BAB I

PENDAHULUAN

3.1 Latar Belakang

Proses menua atau menjadi tua merupakan proses yang terjadi secara alami dan berlanjut secara terus menerus. Proses menua umumnya dialami oleh semua makhluk hidup dan dimulai sejak mereka lahir. Menurut Affandi (2008), proses penurunan atau perubahan alami terhadap kondisi psikologis, fisik, dan sosial yang berhubungan satu sama lain dihadapi oleh semua manusia dinamakan proses menua atau dalam bahasa Inggris disebut dengan *aging*. Keadaan penurunan atau perubahan pada individu lanjut usia cenderung berpeluang menimbulkan masalah kesehatan, baik secara umum (fisik) maupun secara khusus (jiwa). Tahap lanjut usia merupakan tahap yang paling penting dalam proses menua. (Nugraha et al., 2021).

Pada tahun 2021, jumlah lanjut usia di Indonesia mencapai 29,3 juta orang atau sekitar 10,82 persen dari seluruh penduduk di Indonesia. Menurut Kemenkes (2017), Indonesia sudah memasuki fase struktur penduduk menua, hal tersebut ditandai dengan proporsi penduduk yang berusia lebih dari 60 tahun sudah melebihi 10 persen dari total penduduk di Indonesia (BPS, 2021).

Menurut *World Health Organisation* lanjut usia adalah individu yang telah berusia lebih dari 60 tahun. Lanjut usia merupakan tahapan akhir dari fase kehidupan yang dijalani oleh manusia (Nauli et al., 2014). Rindayati mengatakan (dalam Candrawati & Sukraandini, 2022), lanjut usia (lansia) adalah manusia yang berada pada tahap akhir dari rentang kehidupannya serta mengalami penurunan kemampuan tubuh baik secara fisik, mental, dan sosial.

Geriatric Mental Health Foundation menemukan bahwa lanjut usia memiliki masalah kesehatan paling utama yaitu kecemasan. Cemas atau *anxiety* adalah kekhawatiran atau ketakutan secara berulang yang menyebabkan timbulnya rasa takut serta hilang konsentrasi sehingga menimbulkan penurunan dalam aktivitas sehari-hari (Sonza et al., 2020). Kecemasan adalah kondisi emosi dimana hal tersebut ditandai dengan adanya pikiran cemas, perasaan tegang serta terdapat juga perubahan fisik misalnya gemetar, tekanan darah meningkat, dan nyeri kepala, hal tersebut dikemukakan oleh *American Psychological Association* (Rindayati et al., 2020).

Maryam menyebutkan (dalam Wati et al., 2017), kegiatan beraktivitas dapat terganggu jika perasaan cemas pada lansia terjadi secara terus menerus, karena perasaan cemas mempengaruhi status kesehatan baik secara fisik, mental, maupun emosional. Menurut Ekasari (2018), salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kemandirian dalam aktivitas sehari-hari pada lansia yaitu perasaan cemas (Sonza et al., 2020). Menurut Maryam, kemandirian adalah keadaan atau kemampuan seseorang dalam mengatasi kepentingan yang dimilikinya tidak bergantung terhadap bantuan orang lain. Pada hal ini, kemandirian pada lansia yang dimaksud diantaranya adalah kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari, misalnya: makan, pergi ke toilet, mandi berpindah dari satu tempat ke tempat lain, serta dapat mengontrol BAK atau BAB sendiri (Nauli et al., 2014).

Berdasarkan latar belakang di atas perlu dilakukan penelitian tentang hubungan antara tingkat kecemasan dengan tingkat kemandirian lansia dengan *literature review*.

3.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, dapat dituliskan rumusan masalah "Bagaimana hubungan antara tingkat kecemasan dengan tingkat kemandirian lansia?".

3.3 Tujuan Penelitian

Mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan tingkat kemandirian lansia.

3.4 Manfaat Penelitian

3.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan dan menyempurnakan ilmu keperawatan bidang gerontik yang telah ada serta menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.

3.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk pedoman bagi masyarakat atau pemerintah untuk meningkatkan kemandirian lansia melalui pengetahuan tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kemandirian pada lansia.