

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Populasi lansia atau individu yang telah mencapai usia 60 tahun atau lebih di seluruh dunia telah mengalami peningkatan yang signifikan dalam beberapa tahun terakhir.<sup>1</sup> Menurut *World Health Organization* (WHO). Pada tahun 2020, terdapat sekitar 1 miliar orang lansia, dan angka ini meningkat menjadi 1,4 miliar pada tahun 2022.<sup>2</sup> Proyeksi untuk tahun 2050 menunjukkan bahwa jumlah orang lansia diperkirakan mencapai 2,1 miliar.<sup>2,3</sup> Di Indonesia, jumlah lansia juga terus meningkat, Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa jumlah penduduk lansia meningkat sebanyak 3% selama periode 2010-2020. Pada tahun 2010, populasi lansia di Indonesia mencapai 18 juta individu (7,6%), kemudian meningkat menjadi 27 juta individu (10%) pada tahun 2020. Proyeksi menunjukkan bahwa jumlah ini akan terus meningkat menjadi sekitar 40 juta individu (13,8%) pada tahun 2035.<sup>2,3</sup>

Penambahan jumlah lansia yang terjadi di berbagai negara di dunia, baik di negara maju maupun di negara berkembang, menghadapi tantangan yang sama.<sup>3</sup> Penambahan jumlah populasi lansia bisa berdampak baik dan buruk. Kelompok orang lanjut usia yang masih dalam keadaan sehat, tetap aktif, serta berkontribusi secara produktif memberikan dampak positif dengan meningkatkan harapan hidup dan mendukung kesejahteraan negara. Namun, peningkatan jumlah lansia juga berpotensi menimbulkan dampak negatif yang perlu diperhatikan secara serius.<sup>4,5</sup> Apabila terjadi gangguan kesehatan pada penduduk lansia, hal tersebut dapat memiliki dampak negatif terhadap kualitas hidup mereka dan meningkatkan pengeluaran yang diperlukan untuk perawatan kesehatan. Selain itu juga ketidak produktifan penduduk lansia dapat mengurangi pendapatan dan kontribusi ekonomi negara.<sup>4</sup> sehingga sangat dibutuhkan keseriusan dari pemerintah, tenaga kesehatan, dan peneliti untuk mengembangkan berbagai strategi guna meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan lansia di Indonesia.

Penuaan merupakan tahap akhir dari kehidupan manusia, di mana setiap orang akan mengalami proses alami tersebut. Pada fase ini, lansia akan mengalami berbagai macam perubahan seperti penurunan fungsi organ dan kemunduran struktur tubuh.<sup>6</sup> Faktor-faktor seperti penurunan aktivitas sel, penurunan jumlah sel secara anatomis, kekurangan nutrisi, serta adanya pencemaran dan radikal bebas dapat menyebabkan penurunan fungsi organ pada lansia.<sup>7</sup> Adanya perubahan pada lansia dapat menyebabkan perubahan pada fungsi-fungsi yang dimilikinya, termasuk pada aspek fisik, fungsional, kognitif, mental, dan gizi. Kondisi ini apabila tidak segera ditangani dengan baik, akan membuat lansia menjadi lebih mudah terkena berbagai penyakit dan masalah kesehatan lainnya.<sup>6,8</sup>

Tingkat usia yang semakin tinggi juga membawa berbagai permasalahan kesehatan pada populasi lansia, termasuk diantaranya masalah yang terkait dengan status fungsional. Status fungsional pada lansia dapat signifikan mempengaruhi kualitas hidup mereka. Keterbatasan fisik dan fungsional dapat mengurangi kemampuan seorang lansia ketika melakukan kegiatan sehari-hari yang berpotensi memberikan dampak pada angka ketergantungan lansia meningkat.<sup>6,9,10</sup> Dampak dari gangguan aktivitas kehidupan sehari-hari pada lansia juga meningkatnya kerentanan terhadap penyakit akut dan kronis, termasuk penyakit degeneratif, penyakit metabolik, gangguan psikososial, dan penyakit infeksi.<sup>6,9,10</sup> Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik pada tahun 2022, tercatat rasio ketergantungan lansia di Indonesia sebesar 16,09. Artinya, setiap 100 penduduk usia produktif (15-59 tahun) bertanggung jawab terhadap 16 lansia. Dengan kata lain, rasio tersebut mengindikasikan bahwa enam penduduk usia produktif mendukung satu lansia.<sup>2</sup> Evaluasi terhadap kemandirian lansia dapat dilakukan dengan memperhatikan kemampuan mereka dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Aktivitas sehari-hari merupakan indikator untuk mengukur sejauh mana seseorang dapat melakukan tugas-tugas harian secara mandiri, yang pada gilirannya dapat mengurangi risiko morbiditas pada lansia.<sup>11</sup> Untuk mengevaluasi kondisi status fungsional lansia, salah satu pendekatan yang

digunakan adalah dengan menilai aktivitas sehari-hari atau *activity daily living* (ADL). ADL terdiri dari dua kategori, yaitu *basic activity daily living* (BADL) dan *instrumental activity daily living* (IADL).

Salah satu masalah yang juga sering dihadapi oleh lansia adalah penurunan fungsi kognitif. Kognitif merupakan salah satu aspek penting dalam fungsi otak manusia yang meliputi berbagai komponen seperti persepsi visual, kemampuan berhitung, pengenalan dan penggunaan bahasa, pemahaman, pengolahan informasi, memori, fungsi eksekutif, dan pemecahan masalah.<sup>12</sup> Penurunan fungsi kognitif pada lansia terjadi sebagai akibat dari perubahan anatomi yang terjadi seiring dengan proses penuaan, fenomena seperti pengurangan ukuran otak dan perubahan komposisi biokimia di dalam Sistem Saraf Pusat (SSP).<sup>13</sup> Jika terjadi gangguan pada fungsi kognitif dalam jangka waktu yang panjang dan penanganan yang tidak optimal dilakukan, maka dapat menghambat aktivitas sehari-hari.<sup>12</sup> Gangguan kognitif adalah salah satu isu kesehatan yang sering ditemui pada populasi lanjut usia, dan juga menjadi faktor prediksi utama terjadinya demensia yang masih menjadi perhatian dalam bidang kesehatan dan sosial.<sup>14</sup> Dampaknya, orang lanjut usia akan menghadapi gangguan perilaku dan mengalami penurunan kualitas hidup.<sup>15</sup> Sayangnya, gangguan kognitif sering kali keliru dianggap sebagai bagian alami dari proses penuaan, yang menyebabkan kurangnya perhatian terhadap masalah tersebut.<sup>16</sup> Gangguan fungsi kognitif khususnya meningkat di negara-negara berkembang. Data dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa pada tahun 2019, diperkirakan terdapat lebih dari 789 juta lansia dengan gangguan fungsi kognitif di seluruh dunia. Di kawasan Asia, sekitar 73% lansia mengalami gangguan fungsi kognitif. Di Indonesia, antara tahun 2017 hingga 2019, sekitar 47% lansia mengalami penurunan fungsi kognitif.<sup>17</sup> Meningkatnya prevalensi gangguan kognitif pada populasi lansia dan dampak yang signifikan yang ditimbulkan, sehingga hal ini menjadi perhatian yang serius. Untuk itu pentingnya untuk mengevaluasi kondisi status kognitif lansia, sehingga dapat menurunkan angka kejadian gangguan kognitif dengan begitu dapat menurunkan kejadian demensia pada lansia. Salah satu instrumen yang dapat

digunakan untuk mengukur tingkat fungsi kognitif pada lansia ialah kuesioner mini-Cog.<sup>18</sup>

Proses penuaan pada lansia membawa perubahan dan penurunan baik secara fisik maupun psikis. Dalam konteks psikis, Perubahan fisik yang terjadi pada lansia memainkan peran penting dalam kondisi psikis mereka.<sup>19</sup> Perubahan ini termasuk perubahan penampilan, penurunan fungsi indra, dan berkontribusi pada perasaan rendah diri, mudah tersinggung, kesepian, dan merasa tidak berarti. Situasi ini dapat memicu masalah kesehatan mental pada lansia, khususnya depresi. Depresi adalah gangguan suasana hati yang serius, ditandai dengan gangguan fungsi fisik dan sosial yang signifikan, dan berlangsung dalam jangka waktu yang lama pada individu tersebut.<sup>19,20</sup> Berbagai faktor demografi seperti rentang usia, jenis kelamin, dan status perkawinan memiliki pengaruh signifikan terhadap kejadian depresi pada lansia.<sup>21</sup> penelitian menunjukkan bahwa lansia yang tinggal di panti lebih sering mengalami tingkat depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan lansia yang tinggal di rumah.<sup>21</sup> Hal ini juga diperkuat oleh penelitian Saputri.<sup>22</sup> yang menemukan bahwa depresi pada lansia yang tinggal di Panti Werda memiliki tingkat yang tinggi, sementara tingkat dukungan sosial mereka tergolong rendah. Perasaan kesepian sering kali muncul saat lansia menjauh dari keluarga dan tidak lagi memiliki orang-orang yang selama ini hidup bersama. Keadaan ini dapat meningkatkan tingkat stres dan berpotensi memicu terjadinya depresi. Jika tidak ditangani dengan baik, depresi pada lansia dapat mendorong mereka untuk melukai diri sendiri atau bahkan mengakhiri hidup.<sup>23</sup> Gejala depresi pada lansia sering kali tidak spesifik atau khas, sehingga mengakibatkan kesulitan dalam pengidentifikasian yang dapat menghambat pengobatan yang tepat waktu. Selain itu, depresi pada usia lanjut seringkali tidak diakui oleh pasien dan mungkin tidak terdeteksi oleh dokter karena gejala-gejala depresi sering kali bercampur dengan gejala somatik yang lebih menonjol, yang sering kali terkait dengan penyakit medis lainnya.<sup>24</sup> Untuk itu betapa pentingnya untuk mengevaluasi kondisi status depresi lansia, Hal ini bertujuan untuk mendeteksi lebih dini lansia yang mengalami depresi sehingga bisa cepat di tangani dan

berharap dapat mengurangi angka kejadian depresi pada populasi lansia. salah satu instrumen yang dapat digunakan untuk mengukur fungsi mental pada lansia ialah kuesioner GDS (*Geriatric Depression Scale*).

Permasalahan lain yang dialami oleh lansia adalah terkait dengan status gizi mereka, di antaranya adalah malnutrisi. Malnutrisi atau kekurangan gizi merupakan suatu kondisi patologis yang disebabkan oleh kelebihan atau kekurangan zat gizi, yang dapat memengaruhi kesehatan lansia secara signifikan.<sup>25</sup> Menurut data Riskesdas 2018, terdapat masih banyak lansia di Indonesia yang menghadapi kendala dalam mencukupi kebutuhan gizi mereka. Terlihat bahwa ada persentase lansia yang mengalami kekurangan gizi, seperti pada kelompok usia 60-64 tahun mencapai 11,7%, dan pada kelompok usia 65 tahun ke atas mencapai 20,7%. Di samping itu, juga terdapat persentase lansia yang mengalami obesitas, seperti pada kelompok usia 60-64 tahun sebanyak 19,3%, dan pada kelompok usia 65 tahun ke atas sebanyak 11,9%.<sup>26</sup> Status gizi mengindikasikan kondisi tubuh yang dipengaruhi oleh asupan makanan dan nutrisi yang diterima.<sup>26</sup> Pentingnya memberikan perhatian khusus terhadap masalah gizi pada lansia disebabkan oleh dampaknya terhadap status kesehatan, penurunan kualitas hidup, dan tingkat mortalitas. Baik kekurangan maupun kelebihan gizi pada Lansia dapat memperburuk kondisi fungsional dan kesehatan fisik. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya menjaga status gizi yang normal pada lansia. *Mini Nutritional Assessment* (MNA) merupakan instrumen penilaian gizi yang dapat diandalkan dan teruji validitasnya dalam mengidentifikasi risiko kekurangan gizi atau malnutrisi pada orang lanjut usia.<sup>27</sup>

Berdasarkan hal diatas, mendorong penulis untuk melakukan penelitian terkait gambaran kondisi status fungsional, kognitif, mental, dan gizi pada lansia di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan. Diharapkan bahwa melalui penelitian yang dilakukan, kita akan memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif tentang kesehatan lansia yang ada di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dasar untuk mengembangkan program perawatan yang lebih efektif dan

komprehensif, serta memberikan rekomendasi kebijakan yang tepat dalam upaya meningkatkan kualitas hidup para lansia di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Setelah mengamati situasi yang ada, permasalahan dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran Status fungsional, status kognitif, status mental, dan status gizi pada lansia di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan pada tahun 2023?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui gambaran kondisi Status fungsional, kognitif, mental, dan gizi pada populasi lansia yang tinggal di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan pada tahun 2023.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui gambaran status fungsional pada Lansia di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan pada tahun 2023.
2. Untuk mengetahui gambaran status kognitif pada Lansia di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan pada tahun 2023.
3. Untuk mengetahui gambaran status mental pada Lansia di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan pada tahun 2023.
4. Untuk mengetahui gambaran status gizi pada Lansia di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan pada tahun 2023.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Peneliti**

1. Meningkatkan pengetahuan peneliti mengenai status fungsional, kognitif, mental dan gizi pada lansia.

2. Meningkatkan keterampilan dalam mengidentifikasi dan lebih memperhatikan status fungsional, kognitif, mental, dan gizi pada lansia sehingga mampu dalam mendeteksi dini gangguan-gangguan yang ada.

#### **1.4.2 Bagi Masyarakat**

1. Memberikan informasi mengenai pemahaman kondisi status fungsional, kognitif, mental, dan gizi pada lansia, sehingga masyarakat lebih peduli terhadap kesehatan lansia.
2. Menambah wawasan terhadap pemahaman mengenai kondisi kesehatan fungsional, kognitif, mental, dan gizi pada lansia.

#### **1.4.3 Bagi Institusi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia**

Memberikan informasi yang bernilai bagi sivitas akademik dan sebagai landasan bagi penelitian selanjutnya.

#### **1.4.4 Bagi Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan**

Memberikan informasi dari hasil penelitian, untuk menjadi data epidemiologi di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan dan menjadi bahan masukan untuk penanganan lebih lanjut dari kondisi lansia yang ada, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup para Lansia di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan.