

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Proses penuaan dimulai setelah selesai pertumbuhan fisik pada usia sekitar 25 tahun. Ketika seseorang mencapai usia 45 atau 60 tahun, dikenal sebagai lansia. Proses penuaan ini mencakup berbagai perubahan fisiologis yang dapat dilihat dan tidak terlihat. Perubahan fisik yang terlihat mencakup keriput dan kehilangan elastisitas kulit, munculnya uban pada rambut, serta kerusakan gigi yang mengakibatkan gigi ompong. Di sisi lain, ada juga perubahan fisik yang tidak terlihat, seperti penglihatan dan pendengaran. Hal itu selaras Kelcher (dalam Rahmawati, 2023) yang mana ada mitos-mitos psikologi dan stereotip terkait dengan orang tua bahwa lansia kaku, pikun, mengalami kehilangan ingatan, memiliki keterampilan pemecahan masalah yang buruk, depresi, dan cenderung menjadi tergantung pada orang lain. Sementara itu, mitos sosial tentang orang tua mencakup persepsi cenderung terisolasi, kehilangan daya tarik, dan merasa terasing dari masyarakat.

Menurut Hurlock B (1980) menyatakan bahwa tugas-tugas perkembangan yang harus dihadapi lansia seperti : penyesuaian terhadap penurunan kemampuan fisik dan psikis, penyesuaian terhadap pensiun dan penurunan pendapatan, menemukan makna hidup, menyesuaikan diri dengan kematian pasangan, serta mampu beradaptasi dengan lingkungan sosial. Idealnya lansia dapat menyesuaikan diri dengan berbagai tantangan yang dihadapi dan menjalani kehidupan dengan rasa kebahagiaan dan seharusnya mendapat dukungan sosial yang kuat saat menghadapi fase penting dalam hidup yang penuh dengan perubahan, hidup bersama keluarga dan menikmati momen bersama orang-orang yang dicintai yang akan membawa kebahagiaan yang berarti. Tetapi pada realitanya lansia kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru, yang dapat menyebabkan perasaan terasing dan terisolasi, terkadang enggan untuk berbicara dengan orang lain, menghindari kegiatan sosial, dan lebih banyak menghabiskan waktu sendirian di kamar. Menurut

Istiqomah & Kurnia, (2023) kenyataan ini tentu saja tidak diharapkan oleh siapapun saat memasuki fase lanjut usia, namun jika hal-hal demikian terjadi selama tahap perkembangan manusia, itu akan memberikan dampak yang signifikan pada individu tersebut. Dampaknya adalah perubahan yang dialami oleh lansia dalam berbagai aspek, salah satunya aspek mental. Perubahan pada aspek mental misalnya menurunnya daya ingat, kesulitan dalam mempelajari hal baru, sulitnya menarik kesimpulan, berkurangnya kemampuan berpikir kreatif, dan pembatasan penggunaan kosa kata.

Masa lanjut usia dalam perkembangan manusia merupakan tahap ketika kekuatan fisik mulai menurun. Setelah melalui masa pertumbuhan dari bayi hingga dewasa dengan kondisi fisik yang optimal, individu memasuki fase penurunan yang menandai peralihan menjadi seorang kakek atau nenek (lansia). Hal ini tergambar dalam perjalanan hidup manusia, sebagaimana dijelaskan dalam Al-Qur'an surah Ghafir ayat 67:

هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ يُخْرِجُكُمْ طِفْلاً ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ ثُمَّ لَتَكُونُوا شُيُوخًا وَمِنْكُمْ مَنْ يُوَفِّي مِنْ قَبْلُ وَلِتَبْلُغُوا أَجَلاً مُّسَمًّى وَلَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ ﴿٦٧﴾

Artinya: "Dia-lah yang menciptakan kamu dari tanah kemudian dari setetes mani, sesudah itu dari segumpal darah, kemudian dilahirkannya kamu sebagai seorang anak, kemudian (kamu dibiarkan hidup) supaya kamu sampai kepada masa (dewasa), kemudian (dibiarkan kamu hidup lagi) sampai tua, diantara kamu ada yang diwafatkan sebelum itu. (kami perbuat demikian) supaya kamu sampai kepada ajal yang ditentukan dan supaya kamu memahami(nya)".

Berdasarkan ayat yang telah dijelaskan sebelumnya, terdapat beberapa hal penting yang perlu dikembangkan pada tahap ini, yaitu membentuk pandangan positif terhadap diri sendiri serta kemampuan untuk beradaptasi dengan berbagai perubahan dalam setiap fase kehidupan. Selain itu, kemampuan untuk menerima penurunan fungsi fisik juga menjadi kunci utama yang perlu dipahami. Namun, tidak jarang individu yang kesulitan beradaptasi mengalami penurunan dalam aspek sosial seperti merasa terisolasi yang tinggi pada lansia yang pada akhirnya dapat memengaruhi kualitas hidupnya.

Lansia yang mengalami isolasi diri cenderung mengalami penurunan fungsi tubuh dan kesehatan mental dengan lebih cepat. Selain itu, ketika

kondisi fisik semakin rentan, lanjut usia seringkali merasa kehilangan arti hidup dan merasa putus asa terhadap kehidupan yang dijalani. Hal ini menjadi indikasi rendahnya kualitas hidup bagi individu lanjut usia karena tidak mampu menikmati masa tuanya dengan baik. Dengan memiliki kualitas hidup yang baik, para lansia dapat mengembangkan kemampuan adaptasi terhadap segala tantangan dan rintangan yang datang, menjalani kehidupan dengan jiwa yang penuh kegembiraan, dan akhirnya meningkatkan keterlibatan sosial yang baik. Sementara kurangnya keterlibatan sosial dapat mengakibatkan isolasi dan penarikan diri dari lingkungan sekitar, yang pada akhirnya dapat menurunkan kualitas hidup. Hal tersebut menyatakan bahwa kualitas hidup yang baik akan berpengaruh terhadap cara pandang, sikap, dan perilaku lansia dalam menerima kenyataan hidup serta menikmati masa tuanya tanpa merasa tergantung pada orang lain hal ini selaras Oktowaty et al. (2018) menyebutkan bahwa kualitas hidup adalah seorang individu yang menilai terhadap posisinya dalam kehidupan yang mencakup sejauh mana kemampuannya untuk menjalani aktivitas sehari-hari, dengan melihat dari berbagai aspek seperti fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan.

Berdasarkan data Survei Sosial Ekonomi Nasional (Maret, 2022). Indonesia adalah salah satu negara yang mengalami penuaan penduduk, ditandai dengan peningkatan jumlah penduduk usia 60 tahun ke atas, atau yang sering disebut lansia, sekitar 10,48 persen dari total penduduk merupakan lansia. Dari jumlah tersebut, sebanyak 65,56 persen termasuk dalam kategori lansia muda (usia 60-69 tahun), 26,76 persen lansia madya (usia 70-79 tahun), dan 7,69 persen lansia tua yaitu (usia 80 tahun ke atas) pernyataan tersebut dipertegas oleh Poltak Andri, Sulistiyawati Rini (2022). Kecenderungan peningkatan jumlah lansia menjadi fenomena yang harus diterima dan membutuhkan perhatian serta penanganan yang memadai dari berbagai pihak. Penanganan ini diperlukan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia agar lebih bermartabat. Penanganan lansia adalah tanggung jawab bersama antara pemerintah dan masyarakat. Undang-undang nomor 13 tahun 1998 mengamanatkan bahwa keduanya berkewajiban memberikan pelayanan sosial

kepada lansia (Marudi et al., 2023). Bahwa pelayanan sosial bagi lansia perlu diarahkan untuk memberikan perlindungan baik dari aspek sosial, fisik, psikologis, dan ekonomi, serta memberikan kemudahan akses dari sudut pandang sosial, ekonomi, waktu, dan administrasi. Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut hadir menjadi salah satu panti sosial milik Pemerintah yang dibawah naungan Dinas Sosial Provinsi Jawa Barat, dan menjadi tempat untuk para lansia yang miskin atau terlanter yang menjadi salah satu wujud peningkatan kualitas hidup lansia beserta permasalahannya. Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut mengkategorikan lansia disini dengan kategori lansia mandiri, semi mandiri, dan *bedrest*.

Lansia kategori mandiri adalah lansia yang masih mampu melakukan aktivitas sehari-hari tanpa bantuan orang lain. Lansia semi mandiri adalah lansia yang masih mampu melakukan sebagian besar aktivitas sehari-hari, tetapi membutuhkan bantuan orang lain untuk beberapa aktivitas tertentu. Lansia *bedrest* adalah lansia yang tidak mampu melakukan aktivitas sehari-hari sama sekali dan membutuhkan bantuan orang lain untuk semua aktivitasnya, lansia ini biasanya memiliki kondisi kesehatan yang parah, seperti stroke, demensia, atau penyakit kronis lainnya hal ini sejalan dengan (Shienia & Herlambang, 2022). Adapun layanan yang diberikan di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut adalah memberikan perlindungan, perawatan serta pengembangan dan pemberdayaan lanjut usia.

Hasil penelitian dilakukan oleh Rohmah et al. (2017) dapat diketahui bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pada kualitas hidup lansia di masa tua yaitu: faktor fisik, faktor psikologis, faktor sosial, dan faktor lingkungan. Penyelesaian tugas-tugas ini secara sukses dapat berkontribusi pada kualitas hidup lansia yang lebih baik hal ini sejalan dengan pernyataan Maslow (dalam Kartikasari & Handayani, 2019), bahwa kesehatan yang optimal pada individu dapat tercapai saat kebutuhan dasarnya terpenuhi yang meliputi kebutuhan fisik, keamanan, kenyamanan, rasa cinta dan kasih sayang, harga diri, serta aktualisasi diri. Menurut data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2017, angka harapan hidup perempuan cenderung

lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki (Ralampi & Soetjiningsih, 2019). Bahwa jumlah populasi lansia perempuan yang lebih banyak daripada lansia laki-laki. Jika kondisi kesehatan, aktivitas, dan kemandirian lansia tetap terjaga dengan baik, hal ini akan memberikan rasa percaya diri dan meningkatkan harga diri.

Peneliti melakukan studi pendahuluan untuk memperoleh fenomena kualitas hidup pada lansia. Berdasarkan data yang didapat dan diberikan oleh pengurus panti, bahwasanya data lansia pada bulan Desember 2024 yaitu lansia kategori mandiri sebanyak 30 orang, semi mandiri 20 orang dan lanjut usia *bedrest* 34 orang, jadi total keseluruhan lansia yang berada di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut berjumlah 84 lansia. Hasil observasi dan wawancara dengan beberapa lansia yang berkategori mandiri, semi mandiri, dan *bedrest* di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut pada tanggal 13 Mei 2024 menyatakan bahwa lansia mengalami keterbatasan fisik, seperti kesulitan berjalan, makan, dan mandi yang berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia. Seiring bertambahnya usia penting bagi lansia untuk beradaptasi dengan situasi atau masa tua yang baru. Namun ada beberapa lansia yang tidak menerima dimasukkan ke Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut, dengan alasan lansia merasa jenuh, kesepian, dan tidak bisa melakukan aktivitas dengan bebas. Meskipun panti menyediakan program-program yang sesuai dengan kebutuhan lansia untuk menunjang kualitas hidupnya. Adapun beberapa lansia yang mengalami gangguan mental, seperti demensia, halusinasi dan depresi. Hal ini menyebabkan para lansia mengalami kebingungan, mudah lupa, dan merasa sedih atau putus asa hal ini selaras Erikson (dalam Faizah & Kamal, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada lansia yang berkategori mandiri, semi mandiri, dan *bedrest*. Peneliti mengidentifikasi 02 tema dan 08 sub tema mengenai dampak penerimaan diri terhadap kualitas hidup lansia berdasarkan tingkat kemandiriannya di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut, 02 tema tersebut adalah: (01) penerimaan diri dengan 04 sub tema, dan (02) kualitas hidup dengan 04 sub tema, selanjutnya peneliti akan membahas secara rinci dari masing-masing tema yang teridentifikasi diatas.

Hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap 02 partisipan yaitu lansia yang berkategori mandiri dan semi mandiri, dalam penelitian ini mengungkapkan penerimaan diri lansia berdasarkan tingkat kemandiriannya di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut yang membentuk 4 sub tema yaitu penerimaan terhadap perubahan fisik, intelektual, penerimaan keterbatasan diri dan penerimaan emosi. Sub tema penerimaan terhadap perubahan fisik pada lansia di penelitian muncul akibat adanya penurunan kemampuan fisik seperti kesulitan berjalan, melihat, dan mendengar. Selain itu juga terdapat perubahan penampilan seperti kerutan, rambut yang memutih, dan perubahan pada berat badan. Dapat dilihat dalam kutipan pernyataan partisipan berikut ini:

“Awalna mah hésé pisan, néng, waktu rambut geus memutih kabéh. Rasana siga ngingetan yén ayeuna geus kolot. Tapi ayeuna mah da geus narima. Ningali dina kaca téh ngingetkeun yén ieu mah bagian tina kahirupan.” (S1, b 31-45).

Artinya: “Awalnya sangat susah sekali néng, ketika warna rambut sudah memutih semua. Rasanya seperti mengingatkan bahwa sekarang itu sudah tua. Akan tetapi, sekarang sudah menerima. Melihat di cermin pun mengingatkan bahwa ini bagian dari kehidupan.”

Pernyataan partisipan diatas mengatakan bahwa dia awalnya tidak menerima dengan perubahan fisik yang terjadi. Akan tetapi seiring berjalannya waktu dia menerima dengan perubahan-perubahan tersebut dan mengatakan bahwa ketika dia melihat di cermin pun mengingatkan bahwa dirinya sudah bukan lagi orang yang memiliki penampilan fisik yang bagus seperti dulu.

Sub tema penerimaan pada konsep intelektual merujuk pada kemampuan dalam menyelesaikan masalah dan mengendalikan pikiran. Berikut kutipan partisipan:

Pertama, individu dalam kemampuan menyelesaikan masalah:

Abah biasana nyeleséikeun masalah ku sorangan, teu loba bantuan tinu séjén. sabab, lamun Abah ngabejaan masalah nu keur ku Abah di payunan, kadang Abah teu meunang solusi tapi malah jadi bingung.

Artinya: Abah biasanya menyelesaikan masalah sendiri, tanpa banyak bantuan dari orang lain. Sebab, saat Abah menceritakan masalah yang ada di pikiran, terkadang Abah tidak mendapatkan solusi, tetapi malah menjadi bingung.

Pernyataan partisipan diatas mengatakan bahwa individu mampu mengidentifikasi masalah yang terjadi di lingkungannya dan mencari solusi yang tepat.

Sub tema penerimaan pada keterbatasan diri yang mencakup pada penerimaan diri sendiri secara utuh seperti, menyadari akan keterbatasan dan kelemahan dari sudut pandang yang lebih positif. Berikut kutipan partisipan:

Oh muhun. Mémang rada hésé pikeun Emak ngalaksanakeun sagala kagiatan jeung rupa-rupa anu aya di panti. Tapi Emak sok ngusahakeun pikeun tetep mandiri sanajan kalayan bantuan maké alat kanggé leumpang.

Artinya: Ya. Memang agak sulit bagi Emak untuk melakukan semua kegiatan dan hal-hal yang ada di panti. Namun Emak selalu berusaha untuk tetap mandiri meskipun dengan bantuan alat bantu untuk berjalan.

Sub tema penerimaan yang melibatkan emosi yaitu individu dengan kontrol diri yang baik dengan tidak menunjukkan emosi secara berlebihan dan mampu mengendalikan diri dalam situasi yang sedang dihadapi. Berikut kutipan partisipan:

Biasana Emak sok ngalakukeu kagiatan ngaput karajinan. Salain ngahibur, kagiatan ieu ogé matak tiasa nenangkeun kana pikiran Emak. Nalika Emak sedih atanapi aya anu matak teu énak kana haté. Jadi ku Emak disibukeun kana éta kagiatan matak fokus pikiran Emak henteu jadi kamana-kamana. Salian ti tenang, Emak ogé ngarasa leuwih mangpaat sanajan geus teu ngora deui. Tingali karajinanana Emak, saé, leres teu?

Artinya: Biasanya Emak membuat kerajinan tangan. Selain menyenangkan, kegiatan ini juga bisa menenangkan pikiran Emak. Saat Emak sedang sedih atau ada hal yang membuat hati tidak enak. Jadi Emak ikut terlibat dalam kegiatan ini agar pikiran Emak tidak kemana-mana. Selain bisa tenang, Emak juga merasa lebih berguna meskipun usia Emak sudah tidak muda lagi. Lihat hasil kerajinan tangan Emak, cantik-cantik, kan?

Pernyataan partisipan diatas mengungkapkan bahwa individu menyadari emosi adalah hal yang wajar dan tidak perlu ditakuti. Kemudian individu juga menggunakan berbagai strategi untuk mengatasi emosi negatif itu dengan cara melakukan aktivitas yang menyenangkan.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap 02 partisipan yaitu lansia yang berkategori semi mandiri dan *bedrest*, di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut yang membentuk 04 sub tema dalam kualitas hidup lansia yaitu kesehatan fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan.

Sub tema pertama terkait dengan kesehatan fisik, partisipan yang mengatakan bahwa ia merasa kesulitan dalam melakukan berbagai aktivitasnya dikarenakan oleh beberapa bagian tubuh yang sakit, oleh sebab itu perlu bantuan orang lain untuk melakukan sebagian kegiatan atau aktivitas yang dijalani sehari-harinya. Dapat dilihat dalam kutipan partisipan berikut:

“Susah sekali sekarang mau melakukan kegiatan kaya seperti dulu itu, karena semua badan terasa sakit (menunjuk bagian tubuh yang sakit) jadi susah untuk melakukan kegiatan sehari-hari pun, dan harus di bantu ketika mau mengangkat barang ataupun berjalan yang jaraknya agak jauh.”(S3, b 21-55).

Sub tema yang kedua ialah dalam segi aspek psikologis yang meliputi perasaan yang dialami individu seperti kemampuan dalam berkonsentrasi. Berikut kutipan partisipan:

Aya pangaruhna néng, contona ku Emak ngadangukeun taushyiah, ingetan Emak jadi leuwih saé. Aya loba ayat Al-Qur'an anu jadi Emak hapal. Teras salian éta ogé, ku Emak sering ngadangukeun taushyiah, dina ustadz nyampékeun ayat-ayat Al-Qur'an ngajadikeun Emak kudu mikirkeun yén naon arti tina ayat anu di sampé keunteh. Tah ieu anu matak jadi bisa ngalatih otak Emak pikeun terus aktif.

Arinya: Ada efeknya néng, misalnya saat Emak mendengarkan taushyiah, daya ingatnya menjadi lebih baik. Banyak ayat Al-Quran yang dihafal. Kemudian selain itu, saat Emak sering mendengarkan taushyiah, saat ustadz membacakan ayat-ayat Al-Quran juga membuat Emak harus berpikir tentang apa makna ayat tersebut. Jadi hal inilah yang membuat otak Emak bisa terus aktif.

Pernyataan partisipan diatas mengungkapkan bahwa individu menyadari adanya perubahan dalam kemampuan konsentrasinya seiring bertambahnya usia.

Sub tema ketiga yaitu hubungan sosial yang partisipan hadapi saat ini tidak selalu baik akan tetapi, terkadang lansia mengalami juga hubungan sosial yang baik seperti kutipan partisipan berikut:

Leres néng, ku sabab aya sababaraha hiji anu ngahalangan Emak ngalakukeun dina kagiatan sosial di panti, jadi Emak kurang bisa ngiringan kagiatan bareng sareng anu séjéna. Kadang, ngarasa nalangsa ku sabab teu tiasa kawas batur. Saperti anu ayeuna ku Emak dirasakeun yén anu matak hésé kamana-mana téh nyaéta nyeri tuur, jadi teu tiasa leumpang jauh.

Artinya: Betul néng, karena ada beberapa hal yang membuat Emak tidak bisa mengikuti kegiatan sosial di panti, sehingga Emak kurang bisa

mengikuti kegiatan bersama orang lain. Kadang merasa sedih karena tidak bisa seperti yang lain. Misalnya, sekarang Emak merasa sulit pergi ke mana-mana karena nyeri di bagian lutut, sehingga tidak bisa berjalan jauh.

Sub tema yang keempat yaitu kondisi lingkungan. Berdasarkan pengakuan partisipan bahwa kondisi dan keamanan lingkungan di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut cukup bersih dan aman. Akan tetapi, terdapat beberapa kamar mandi yang masih kotor. Hal tersebut mengganggu area pernafasan partisipan. Berikut kutipan partisipan:

Lingkungan di dieu mah saé, bersih. Ngan nya kitu, Emak mah geus teu kuat mantuan ngarawat siga baheula deui, sanajan aya patugas nu mérésan. Ari kahoyong Emak mah bisa leuwih mantuan, ngarah lingkungan téh leuwih rapih gening henteu ngan saukur di beresihan ku patugas hungkul. Tapida kumaha deui néng, ieu awak téh tos sagala karaos nyeri. Sok nyareri, teras gampang capé ogé. Jadi teu bisa ngalakukeun loba kagiatan. Ngan mun Emak bisa mantuan mah meren pasti unggal poé natéh bisa leuwih rapih jadi ngarah merenah deui Emak cicing di dieu ogé.

Artinya: Lingkungan di sini bagus dan bersih. Akan tetapi, Emak tidak kuat untuk membantu merawat seperti dulu, meskipun sudah ada pekerja yang membersihkannya. Emak ingin sekali bisa membantu lebih banyak lagi, agar lingkungan disini lebih rapi dan tidak hanya dibersihkan oleh pekerja saja. Tapi mau bagaimana lagi, badan Emak sudah sakit-sakitan dan gampang mudah sekali lelah. Jadi saya tidak bisa melakukan banyak kegiatan. Kalau saja saya bisa membantu, saya pasti bisa menjaganya agar semakin rapi setiap hari sehingga saya semakin betah tinggal di sini juga.

Dalam penelitian ini beberapa partisipan diatas mengungkapkan bahwa hal-hal yang berpengaruh pada dampak penerimaan diri terhadap kualitas hidup lansia berdasarkan tingkat kemandiriannya yaitu menerima diri dengan berbagai perubahan yang terjadi seperti pada aspek fisik, psikis, sosial dan lingkungan.

Pada tahap perkembangan psikososial di usia lansia, memiliki karakteristik fase psikososial yaitu terjadi proses pertentangan antara integritas diri dan keputusasaan. Hasil penelitian Yaslina et al. (2021) mempertegas fenomena permasalahan integritas diri lansia dalam hal penerimaan diri, di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut pada fase ini lansia sering mengalami penyesuaian terhadap peran baru, seperti menghadapi kehidupan setelah

pensiun yaitu perubahan yang terjadi seringkali mengaitkan pada akhir dari proses produktifitas dan identitas peran diri pada masa kerja. Bahwa lansia yang telah pensiun sering mengalami kehilangan status teman, dan pendapatan, yang dapat membuat rentan terhadap stres dan ketergantungan pada orang lain. Perubahan-perubahan tersebut dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia secara signifikan. Hal ini selaras dengan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan pada pengurus Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut, bahwa lansia harus mendapatkan perhatian dan bantuan ekstra dari pengurus panti.

Hasil observasi awal terlihat bahwa berbagai fasilitas dan layanan kesehatan yang disediakan, serta kegiatan yang diadakan untuk membantu lansia tetap aktif dan sehat, seperti senam pagi, pemeriksaan kesehatan secara rutin, senam relaksasi, senam gembira dan senam sehat Indonesia. Di samping itu adapun kegiatan yang membantu lansia dalam meningkatkan kesehatan secara spiritual dan lahiriah diantaranya sholat berjamaah, dzikirillah, membaca surah-surah, sholawatan, belajar mengaji Al-Qur'an tartil, bimbingan tahsin Al-Qur'an, dan tausyah. Selain itu, ada juga program dan intervensi khusus yang disediakan Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut untuk menangani lansia dengan masalah kesehatan fisik dan mental yang meliputi bimbingan individu, bimbingan sosial, dinamika kelompok, kegiatan rekreasi dan edukasi.

Layanan bimbingan di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut yang dipaparkan diatas merupakan program yang menyiapkan aspek psikologi lansia untuk proses penerimaan diri mereka. Adaptasi penerimaan diri yang baik menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pada lansia. Menurut Hurlock (bidin A, 2017). Penerimaan diri adalah penghargaan terhadap diri sendiri, termasuk menerima kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki. Namun, ada beberapa lansia di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut yang menunjukkan perilaku dan sikap penerimaan diri yang kurang positif seperti, tidak siap dengan perubahan fisik, dan tidak bisa melakukan penyesuaian diri dengan baik. Perilaku dan sikap ini perlu segera ditangani dalam waktu yang sedini mungkin, semakin cepat lansia mendapatkan bantuan, maka semakin besar peluang untuk menjalani hidup yang lebih bahagia dan

lebih sehat. Lansia yang mengalami penerimaan diri yang rendah akan menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan seperti kesehatan mental, fisik, dan sosial. Disamping itu, lansia menunjukkan kondisi fisik yang lemah dan rentan terhadap penyakit. Hal ini dikarenakan faktor usia dan kurangnya aktifitas fisik.

Dari penjelasan yang telah dipaparkan di atas maka dapat ditarik kesimpulan apabila lansia yang memiliki penerimaan diri yang baik akan mendukung lansia dalam menjaga kondisi kualitas hidup yang baik. Ketika seseorang mencapai tingkat penerimaan diri yang baik dan optimal, hal ini akan berdampak positif pada peningkatan kualitas hidupnya secara keseluruhan. Selain itu, penerimaan diri juga merupakan salah satu faktor yang penting dalam menentukan kualitas hidup seseorang. Konsep kualitas hidup yang baik tercermin pada kehidupan lansia berkaitan dengan karakteristik dan nilai-nilai positif seperti kebahagiaan, kesuksesan, kesehatan, dan kepuasan. Keterlibatan dalam aktivitas spiritual dan sosial menjadi faktor bagi lansia dalam penerimaan diri dan harga diri yang tinggi (Rohmah et al., 2017). Oleh karena itu, bila nilai-nilai positif kurang dimiliki oleh lansia, dan rendahnya keterlibatan lansia pada aktivitas spiritual dan sosial akan berdampak pada penurunan kualitas hidup mereka.

Dilatarbelakangi dari asumsi dan permasalahan yang telah diuraikan sebelumnya, penelitian selanjutnya akan meneliti dan mengangkat suatu judul penelitian yaitu **“Dampak Penerimaan Diri Terhadap Kualitas Hidup Lansia Berdasarkan Tingkat Kemandiriannya di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut.”**

B. Perumusan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang muncul dapat diidentifikasi sebagai berikut :

- a) Adanya perilaku kualitas hidup lansia yang kurang positif seperti pada harga diri, spiritualitas, kemampuan berkonsentrasi dan daya ingat pada individu.

- b) Adanya tingkat kemandirian yang berbeda-beda sehingga mempengaruhi pada penerimaan diri dan kualitas hidup lansia.
- c) Ketidakmampuan lansia dalam penerimaan diri yang positif seperti pada fisik, intelektual, keterbatasan diri, dan emosi yang berdampak pada kualitas hidupnya.

2. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka diberikan batasan masalah yang akan dibahas agar permasalahan tetap fokus pada tujuan penelitian sehingga tidak meluas pada permasalahan yang lain. Adapun pembatasan masalah yang akan menjadi pokok permasalahan pada penelitian adalah sebagai berikut :

- 1) Dapat mengetahui perilaku yang mempengaruhi terhadap kualitas hidup lansia berdasarkan tingkat kemandiriannya di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut.
- 2) Upaya yang dilakukan oleh Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut dalam mencapai penerimaan diri yang positif.
- 3) Untuk mengetahui dampak penerimaan diri terhadap kualitas hidup lansia berdasarkan tingkat kemandiriannya di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut.

3. Pertanyaan Penelitian

- 1) Bagaimana gambaran penerimaan diri lansia berdasarkan tingkat kemandiriannya di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut?
- 2) Bagaimana gambaran kualitas hidup lansia berdasarkan tingkat kemandiriannya di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut?
- 3) Bagaimana dampak penerimaan diri terhadap kualitas hidup lansia berdasarkan tingkat kemandiriannya di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang sudah dikemukakan diatas maka tujuan dari penelitian ini sebagai berikut :

- 1) Dapat mengetahui gambaran penerimaan diri lansia berdasarkan tingkat kemandiriannya di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut.
- 2) Untuk mengetahui gambaran kualitas hidup lansia berdasarkan tingkat kemandiriannya di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut.
- 3) Untuk mengetahui dampak penerimaan diri terhadap kualitas hidup lansia berdasarkan tingkat kemandiriannya di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut.

D. Manfaat/Kegunaan Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk mendukung dan mengembangkan teori-teori tentang penuan, penerimaan diri, dan kualitas hidup lansia berdasarkan tingkat kemandiriannya di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

a. Bagi Pihak Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut

Penelitian ini diharapkan dapat membantu Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut untuk diterapkan dalam meningkatkan kualitas perawatan yang diberikan kepada lansia.

b. Bagi Perawat

Penelitian ini dapat membantu perawat untuk dapat diterapkan dalam proses pelayanan yang diberikan.

c. Bagi Peneliti

Dengan adanya penelitian ini, peneliti banyak mendapatkan ilmu mengenai dampak penerimaan diri terhadap kualitas hidup lansia berdasarkan tingkat kemandiriannya, dan membantu mengembangkan intervensi yang lebih efektif dalam meningkatkan penerimaan diri dan kualitas hidup lansia berdasarkan tingkat kemandiriannya di Satuan Pelayanan Griya Lansia Garut.