

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tahapan terakhir dalam perjalanan kehidupan manusia adalah masa lansia. Di Indonesia sendiri yang dimaksud dengan lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas secara umum kondisi fisik seseorang yang sudah memasuki masa lansia mengalami penurunan berlipat ganda (Wibowo et al., 2025). Menurut Kemenkes, (2023) lanjut usia (lansia) adalah seorang laki-laki ataupun perempuan melebihi usia 60 tahun. Lansia terbagi dalam beberapa kategori usia, yaitu pra lansia (45-59 tahun), lansia muda (60-69 tahun), lansia madya (70-79 tahun), dan usia tua (>80 tahun).

Pada tahap lanjut usia mereka mengalami perubahan fisik dan psikologis yang sangat signifikan. Proses perkembangan fisik pada lansia ditandai dengan penurunan fungsi organ, penurunan massa otot, dan perubahan pada sistem kardiovaskuler dan metabolisme tubuh. Secara psikologis sendiri lansia sering menghadapi tantangan seperti kesepian, depresi dan penurunan fungsi kognitif (*World Health Organization*, 2016).

World Health Organization (WHO) memperkirakan jumlah lansia di dunia akan mencapai 1,2 miliar pada tahun 2025, yang akan terus meningkat menjadi 2 miliar pada tahun 2050. Di Indonesia sekitar 27,1 juta lansia atau hampir 10% dari total penduduk dan diperkirakan akan meningkat menjadi 33,7 juta orang (11,8%) pada tahun 2025. Pada tahun 2022 jumlah lansia mencapai 4,86 juta jiwa atau 13,07 persen dari seluruh penduduk Provinsi Jawa Tengah kemudian naik menjadi 5,07 juta jiwa atau sebesar 13,50 persen pada tahun 2023 (Badan Pusat Jawa Tengah, 2023). Dari keseluruhan penduduk di Kabupaten Klaten, jumlah lansia bertambah 8.683 jiwa menjadi 199.719 atau sebesar 15,65% (Badan Pusat Statistik Kabupaten Klaten, 2022). Desa Ngrundul memiliki penduduk sebanyak 3372 penduduk per tahun 2022 dengan jumlah lansia di sebanyak 559 lansia. Di Dukuh Ngrundul sendiri memiliki jumlah penduduk lansia 147 lansia per tahun 2025.

Menua (menjadi tua) adalah proses menghilangnya secara perlahan lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan atau penyakit yang di derita (Suriati et al., 2024). Selain itu, lansia juga lebih mudah mengalami penurunan fungsi fisik dan kognitif. Hal ini dapat berakibat pada penurunan kualitas hidup

lansia (Waluyo et al., 2024). Mengingat dampak dari perilaku pada status kesehatan cukup besar, itu adalah upaya yang diperlukan untuk perilaku yang tidak sehat menjadi sehat. Salah satunya adalah melalui Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (Ferbriyona et al., 2024).

Salah satu aspek penting untuk menjaga kesehatan pada lansia yaitu menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Namun, hal ini seringkali terabaikan penerapannya di kalangan lansia. Hal tersebut dapat disebabkan dari berbagai faktor termasuk dengan keterbatasan fisik, kurangnya pengetahuan, dan dukungan yang minim. Dalam penurunan PHBS ini dapat berdampak *negative* bagi kesehatan lansia yaitu meningkatkan resiko penyakit, dan menurunnya kualitas hidup pada lansia (KEMENKES RI, 2018).

PHBS terhadap lansia sangatlah penting, karena dapat membantu memperlambat proses penuaan dan dapat meningkatkan kesejahteraan pada lansia. Di Indonesia khususnya Provinsi Jawa Tengah, Kabupaten Klaten, menurut hasil survey yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa presentase rumah tangga yang melakukan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Kabupaten Klaten Tahun 2018 sebesar 89.7 %. Survey dilakukan dengan menggali sikap dan pengetahuan anggota rumah tangga terkait 16 indikator PHBS sebagai berikut : Persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan, Memberikan bayi ASI Eksklusif, Menimbang bayi dan balita, Menggunakan air bersih, Mencuci tangan dengan air bersih, Menggunakan jamban sehat, Memberantas jentik dirumah, Mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang, Melakukan aktifitas fisik setiap hari, Tidak merokok didalam rumah, Memeriksa kehamilan minimal 4 kali selama masa kehamilan, Membuang sampah pada tempatnya, Menggunakan lantai rumah kedap air, Menggosok gigi, Tidak menyalahgunakan miras dan narkoba, Kepersetiaan dalam JPK (Dinkes Kabupaten Klaten, 2018).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Rikesda), (2021) menjelaskan hasil analisis nasional menunjukkan 39.1% rumah tangga di Indonesia melakukan praktik PHBS. Terdapat lima indikator dengan proporsi rumah tangga yang mencapai nilai diatas 80% yaitu perilaku praktik persalinan dengan tenaga kesehatan 92.5%, memiliki sumber air bersih 86.8%, melakukan BAB di jamban 84.6%, mencegah jentik 81.9%, dan menimbang balita 79.8%. Tiga indikator yang masih rendah dan memerlukan strategi promosi kesehatan yaitu pemberian ASI eksklusif 42.4%, melakukan aktifitas fisik setiap hari 27.6%, dan mengonsumsi buah dan sayur setiap hari 1.4%. Di Indonesia, penduduk yang telah memenuhi kriteria ber-PHBS tertinggi ada 5 provinsi dan terendah ada 5 provinsi,

berdasarkan provinsi dengan kategori tertinggi yaitu Bali 59.2%, DKI Jakarta 55.2%, DI Yogyakarta 51.9%, Sulawesi Utara 48.1%, dan Kepulauan Riau 47.6%. Sedangkan provinsi dengan kategori terendah yaitu Papua 21.7%, Nusa Tenggara Timur 24.4%, Sumatera Barat 26.1%, Kalimantan Barat 26.3%, dan Aceh 26.9% (Kemenkes, 2021).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu faktor penting yang dapat memengaruhi kualitas hidup lansia. PHBS mencakup berbagai aspek, seperti : menjaga kebersihan diri dan lingkungan, mengonsumsi makanan bergizi seimbang, melakukan aktivitas fisik secara teratur, tidak merokok, memeriksa kesehatan secara berkala penerapan PHBS yang baik dapat membantu lansia untuk mencegah penyakit kronis, meningkatkan fungsi fisik dan kognitif, serta memperpanjang usia harapan hidup. Lansia juga harus aktif memeriksakan kesehatan secara mandiri agar terhindar dari penyakit jantung, hipertensi dan diabetes melitus. Meskipun PHBS memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup lansia, namun masih banyak lansia yang belum menerapkan PHBS dengan baik. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor, seperti: kurangnya edukasi tentang PHBS, rendahnya kesadaran lansia tentang pentingnya PHBS, Keterbatasan akses lansia terhadap layanan kesehatan dan kurangnya dukungan keluarga (Waluyo et al., 2024).

Dukungan keluarga dalam mendorong penerapan PHBS pada lansia dapat memberikan motivasi, informasi dan bantuan dalam menjalani gaya hidup pada lansia. penelitian menunjukkan bahwa dukungan emosional dan praktis dari keluarga dapat meningkatkan kepatuhan lansia terhadap perilaku hidup sehat. Keluarga yang aktif terlibat dalam perawatan pada lansia yang tidak hanya membantu dari aspek fisik tetapi juga memberikan dukungan psikologis yang sangat dibutuhkan oleh lansia (Solina et al., 2024).

Dukungan keluarga bagi lansia adalah bantuan atau dukungan yang diterima lansia dari individu dalam keluarganya, agar lansia dapat menikmati hari tuanya dengan kualitas yang baik dan sejahtera (Suriati et al., 2024). Dukungan juga merupakan sikap keluarga, tindakan, dan penerimaan anggotanya. Anggota keluarga melihat bahwa orang yang suportif selalu memberikan pertolongan dan dukungan saat dibutuhkan, sehingga anggota keluarga merasa ada yang merawatnya (Anastasia Maratning et al., 2024).

Keluarga merupakan *support system* terpenting bagi lansia untuk menjaga kesehatannya. Peran keluarga dalam perawatan lansia adalah merawat lansia, memelihara dan meningkatkan kondisi mentalnya, mendorong dan memfasilitasi kebutuhan spiritual lansia. Adanya dukungan keluarga memberikan kekuatan dan menciptakan suasana saling

memiliki antar anggota keluarga dalam memenuhi kebutuhan perkembangan keluarga (Anastasia Maratning et al., 2024). Keluarga memiliki beberapa bentuk dukungan yaitu dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan instrumental, dukungan penghargaan. Ini merupakan strategi preventif yang paling baik untuk meningkatkan dukungan keluarga yang adekuat dalam membantu anggota keluarga dalam mempertahankan kesehatan (Ferbriyona et al., 2024.)

Penelitian Ferbriyona et al., (2024) menjelaskan bahwa hasil penelitian antara dukungan keluarga dengan perilaku hidup bersih sehat diperoleh nilai $p = 0,000$ dan nilai korelasi $0,866$. Yang artinya terdapat hubungan korelasi sangat kuat antara dukungan keluarga dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada lansia di Desa Ollot satu Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Bolaang mongondow utara. Diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Maylianti et al., (2022) menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anggota keluarga di wilayah kerja Puskesmas Lembang pada masa pandemi COVID-19. Hasil uji statistik Chi square di peroleh nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 28 Agustus 2025 di Dukuh Ngrundul, didapatkan hasil jumlah lansia di sebanyak 147 lansia. Dari hasil wawancara dengan bidan desa dan dengan 10 lansia didapatkan hasil sebanyak 3 orang (30%) merokok, 1 orang (10%) BAB di sungai, 3 orang (30%) tidak olahraga setiap hari, 2 orang (20%) tidak mencuci tangan sebelum makan, dan 1 orang (10%) tidak menggosok gigi setiap hari, masalah kesehatan terutama pada lansia dengan perilaku yang kurang menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), seperti olahraga yang cukup dan teratur lansia jarang olahraga karena tidak ada keluarga yang menemani, mengonsumsi rokok terutama pada lansia laki-laki karena tidak mengetahui bahaya merokok, kurang konsumsi buah dan sayur karena keluarga jarang menyediakan, beberapa lansia tidak mencuci tangan sebelum makan karena keluarga tidak memberitahukan pentingnya cuci tangan. Selain wawancara dengan 10 lansia, peneliti juga melakukan wawancara terhadap keluarganya dan didapatkan hasil, keluarga masih kurang mendukung terhadap perilaku hidup bersih dan sehat karena keluarga memiliki kegiatan masing – masing seperti kesibukan sebagai PNS 20% responden , keluarga yang sibuk bertani 40% responden , dan melakukan pekerjaan lainnya 40% responden.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini “Bagaimana hubungan antara dukungan keluarga dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada lansia di Dukuh Ngrundul Desa Ngrundul”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 28 Agustus 2025 di Desa Ngrundul, diketahui bahwa Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) masih sering terlupakan di lingkungan rumah tangga baik mencuci tangan sebelum makan, membersihkan lingkungan sekitar tempat tinggal, makan buah dan sayur, dari hasil wawancara dengan 10 lansia dan bidan desa, diperoleh informasi bahwa sekitar 30% lansia tidak menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kondisi ini berpotensi dapat meningkatkan resiko terjadinya berbagai masalah kesehatan seperti penyakit menular, penyakit degenerative, hingga menyebabkan penurunan kualitas hidup pada lansia.

PHBS yang baik dapat membantu lansia untuk mencegah penyakit kronis, meningkatkan fungsi fisik dan kognitif, serta memperpanjang usia harapan hidup. Lansia juga harus aktif memeriksakan kesehatan secara mandiri agar terhindar dari penyakit jantung, hipertensi dan diabetes melitus. Dalam penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat diperlukan dukungan keluarga. Dukungan keluarga bagi lansia adalah bantuan atau dukungan yang diterima lansia dari individu dalam keluarganya, agar lansia dapat menikmati hari tuanya dengan kualitas yang baik dan Sejahtera.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini “Bagaimana hubungan antara dukungan keluarga dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada lansia di Dukuh Ngrundul Desa Ngrundul”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada lansia di Dukuh Ngrundul Desa Ngrundul

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan data karakteristik responden pada lansia di Dukuh Ngrundul Desa Ngrundul meliputi inisial nama, usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, status tinggal bersama.

- b. Mendeskripsikan dukungan keluarga pada lansia di Dukuh Ngrundul Desa Ngrundul
- c. Mendeskripsikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada lansia di Dukuh Ngrundul Desa Ngrundul
- d. Menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada lansia di Dukuh Ngrundul Desa Ngrundul

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat memberikan teori tambahan terkait dengan hubungan dukungan keluarga dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada lansia di Dukuh Ngrundul Desa Ngrundul. Penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi tambahan untuk menambah bahan perpustakaan bagi Institusi Pendidikan.

2. Praktis

a. Bagi Lansia

Penelitian ini diharapkan dapat mengurangi masalah kesehatan dengan memberi edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada lansia.

b. Bagi Keluarga

Diharapkan keluarga dapat meningkatkan kesadaran serta memberikan pemahaman dan dapat mendorong tentang pentingnya peran keluarga dalam mendukung Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada lansia.

c. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai alat edukasi secara kontinu dan terprogram untuk mengatasi masalah kesehatan yang dikarenakan kurangnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada lansia.

d. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan untuk memberikan edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada lansia.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan oleh peneliti selanjutnya sebagai data dasar dalam penelitian yang akan dilakukan selanjutnya terkait hubungan dukungan keluarga dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada lansia di Dukuh Ngrundul Desa Ngrundul.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

Judul	Peneliti	Variabel	Jenis penelitian	Teknik sampling	Analisis	Alat	Hasil	Perbedaan peneliti sekarang
Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Personal Hygiene Pada Lansia Kelurahan Bitowa Kecamatan Manggala	(Suriati et al., 2024).	Variabel independen : dukungan keluarga Variabel dependen : perilaku personal hygiene	Survei analitik <i>Cross sectional study</i>	Lansia <i>Purposive sampling</i>	<i>Spearman RHO</i>	Kuesioner karakteristik lansia, kuisisioner dukungan keluarga, dan kuisisioner perilaku <i>personal hygiene</i>	Hasil uji statistik <i>spearman rho</i> $p=0,000 (<0,05)$ maka dapat dinyatakan Ha diterima yang berarti terdapat hubungan yang kuat signifikan antara variabel dukungan keluarga dengan perilaku personal hygiene.	Perbedaan terletak pada variabel penelitian, metode, teknik sampling dan analisis data. Variabel independent : dukungan keluarga Variabel dependent : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Metode : lansia Teknik sampling : <i>Purposive Sampling</i>
Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Perempuan Lansia di Wilayah Pesisir Puskesmas Tongas	(Agustina & Handarisasi, 2023).	Variabel independen : dukungan keluarga dan peran tenaga kesehatan Variabel dependen : Kualitas Hidup	Observasional <i>Cross sectional</i>	<i>Proporionate stratified random sampling</i>	<i>Bivariate chi square</i>	Kuesioner	Hasil penelitian antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup diperoleh nilai $P (0,000)$ atau $<\alpha (0,05)$ bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga kualitas hidup perempuan	Perbedaan terletak pada variabel penelitian dan analisis data. Variabel independent : dukungan keluarga Variabel dependent : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Populasi : lansia Analisis data : <i>Spearman</i>

							lansia di RHO Wilayah Pesisir Puskesmas Tongas	
Hubungan Pengetahuan Ibu Rumah Tangga Dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Di Puskesmas Hikun (ditinjau dari Pemberian Asi Eksklusif)	(Herawati et al., 2024.)	Variabel independen : pengetahuan ibu rumah tangga Variabel dependen : perilaku PHBS	Kuantitatif analitik <i>Cross sectional</i>	<i>Purposive sampling</i>	<i>Chi square</i>	Kuesioner	Hasil penelitian diperoleh nilai p=0,001 sehingga Ha diterima, artinya ada hubungan pengetahuan ibu rumah tangga dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (PHBS) ditinjau dari pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Hikun.	Perbedaan terletak pada variabel penelitian, teknik sampling dan analisis data. Variabel independent : dukungan keluarga Variabel dependent : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Analisis data : analisis bivariat dengan uji korelasi <i>spearman rho</i> Teknik sampling : <i>Proportionate stratified random sampling</i>