# BAB 1

# PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Status ekonomi yang semakin meningkat, perbaikan lingkungan hidup, peningkatan pelayanan kesehatan, serta ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) yang semakin berkembang, mempengaruhi peningkatan usia harapan hidup di seluruh dunia termasuk Indonesia. Meningkatnya usia harapan hidup merupakan salah satu tolok ukur keberhasilan pembangunan nasional terutama di bidang kesehatan. Usia harapan hidup yang meningkat berdampak pada peningkatan jumlah lansia di seluruh dunia termasuk Indonesia (Hartono, 2017).

Hasil konferensi *United National World Assembly on Ageing* di Vienna tahun 1989 dan Bab I pasal 1 ayat (2) Undang-Undang No. 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, bahwa yang dimaksut lanjut usia adalah seseorang yang berusia lebih dari 60 tahun (Hartono, 2017)

Di Indonesia sendiri tidak sulit untuk menemukan lansia. Menurut Kemenkes RI dalam (Andesty & Syahrul, 2018) jumlah lansia di Indonesia berada pada posisi keempat setelah Cina, India, dan Jepang yaitu sebanyak 20,24 juta jiwa atau 8,03%. Selama hampir 5 dekade, jumlah penduduk lansia di Indonesia meningkat dari 4,5% pada tahun 1971 menjadi 10,7% pada tahun 2020. Diperkirakan jumlah lansia akan terus mengalami peningkatan hingga mencapai 19,9% pada tahun 2045. Di tahun 2021, ada 8 provinsi yang sudah memasuki struktur penduduk tua, yaitu jumlah penduduk lansia lebih besar dari 10%. Kedelapan provinsi tersebut adalah Yogyakarta (15,52%), Jawa Timur (13,53%),

Jawa Tengah (14,17%), Sulawesi Utara (12,74%), Bali (12,71%), Sulawesi Selatan (11,24%), Lampung (10,22%), dan Jawa Barat (10,18%) (BPS, 2021). Di Kabupaten Blitar jumlah lansia meningkat dari 13,41% pada tahun 2010 menjadi 14,44% di tahun 2020 (Direktorat Jenderal Kekayaan & Kementerian, 2021)

Menurut Salamah, 2005 dalam (Andesty & Syahrul, 2018) jumlah lansia yang semakin meningkat akan menyebabkan berbagai macam masalah yang akan dihadapi lansia, seperti kurang mendapatkan pendidikan, kesulitan memperoleh akses kesehatan, tidak ada jaminan hari tua, dukungan sosial dari keluarga dan teman semakin berkurang. Sehingga lansia akan mengalami masalah fisik maupun psikologis yang menyebabkan lansia terserang berbagai macam penyakit.

Masalah yang terjadi pada lansia akan memengaruhi tingkat status kesehatannya. Status kesehatan merupakan suatu keadaan sempurna baik mental, fisik, dan sosial yang tidak hanya bebas dari penyakit dan cacat. Status kesehatan masyarakat sangat penting dalam meningkatkan sumber daya manusia. Hal ini karena kesehatan merupakan hal yang sangat penting dalam menentukan keberlangsungan hidup (Rakasiwi, 2021). Sementara itu, menurut UU RI No. 36 Tahun 39 tentang kesehatan dijelaskan bahwa sehat adalah kondisi yang baik secara mental, fisik, sosial, maupun spiritual yang memungkinkan seseorang hidup produktif secara ekonomi dan sosial.

Untuk menghindari efek penuaan yang tidak diinginkan, gaya hidup sehat harus diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk mengatur pola makan, menjaga ketenangan pikiran, menerapkan kebiasaan baik dan menjaga kebersihan lingkungan.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: Penerapan gaya hidup sehat lansia penghuni panti di UPT PSTW Blitar di Tulungagung.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: Bagaimanakah gambaran Penerapan Gaya Hidup Sehat Lansia Penghuni Panti di UPT PSTW Blitar di Tulungagung?

## 1.3 Tujuan

Untuk mengetahui Penerapan Gaya Hidup Sehat Lansia Penghuni Panti di UPT PSTW Blitar di Tulungagung.

## 1.4 Manfaat

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi penelitian berikutnya yang memusatkan perhatian pada penerapan gaya hidup sehat lansia dengan berbagai permasalahan kesehatan.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi institusi kesehatan

   Sebagai bahan pertimbangan dalam penyusunan program sosialisasi Gerakan Masyarakar hidup sehat (Germas) dalam kelompok lansia.

2. Bagi panti sosial lansia

   Sebagai salah satu sumber informasi untuk penyusunan program kegiatan rutin yang mendukung peningkatan kesehatan dan pencegahan penyakit pada lansia.