

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Menurut *World Health Organization* (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%). Total populasi tahun 2016 Indonesia 22,6 juta lansia atau 8,75 % penduduk dengan umur tengah 28 tahun. Diperkirakan pada tahun 2030 jumlah itu akan naik jadi 41 juta orang atau 13,82 persen penduduk dengan umur tengah 32 tahun (Badan Pusat Statistik 2016).

Menurut *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa prevalensi lansia yang mengalami stres di dunia antara 10%-20% berdasarkan situasi budaya (Karepowan, Wowor, & Katuuk. 2018). Sekitar 8,34% lansia di Indonesia mengalami stres.

Menurut Kementerian Sosial (2019) menyatakan jumlah lansia di Indonesia lebih dari 10% dari populasi penduduk pada 2020. Saat ini, jumlah penduduk di Tanah Air mencapai 269,9 juta orang. Jumlah penduduk usia di atas 60 tahun mencapai 28,7 juta orang. Artinya, lebih dari 10,6% jumlah penduduk Indonesia merupakan lansia.

Menurut Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin (2020) menyatakan jumlah lansia laki-laki dan perempuan di atas 60 tahun di kota Banjarmasin 52.083 dengan klasifikasi Banjarmasin Selatan berjumlah 12.168, Banjarmasin Timur 9.255, Banjarmasin Barat 11.174, Banjarmasin Tengah 7.013 dan Banjarmasin Utara 12.473.

Penuaan merupakan suatu proses terjadi pada manusia dalam waktu yang lama, pada saat proses penuaan sistem tubuh akan mengalami kemunduran dan tidak semua sistem akan mengalami kemunduran pada waktu yang sama. Meski proses penuaan merupakan fenomena umum, tidak ada yang bisa menentukan penyebab penuaan atau mengapa orang menua pada usia yang berbeda (Fatmawati dan Imron, 2017).

Lanjut usia merupakan masa di mana semua orang berharap akan menjalani hidup dengan tenang, damai dan sejahtera. Akan tetapi, berbagai persoalan hidup yang mendera lanjut usia sepanjang hayatnya seperti karena kesepian dan putus asa, karena hilangnya teman hidup dan sanak keluarga, serta kemunduran fisik, hilangnya pekerjaan akibat umur yang sudah lanjut dan hilangnya peran sosial yang bisa memicu terjadinya stres pada lansia (Azizah, 2011).

Peningkatan jumlah lanjut usia akan mempengaruhi beberapa perubahan baik itu perubahan bio, psiko, sosial dan spiritual. Perubahan pada lansia akan datang tanpa disadari dan proses penuaan akan mengalami kemunduran baik biologis maupun psikologis. Penurunan fungsi biologis seperti pendengaran berkurang, gangguan penglihatan kulit mulai keriput, gigi ompong, rambut memutih, perubahan sistem reproduksi, mudah lelah dan juga gerakan yang mempengaruhi kehidupan aktivitas sehari-hari. Selain perubahan secara biologis lansia juga mengalami perubahan aspek psikologis, seperti kekecewaan, rumah kosong (sepi), kecacatan, ketakutan akan kematian dan hilangnya interaksi sosial yang menyebabkan perasaan terisolasi dan menyendiri. Penurunan fungsi tersebut akan mengakibatkan lanjut usia dapat menimbulkan berbagai masalah yang mengakibatkan stres bahkan depresi pada lansia, penyebab stres merupakan faktor yang multidimensi (Santoso, 2018).

Masalah psikologi yang merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi kehidupan lansia diantaranya: kesepian, terasing dari lingkungan, ketidakberdayaan, ketergantungan, kurang percaya diri dan keterlantaran terutama bagi lansia yang miskin. Hal tersebut karena kurangnya peran keluarga dan peran dari lingkungan sosial yang biasanya berkaitan dengan hilangnya otoritas atau kedudukan dapat menimbulkan konflik atau keguncangan. Namun apabila diantisipasi sebelumnya maka hal-hal tersebut tidak akan terjadi atau ada tapi dalam jumlah frekuensi yang kecil (Febri, 2006). Orang yang lanjut usia mungkin sangat rentan terhadap depresi yang disebabkan oleh stres dalam menghadapi perubahan kehidupan yang berhubungan dengan apa yang dahulu disebut sebagai tahun emas (pensiun), penyakit atau ketidakmampuan fisik, penempatan dalam rumah jompo, kematian pasangan, saudara kandung, teman lama dan kenalan (Nevid et al. 2005)

Lansia akan mengalami banyak rasa duka cita karena kehilangan seseorang yang dicintai atau dekat, misalnya kematian pasangan, kematian keluarga kawan dekat dan lain-lain. Perubahan kedudukan pekerjaan atau pensiun akan berdampak juga terhadap penurunan kondisi fisik mental pada lansia (Hawari, 2007). Lansia di samping mengalami beberapa kemunduran namun lansia juga mengalami perkembangan spiritual pada lansia banyak waktu mengikuti kegiatan agama, perasaan kehilangan karena pensiun dan tidak aktif dalam kegiatan serta menghadapi kematian orang lain menimbulkan rasa kesepian atau mawas diri (Nugroho, 2008).

Rasa kehilangan atau stres yang dirasakan dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan mental. Pada kesehatan fisik rasa berduka ini dapat merusak kekebalan tubuh seperti sakit kepala, pusing, gangguan pencernaan atau sakit di dada karena kesedihan yang mendalam. Kejadian ini berkaitan pula dengan kesehatan mental individu sehingga dapat menyebabkan masalah memori atau ingatan, kehilangan nafsu makan, kesulitan

berkonsentrasi, sulit berpikir logis mempertinggi kecemasan, depresi, insomnia karena masih membayangkan pasangannya, agresif atau kemarahan dan disfungsi sosial. Reaksi ini dapat terjadi berkisar dari waktu yang cukup pendek dan ringan sampai ekstrim dan menetap pada waktu yang lama bahkan sampai bertahun-tahun (Papalia *et al*, 2004).

Menurut Badan Pusat Statistik (2012) prevalensi kejadian stres di Indonesia mencapai 8,34 %. Stres inilah yang paling banyak dihadapi para lanjut usia. WHO memperkirakan bahwa angka prevalensi stres pada lanjut usia umumnya bervariasi antara 10% dan 20%, tergantung pada situasi budaya. Pada umumnya penduduk lansia mengalami stres ringan hingga sedang dengan tingkat keparahan stres yang bervariasi (Sapkota & Pandey, 2013).

Stres merupakan reaksi yang terjadi baik fisiologis dan psikologis yang terjadi di saat seseorang tidak mampu mengatasi tuntutan tersebut. Stres dapat dikatakan adalah gejala penyakit masa kini yang erat kaitannya dengan adanya kemajuan pesat dan perubahan yang menuntut adaptasi seseorang terhadap perubahan tersebut dengan sama pesatnya usaha, kesulitan, hambatan dan kegagalan dalam mengikuti derap kemajuan dan juga perubahannya menimbulkan beraneka ragam keluhan (Rahman, 2016).

Stres merupakan perasaan tertekan saat menghadapi permasalahan dan permasalahan itu tidak mampu direspon dengan baik. Stres bukan penyakit, tetapi menjadi awal timbulnya penyakit mental atau fisik jika terlalu lama. Stres dialami oleh setiap orang, masalah yang sama dapat memberikan stres dan beban yang berbeda, tidak ada ciri fisik pada orang stres tetapi dapat dilihat dari tekanan darah atau jantung. Stres yang berkepanjangan dapat mempengaruhi sistem tubuh, salah satunya dapat menimbulkan sakit maag (Suryani, 2005)

Dampak stres umumnya yang jika tidak dapat diatasi oleh lansia dapat menyebabkan lansia mengalami kemunduran fisik secara perlahan. Kemunduran fisik terjadi karena lansia memikirkan perubahan yang terjadi pada dirinya. Keadaan ini yang mempengaruhi kualitas hidup lansia (Putri, 2012). Cara mengendalikan stres yang bisa dilakukan oleh lansia dengan melakukan istirahat yang cukup mengungkapkan perasaan dengan teman yang bisa dipercayai, bersikap positif dalam menjalani hidup dan mendekati diri kepada Tuhan sehingga mampu memberikan ketenangan batin.

Menurut Suadirman (2011), terdapat berbagai bentuk aktivitas keagamaan yang dapat dilakukan oleh seseorang, seperti: shalat 5 waktu dan shalat yang lain, berpuasa, kegiatan yang berorientasi pada zakat, ibadah haji, mengikuti atau mengadakan kegiatan pengajian serta membaca Al-Qur'an.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 11 Februari 2021 di kelurahan Pekauman Rt .07 dan Rt. 08 kecamatan Banjarmasin Selatan. Dilakukan wawancara pada 10 orang lansia didapatkan dengan hasil 4 orang mengalami stres ringan dan rutin melaksanakan ibadah shalat , 6 orang mengalami stres sedang dan tidak rutin melaksanakan ibadah shalat.

Spiritual tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, dan merupakan suatu perlindungan terhadap tubuh, ketika seorang mengalami stres, individu akan mencari dukungan dari keyakinan agamanya. Spiritual mempunyai pengaruh menurunkan depresi. Semakin tinggi religiusitas seseorang maka mempunyai peluang yang rendah terserang depresi (Church& Brooks 2010).

Shalat memiliki pengaruh yang sangat luar biasa untuk terapi rasa galau, gundah dan cemas yang bersemayam dalam diri manusia. Melalui doa yang khushyuk, niat untuk menghadap dan berserah diri kepada Allah dan melepaskan segala kesibukan dan masalah hidup, seseorang akan merasa tenang, damai dan tentram. Perasaan cemas, stres dan kebingungan akan selalu menekan hidupnya akan menghilang. Hubungan seseorang dengan Tuhan selama berdoa akan menghasilkan kekuatan spiritual yang luar biasa yang akan memiliki efek dan perubahan penting di dalam tubuh dan juga pikirannya. Kekuatan Spiritual ini biasanya menghilangkan stres, menghilangkan kelemahan dan menyembuhkan berbagai penyakit (Hasanah, 2019).

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas peneliti tertarik untuk mengangkat judul penelitian hubungan antara intensitas ibadah shalat lima waktu terhadap stres lansia di kelurahan Pekauman.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka yang menjadi rumusan masalah yang diangkat peneliti ini adalah “Hubungan antara intensitas ibadah shalat lima waktu terhadap stres lansia di kelurahan Pekauman ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana hubungan antara intensitas ibadah shalat lima waktu terhadap stres lansia di kelurahan Pekauman.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi intensitas sholat lima waktu pada lansia di kelurahan Pekauman Kecamatan Banjarmasin Selatan

1.3.2.2 Mengidentifikasi stres pada lansia di kelurahan Pekauman kecamatan Banjarmasin Selatan

1.3.2.3 Menganalisis hubungan anatara intensitas ibadah shalat lima waktu terhadap stres lansia di Kelurahan Pekauman

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan ilmiah berupa pemikiran dalam memperkaya dan memperluas pengetahuan khususnya pada pengelolaan lansia dalam Keperawatan Jiwa dan Gerontik.

1.4.2 Bagi Responden

Dapat memberikan informasi dan tambahan pengetahuan pada lansia mengenai pengaruh kegiatan spiritual dalam bentuk shalat lima waktu untuk mengurangi stres dan membantu lansia agar dapat memajemen apabila mengalami stres.

1.4.3 Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam meningkatkan peran mandiri perawat, terutama keperawatan jiwa dan gerontik sehingga dapat memberikan asuhan secara holistik kepada klien

1.4.4 Bagi Peneliti

Sebagai salah satu sarana pengaplikasian ilmu pengetahuan yang telah didapat selama masa perkuliahan di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin dan merupakan wawasan yang dapat menambah ilmu serta pengetahuan yang berkaitan dengan asuhan keperawatan jiwa dan gerontik. Dengan penelitian ini mudah-mudahan didapatkan metode yang lebih baik dalam penatalaksanaan pada lansia yang mengalami stres.

1.5 Penelitian Terkait

Dari beberapa literatur dan sejauh pengetahuan peneliti belum ada penelitian hubungan antara Intensitas ibadah shalat lima waktu terhadap

stres lansia yang tidak memiliki pasangan di kelurahan Pekauman, namun ada beberapa penelitian sejenis dan terkait dengan penelitian ini, seperti:

1.5.1 Dheni kurniawan & Uci candrawulan, (2015) hubungan spiritualitas Dengan stres lansia di puskesmas pakjo Palembang. Desain penelitian ini menggunakan survei analitik dengan pendekatan potong lintang dilakukan terhadap 72 responden yang diambil secara purposif. Data diambil menggunakan Religious Comittment Inventory (RCI) dan Perceived Stres Scale (PSS) yang kemudian dianalisis menggunakan korelasi Pearson's. Hasil studi menunjukkan bahwa rerata skor RCI 31,03 (tingkat spiritualitas sedang) dengan standar deviasi 7,551 dan PSS 20,47 (tingkat stres sedang) dengan standar deviasi 5,642. Hasil bivariat menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara spiritualitas dengan stres ($r = -0,267$; $p = 0,023$).

1.5.2 Yunitasari, (2011) Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Stres Pada Lansia Pensiunan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pelitakan Kabupaten Polewali Mandar, metode penelitian yang digunakan adalah Cross sectionanal. Adapun populasinya adalah lansia yang sudah pensiun di Wilayah kerja Puskesmas Pelitakan Kabupaten Polman dengan pengambilan sampel menggunakan Purposive Sampling dengan jumlah sampel sebanyak 40 responden. Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara faktor status ekonomi dengan tingkat stres lansia pensiunan, dimana hasil uji fisher diperoleh $p = 0,04 < \alpha 0,05$. Hubungan antara pekerjaan sekarang dengan tingkat stres lansia pensiunan, dimana hasil uji fisher diperoleh $p = 0,04 < \alpha 0,05$. Sementara hubungan antara faktor kondisi fisik dengan tingkat stres lansia pensiunan, dimana hasil uji fisher diperoleh $p = 0,03 < \alpha 0,05$. Namun lain hal dengan hubungan kemandirian dengan tingkat stres lansia pensiunan, dimana hasil uji fisher diperoleh $p = 1 \geq \alpha 0,05$.

1.5.3 Aprilissa et al., (2016) Hubungan Spiritualitas Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia, Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional. Sampel dalam penelitian adalah lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Banjarbaru. Diambil dengan purposive sampling sebanyak 50 responden dari 108 lansia. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Untuk mencari hubungan menggunakan analisis Spearman Rank. Dari penelitian diperoleh hasil lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Banjarbaru memiliki spiritualitas terbanyak adalah kategori tinggi berjumlah 46 orang (92.0%), untuk tingkat depresi terbanyak adalah kategori ringan berjumlah 33 orang (66.0%), ada hubungan sangat kuat antara spiritualitas dengan tingkat depresi pada lansia dengan taraf signifikan $0,000 < 0,005$ dengan hasil nilai korelasi - 0,939.