

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kecemasan pada lansia merupakan hal yang paling sering kita jumpai di lingkungan kita. Sebagian besar lansia mengalami kecemasan seiring dengan bertambahnya usia. Lansia pada periode awal, adalah masa-masa kecemasan yang paling tinggi. Dimana pada kondisi era digital dengan tuntutan ekonomi yang semakin tinggi banyak lansia yang kurang diperhatikan oleh keluarganya karena sibuk dengan pekerjaan khususnya didaerah perkotaan. Lansia masa degenerasi biologis yang disertai dengan berbagai penderitaan seperti beberapa penyakit dan keudzuran serta kesadaran bahwa setiap orang akan mati, maka kecemasan menjadi masalah psikologis yang penting pada lansia (Kholifah, 2016).

Dalam kehidup sehari hari lansia mempunyai waktu yang banyak untuk melakukan aktifitas pribadinya seperti mendekati diri kepada sang pencipta dengan aktivitas spiritual. Dalam penelitian Hawari (2011) mengatakan bahwa lansia tidak melakukan aktivitas spiritual/ tidak religious memiliki resiko bunuh diri 4 kali lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang selalu aktif dalam menjalankan ibadah/aktivias spiritual.

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 polulasi, 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. Badan Pusat Statistik 2015 menjelaskan, ada tiga provinsi dengan persentase lansia terbesar yaitu pada Daerah Istimewa Yogyakarta (13,46%), Jawa Tengah (11,67%) dan Jawa Timur (11,46%). Di provinsi Jawa Timur lansia usia 60-64 tahun berjumlah 1.582.165 jiwa dan usia 65 tahun ke atas sebanyak 2.901.231 jiwa. Pada tahun 2015, jumlah penduduk lansia di kota Surabaya didapatkan sebanyak 187.995 jiwa (Badan Pusat Statistik Kota Surabaya, 2014)

Dengan peningkatan jumlah individu lansia, kecemasan merupakan masalah yang terjadi sepanjang rentang kehidupan manusia. Pada hasil studi Heningsih 2014 mengenai gambaran tingkat ansietas pada 52 lansia di Panti Werdha Darma bakti Kasih Surakarta, didapatkan 15,4% tidak mengalami kecemasan, 36,5% kecemasan ringan, 42,3% kecemasan sedang, dan 5,8% kecemasan berat. Berdasarkan data yang didapatkan peneliti saat pengambilan data awal pada tanggal 03 Desember 2019 di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya, petugas panti menjelaskan ada 58,8% dari 69 total lansia yang tinggal di panti, mengalami tanda-tanda kecemasan seperti gelisah, khawatir, mudah marah dan bingung. Dari 10 orang lansia didapatkan 40% dengan kecemasan ringan, 40% lansia dengan kecemasan sedang, dan 20% lansia dengan kecemasan berat.

Masyarakat sering kali mengabaikan kecemasan pada lansia, hal tersebut dianggap normal bukan sesuatu yang harus ditangani. Dengan peningkatan jumlah individu lansia, kecemasan merupakan masalah yang terjadi sepanjang rentang kehidupan manusia. Lansia yang mengalami cemas

memiliki tanda gejala yaitu susah tidur, mudah tersinggung, khawatir dengan kesehatannya, dan salah satunya adalah takut akan kematian. Mereka selalu mempunyai kecemasan terhadap kematian, yaitu bahwa kematian adalah sebagai akhir dari kehidupan mereka. Hal tersebut bila terus menerus dibiarkan menyebabkan lansia menjadi ketakutan, gelisah, merasa tidak aman, keluar keringat dingin, khawatir, gemetar, hilangnya nafsu makan, dan denyut jantung tidak beraturan. Ini merupakan sesuatu yang tidak diharapkan oleh kebanyakan lansia. Selain itu faktor yang dapat menyebabkan kecemasan antara lain jenis kelamin, usia, pengalaman hidup, penyakit kronis dan gangguan fungsional, relokasi di panti, dan kunjungan keluarga (Heningsih, 2014)

Untuk mengatasi masalah kecemasan, perawat harus menjadi figur sentral, karena dengan pemahaman dan pengetahuannya perawat dapat membantu memelihara rasa aman yang mendasar, dan dapat memberikan informasi bagaimana menghadapi atau mengatasi kecemasan yang dialami. Ada beberapa hal untuk mengurangi tingkat kecemasan pada lansia selain terapi farmakologi bisa dengan meningkatkan tingkat spiritual dalam menjalankan kehidupan sehari - hari, seperti mendekatkan diri kepada Allah SWT sehingga mampu membuat setiap individu menjadi tenang dan aman. Dari hasil studi data awal didapatkan banyak lansia yang tidak melakukan kegiatan spiritual seperti : Sholat, Dzikir, Berdoa dan membaca kitab suci Al Qur'an dari hal tersebut keluarga merupakan salah satu faktor yang mengakibatkan lansia tidak melakukan kegiatan spiritual. keluarga merupakan lingkungan terdekat dan dunia pertama dimana individu mempunyai pandangan, pengalaman terhadap

dunia yang diwarnai oleh pengalaman dengan keluarganya (Bruner & Suddarth, 2006)

Menurut hasil penelitian Sudarso tahun 2015 mengatakan bahwa gerakan sholat yang diterapkan dengan durasi 15 menit selama 5 kali dalam 24 jam mampu menurunkan tingkat kecemasan pada lansia dari cemas berat menjadi cemas ringan. Zikir dan berdoa merupakan suatu perbuatan menyebut, mengingat dan mengerti, dalam bentuk ucapan baik lisan maupun hati atau anggota badan yang mengandung arti rasa syukur dan do'a dengan cara-cara yang diajarkan oleh Allah dan Rasul-Nya, bertujuan untuk memperoleh ketentraman batin atau mendekatkan diri (taqarrub) kepada Allah dan agar memperoleh keselamatan serta terhindar dari siksa Allah. Zikir dapat membuat hati menjadi tenteram, sehingga dapat mengatasi kecemasan yang dialami. Melalui metode psikologis, yang bertujuan untuk membantu individu dalam mengatasi gangguan emosional yang dimiliki dengan cara memodifikasi perilaku, pikiran dan emosi, sehingga individu tersebut mampu mengembangkan diri dalam mengatasi psikis (Wulur, 2015).

Dengan melihat uraian tersebut, maka penulis tertarik untuk meneliti tentang Hubungan Aktifitas Spirirual dengan Tingkat Kecemasan pada Lansia di Panti Werdha Hargodedali Surabaya.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana hubungan aktifitas spirirual dengan tingkat kecemasan pada lansia di panti werdha hargodedali Surabaya ?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan aktifitas spiritual dengan tingkat kecemasan pada lansia di panti werdha hargodedali Surabaya.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1) Mengidentifikasi aktifitas spiritual pada lansia di panti werdha hargodedali surabaya.
- 2) Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada lansia dipanti werdha hargodedali surabaya.
- 3) Menganalisa hubungan aktifitas spiritual dengan tingkat kecemasan pada lansia di panti werdha hargodedali surabaya.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan gerontik khususnya bidang mengenai aktifitas spiritual dengan tingkat kecemasan pada lansia.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Manfaat bagi Lansia dan Keluarga

Penelitian ini diharapkan dapat membantu lansia dalam meningkatkan aktivitas spiritual dan menurunkan kecemasan yang dialami, keluarga dapat memberikan dorongan dalam aktifitas spiritual.

## 2. Manfaat bagi Panti

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan untuk penjaga panti melihat tingkat kecemasan yang terjadi pada lansia dan dapat meningkatkan aktifitas spiritual yang ada di Panti.

## 3. Manfaat bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi salah satu referensi dalam perencanaan program kesehatan dalam upaya peningkatan aktifitas spiritualitas lansia di Panti Werdha Hargodedali Surabaya.

## 4. Manfaat bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi pengetahuan dan wawasan yang lebih luas khususnya tentang hubungan aktifitas spiritual dengan kecemasan pada lansia.

