

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Lanjut usia merupakan tahap akhir siklus kehidupan. Lansia adalah kelompok orang yang sedang mengalami suatu proses perubahan yang bertahap dalam jangka waktu beberapa dekade. Keberadaan lanjut usia sering kali dipersepsikan negatif, dianggap beban keluarga dan masyarakat sekitarnya. Kenyataan ini mendorong berkembangnya anggapan bahwa menjadi tua identik dengan semakin banyaknya masalah yang dialami oleh lanjut usia. Masalah yang dihadapi oleh lanjut usia antara lain masalah kesehatan. Masalah ini dipengaruhi oleh penurunan fungsi berbagai organ tubuh pada lansia. Salah satu upaya untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia yaitu memelihara kondisi kesehatan dengan aktivitas fisik dan mental. (Kundari, D, 2019).

Aktivitas fisik merupakan komponen kunci dalam menjaga kesehatan dan kesejahteraan individu, terutama bagi lanjut usia. Berdasarkan rekomendasi dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), Aktivitas fisik yang rutin pada lansia sangat berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia itu sendiri, yang dimana aktivitas fisik sangat berperan penting untuk mengurangi resiko penyakit dan memelihara fungsi tubuh pada lansia. (*American College of Sports Medicine*, 2018). Begitupun dengan kualitas hidup pada lanjut usia mencakup berbagai aspek seperti kesehatan fisik, psikologi, sosial dan lingkungan. WHO mendefinisikan kualitas hidup sebagai persepsi individu tentang posisi hidupnya dalam konteks budaya dan sistem nilai yang berkaitan dengan tujuan, harapan, standar hidup, dan kekhawatiran. Kualitas hidup lansia dipengaruhi oleh kesehatan fisik dan mental mereka, dukungan sosial, serta kemampuan mereka untuk melakukan aktivitas sehari-hari dengan mandiri. (*WHOQOL Group*, 2019).

Menurut WHO di kawasan Asia Tenggara populasi lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan populasi lansia

meningkat 3 kali lipat dari tahun ini. Pada tahun 2000 jumlah lansia sekitar 5,300,000 (7,4%) dari total populasi, sedangkan pada tahun 2010 jumlah lansia 24,000,000 (9,77%) dari total populasi, dan tahun 2020 diperkirakan jumlah lansia mencapai 28,800,000 (11,34%) dari total populasi. Proporsi penduduk lanjut usia bertambah lebih cepat dibandingkan kelompok usia lain. Tahun 2021 jumlah penduduk dunia telah mencapai angka 7 miliar jiwa dan 1 miliar diantaranya adalah penduduk lanjut usia. Diperkirakan pada tahun 2050 penduduk lanjut usia mencapai 22% atau 2 miliar jiwa dimana populasi terbesar penduduk lansia sekitar 80% diperkirakan hidup di negara berkembang. Hasil Proyeksi Penduduk Indonesia tahun 2010-2035, jumlah penduduk lansia di Jawa Barat pada tahun 2017 sebanyak 4,16 juta jiwa atau sekitar 8,67 persen dari total penduduk Jawa Barat, yang terdiri dari sebanyak 2,02 juta jiwa (8.31 persen) lansia laki-laki dan sebanyak 2,14 juta jiwa (9,03 persen) lansia perempuan." (Utami et al., 2019).

Rasio angka penuaan tersebut diikuti dengan peningkatan jumlah dan persentase lansia yang masih aktif melakukan kegiatan aktivitas fisik atau bekerja setiap tahunnya, di tengah kondisi penduduk dunia yang kian menua lebih dari 51,04% penduduk lansia masih aktif bekerja terutama dalam bidang pertanian. Petani di Indonesia sebagian besar adalah petani yang umurnya tidak muda lagi yaitu 77% petani berusia lebih dari 60 tahun, lambat laun jumlah lansia yang masih aktif bekerja akan semakin bertambah dikarenakan kemampuan aktivitas fisik pada lansia sangat berpengaruh terhadap kualitas hidup, yang dimana aktivitas fisik juga sangat berperan penting untuk mengurangi resiko penyakit dan memelihara fungsi tubuh pada lansia. (Ariyanto et al., 2020).

World Health Organization (WHO)" sangat menekankan bahwa sangat penting sekali untuk menaikkan kegiatan fisik agar dapat mengangkat kualitas hidup yang baik pada lanjut usia. Secara keseluruhan, 27,5% orang dewasa berusia >50 tahun melaporkan tidak ada aktivitas fisik diluar pekerjaan selama sebulan terakhir, prevalensi tidak aktif secara signifikan meningkat dengan bertambahnya usia dengan jumlah 25,4% diantara orang dewasa

berusia 50-64 tahun, 26,9% diantara orang dewasa berusia 65-74 tahun, dan 35,3% diantara orang dewasa berusia  $\geq 75$  tahun *Centers of Disease Control and Prevention* (CDC), 2016).

Badan Pusat Statistik (BPS) menyampaikan, pada tahun 2020 data lansia yang bekerja sebagai petani di Jawa Barat mencapai jiwa atau sama seperti 88,05%, karena Jawa Barat merupakan salah satu provinsi di Indonesia dengan jumlah penduduk terbanyak. Dalam profil Kabupaten Majalengka terdapat 143.552 lansia masih aktif bekerja sebagai petani. Sumber pendapatan utama bagi sebagian besar masyarakat di Kabupaten Majalengka adalah bertani, yang dapat dilakukan di sawah milik sendiri, dengan sistem bagi hasil, atau dengan menyewakan lahan kepada orang lain dengan imbalan upah.

Kecamatan Kadipaten merupakan salah satu tempat yang sebagian besar penduduknya bermata pencaharian sebagai petani, Kadipaten terdiri dari beberapa desa dan salah satunya yaitu Desa Cipaku. Bertani adalah pekerjaan yang umumnya dilakukan di Desa Cipaku, bertani juga merupakan salah satu aktivitas dengan intensitas cukup pada lansia. Apabila lansia bertani sebagai mata pencaharian maka saat bertani umumnya menghabiskan 8 jam dalam 1 hari, apabila lansia bertani hanya sebagai pengisi waktu luang agar tetap melakukan aktivitas fisik umumnya hanya menghabiskan 4 jam dalam sehari. Masyarakat Cipaku seringkali menganggap bertani adalah bagian dari hidupnya, hingga lansia yang dulunya bekerja sebagai petani tetap melakukan aktivitas bertani di masa tuanya. Aktivitas fisik pada lansia yang rutin dapat menstimulasi fungsi kognitifnya. (Data Statistik Desa Cipaku).

Setelah dilakukan studi pendahuluan pada 10 lansia yang berprofesi sebagai petani di Desa Cipaku melalui wawancara mengenai aktivitas fisik diperoleh hasil 4 dari 10 lansia beraktivitas berat yang sehari-hari di sawah pagi dan sore hari, 4 dari 10 lansia beraktivitas sehari-hari mengurus rumah tangga dan cucu, serta 2 dari 10 lansia lainnya beraktivitas ringan/hanya duduk dan menonton tv.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Kualitas

Hidup Petani Lanjut Usia di Desa ”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan tingkat aktivitas fisik dengan kualitas hidup petani lanjut usia di Desa Cipaku Kecamatan Kadipaten Kabupaten Majalengka?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan tingkat aktivitas fisik dengan kualitas hidup petani lanjut usia di Desa Cipaku Kecamatan Kadipaten Kabupaten Majalengka.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1) Untuk mengetahui tingkat aktivitas fisik petani lanjut usia di Desa Cipaku Kecamatan Kadipaten Kabupaten Majalengka.
- 2) Untuk mengetahui kualitas hidup petani lanjut usia di Desa Cipaku Kecamatan Kadipaten Kabupaten Majalengka.
- 3) Untuk mengetahui hubungan tingkat aktivitas fisik dengan kualitas hidup petani lanjut usia di Desa Cipaku Kecamatan Kadipaten Kabupaten Majalengka.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini di harapkan memberikan bahan masukan dan referensi untuk menambah pengembangan ilmu keperawatan tentang keperawatan gerontik khususnya antara Hubungan tingkat aktivitas fisik dan kualitas hidup pada petani lanjut usia di Desa Cipaku Kecamatan Kadipaten Kabupaten Majalengka.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

a. Bagi Responden

Hasil dari laporan penelitian ini dapat menambahkan wawasan dan pengetahuan kepada lansia serta penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam bagaimana berpola aktivitas yang baik.

b. Bagi Institut teknologi dan Kesehatan Mahardika

Penelitian ini dapat dijadikan salah satu referensi untuk penelitian selanjutnya khususnya dalam bidang keperawatan gerontik mengenai Hubungan tingkat aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada petani lanjut usia di Desa Cipaku Kecamatan Kadipaten Kabupaten Majalengka.

c. Bagi Peneliti

Mendapatkan sebuah pengalaman baru, dan dapat mengembangkan keilmuan kesehatan tentang hubungan tingkat aktivitas fisik dengan kualitas hidup petani lanjut usia di Desa Cipaku Kecamatan Kadipaten Kabupaten Majalengka.

## 1.5 Keaslian Penelitian

Berikut ini adalah hasil dari beberapa penelitian yang relevan dengan topik hubungan tingkat aktivitas fisik dengan kualitas hidup lanjut usia petani di Desa Cipaku Kecamatan Kadipaten Kabupaten Majalengka :

1. Abdurrasyid. (2019). “Tingkat Aktivitas Fisik Menentukan Kualitas Hidup Lansia Diabetes Millitus”. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. jumlah sampel sebanyak 333 orang lansia di Kecamatan Kalideres Jakarta Barat. Instrumen yang digunakan adalah *International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)* untuk mengukur tingkat aktivitas fisik dan *Word Health Organization Quality of Life BREFF (WHOQoL-BREFF)* untuk mengukur kualitas hidup. Hasil uji ANOVA didapatkan tingkat aktivitas fisik berhubungan dengan tingkat kualitas hidup lansia diabetes melitus tipe 2 ( $p\ value < 0,05$ ). Perbedaan dalam penelitian ini terletak pada responden yang di teliti.
2. Dewi Syamsumin Kurnia. (2018). “Level Aktivitas Fisik dan KualitasHidup Warga lanjut usia “*Physical Activity Level and Quality of Life of The Elderly*”. Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah warga lansia di Kecamatan Bambanglipuro. Sampel penelitian berjumlah 123 subjek yang terpilih melalui teknik *consecutive* sampling. Instrumen penelitian Level aktivitas fisik subjek dalam 7 hari terakhir diukur dengan Kuesioner *IPAQ-short form*, kualitas hidup subjek diukur dengan Kuesioner SF-36. Hasil yang didapatkan terbukti bahwa level aktivitas fisik yang tinggi dan tidak adanya status hipertensi berhubungan dengan kualitas hidup yang baik dari lansia. Persamaan dalam penelitian ini terdapat pada *variable dependent* dan *variable independent*. Perbedaan dalam penelitian ini terdapat di lokasi penelitian. (Dewi, 2018).
3. Utari, A, dkk. (2021). ” Hubungan Aktivitas Fisik Pekerja Tani dengan Kejadian Osteoarthritis.”. Penelitian kuantitatif, desain penelitian ini menggunakan deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 113 responden pekerja tani. Hasil uji

statistik menunjukkan nilai  $p < \alpha$ . Hal ini dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima sehingga terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian osteoarthritis. Pemilihan sampel menggunakan Teknik *non probability sampling* berupa *accidental sampling*. Perbedaan penelitian saat ini dengan sebelumnya yaitu terletak pada lokasi penelitian sera responden yang diteliti. Adapun persamaannya yaitu terletak pada variabel *dependent* dan variabel *independent*.