

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia sebagai tahap akhir dari siklus kehidupan manusia, sering diwarnai kondisi hidup yang tidak sesuai dengan harapan. Banyak faktor yang menyebabkan seorang lansia mengalami gangguan mental seperti depresi. Saat ini, di seluruh dunia jumlah orang lanjut usia diperkirakan ada 500 juta dengan rata-rata usia 60 tahun dan diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 1,2 milyar.

Kementerian Kesehatan (Kemenkes) mengakui belum memiliki data yang memadai dan data terbaru tentang masalah kesehatan pada lanjut usia karena survei dan penelitian yang terkait dengan lanjut usia masih sangat terbatas. Umur Harapan Hidup (UHH) manusia Indonesia semakin meningkat pada Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) Kemenkes tahun 2014 diharapkan terjadi peningkatan UHH dari 70,6 tahun pada 2010 menjadi 72 tahun pada 2014 yang akan menyebabkan terjadinya perubahan struktur usia penduduk. Hasil Sensus Penduduk tahun 2000 jumlah lansia di Indonesia diproyeksikan sebesar 7,28% dan pada tahun 2020 menjadi sebesar 11,34%. Tahun 2010 menunjukkan bahwa Indonesia termasuk lima besar negara dengan jumlah penduduk lanjut usia terbanyak di dunia yakni mencapai 18,1 juta jiwa pada 2010 atau 9,6 persen dari jumlah penduduk menjadi dua kali lipat (36 juta) pada 2025. (Badan Pusat Statistik, 1992 dalam Maryam, 2012).

Menteri Sosial (Mensos) Salim Segaf Aljufri mengatakan, terdapat 13.104 jiwa lansia yang memperoleh pelayanan di tiga panti sosial tresna werdha (PSTW) milik pemerintah pusat. Sementara, 96 PSTW di bawah pengawasan pemerintah daerah (Pemda) dan 206 PSTW dikelola oleh masyarakat, dengan harapan hidup pada laki-laki 67 tahun dan pada perempuan 71 tahun (Menkokesra, 2013). Panti merupakan salah satu alternatif lanjut usia untuk mendapatkan perawatan dan pelayanan secara memadai. Hidup di panti bukan merupakan pilihan terbaik, bahkan sebaliknya menjadi pilihan pahit yang kadang menyedihkan. Umumnya lanjut usia seringkali menghayati penempatan mereka di panti sebagai bentuk pengasingan dan pemisahan dari perasaan kehangatan yang terdapat dalam keluarga (Depsos, 2006).

Nilai-nilai seperti anak harus berbakti pada kedua orang tua yang masih kuat mengakar pada masyarakat, menjadi beban tersendiri bagi lanjut usia untuk melepaskan ketergantungan dari anak-anaknya. Perasaan-perasaan negatif akan muncul dalam benak lansia, perasaan kecewa, tidak dihargai, sedih, dendam, marah dan sebagainya. Menerima kondisi hidup apa adanya merupakan obat penawar yang cukup efektif untuk jangka pendek, tetapi sikap sabar tidak dengan sendirinya atau secara otomatis akan menghilangkan perasaan-perasaan tersebut. Saat-saat tertentu perasaan-perasaan tersebut akan muncul dan menimbulkan depresi (Depsos, 2006).

Pengaturan hidup bagi usia lanjut merupakan satu faktor yang sangat penting dalam mendukung kesejahteraan usia lanjut. Perpindahan tempat tinggal bagi usia lanjut merupakan suatu pengalaman traumatik, karena pindah tempat

tinggal berarti akan merubah kebiasaan-kebiasaan yang selama ini dilakukan oleh usia lanjut yang dilakukan di lingkungannya.

Aktivitas Fisik dan Depresi Menurut Frank J. Bruno dalam Bukunya Mengatasi Depresi 1997 (dalam Syamsuddin, 2006), seseorang yang mengalami depresi perlu diberikan aktivitas fisik terutama olah-raga. Dua alasan penting mengapa aktivitas fisik perlu untuk penderita depresi. Aktivitas fisik meningkatkan kesadaran sistem syaraf pusat (otak). Denyut nadi meningkat dan lansia menjadi sadar. Berlawanan dengan penurunan kesadaran syaraf pusat akibat adanya depresi. Endorphin adalah molekul organik yang seperti halnya norepinephrine dan serotonin. Endorphin dianggap sebagai candu (opium) alami, berfungsi untuk meningkatkan proses biologis untuk mengatasi depresi. Perawat diharapkan bisa mengidentifikasi aktivitas yang disenangi oleh klien terindikasi depresi dan mendesainnya menjadi sebuah program yang berkelanjutan dan rutin, perawat dapat bekerjasama dan berkonsultasi dengan tenaga medis mengenai berbagai bentuk gerak yang efektif yang bisa menstimulus detak jantung (Syamsuddin, 2006).

Depresi dan lanjut usia sebagai tahap akhir siklus perkembangan manusia. Berbagai persoalan hidup yang mendera lanjut usia sepanjang hayatnya, seperti : kemiskinan, kegagalan yang beruntun, stress yang berkepanjangan, ataupun konflik dengan keluarga atau anak, atau kondisi lain seperti tidak memiliki keturunan yang bisa merawatnya dan lain sebagainya. Kondisi-kondisi hidup seperti ini dapat memicu terjadinya depresi. Tidak adanya

media bagi lanjut usia untuk mencurahkan segala perasaan dan kegundahannya merupakan kondisi yang akan mempertahankan depresinya, lansia akan terus menekan segala bentuk perasaan negatifnya kealam bawah sadar.

Depresi terus menjadi masalah kesehatan mental yang serius. Studi epidemiologi tentang depresi di antara lansia yang berada di komunitas melaporkan tingkat yang sangat bervariasi, 2-44% bergantung pada metode yang digunakan untuk mengevaluasi hal tersebut (misalnya keluhan sendiri atau skala dasar singkat versus evaluasi psikiatrik klinis mendalam). Studi yang menyatakan bahwa gejala-gejala penting dari depresi menyerang kira-kira 10-15% dari semua orang yang berusia 65 tahun. Gejala-gejala depresif sering berhubungan dengan penyesuaian yang terlambat terhadap kehilangan dalam hidup dan penyakit fisik (Stanley, 2007 halaman 367-368).

Angka depresi meningkat secara drastis diantara lansia sekitar 50-75% penghuni perawatan jangka panjang memiliki gejala depresi ringan sampai sedang. Depresi merupakan masalah kesehatan masyarakat yang signifikan, 80% penderita depresi dapat diobati dan kembali sehat (Stanley, 2007 halaman 368).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nailil, et al (2012) di Panti Werdha Pelkris Pengayoman Kota Semarang didapatkan hasil tingkat depresi lansia menunjukkan sebagian lansia mengalami depresi sedang sebesar 60%. Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan peneliti di Panti Werdha

Wisma Mulia Jakarta Barat melalui wawancara didapatkan ada beberapa lansia yang menunjukkan tanda-tanda mengalami depresi. Berdasarkan fenomena di atas, peneliti akan meneliti lebih dalam mengenai tingkat depresi pada lansia serta aktivitas kehidupan sehari-hari (*activity of daily living*) yang mempengaruhi depresi di Panti Werdha Wisma Mulia Jakarta Barat.

B. Rumusan Masalah

Depresi merupakan penyakit mental yang paling sering ditemukan pada lansia yang berusia di atas umur 65 tahun. Prevalensi depresi pada lansia semakin tinggi (Stanley, 2007 halaman 367). Dengan demikian, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada **“Hubungan aktivitas kehidupan sehari-hari (*activity of daily living*) dan tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Wisma Mulia Jakarta Barat”**.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan aktivitas kehidupan sehari-hari (*activity of daily living*) yang mempengaruhi tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Wisma Mulia Jakarta Barat.

2. Tujuan Khusus

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui informasi :

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden di Panti Werdha Wisma Mulia Jakarta Barat.
- b. Mengidentifikasi aktivitas lansia di Panti Werdha Wisma Mulia Jakarta Barat.

- c. Mengidentifikasi tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Wisma Mulia Jakarta Barat.
- d. Menganalisa hubungan aktivitas lansia dan tingkat depresi pada lansia di Panti Werdha Wisma Mulia Jakarta Barat.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Panti Werdha Wisma Mulia Jakarta Barat

Agar dapat menambah wawasan dan pengetahuan pada pengelola panti untuk mempersiapkan berbagai macam intervensi, hubungannya dalam pencegahan depresi pada lansia dengan tetap mempertahankan aktivitas lansia sehari-hari dan untuk bahan pertimbangan dalam memberikan tindakan dan pelayanan kesehatan yang lebih tepat pada lansia.

2. Bagi Masyarakat

Sebagai bahan masukan bagi masyarakat untuk memperhatikan kesehatan lansia dengan memanfaatkan sarana yang telah ada dan selalu memperhatikan kesehatan lansia terutama kesehatan jiwa lansia agar terhindar dari depresi.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat digunakan sebagai data dasar peneliti selanjutnya mengenai hubungan aktivitas kehidupan sehari-hari dan tingkat depresi pada lansia.

4. Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan

Penelitian ini menjadi data masukan dan sebagai sumber informasi bagi perawat dalam memberikan asuhan keperawatan gerontik pada lansia yang mengalami depresi.