif dengan orang-orang di sekitarnya. Selanjutnya, Fauziah dkk. (2025) juga menemukan bahwa keluarga memiliki peran besar dalam meningkatkan kesejahteraan lansia melalui perhatian, kasih sayang, dan dukungan emosional. Kedua penelitian tersebut memperkuat premis bahwa dukungan emosional keluarga merupakan salah satu faktor utama dalam mempertahankan kesejahteraan psikologis penduduk lanjut usia di lingkungan keluarga dan masyarakat (Octavia et al., 2022; Fauziah et al., 2025).

Berdasarkan uraian di atas, dukungan emosional keluarga memiliki peran yang penting dalam menentukan kesejahteraan psikologis penduduk lanjut usia. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan emosional keluarga dan kesejahteraan psikologis lansia di Desa Sidomekar, Kecamatan Semboro, Kabupaten Jember.

## **B. Rumusan Masalah**

### **1. Pernyataan Masalah**

Lanjut usia merupakan kelompok yang rentan terhadap penurunan kesejahteraan psikologis akibat perubahan fisik, sosial, dan emosional yang terjadi pada masa tua. Kurangnya dukungan emosional dari keluarga dapat memperburuk kondisi tersebut dan menimbulkan perasaan kesepian, stres, serta menurunkan makna hidup. Oleh karena itu, perlu dilakukan identifikasi mengenai hubungan antara dukungan emosional keluarga dengan kesejahteraan psikologis pada lansia agar dapat

mengetahui sejauh mana peran keluarga dalam mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis lansia.

## **2. Pertanyaan Masalah**

- a. Bagaimanakah dukungan emosional keluarga pada lansia di Desa Sidomekar Kecamatan Semboro Jember?
- b. Bagaimanakah kesejahteraan psikologis pada lansia di Desa Sidomekar Kecamatan Semboro Jember?
- c. Adakah hubungan antara dukungan emosional keluarga dengan kesejahteraan psikologis pada lansia di Desa Sidomekar Kecamatan Semboro Jember?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui adanya hubungan antara dukungan emosional keluarga dengan kesejahteraan psikologis pada lansia di Desa Sidomekar Kecamatan Semboro Jember

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi dukungan emosional keluarga pada lansia di Desa Sidomekar Kecamatan Semboro Jember.
- b. Mengidentifikasi kesejahteraan psikologis pada lansia di Desa Sidomekar Kecamatan Semboro Jember.
- c. Menganalisis hubungan antara dukungan emosional keluarga dengan kesejahteraan psikologis pada lansia di Desa Sidomekar Kecamatan Semboro Jember.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang keperawatan gerontik, terutama yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis lansia dan faktor sosial keluarga di berbagai konteks budaya dan wilayah pelayanan kesehatan.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Lansia**

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam membantu penduduk lanjut usia meningkatkan kesejahteraan psikologis melalui dukungan emosional yang diberikan oleh keluarga.

#### **b. Bagi Keluarga**

Hasil penelitian ini diharapkan meningkatkan kesadaran dan pemahaman keluarga tentang pentingnya memberikan dukungan emosional agar lansia merasa dihargai, dicintai, dan memiliki semangat hidup yang lebih baik.

#### **c. Bagi Tenaga Kesehatan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam memberikan asuhan keperawatan holistik kepada penduduk lanjut usia. Selain itu, temuan penelitian ini dapat dijadikan dasar bagi tenaga kesehatan untuk merancang intervensi yang melibatkan peran aktif keluarga, terutama

dalam pemberian dukungan emosional, sehingga kesejahteraan psikologis lansia dapat ditingkatkan secara optimal.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan kajian tentang dukungan keluarga dan kesejahteraan psikologis lansia dengan menambahkan variabel atau metode penelitian yang berbeda.

