

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pertumbuhan penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia terus meningkat secara signifikan, menjadi perhatian serius dalam bidang kesehatan dan kesejahteraan sosial. Berdasarkan laporan Badan Pusat Statistik (BPS, 2024), persentase lansia mencapai 11,75% dari total populasi, setara dengan 33,1 juta jiwa. Angka ini diproyeksikan akan mencapai 19,9% pada tahun 2045 yang akan menjadikan Indonesia sebagai negara dengan struktur penduduk tua (*ageing population*) (BPS, 2024). Fenomena ini menunjukkan perlunya berbagai pihak untuk memikirkan strategi peningkatan kualitas hidup lansia, mengingat kelompok usia ini rentan mengalami penurunan fungsi fisik, perubahan psikologis, serta keterbatasan sosial yang berdampak pada kesejahteraan secara menyeluruh.

Kualitas hidup menjadi salah satu indikator penting dalam menilai kesejahteraan lansia. Menurut WHOQOL (2012), kualitas hidup mencakup empat dimensi utama, yaitu fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Aspek fisik berhubungan dengan kemampuan beraktivitas dan kesehatan umum, sedangkan aspek psikologis berkaitan dengan kondisi emosi dan kemampuan berpikir. Dimensi hubungan sosial mencerminkan intensitas serta kualitas hubungan dengan orang lain, dan dimensi lingkungan mencakup rasa aman, akses terhadap pelayanan, dan kenyamanan tempat tinggal. Dalam konteks kehidupan lansia, keempat dimensi ini kerap mengalami penurunan akibat bertambahnya usia dan keterbatasan yang menyertainya (WHO, 2012).

Penelitian menunjukkan bahwa lansia yang memiliki kualitas hidup rendah cenderung mengalami depresi, perasaan kesepian, dan menarik diri dari lingkungan sosial. Studi Idaiani & Indrawati (2021) dengan data Riskesdas tahun 2019 juga melaporkan bahwa lansia dengan keterbatasan fungsional berisiko lebih tinggi mengalami depresi. Prevalensi umum berkisar antara 6–9%, dan meningkat hingga 30% jika ditemukan penyakit fisik atau keterbatasan mobilitas (Idaiani & Indrawati, 2021). Dalam kehidupan urban, seperti di Jakarta, banyak lansia tinggal sendiri atau

dengan pasangan tanpa didampingi anak, sehingga interaksi sosial menjadi terbatas. Mobilitas tinggi dan pola hidup individualistik di kota besar menurunkan intensitas hubungan antar anggota keluarga. Hal ini menempatkan lansia dalam posisi rentan secara psikologis maupun sosial, yang kemudian berdampak pada penurunan kualitas hidup secara keseluruhan.

Salah satu faktor penting yang berpengaruh terhadap kualitas hidup adalah dukungan sosial yang dipersepsi. Dukungan sosial yang dipersepsi mengacu pada persepsi individu terhadap sejauh mana mereka merasa didukung oleh orang lain, baik secara emosional, informatif, maupun instrumental (Nazari dkk., 2020). Studi oleh Setyowati dkk (2023) menyebutkan bahwa lansia yang merasa didukung oleh keluarga memiliki tingkat kualitas hidup yang lebih tinggi (Setyowati dkk., 2023). Hal serupa juga dikemukakan oleh Syaharuddin dkk. (2023) yang menemukan bahwa persepsi dukungan dari pasangan dan teman turut berperan dalam meningkatkan kepuasan hidup lansia, khususnya dalam menjaga kesehatan mental dan emosi positif (Syaharuddin dkk., 2023).

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan sosial yang dipersepsikan (*perceived social support*) memiliki pengaruh lebih besar terhadap kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan dukungan nyata yang diterima. Studi yang dilakukan Park dan Kang (2020) memperlihatkan, lansia yang mempersepsikan dukungan sosial dari keluarga dan teman menunjukkan tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup yang lebih tinggi, meskipun frekuensi interaksi tidak terlalu intens (Park & Kang, 2020). Artinya, bukan seberapa sering bantuan diberikan yang berdampak besar, melainkan seberapa besar individu merasa dihargai, diperhatikan, dan didukung oleh orang-orang terdekatnya.

Budaya kolektivistik yang masih kuat di Indonesia menjadikan keluarga sebagai tumpuan utama dukungan sosial bagi lansia. Namun, dinamika kehidupan modern menyebabkan lansia semakin jarang berinteraksi secara emosional dengan anggota keluarga. Studi oleh Masruroh & Rahma (2023) menunjukkan bahwa meskipun tinggal serumah, tidak semua lansia mendapatkan dukungan sosial yang bermakna karena kurangnya komunikasi dan empati dari keluarga muda. Sebaliknya, lansia yang aktif dalam komunitas sosial atau kegiatan keagamaan

justru merasakan dukungan emosional yang lebih tinggi (Masruroh & Rahma, 2023). Hal ini memperkuat argumen bahwa dukungan sosial bisa datang dari berbagai pihak, tidak terbatas pada anggota keluarga.

Dalam perspektif Islam, kualitas hidup tidak hanya dilihat pada materi, namun bagaimana seseorang menjalani hidupnya dengan penuh makna, bukan hanya untuk dirinya sendiri namun juga bermakna untuk orang lain (Wanasari, 2011). Sebagaimana firman Allah pada Q.S. An-Nahl: 97:

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنَّثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ٩٧

Artinya: “Siapa yang mengerjakan kebaikan, baik laki-laki maupun perempuan, sedangkan dia seorang mukmin, sungguh, Kami pasti akan berikan kepadanya kehidupan yang baik dan akan Kami beri balasan dengan pahala yang lebih baik daripada apa yang selalu mereka kerjakan.”

Dari ayat berikut, terlihat bagaimana terdapat korelasi antar amal soleh dengan kualitas hidup seseorang. Dukungan sosial memberikan rasa nyaman ketika seseorang menerima perhatian, penghargaan, atau bantuan dari individu lain maupun dari suatu kelompok kepada individu (Sarafino & Smith, 2014). Dalam tinjauan Islam, dukungan sosial merupakan kategori dari *hablu minannas* dan disebut dengan *ta'awun*. Ta'awun didefinisikan sebagai pembentukan kelompok untuk melakukan sesuatu demi kepentingan bersama tanpa memerlukan penyerahan dari pihak-pihak tertentu (Mu'jam, 1980). Islam menganjurkan kita untuk saling tolong menolong, sebagai mengingatkan bahwa manusia adalah makhluk sosial yang diciptakan Allah SWT yang hakikatnya tidak bisa hidup sendiri dan pasti akan memerlukan bantuan orang lain. Sebagaimana firman Allah SWT pada Q.S Al-Maidah: 2:

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا لَا تَحِلُّوْا شَعَابِرَ اللّٰهِ وَلَا الشَّهَرِ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدْيَ وَلَا الْقَلَآئِدَ وَلَا اٰمِيْنَ الْبَيْتِ الْحَرَامِ يَبْتَغُوْنَ فَضْلًا مِّنْ رَّبِّهِمْ وَرِضْوَانًا وَّاِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوْا وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاٰنُ قَوْمٍ اَنْ صَدُّوْكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ اَنْ تَعْتَدُوْا وَتَعَاوَنُوْا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوٰى وَلَا تَعَاوَنُوْا عَلَى الْاِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللّٰهَ اِنَّ اللّٰهَ شَدِيْدُ الْعِقَابِ ٢

Artinya : *“Wahai orang-orang yang beriman, janganlah kamu melanggar syiar-syiar (kesucian) Allah, jangan (melanggar kehormatan) bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) hadyu (hewan-hewan kurban) dan qalā'id (hewan-hewan kurban yang diberi tanda), dan jangan (pula mengganggu) para pengunjung Baitulharam sedangkan mereka mencari karunia dan rida Tuhannya! Apabila kamu telah bertahalul (menyelesaikan ihram), berburulah (jika mau). Janganlah sekali-kali kebencian(-mu) kepada suatu kaum, karena mereka menghalang-halangi-mu dari Masjidilharam, mendorongmu berbuat melampaui batas (kepada mereka). Tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah sangat berat siksaan-Nya.”*

Al-Maidah ayat 2 ini, menegaskan bahwa sikap tolong menolong merupakan fondasi dalam membangun kerukunan, karena hal tersebut mencerminkan perilaku yang memberi manfaat kepada orang lain, yaitu meringankan beban orang lain dengan suatu tindakan nyata (Nadirawati, 2022).

Haswita dkk. (2024) menemukan bahwa dukungan teman sebaya memiliki hubungan signifikan dengan kualitas hidup lansia yang tinggal di Panti Lansia Kecamatan Glenmore, Banyuwangi, namun tidak berhubungan dengan kesehatan fisik. Suprihatin dan Mona (2020) melakukan studi tentang dukungan keluarga dan kualitas hidup peserta posyandu lansia di Kecamatan Batu Aji, Kota Batam dan menemukan bahwa dukungan sosial dari keluarga berhubungan dengan kualitas hidup yang baik pada lansia. Kota Jakarta sebagai kota metropolitan dengan kepadatan penduduk serta mobilitas dan aktivitas warganya yang tinggi memiliki beberapa masalah kependudukan, antara lain dengan struktur penduduk yang menua. Pemukiman yang padat di Jakarta rentan membuat lansia mengalami resiko kesehatan akibat sanitasi dan higienitas lingkungan yang terbatas. Meskipun demikian, studi Aini, Hasanah dan Kabbaro (2024) di Kelurahan Kampung Rawa, Jakarta Pusat yang merupakan wilayah dengan kepadatan penduduk yang tinggi menunjukkan sebagian besar lansia melaporkan kualitas hidup yang sedang, terutama di kesehatan fisik dan psikologis. Walaupun sebagian kecil melaporkan kualitas hidup yang buruk, pemukiman yang padat memudahkan lansia terkoneksi dengan tetangga yang telah lama dikenal dan mendukung lansia untuk tetap beraktivitas dan berinteraksi sosial. Studi Prima dkk (2019) yang juga melakukan studi di wilayah padat penduduk di Jakarta tentang kualitas hidup lansia peserta

posyandu Lansia di Kelurahan Grogol Jakarta Barat memperlihatkan bahwa meskipun lansia melaporkan kesehatan fisik dan psikologis serta lingkungan sosial yang berkualitas, seluruh lansia yang berpartisipasi melaporkan interaksi sosial yang buruk (tidak berkualitas). Kondisi ini apabila tidak diintervensi menempatkan lansia beresiko mengalami kesepian. Selain menyediakan posyandu lansia di setiap kelurahan, pemerintah juga telah memiliki program Sekolah Lansia yang mendorong lansia untuk tetap aktif, memperoleh pengetahuan dari berbagai narasumber, mengembangkan keterampilan baru dan yang terpenting berinteraksi dengan teman-teman sebaya (a.l. Fitriani & Febrieta, 2024).

Studi yang telah dilakukan pada lansia banyak dilakukan pada Lansia yang menghuni panti werdha. Terdapat 1225 orang lansia yang tinggal di panti werdha di wilayah Jakarta dari 942.800 lansia di Jakarta pada tahun 2020. Angka ini mengindikasikan bahwa 99% lansia tinggal secara mandiri atau tinggal bersama keluarga yang rentan mengalami penurunan kualitas hidup. Sebagian studi pada lansia menggunakan instrumen WHOQOL-BREF bersifat deskriptif dan tidak menggunakan instrumen pengukuran psikologis yang baku seperti *Multidimensional perceived social support* (MPSS) untuk mengukur dukungan sosial yang dipersepsikan oleh lansia yang dapat bersumber pada keluarga, *significant others*, dan kawan. Padahal dengan kondisi fisik yang mulai menurun dan kemampuan finansial yang terbatas, lansia akan membutuhkan dukungan sosial untuk dapat merasa dihargai dan dipedulikan. Meskipun demikian tinggal bersama keluarga tidak menjamin lansia memperoleh perhatian dan dukungan yang dibutuhkan. Anggota keluarga yang sibuk beraktivitas di luar rumah untuk bekerja dan/ atau belajar meninggalkan lansia seorang diri di rumah untuk waktu yang lama. Dukungan sosial dapat diperoleh lansia di luar keluarga dengan mengikuti kegiatan-kegiatan komunitas yang memperluas jejaring sosial seperti pengajian atau senam bersama.

Penelitian ini dilakukan pada lansia sehat di Jakarta yang mengikuti kegiatan-kegiatan komunitas untuk melihat hubungan antara kualitas hidup dan dukungan sosial yang dipersepsikan. Hasil penelitian diharapkan dalam memberikan pengetahuan tentang dukungan sosial yang multidimensi dan kaitannya dengan

kualitas hidup lansia dan dapat menjadi masukan yang berharga dalam merancang intervensi untuk kelompok lansia agar tetap sehat, mandiri dan berdaya.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini menjadi penting dan relevan untuk dilakukan. Selain memberikan pemahaman lebih dalam tentang hubungan antara dimensi kualitas hidup dan dukungan sosial yang dipersepsi, hasil dari penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan intervensi sosial dan psikologis yang lebih kontekstual, sesuai dengan nilai-nilai budaya dan religius masyarakat Indonesia. Temuan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata bagi upaya peningkatan kualitas hidup lansia melalui pendekatan yang holistik dan humanistik.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini adalah adanya kebutuhan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dimensi-dimensi kualitas hidup dan dimensi-dimensi dukungan sosial yang dipersepsikan pada lansia yang berdomisili di wilayah Jakarta. Beberapa penelitian sebelumnya telah dilakukan namun pada lansia yang tinggal di panti werdha. Selain itu, pengukuran hanya dilakukan secara deskriptif, belum mengukur dukungan sosial yang dipersepsikan secara objektif dengan MPPS. Selain itu, penelitian ini juga ingin mengkaji bagaimana pandangan Islam terhadap kualitas hidup dan pentingnya dukungan sosial dalam kehidupan lansia. Penelitian ini secara khusus berfokus pada populasi lansia yang tinggal di wilayah DKI Jakarta sebagai konteks sosial dan budaya yang menjadi latar penelitian.

1.3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara dimensi-dimensi kualitas hidup dan dimensi-dimensi dukungan sosial yang dipersepsikan oleh lansia yang berdomisili di wilayah Jakarta. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengkaji pandangan Islam mengenai kualitas hidup serta

peran dukungan sosial dalam kehidupan lansia, guna memberikan pemahaman yang lebih kontekstual dan relevan dengan realitas kehidupan sosial lansia di Jakarta.

1.4. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis:

Penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi tentang-hubungan antara kualitas hidup dan persepsi dukungan sosial pada lansia.

2. Manfaat Praktis:

a) Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi masyarakat, khususnya keluarga dan komunitas, mengenai pentingnya menciptakan lingkungan yang suportif bagi lansia. Secara praktis, temuan ini dapat mendorong masyarakat untuk lebih aktif melakukan kunjungan rutin kepada lansia, membentuk kelompok dukungan sosial seperti komunitas lansia di lingkungan RT/RW, serta mengadakan kegiatan bersama seperti pengajian, senam lansia, atau arisan untuk meningkatkan interaksi sosial dan kesejahteraan psikologis lansia.

b) Pemerintah:

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan yang dapat digunakan dalam berbagai hal seperti pengembangan kebijakan, program dan/atau intervensi yang dirancang untuk meningkatkan kualitas hidup lansia.