

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lanjut usia (Lansia) merupakan suatu periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode dimana seseorang telah “beranjak jauh dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan, atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat (Hurlock, 1980) dalam Stanley (2016). Lanjut usia (lansia) merupakan bagian dari proses tumbuh kembang manusia. Semua orang akan mengalami proses menjadi tua dan masa tua merupakan masa hidup manusia yang terakhir. Dimasa ini seseorang pada umumnya akan mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial secara bertahap (Azizah, 2011). Pada saat ini populasi penduduk dunia berada pada era penduduk menua (*aging population*) dengan jumlah populasi penduduk yang berusia 60 ke atas melebihi 7% dari total penduduk. (Kemenkes dalam BPS, 2020) Menurut WHO, di kawasan Asia Tenggara populasi Lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 populasi Lansia diperkirakan meningkat 3 kali lipat. 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. Sedangkan di Indonesia pada tahun 2020 diperkirakan jumlah Lansia sekitar 80.000.000. (Kemenkes, 2020).

Seseorang dikatakan lanjut usia berdasarkan undang-undang nomor 13 tahun 1998 adalah mereka yang berumur mencapai 60 tahun keatas (Setiawan, 2016). Pada usia tersebut lansia mengalami penurunan fungsi imun tubuh termasuk penurunan fungsi jantung yang salah satu penyakitnya yaitu hipertensi (Fredy, Syamsidar,

and Widya Nengsih, 2020). Hipertensi adalah keadaan peningkatan tekanan darah, baik sistolik maupun diastolik, yaitu sama atau lebih dari 140/90. (Jusman & Koto, 2011 dalam Masriadi, 2019), Tekanan darah tinggi seperti ini sangat sering ditemukan pada lansia, dimana salah satu faktor pemicunya yaitu faktor usia, pola hidup yang kurang sehat (jarang berolahraga, mengkonsumsi makanan yang terlalu banyak mengandung sodium dan lain sebagainya).

Perkembangan jumlah lansia di Indonesia terjadi dalam jangka waktu kurang lebih 50 tahun. Dalam periode tersebut, persentase penduduk lansia Indonesia mengalami lonjakan dua kali lipat dibanding sebelumnya. Pada tahun 2020, di Indonesia jumlah penduduk lansia mencapai 26,82 juta orang (9,92%) dari total penduduk 265 juta jiwa, yang didominasi oleh lansia muda (usia 60-69 tahun) mencapai 64,29%, sisanya adalah lansia madya (usia 70-79 tahun) sebesar 27,23% dan lansia tua (usia 80+ tahun) sebesar 8,49% (BPS, 2020). Lanjut usia (lansia) adalah tahap akhir dalam perkembangan kehidupan manusia (Dewi, 2014). Menurut WHO, lanjut usia dibagi menjadi 4 kategori, yaitu lansia usia pertengahan (*middle age*) berusia 45-59 tahun, lanjut usia (*elderly*) berusia 60-74 tahun, lansia tua (*old*) berusia 75-90 tahun dan usia sangat tua (*very old*) lebih dari 90 tahun (Azizah dalam Arfina & Nita, 2019).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2021, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) membeberkan bahwa jumlah lansia di Indonesia diproyeksikan mencapai 19,9 persen pada tahun 2045. Jumlah lansia usia 60 tahun ke atas di Indonesia sebesar 10,8 persen atau sekitar 29,3 juta orang menurut BPS 2021.

Angka tersebut diperkirakan terus mengalami peningkatan hingga mencapai 19,9 persen pada tahun 2045. Dalam data BPS tahun 2021, disebutkan bahwa proporsi penduduk umur 60 tahun ke atas diproyeksikan meningkat, dari 9,0 persen atau 23 juta penduduk pada tahun 2015, menjadi 19,9 persen atau setara dengan 63,3 juta penduduk pada tahun 2045. Sedangkan bila melihat laju pertumbuhan lansia secara global, data 2 dari UN tahun 2022 menyebutkan sudah ada 727 juta orang yang berusia 65 tahun atau lebih pada tahun 2020. Jumlah tersebut diproyeksikan akan berlipat ganda menjadi 1,5 miliar jiwa lansia pada 2050 di seluruh dunia.

Jumlah lansia di Kalimantan Selatan berada pada angka 4,51% dengan jumlah 315,11 ribu jiwa yang juga merupakan usia tidak produktif berkisar 65 tahun keatas. Jumlah lansia yang mengalami penurunan kognitif di Kalimantan Selatan berada pada angka 2.922 ribu jiwa. Jumlah lansia di Desa Keliling Benteng Ulu Kalimantan Selatan berjumlah 45 lansia.

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian prematur di dunia. Jumlah kematian akibat hipertensi di dunia pada 2020 menurut WHO sekitar 8 miliar orang setiap tahun di dunia dan hampir 1,5 juta orang setiap tahunnya di kawasan Asia. Di Indonesia kematian akibat hipertensi yaitu sebesar 23,7%. Hipertensi menjadi ancaman kesehatan masyarakat karena potensinya yang mampu mengakibatkan kondisi komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal (World Health Organization (WHO), 2020).

Menurut data Rikesdas terakhir di Asia Tenggara pada tahun 2018, jumlah penderita hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% dari tahun ke tahun. Dibandingkan dengan data hasil Riskesdas tahun 2013, angka kejadian ini mengalami peningkatan yang cukup tinggi, Hasil penelitian menunjukkan bahwa menurut pengukuran

tekanan darah orang Indonesia berusia 18 tahun ke atas, hingga 25,8% orang memiliki tekanan darah tinggi, dan pengukuran tekanan darah mengalami peningkatan yang signifikan. nilai penduduk di atas 60 tahun menyumbang 25,8% (Andri juli, 2021). Angka prevalensi hipertensi di Kalimantan Selatan yang meningkat dari tahun sebelumnya memberikan kekhawatiran tersendiri. Data tahun 2023 , yang didapatkan dari studi pendahuluan pada Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin, bahwa jumlah kasus lama untuk penyakit Hipertensi ada sebanyak 57.257 kasus, sedangkan jumlah kasus baru untuk penyakit Hipertensi pada tahun 2018 mencapai 20.020 kasus. Tercatat sebanyak 6.992 kasus baru tersebut adalah penderita hipertensi dengan usia >60 Tahun, sedangkan kasus lama pada usia >60 Tahun berjumlah 24.703 kasus. Lansia merupakan kelompok yang rawan dan berisiko karena ketidaktahuannya mengenai program yang ada atau karena lansia tidak tahu bagaimana mengakses pelayanan kesehatan (Lundy, K. S., Janes, S, 2009).

Pada lansia terjadi proses penuaan secara degeneratif yang menyebabkan terjadinya perubahan-perubahan pada diri manusia. Seiring bertambahnya usia kemampuan fisik dan mental seseorang perlahan-lahan akan menurun. Penurunan kondisi tersebut dapat menimbulkan berbagai masalah pada sebagian lansia. Masalah tersebut bersumber dari beberapa aspek, diantaranya perubahan aspek fisik, psikologis dan sosial. Salah satu masalah psikososial pada lansia yaitu Ansietas (Buanasari, 2019).

Prevalensi Ansietas sebanyak 50% terjadi di Negara berkembang pada usia dewasa dan usia lanjut (Suprianto, 2013). Di Indonesia sekitar 39 juta jiwa dari 238 juta jiwa penduduk mengalami kejadian gangguan Ansietas (Heningsih dkk, dalam Suryani, 2020).

Ansietas adalah keadaan emosi yang menimbulkan rasa tidak nyaman dalam diri seseorang, dan merupakan pengalaman yang mengkhawatirkan disertai dengan perasaan tidak berdaya dan tidak menentu yang disebabkan suatu hal yang samar-samar (Annisa & Ifdil, 2016).

Ketakutan, kekhawatiran dan kegelisahan yang tidak beralasan pada akhirnya menimbulkan Ansietas yang akan berdampak pada perubahan perilaku seperti menarik diri dari lingkungan, sulit fokus dalam beraktivitas, susah makan, mudah tersinggung, rendahnya pengendalian emosi, sensitif, tidak logis, dan susah tidur. Gangguan-gangguan tersebut jika tidak ditangani dengan cepat maka dapat merusak kehidupan seseorang untuk mencapai kehidupan bahagia di dunia dan akhirat (Jarnawi, 2020).

Berbagai penanganan untuk permasalahan psikologis terutama Ansietas pada lansia yang bersifat farmakologis seperti penggunaan antidepresan, sedative, dan berbagai obat penenang lainnya dapat menimbulkan efek samping negatif terhadap sistem dan metabolisme tubuh. Penggunaan obat dalam jangka panjang untuk mengatasi Ansietas pada lansia sangat tidak dianjurkan. Selain penanganan farmakologis, Ansietas juga dapat ditangani dengan non farmakologis yaitu membaca Al-Qur'an (Sukaca dalam Haeroni, 2014).

Cara mengurangi Ansietas yang bisa dilakukan oleh lansia dengan melakukan istirahat yang cukup, selalu berpikir positif dan tetap mendekati diri kepada Allah agar mampu memberikan ketenangan batin salah satunya dengan cara sholat dan berzikir.

Keterkaitan tentang dzikir dengan Ansietas pada lansia. Berkaitan dengan Ansietas pada lansia, zikir dapat digunakan sebagai terapi pengobatannya. Karena secara psikologis, mengingat Allah. Selain

itu, pelaksanaan zikrullah yang dilakukan dengan sikap rendah hati dan suara lemah lembut akan membawa dampak relaksasi dan ketenangan. Secara medis telah diketahui bahwa orang yang sudah terbiasa berdzikir dengan mengingat Allah SWT secara otomatis otak akan merespon terhadap pengeluaran endorfin yang mampu menimbulkan perasaan bahagia dan nyaman. Oleh karena itu metode terapi yang cukup efektif dalam menangani gangguan Ansietas pada lansia yakni melalui terapi dzikir. Lansia yang religiusitasnya tinggi memiliki kecenderungan lebih rendah mengalami Ansietas.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Tria Widyastuti¹, Moh. Abdul Hakim² dan Salmah Lilik tahun 2019. Dengan judul Terapi Zikir sebagai Intervensi untuk Menurunkan Ansietas pada Lansia didapatkan hasil Terapi zikir sebagai intervensi ditemukan mampu menurunkan Ansietas pada lansia di panti wreda. Dan dari hasil penelitian dari Kiki Lusrizanuri tahun 2015 dengan judul Pengaruh Terapi Relaksasi Zikir untuk Menurunkan Ansietas Pasien Hipertensi Esensial Pralansia didapatkan hasil bahwa terapi relaksasi zikir mempunyai pengaruh terhadap penurunan Ansietas pada pasien hipertensi esensial pralansia.

Berdasarkan data di atas, penulis tertarik untuk menyusun sebuah Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Penerapan Terapi Relaksasi Zikir Sebagai Intervensi Keperawatan Gerontik dengan Ansietas Hipertensi”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Analisis asuhan Keperawatan Penerapan Terapi Relaksasi Zikir Sebagai Intervensi Keperawatan Gerontik dengan Ansietas Hipertensi Di desa keliling benteng ulu.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis Penerapan Teknik Relaksasi Zikir Pada Asuhan Keperawatan Gerontik Dengan Hipertensi yang mengalami Ansietas

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mampu mengidentifikasi Pengkajian Relaksasi Zikir Pada Asuhan Keperawatan Gerontik Dengan Ansietas hipertensi

1.3.2.2 Menggambarkan Diagnosa Teknik Relaksasi Zikir Pada Asuhan Keperawatan Gerontik Dengan Ansietas hipertensi

1.3.2.3 Menggambarkan perancangan Teknik Relaksasi Zikir Pada Asuhan Keperawatan Gerontik Dengan Hipertensi yang mengalami Ansietas

1.3.2.4 Menggambarkan Implementasi Teknik Relaksasi Zikir Pada Asuhan Keperawatan Gerontik Dengan Hipertensi yang mengalami Ansietas

1.3.2.5 Menggambarkan Evaluasi Teknik Relaksasi Zikir Pada Asuhan Keperawatan Gerontik Dengan Hipertensi yang mengalami Ansietas

1.3.2.6 Menganalisis hasil asuhan keperawatan Teknik Relaksasi Zikir Pada Dengan Hipertensi yang mengalami Ansietas

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Memperbanyak ilmu dan wawasan pemahaman peneliti tentang pengaruh dzikir terhadap Ansietas Hipertensi pada lansia dengan hipertensi

1.4.2 Bagi institusi pelayanan kesehatan

Diharapkan hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai bahan

pertimbangan dalam hal penyelesaian masalah terkait lansia hipertensi yang mengalami Ansietas.

1.4.3 Bagi institusi

Menambah daftar referensi dan pengetahuan untuk mahasiswa fakultas keperawatan dan ilmu kesehatan universitas muhammadiyah Banjarmasin terkait pengaruh Dzikir terhadap Ansietas pada lansia dengan hipertensi

1.4.4 Bagi masyarakat

Diharapkan penelitian ini akan membagikan informasi mengenai edukasi pengaruh terapi Dzikir terhadap Ansietas pada lansia dengan hipertensi.

1.5 Penelitian terkait

- 1.5.1 Tria Widyastuti. 2019. Terapi Zikir sebagai Intervensi untuk Menurunkan Ansietas pada Lansia. Penelitian ini menguji terapi zikir sebagai intervensi dalam mengurangi Ansietas. Lansia di sebuah panti wreda di Surakarta berpartisipasi dalam penelitian ini. Dalam pretest, 37 subjek diseleksi berdasarkan skor Ansietas dengan Geriatric Anxiety Inventory (GAI) dan skor fungsi kognitif dengan Mini Mental State Examination (MMSE). Sejumlah 9 lansia berpartisipasi dalam eksperimen yang kemudian dibagi secara random ke dalam kelompok eksperimen dan kontrol. Hasil uji Mann-Whitney menunjukkan terdapat perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest pada kedua kelompok ($Z = -1,968$, $p < 0,05$). Kelompok eksperimen menunjukkan perbedaan signifikan skor Ansietas setelah intervensi diberikan. Dengan demikian, terapi zikir sebagai intervensi secara efektif mampu menurunkan Ansietas pada lansia.
- 1.5.2 Adelia Pratiwi Wewini. 2021. Bimbingan Agama Dalam Mengatasi Ansietas Pada Lansia Melalui Dzikir di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung. Penelitian ini

bertujuan untuk menganalisis proses bimbingan agama dalam mengatasi Ansietas pada lansia melalui dzikir dan faktor pendukung dan penghambat bimbingan agama dalam mengatasi Ansietas pada lansia melalui dzikir. Metodologi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Juga dari referensi buku, jurnal dan data lembaga yang terkait dengan lansia. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa proses pelaksanaan bimbingan agama memiliki berpengaruh terutama dalam kegiatan dzikir dalam mengatasi Ansietas pada lansia. Kegiatan dzikir khusus dengan materi Dzikir Ratib Al-Hadad. Keutamaan dari dzikir ini adalah jika mengamalkannya akan dipanjangkan umur, mendapat khusnul khotimah dan senantiasa berada dalam perlindungan Allah SWT. Dzikir ini membawa perubahan pada lansia dalam mengatasi Ansietas. Adanya ketenangan dan ketentraman jiwa, kebahagiaan serta mengingatkan akan kematian dengan khusnul khotimah.

1.5.3 Cahyani. 2018. Pengaruh Terapi Relaksasi Dzikir Dan Terapi Dzikir Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Tekanan darah pada pra lansia penderita Hipertensi. rah tidak terkontrol dan jumlahnya terus meningkat setiap tahunnya. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya pengaruh terapi relaksasi dzikir serta terapi dzikir dan murottal Al-Qur'an terhadap penurunan tekanan darah pada pra lansia penderita hipertensi. Penelitian ini dilaksanakan selama dua minggu dengan menggunakan metode quasi eksperimen dengan pendekatan two group pre-post test design yaitu pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah dengan 2 kelompok intervensi. Terdapat 22 orang sampel yang menderita

hipertensi dimana 11 orang pada kelompok dzikir dan 11 orang pada kelompok dzikir dan murottal Al-Qur'an. Tekanan darah diukur secara langsung menggunakan spigmomanometer. Hasil uji statistic yang digunakan adalah Uji Wilcoxon Signed Ranks Test dan Uji Mann-Whitney. Hasil Uji Wilcoxon Signed Ranks Test berpasangan menunjukkan terdapat penurunan tekanan darah sistol yang bermakna pada kelompok dzikir ($p=0.009$), pada kelompok dzikir dan murottal Al- Qur'an terjadi penurunan tekanan sistol dimana ($p=0.003$). Uji Mann-Whitney Test menunjukkan bahwa tekanan dara pre dan post test sistol pada kelompok dzikir tidak ada perbedaan bermakna ($p=0.317$), sedangkan pada tekanan darah diastol pre dan post test pada kelompok dzikir memiliki pengaruh yang bermakna ($p=0.031$). Pada kelompok dzikir murottal Al-Qur'an menunjukkan terjadi penurunan tekanan darah sistol pre dan post test ada perbedaan bermakna ($p=0.003$), sedangkan hasil untuk diastole memiliki pengaruh yang bermakna terhadap penurunan tekanan darah ($p=0.002$). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terjadi penurunan tekanan darah pada pra lansia penderita hipertensi dengan menggunakan terapi relaksasi dzikir dan dzikir murottal Al-Qur'an.