

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia adalah kelompok usia yang berusia 60 tahun ke atas, dimana kelompok ini memiliki tantangan fisik, psikologis dan sosial. Proses menjadi tua adalah bagian alami dalam siklus hidup manusia yang dimulai sejak lahir dan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal (Rekawati et al., 2020). Seiring bertambahnya usia, lansia mengalami berbagai penurunan fungsi tubuh, perubahan dalam daya pikir, emosional, hingga hubungan sosial. Kondisi ini akhirnya berdampak terhadap kemampuan lansia dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari, yang apabila tidak dikelola dengan baik dapat menurunkan kualitas hidup serta tingkat kepuasan hidup mereka (Hanifati et al., 2025).

Populasi lansia di Indonesia terus meningkat secara signifikan. Tahun 2020, proporsi lansia mencapai 9,92% atau sekitar 26 juta jiwa (BPS, 2020). Menurut WHO (2025), populasi orang berusia 60 tahun ke atas di dunia diperkirakan akan meningkat dari sekitar 1,1 miliar pada tahun 2023 menjadi sekitar 1,4 miliar pada tahun 2030. Lansia perempuan cenderung lebih banyak dibandingkan laki-laki, dengan rasio 10,43% berbanding 9,42%. Badan Pusat Statistik (2020) mengatakan, kenaikan jumlah warga lansia secara signifikan mempengaruhi rasio ketergantungan, di mana setiap 100 penduduk usia produktif harus menanggung kebutuhan 15 lansia. Implikasi dari rasio ini adalah meningkatnya kebutuhan pendanaan untuk kesehatan, perawatan jangka

panjang, dan kepuasan hidup yang memadai. Secara statistik, peningkatan populasi lansia di Indonesia tidak diiringi dengan kesiapan sistem dukungan yang memadai (Yulisry & Rina, 2024). Data dari BPS (2020) menunjukkan bahwa sekitar 2,1 juta lansia tergolong lansia terlantar, dengan mayoritas di antaranya tinggal di panti sosial atau hidup sendiri tanpa dukungan keluarga yang memadai. Kondisi ini mengindikasikan bahwa sebagian besar lansia menghadapi risiko penurunan kualitas hidup baik dari aspek fisik, psikologis, maupun sosial. Dari segi fisik, lansia mengalami perubahan fisiologis seperti menurunnya daya tahan tubuh, gangguan mobilitas, dan penyakit degeneratif seperti hipertensi dan diabetes (Zahra et al., 2025). Dari aspek psikologis, banyak lansia mengalami perasaan kesepian, depresi, dan kehilangan makna hidup akibat keterbatasan aktivitas dan berkurangnya dukungan sosial (Yulisry & Rina, 2024). Sedangkan dari sisi sosial, sebagian lansia mengalami isolasi sosial karena terpisah dari keluarga, kurangnya aktivitas sosial, serta keterbatasan lingkungan yang mendukung interaksi (Aseng et al., 2025).

Secara regional, Provinsi Jawa Timur merupakan salah satu wilayah dengan populasi lansia tertinggi di Indonesia. Berdasarkan data BPS Provinsi Jawa Timur (2024), proporsi penduduk lansia mencapai 14,91% dari total populasi provinsi. Di tingkat kabupaten, Kabupaten Jember memiliki jumlah lansia tertinggi di Jawa Timur, yaitu 415.353 jiwa (Akbar et al., 2024). Kondisi ini menunjukkan bahwa Kabupaten Jember telah memasuki kategori ageing population area, sehingga tantangan dalam penyediaan pelayanan kesehatan, dukungan sosial, dan peningkatan kualitas hidup lansia menjadi semakin

kompleks, termasuk bagi lansia yang tinggal di wilayah komunitas seperti wilayah kerja Puskesmas Kalisat.

Fenomena peningkatan populasi lansia secara global, nasional, dan regional menunjukkan adanya ketidakseimbangan antara kuantitas dan kualitas hidup lansia. Walaupun angka harapan hidup meningkat, namun kondisi fisik, psikologis, dan sosial lansia justru menunjukkan kecenderungan penurunan. Hal ini disebabkan oleh lemahnya sistem dukungan sosial, rendahnya keterlibatan sosial, serta kurangnya interaksi positif dengan teman sebaya (Tian & Chen, 2022).

Kepuasan hidup merupakan indikator penting dalam menilai kualitas hidup lansia. Kepuasan hidup mengacu pada sejauh mana individu merasa puas dengan kondisi hidupnya secara keseluruhan, baik dari aspek keinginan untuk mengubah kehidupan, kepuasan terhadap hidup saat ini, kepuasan hidup di masa lalu, kepuasan terhadap kehidupan dimasa depan, penilaian orang lain terhadap kehidupan seseorang. Pada masa lansia, tingkat kepuasan hidup sering kali dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti kesehatan fisik, dukungan sosial, kondisi ekonomi, dan keterlibatan dalam aktivitas sosial (Tian & Chen, 2022). Namun, kenyataannya banyak lansia yang mengalami penurunan kepuasan hidup akibat keterbatasan fisik, kehilangan pasangan, keterasingan sosial, dan ketergantungan pada orang lain. Penelitian Ratna Wardani (2024) menunjukkan bahwa lansia dengan keterlibatan sosial rendah cenderung memiliki kepuasan hidup yang lebih rendah dibandingkan lansia yang memiliki hubungan sosial yang kuat. Lansia sering kali menghadapi tantangan emosional yang kompleks, seperti perasaan kesepian, kehilangan rasa

keberhargaan diri, dan kurangnya interaksi social (Yulisry & Rina, 2024). Kondisi ini dapat memengaruhi kesehatan mental dan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Dalam konteks ini, dukungan sosial menjadi faktor penting yang dapat membantu lansia merasa lebih dihargai, diterima, dan memiliki tujuan hidup.

Fenomena tersebut juga terlihat pada studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di wilayah kerja Puskesmas Kalisat. Berdasarkan kuesioner yang diberikan kepada 10 lansia, ditemukan bahwa 6 orang (60%) memiliki tingkat dukungan sosial teman sebaya yang rendah, sementara 4 orang (40%) berada pada kategori dukungan sosial sedang hingga tinggi. Lansia dengan dukungan sosial rendah menyatakan jarang berkomunikasi dengan teman sebaya, kurang mendapatkan dukungan emosional, serta merasa tidak memiliki tempat untuk berbagi cerita. Pada aspek kepuasan hidup, sebanyak 7 lansia (70%) mengaku belum puas dengan kehidupan yang dijalani. Alasan yang muncul antara lain perasaan kesepian, kehilangan makna hidup, serta keinginan untuk memperbaiki masa lalu atau kembali hidup bersama keluarga. Sementara itu, 3 lansia (30%) menunjukkan tingkat kepuasan hidup yang tinggi karena kemampuan menerima kondisi saat ini, merasa bersyukur, serta memiliki hubungan sosial yang lebih baik.

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor kunci yang memengaruhi kepuasan hidup lansia. Dukungan sosial mencakup kehadiran orang-orang yang dapat memberikan bantuan emosional, praktis, dan instrumental kepada individu (Hanifati et al., 2025). Penelitian Azwan (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan

kepuasan hidup lansia. Teman sebaya dapat memberikan rasa keterhubungan, kesempatan untuk berbagi pengalaman, dan dukungan emosional yang esensial bagi kesejahteraan lansia.

Hanifati et al. (2025), mengatakan bahwa kepuasan hidup lansia sangat dipengaruhi oleh tingkat dukungan sosial yang mereka terima. Dalam penelitian ini, dari 28 responden, 60,7% memiliki dukungan sosial yang rendah, yang berbanding lurus dengan rendahnya kepuasan hidup. Hal ini menunjukkan bahwa kurangnya dukungan sosial dapat berujung pada penurunan kepuasan hidup lansia. Sebaliknya, lansia yang memiliki dukungan sosial tinggi cenderung merasa lebih puas dengan kehidupannya. Sebagian besar lansia dengan tingkat dukungan sosial yang rendah juga menunjukkan tingkat kepuasan hidup yang rendah di RSUD UNPRI Tebing Tinggi (Yulisry & Rina, 2024).

Berdasarkan fenomena diatas peneliti bertujuan untuk mengkaji hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kepuasan hidup pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kalisat. Dengan memahami hubungan ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman lebih mendalam mengenai pentingnya dukungan sosial dalam meningkatkan kesejahteraan lansia di lingkungan komunitas. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan kebijakan yang lebih baik dalam mendukung kesejahteraan lansia di Indonesia.

Novelty penelitian ini terletak pada pendekatan yang berfokus pada lansia yang tinggal di lingkungan komunitas, bukan di panti sosial atau layanan institusional. Penelitian sebelumnya banyak dilakukan pada lansia panti wreda

atau fasilitas khusus, sehingga gambaran dukungan sosial teman sebaya pada lansia komunitas masih jarang dieksplorasi. Dalam konteks wilayah kerja Puskesmas Kalisat, yang merupakan lingkungan komunitas dengan karakteristik sosial yang berbeda dari institusi. Penelitian ini memberikan sudut pandang baru mengenai bagaimana interaksi dan dukungan dari teman sebaya dapat berkontribusi pada kepuasan hidup lansia. Penelitian ini menjadi penting karena dinamika hubungan sosial lansia di komunitas sangat dipengaruhi oleh aktivitas sehari-hari, keterlibatan sosial lokal, serta jaringan pertemanan yang terbentuk secara natural, sehingga hasilnya dapat merefleksikan kondisi nyata lansia yang tinggal di masyarakat.

B. Rumusan Masalah

1. Penyataan Masalah

Lansia merupakan kelompok usia yang rentan mengalami berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang dapat berdampak pada penurunan kesejahteraan serta kepuasan hidup. Kepuasan hidup pada lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah dukungan sosial dari lingkungan sekitar. Dalam kehidupan sehari-hari, banyak lansia yang masih menghadapi kesepian, penurunan makna hidup, dan keterbatasan interaksi sosial akibat kurangnya dukungan, terutama dari teman sebaya. Padahal, dukungan sosial teman sebaya memiliki peranan penting dalam memberikan rasa keterhubungan, penerimaan, serta dukungan emosional yang dapat meningkatkan kepuasan hidup lansia.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimanakah dukungan sosial teman sebaya pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kalisat?
- b. Bagaimanakah kepuasan hidup pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kalisat?
- c. Apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kepuasan hidup pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kalisat?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat mengetahui hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kepuasan hidup pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kalisat

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi dukungan sosial teman sebaya pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kalisat.
- b. Mengidentifikasi kepuasan hidup pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kalisat.
- c. Menganalisis hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kepuasan hidup pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kalisat.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang keperawatan gerontik dan psikososial, dengan memperkaya teori mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kepuasan hidup pada lansia. Penelitian ini dapat memperkuat bukti empiris bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kepuasan hidup lansia. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi dasar bagi pengembangan konsep atau model intervensi keperawatan yang berfokus pada peningkatan dukungan sosial antar lansia untuk mencapai kualitas hidup yang lebih baik di masa tua.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tenaga kesehatan tentang pentingnya dukungan sosial teman sebaya dalam meningkatkan kepuasan hidup lansia, serta menjadi acuan bagi tenaga keperawatan dalam merancang intervensi psikososial untuk meningkatkan kesejahteraan emosional dan kualitas hidup lansia di wilayah kerja Puskesmas Kalisat.

b. Bagi Lembaga Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pembelajaran dan referensi dalam penguatan materi keperawatan gerontik, terutama yang berkaitan dengan aspek psikososial dan kesejahteraan lansia, serta

menjadi contoh penerapan konsep dukungan sosial dalam praktik keperawatan agar mahasiswa keperawatan dapat memahami peran penting hubungan sosial dalam meningkatkan kualitas hidup lansia.

c. Bagi Lansia

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu lansia untuk meningkatkan kualitas hubungan sosial dengan teman sebaya, sehingga mereka merasa lebih dihargai, tidak kesepian, dan memiliki kepuasan hidup yang lebih baik.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan landasan empiris bagi penelitian selanjutnya yang membahas hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan lansia, serta digunakan sebagai data dasar untuk mengembangkan model intervensi keperawatan berbasis dukungan sosial guna meningkatkan kepuasan hidup lansia di berbagai setting pelayanan.