

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Undang-Undang No.13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut usia yang dimaksud dengan lanjut usia adalah seseorang yang berusia 60 tahun keatas. Di Indonesia jumlah lansia terus meningkat. Berdasarkan data BPS diperoleh hasil bahwa pada tahun 2000 jumlah lansia 15,2 juta jiwa atau 7,28%, tahun 2005 jumlah lansia menjadi 17,7 juta jiwa atau 7,97%, tahun 2010 jumlah lansia 19.936.895 jiwa atau 8,48% dan pada tahun 2020 jumlah lansia 28.822.879 jiwa atau 11,34% (Nugroho, 2000; Trisnawati, 2011).

Penduduk lanjut usia merupakan bagian dari anggota keluarga dan anggota masyarakat yang semakin bertambah jumlahnya sejalan dengan peningkatan usia harapan hidup. Menurut sensus penduduk tahun 1980 di Indonesia jumlah penduduk total adalah 147,3 juta, angka tersebut terdapat 16,3 juta orang (11%) berusia sekitar 50 tahun keatas dan 6,3 juta orang (4,3%) berusia 60 tahun keatas. Dari 6,3 juta orang terdapat 822,831 (13,06 %) orang tergolong jompo, yaitu para lanjut usia yang memerlukan bantuan khusus sesuai Undang Undang bahkan dipelihara oleh negara. Tahun 2000 diperkirakan jumlah lanjut usia meningkat menjadi 9,99% dari seluruh penduduk Indonesia (22.277.700 jiwa) dengan umur harapan hidup 65-70 tahun dan pada tahun 2020 akan meningkat menjadi 11,09% (29.120.000) dengan umur harapan hidup 70-75 tahun (Nugroho, 2000). Peningkatan ini memang terus berlanjut terbukti dari data Badan Pusat Statistik

BPS mengenai polupasi lansia di Indonesia tahun 1990 hingga 2025 mencapai 41,4% tertinggi di 50 negara didunia.

Pertambahan populasi ini diikuti juga oleh semakin kompleksnya permasalahan yang dihadapi oleh lansia. Menurut Hawari (2004) lanjut usia merupakan suatu proses berkelanjutan dalam kehidupan yang ditandai dengan berbagai perubahan ke arah penurunan, seperti menurunnya berbagai fungsi organ tubuh. Selain itu, kondisilansia banyak mengalami kemunduran fisik maupun psikis yang artinya lansia mengalami perkembangan dalam bentuk perubahan yang mengarah pada perubahan negatif (Hannan, 2014). Aspek psikologis yang terjadi pada lansia yaitu lansia menghadapi masa pensiun, takut akan kesepian dan takut akan kematian yang mana perubahan tersebut akan menimbulkan masalah kecemasan (Depkes, 2000; Hannan, 2014).

Menurut Kartono (2005) kecemasan sebagai suatu kegelisahan, kekhawatiran dan ketakutan terhadap sesuatu yang tidak jelas dan mempunyai ciri yang mengarah pada diri sendiri. Menurut Freud (Alwisol, 2005; Maramis, 2016) mengatakan bahwa kecemasan adalah fungsi ego yang memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai. Tampler (Henderson, 2002) menyatakan bahwa kecemasan terjadi ketika seseorang memikirkan kematian. Menurut Belsky (Henderson, 2002) kecemasan menghadapi kematian didefinisikan sebagai pikiran, ketakutan, dan emosi tentang kejadian akhir dari hidup yang dialami individu.

Nevid (2005) menyatakan seseorang yang mengalami kecemasan akan menampakkan ciri-ciri seperti ciri fisik, ciri behavioral dan ciri kognitif. Ciri fisik

meliputi jantung berdetak kencang, keringat dingin, kepala pusing, ujung jari terasa dingin, sulit tidur, dada sesak, nafsu makan menurun, gangguan pencernaan, merasa lemas dan badan terasa kaku, kemudian ciri perilaku seseorang yang mengalami kecemasan biasanya akan menunjukkan perilaku bermalasan, perilaku menghindar dan perilaku dependen. Ciri kognitif meliputi hal-hal seperti khawatir, takut akan sesuatu di masa yang akan datang, khawatir ditinggal sendiri, sulit berkonsentrasi dan ketidakmampuan menghadapi masalah.

Hasil wawancara penulis dengan 7 lansia (4 wanita dan 3 pria) di Balai Rehsos Dharma Putera Purworejo "Wiloso Wredo" pada tanggal 3 Maret 2016, 5 dari 7 lansia sering mengeluh mengalami masalah pada tubuh, gangguan pencernaan, susah tidur, dan sering memikirkan dosa-dosa yang telah mereka lakukan. Kemudian hasil wawancara pada tanggal 12 Mei 2016 di Balai Rehsos Dharma Putera Purworejo "Wiloso Wredo" dengan 10 lansia (8 wanita dan 2 pria), didapatkan hasil 7 dari 10 lansia menyatakan sering susah tidur, mengeluh rasa sakit pada tulang dan otot, merasa pusing, sering membayangkan kematian, merasa khawatir dan sering merasa takut akan kematian yang kelak akan datang. Wawancara selanjutnya dilakukan pada tanggal 18 Maret 2017 di Balai Rehsos Dharma Putera Purworejo "Wiloso Wredo" dengan 5 lansia (semua wanita) didapatkan hasil kelima lansia tersebut mengeluh rasa sakit pada tulang, terkadang susah tidur, merasa takut hidup sendiri dan khawatir ketika memikirkan kematian. Berdasarkan uraian tersebut menunjukkan bahwa lansia di Balai Rehsos Dharma Putera Purworejo "Wiloso Wredo" mengalami kecemasan menghadapi kematian

berdasarkan aspek yang dijelaskan oleh Nevid (2005) yaitu ciri fisik seperti susah tidur dan gangguan pencernaan, selain itu juga sesuai dengan ciri kognitif seperti perasaan khawatir dan pikirannya yang sering bingung.

Semakin tingginya kecemasan dan kompleksnya permasalahan yang dialami lansia menyebabkan berbagai masalah yang mengganggu. Didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Maramis (2016) diperoleh hasil bahwa kecemasan mempunyai dampak positif dan dampak negatif, dampak negatif diantaranya adalah individu merasa bahwa hidup dan dirinya kurang bermakna dan merasa tidak cukup puas dalam menjalani sisa hidupnya karena mengalami kecemasan yang berlebihan dan mendalam untuk menghadapi kematian. Makna hidup merupakan hal-hal yang dianggap penting, dirasakan berharga dan dijadikan tujuan hidup. Individu yang menghayati hidup bermakna benar-benar paham apa tujuan hidup individu tersebut dan bagaimana menjalani hidup (Bastaman, 2007; Maramis, 2016). Menurut Frankl (Maramis, 2016) individu yang tidak mampu menemukan kebermaknaan hidup akan mengalami frustrasi eksistensial yang memicu timbulnya gangguan perasaan yang cukup menghambat potensi dan penyesuaian diri seseorang. Dari pemaparan di atas penelitian ini berperan penting untuk menghindari dampak negatif akibat kecemasan yang dialami oleh lansia dalam hal menghadapi kematian.

Banyak faktor yang mampu mempengaruhi kecemasan terhadap kematian seseorang. Menurut Henderson (2002) ada lima faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan terhadap kematian seseorang, seperti faktor usia, integritas ego, kontrol diri, religiusitas dan personal sense of fulfillment. Selain itu juga terdapat

berbagai hal yang diduga mampu mengatasi kecemasan yang dialami lansia agar dapat mencapai hidup yang sejahtera diantaranya adalah melalui kajian ulang kehidupan, olahraga, religiusitas dan dukungan sosial (Papalia, 2008). Dalam penelitian ini faktor kecemasan menghadapi kematian yang akan diteliti lebih lanjut adalah faktor religiusitas. Menurut Henderson (2002) faktor religiusitas mampu mempengaruhi tingkat kecemasan terhadap kematian, penelitiannya juga menunjukkan seseorang yang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi mempunyai kecemasan terhadap kematian yang lebih rendah. Alasan lain yang mendukung adalah penelitian yang dilakukan oleh Nashori (2007) bahwa religiusitas membuat individu mampu mengurangi afek-afek negatif seperti stress, cemas, gelisah dan putus asa. Penelitian yang dilakukan Larson (Hawari, 2002) menunjukkan bahwa lansia yang lebih religius lebih tenang dan lebih tabah dalam menghadapi kematian. Religiusitas diyakini mampu memberikan kekuatan bagi manusia dalam kehidupannya agar lebih tenang dalam menghadapi kehidupan yang semakin kompleks.

Menurut Glock & Stark (dalam Ancok & Suroso, 2011) religiusitas didefinisikan sebagai bentuk komitmen yang berhubungan dengan keyakinan dan agama yang dapat dilihat melalui aktivitas sehari-hari atau perilaku individu yang bersangkutan pada agama atau keyakinan yang dianutnya. Selain itu religiusitas merupakan internalisasi nilai-nilai agama dalam diri seseorang dan internalisasi disini berkaitan dengan kepercayaan terhadap ajaran-ajaran agama baik didalam hati ataupun dalam ucapan, kepercayaan ini kemudian diaktualisasikan dalam perubahan tingkah laku sehari-hari (Ancok & Suroso, 2011). Menyangkut agama

tertentu yang diyakini oleh beberapa individu, dalam penelitian ini mengacu pada satu agama yaitu agama islam. Alasannya dari jumlah 52 lansia di Balai Rehsos Dharma Putera Purworejo “Wiloso Wredo”, jumlah lansia yang beragama islam 48 dan 4 beragama non islam. Dari uraian tersebut dapat dilihat bahwa mayoritas lansia di Balai Rehsos Dharma Putera Purworejo “Wiloso Wredo” beragama islam. Hal ini yang menjadikan peneliti lebih condong untuk mengacu pada satu agama yaitu agama islam.

Menurut Glock & Stark (Ancok dan Suroso, 2011) ada lima dimensi dalam religiusitas yaitu a) Dimensi keyakinan; b) Dimensi praktek agama; c) Dimensi pengalaman; d) Dimensi pengetahuan agama dan e) Dimensi konsekuensi. Henderson (2002) menyatakan religiusitas mampu mempengaruhi tingkat kecemasan terhadap kematian. Henderson mengartikan religiusitas sebagai konsistensi seseorang dalam menjalankan agamanya. Individu yang memiliki tingkat religiusitas yang rendah akan cenderung mengalami kecemasan dalam menghadapi kematian.

Kecemasan yang dialami oleh individu khususnya lansia dalam hal menghadapi kematian akan berkurang ketika individu mampu mengamalkan dimensi-dimensi religiusitas dengan maksimal. Dalam dimensi keyakinan, dimensi penghayatan dan dimensi pengetahuan agama dimana semua dimensi tersebut mengandung pengharapan tertentu yang didasari dengan pengetahuan mengenai dasar-dasar keyakinan seperti kitab suci al-qur'an dan dalam hal ini kecemasan bisa berkurang ketika individu tersebut mampu mengamalkan semua dimensi tersebut seperti mempelajari isi al-qur'an dengan baik dan benar, dimana didalam

al-qur'an sendiri juga telah dijelaskan mengenai datangnya kematian yang kelak akan dialami oleh semua individu. Kemudian dalam dimensi praktik dan pengalaman agama dimana dimensi-dimensi tersebut secara garis besar mencakup perilaku pemujaan tertentu dan hal-hal yang dilakukan dalam upaya menunjukkan komitmen terhadap agama yang dianutnya seperti sembahyang, zakat dan puasa (Glock & Stark dalam Ancok & Suroso, 2011). Ketika individu mampu mengamalkan kedua dimensi tersebut dengan baik dan maksimal diharapkan juga akan mengurangi kecemasan yang dialami oleh individu tersebut, dengan kata lain kecemasan individu dalam menghadapi kematian akan rendah ketika individu mampu melaksanakan dimensi tersebut seperti melakukan shalat dengan baik dan benar. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuningsih (2014) yang menyatakan bahwa ada hubungan shalat dengan kecemasan menghadapi kematian pada lansia, dimana semakin tinggi tingkat kekhusukan individu ketika melaksanakan shalat maka kecemasan menghadapi kematian semakin rendah.

Berdasarkan uraian di atas menunjukkan bahwa religiusitas dapat memberikan bantuan moral kepada lansia dalam menghadapi krisis mental khususnya kecemasan dalam menghadapi kematian. Religiusitas dapat meningkatkan kualitas kehidupan kearah keseimbangan mental termasuk mengurangi kecemasan yang dialami oleh lansia. Berangkat dari permasalahan tersebut, peneliti ingin mengetahui lebih jauh “apakah ada hubungan religiusitas dengan kecemasan menghadapi kematian pada lansia di Balai Rehsos Dharma Putera Purworejo “Wiloso Wredo”?”.

B. Tujuan dan Manfaat

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi kematian pada lansia di Balai Rehsos Dharma Putera Purworejo “Wiloso Wredo”. Adapun hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan khususnya dalam bidang psikologi klinis terkait dengan kecemasan menghadapi kematian pada lansia.

2. Manfaat Praktis

Apabila hipotesis dalam penelitian ini terbukti diharapkan dapat memberikan acuan bagi lansia di Balai Rehsos Dharma Putera Purworejo “Wiloso Wredo” dalam mengatasi kecemasan menghadapi kematian melalui religiusitas.