

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Indonesia adalah termasuk negara yang memasuki era penduduk berstruktur lanjut usia (*aging structured population*) karena dari tahun ke tahun, jumlah penduduk Indonesia yang berusia 60 tahun ke atas semakin meningkat. Berdasarkan data dari Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat Kedeputian I Bidang Kesejahteraan Sosial tahun 2008, jumlah penduduk lanjut usia pada tahun 1990 kurang lebih sebesar 6,29%, selanjutnya pada tahun 2000 sebesar 7,18% dan pada tahun 2006 sebesar 8,9%. Diperkirakan jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia tahun 2010 sebesar 23,9 juta (9,77%) dengan usia harapan hidupnya 67,4 tahun dan pada tahun 2020 diperkirakan sebesar 28,8 juta (11,34%) dengan usia harapan hidup 71,1 tahun (Kompas, 10 Juni 2009).

Lanjut usia di mulai ketika seseorang mulai memasuki usia 60 tahun. Lanjut usia merupakan tahap akhir siklus perkembangan manusia, masa dimana semua orang berharap akan menjalani hidup dengan tenang, damai, serta menikmati masa pensiun bersama anak dan cucu tercinta dengan penuh kasih sayang. Lansia adalah pria dan wanita yang telah mencapai usia 60 sampai 75 tahun (Santrock, 2002).

Orang yang berusia lanjut akan menjadi sangat rentan terhadap gangguan kesehatan, termasuk depresi yang disebabkan oleh stres dalam menghadapi perubahan-perubahan kehidupan yang berhubungan dengan apa yang disebut sebagai tahun emas. Perubahan kehidupan yang dimaksud antara lain adalah pensiun, penyakit atau ketidakmampuan fisik, penempatan dalam panti, kematian pasangan, dan kebutuhan untuk merawat pasangan yang kesehatannya menurun (Nevid dkk, 2005).

Menua atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Proses menua adalah proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Sebenarnya pada dasarnya secara individu pengaruh proses penuaan menimbulkan berbagai masalah baik dalam fisik, biologi, maupun status perkawinan. Usia lanjut adalah sesuatu yang harus diterima sebagai suatu kenyataan dan fenomena biologis. Lansia adalah suatu proses menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri dan mempertahankan struktur dan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan. Kehidupan itu akan diakhiri dengan proses penuaan yang berakhir dengan kematian (Hutapea, 2005).

Secara alamiah lansia itu mengalami kemunduran fisik, biologis maupun mentalnya. Lanjut usia bukanlah suatu penyakit, melainkan suatu masa atau tahap hidup manusia dari bayi, kanak-kanak, dewasa, tua, dan lanjut usia itu sendiri. Semua orang akan mengalami proses menjadi tua dan masa tua

merupakan masa hidup yang terakhir dimana pada masa ini seseorang akan mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial sedikit demi sedikit tidak dapat melakukan tugasnya sehari-hari sehingga bagi kebanyakan orang masa tua itu merupakan masa yang kurang menyenangkan (Nugroho, 2003).

Peningkatan usia harapan hidup tentunya mempunyai dampak lebih banyak terjadinya gangguan penyakit pada lansia. Empat gangguan mental yang sering ditemukan pada usia lanjut adalah depresi, insomnia, *anxietas*, dan delirium (Depkes, 2003). Tingginya angka lansia membutuhkan perhatian khusus, salah satunya adalah gejala depresi yang sering muncul pada lansia. Gejala depresi ini bisa mengakibatkan dapat memperpendek harapan hidup dengan memperburuk kemunduran fisik. Dampak terbesarnya sering terjadi penurunan kualitas hidup dan menghambat pemenuhan tugas-tugas perkembangan lansia (Stanley dkk, 2007).

Depresi merupakan problem kesehatan masyarakat yang cukup serius. *World Health Organization* (WHO), (2002) menyatakan bahwa depresi berada pada urutan ke empat penyakit di dunia. Sekitar 20 % wanita dan 12 % pria dalam suatu waktu kehidupannya pernah mengalami depresi. Depresi adalah kondisi umum yang terjadi pada lansia. Kondisi ini sering berhubungan dengan kondisi sosial, kejadian hidup seperti kehilangan orang yang dicintai, masuk rumah sakit, menderita sakit atau merasa ditolak oleh teman dan keluarganya serta masalah fisik yang dialaminya (Amir, 2005). Terjadinya depresi pada lansia dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti gangguan fisik, isolasi

sosial dan kesepian, sikap dari lanjut usia, penyangkalan, dan pengabaian terhadap proses penuaan normal, menjelaskan bahwa ketakutan akan kesepian merupakan gejala yang amat dominan terjadi pada orang dewasa hingga lanjut usia.

Menurut Nugroho, (2003), lanjut usia yang mengalami depresi dengan gejala umum yaitu kurang atau hilangnya perhatian diri, keluarga atau lingkungan. Dalam menghadapi permasalahan di atas beruntunglah lansia yang masih memiliki pasangan hidup, dan anggota keluarga seperti anak, cucu, cicit maupun sanak saudara yang lain yang masih memperhatikan, membantu dan peduli dengan permasalahan yang di hadapi lansia. Namun bagi lansia yang hidup sendiri, telah kehilangan pasangan, memiliki pasangan tapi tidak punya anak, berada jauh dari anak-anak (rantauan) akan membuat lansia merasa kesepian sendiri, tidak ada perhatian dari lingkungan.

Pergeseran fungsi keluarga yang terjadi dari waktu-kewaktu, keluarga mempertahankan peran yang lebih penting pada lansia (Stanley dkk, 2007). Kesepian merupakan perasaan dari dalam diri sendiri, seseorang dapat merasa kesepian ditengah keramaian, terutama karena kehilangan pasangan. Perasaan aman didapatkan dari pasangan, baik dalam menjalankan peran masing-masing maupun dalam menghadapi perasaan sehari-hari sehingga individu tidak merasa sendirian. Lansia yang menghadapi kematian antara suami atau istri, tidak lagi memiliki peran pasangan hidup akan berdampak negatif pada lansia. Tidak heran bahwa kematian antara pasangan hidup merupakan peristiwa yang

memiliki tingkat stress yang paling tinggi (Papalia dkk, 2009). Dalam jangka panjang stress yang dialami pasangan hidup yang ditinggalkan, berdampak depresi diikuti dengan penyakit fisik bahkan sampai kematian. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan atau keberadaan pasangan hidup adalah sesuatu yang membuat pengalaman yang menyenangkan berupa perasaan senang, damai, dan termasuk juga didalamnya kesejahteraan, kedamaian pikiran, kepuasan hidup serta tidak adanya perasaan tertekan. Semua kondisi ini adalah merupakan kondisi kebahagiaan yang dirasakan seorang individu.

Pengalaman akan kematian orang lain terutama orang terdekat atau keluarga maupun menimbulkan trauma dan akan mempengaruhi perspektif individu terhadap kematian. Individu sangat mengalami ketakutan terhadap kematian baik ketakutan dirinya yang akan mati maupun ketakutan akan kematian orang lain. Kematian pasangan hidup merupakan peristiwa yang paling mudah individu depresi karena merasa sedih, dan terasingkan. Kematian pasangan hidup merupakan urutan teratas menyebabkan stress dalam kehidupan karena adanya perasaan kehilangan terhadap orang yang diacintai yang telah hidup bersama selama bertahun-tahun (Santrock, 2002).

Bagaimanapun tua tetap sebagai bagian dari rentang kehidupan individu sehingga tidak mudahnya seperti masa-masa sebelumnya bahwa kesejahteraan juga menjadi impian bagi yang menjalani masa ini. Memasuki masa lansia yang bahagia identik dengan kesiapan untuk menerima segala perubahan dalam

aspek-aspek kehidupan. Pasangan hidup memiliki fungsi dalam keluarga dan lingkungan sosial, keberadaan pasang hidup sangat mempengaruhi semangat hidup dalam kehidupan seharian lansia, yang selalu menanyakan keadaan setiap saat, atau dapat juga dikatakan bahwa lansia yang memiliki pasangan hidup sejahtera mencapai kesejahteraan sosial. Kesejahteraan yang dicapai lansia dipengaruhi oleh kondisi keberadaan pasangan (Papalia dkk, 2009).

Menurut Amir (2005), banyak faktor-faktor yang bisa mempengaruhi terjadinya depresi pada lansia, faktor internal dan faktor eksternal. Dalam faktor internal terdiri dari biologis (usia, jenis kelamin, riwayat keluarga), fisik (riwayat penyakit yang pernah di derita), dan psikologis (kepribadian lansia). Faktor eksternal yaitu sosial, yang meliputi status perkawinan, pekerjaan, lama tinggal di panti, stresor sosial, dan dukungan sosial.

Menurut Nugroho (2003), lanjut usia yang mengalami depresi dengan gejala umum yaitu kurang atau hilangnya perhatian diri, keluarga atau lingkungan. Oleh karenanya, dalam menghadapi permasalahan di atas beruntunglah lansia yang masih memiliki keluarga. Keberadaan anggota keluarga seperti anak, cucu, cicit maupun sanaksaudara yang lain yang masih memperhatikan, membantu (*care*) dan peduli dengan permasalahan yang dihadapi lansia. Namun bagi lansia yang hidup sendiri, telah kehilangan pasangan, memiliki pasangan tapi tidak punya anak, berada jauh dari anak-anak (rantauan) akan membuat lansia merasa kesepian, sendiri, tidak ada perhatian dari lingkungan.

Sesuai seperti yang dikatakan oleh beberapa tokoh di atas, dan berdasarkan wawancara yang diadakan bahwa lansia yang tidak memiliki pasangan hidup lebih depresi. Hal ini bisa terlihat dari lansia yang bila menyatakan sejak ditinggalkan pasangan merasa kesepian, kehilangan semangat, merasa terhina dan bosan, menarik diri dari lingkungan, inisiatif berkurang, kurang merawat diri, kurang peduli dengan lingkungan. Sementara lansia yang memiliki pasangan hidup baik istri dan suami dapat mengurangi tingkat stress, dan kecemasan atau depresi karena masih ada hubungan antara suami dan istri yang terdapat keintiman, pertemanan, persahabatan, kasih sayang, dan pemenuhan seksual.

Hal ini juga bisa dilihat dari kutipan wawancara peneliti dengan salah seorang responden. Berikut ini adalah kutipan wawancara peneliti dengan salah seorang responden wanita lansia yang tidak memiliki pasangan hidup (kutipan langsung), tanggal 07 Maret 2015 10.00 WIB. Atas nama Ibu Ny, umur 64 tahun, dengan status tidak memiliki pasangan hidup.

Kesulitan apa yang Ibu alami atau rasakan selama Bapak tidak ada lagi? “Kesulitan yang Ibu alami selama Bapak tidak ada lagi, Ibu jadi sulit memulai kegiatan pagi karena tidak ada lagi yang diurus (tatapan kosong), sewaktu Bapak masih ada, Ibu buat sarapan pagi, kalau sekarang ini hidup sendiri jadi kaku dimulai dari kegiatan apa dan kemana, Ibu jadi sering lama-lama tidur (cemas), malas bangun pagi”. Apakah ibu senang bergabung dengan teman atau tetangga Ibu? “Duduk sendiri kadang lebih enak dibandingkan gabung dengan teman atau tetangga, (duduk dengan melentangkan kaki dan mengurut-urut tangan sebelah) kalau cucu tidak datang kerumah berhari-hari Ibu mau menangis merasa gelisah tidak menentu, dan membuat pikiran Ibu jadi kacau tidak tenang (Apakah aku ada berbuat salah?’, kenapa mereka menjauh?)”. Bagaimana hubungan Ibu dengan lingkungan? “Ibu



mengalami kemunduran dalam mengikuti kelompok-kelompok dilingkungan yang dulunya Ibu rajin tapi sejak Bapak tidak ada jadi berkurang, lebih banyak tidak mengikuti organisasi, karena umur juga yang sudah tua, tidak sanggup lagi mengikuti organisasi (muka nampak murung).

Berikut ini adalah kutipan wawancara peneliti dengan salah seorang responden wanita lansia yang memiliki pasangan hidup (kutipan langsung), tanggal 07 Maret 2015) 14.15 WIB. Atas nama Ibu Ny, umur 62 tahun, dengan status memiliki pasangan hidup.

Kebahagiaan yang bagaimana yang Ibu alami atau Ibu rasakan karena adanya Bapak? “Ibu dan Bapak sudah tua tapi masih hidup bahagia seperti suami dan istri lainnya, Ibu merasa bersyukur dibandingkan melihat orang lain yang status janda (berbicara dengan lancar, dan muka berseri-seri). Memang dalam keluarga itu pasti ada rasa kesal dan marah, tapi karena saling memperbaiki dan melengkapi semuanya masalah jadi kebahagiaan, saling mengingatkan makan yang teratur”. Kesulitan apa yang terjadi dalam perasaan Ibu? “Ibu merasa tidak ada (sambil mikir)”. Bagaimana hubungan Ibu dengan lingkungan? “hubungan Ibu maupun Bapak dengan tetangga dan lingkungan baik-baik aja, kalau ada undangan atau acara lainya selalu kami ikuti” (selalu menggerak-gerakkan tangan setiap berbicara).

Dukungan dari keluarga atau pasangan hidup dan lingkungan sangat membantu untuk mengurangi depresi pada lansia. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan peneliti, kondisi lansia di Kelurahan Sunggal, Kecamatan Medan Sunggal berbeda-beda ada yang sering terlihat murung dan bersedih, dan ada juga lansia yang selalu merasa bersalah dalam keluarga, manarik diri dari lingkungan, dan kaku dalam melakukan kegiatannya, dan ada yang merasa kesepian, dan tidak dipedulikan keluarga, dan ada yang terlihat sehat, dan senang melalui hari-hari yang dilalui.



Maka berdasarkan data dan fenomena diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui **“Perbedaan Tingkat Depresi pada Lansia yang Memiliki Pasangan Hidup dengan Lansia tidak Memiliki Pasangan Hidup di Kelurahan Sunggal, Kecamatan Medan Sunggal”**

## **B. Identifikasi Masalah**

Peluang mengalami gangguan depresi bagi orang berusia lanjut cukup tinggi, yaitu sekitar 13% dari populasi lanjut usia, dan 4% di antaranya bahkan menderita depresi mayor. Sejumlah faktor pencetus depresi pada lanjut usia, antara lain faktor biologis misalnya faktor genetik, perubahan struktural otak, dan kelemahan fisik. Sedangkan faktor psikologis pencetus depresi pada lanjut usia yaitu tipe kepribadian dan relasi interpersonal yang didalamnya termasuk dukungan sosial. Peristiwa kehidupan seperti berduka, kehilangan orang yang dicintai, kesulitan ekonomi dan perubahan situasi, stres kronis dan penggunaan obat-obatan tertentu juga turut sebagai pemicu depresi pada lanjut usia. Bahkan pada lanjut usia, depresi yang dialami justru seringkali disebabkan karena kurangnya perhatian dari pihak keluarga.

Depresi merupakan rasa sedih yang menetap lebih dari dua pekan dan mempengaruhi kehidupan sehari-hari. Yang terburuk, depresi dapat memicu seseorang melakukan bunuh diri. Sekitar satu juta orang di dunia bunuh diri setiap tahun dan separuhnya mengalami depresi, *World Health Organization*

(WHO), (2002) menyatakan bahwa depresi berada pada urutan ke empat penyakit di dunia.

### **C. Batasan Masalah**

Penelitian ini dibatasi oleh variabel tingkat depresi pada lansia yang memiliki pasangan hidup dengan lansia yang tidak memiliki pasangan hidup. Pemilihan lansia merupakan penelitian yang tepat dalam dalam penelitian ini karena lansia merupakan masa dimana tingkat depresi akan meningkat.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang penelitian di atas dan melihat bagitu pentingnya kesehatan bagi lanjut usia maka peneliti merumuskan masalah “Apakah ada perbedaan tingkat depresi pada lansia yang memiliki pasangan hidup dengan lansia yang tidak memiliki pasangan hidup di Kelurahan Sunggal, Kecamatan Medan Sunggal.

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat depresi pada lansia yang memiliki pasangan hidup dengan lansia yang tidak memiliki pasangan hidup di Kelurahan Sunggal, Kecamatan Medan Sunggal.

## **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang ingin dicapai dari penelitian yang dilaksanakan ini adalah:

### **a. Teoritis**

Penelitian ini dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dan dukungan pengetahuan khususnya psikologi perkembangan dalam materi penyakit mental pada lansia yaitu tingkat depresi

### **b. Praktis**

1. Penelitian ini menjadi data masukan dan sumber informasi bagi lansia yang tinggal bersama keluarga.
2. Penelitian ini dapat menjadi sarana untuk lansia supaya dapat mengungkapkan segala perasaan (*express feeling*) tentang berbagai macam masalah yang dialami.
3. Memberikan saran dan masukan bagi peneliti selanjutnya.