

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

*World Health Organization (WHO)* melaporkan, diperkirakan menjelang tahun 2020 80% orang lansia tinggal di negara-negara miskin dan berpendapatan menengah, bukan di negara-negara kaya. Jumlah lansia di Indonesia mencapai 20,24 juta jiwa, setara dengan 8,03% dari seluruh penduduk Indonesia tahun 2014. Jumlah lansia perempuan lebih besar daripada laki-laki, yaitu 10,77 juta lansia perempuan dibandingkan 9,47 juta lansia laki-laki. Adapun lansia yang tinggal di pedesaan sebanyak 10,87 juta jiwa, lebih banyak daripada lansia yang tinggal di perkotaan sebanyak 9,37 juta jiwa (BPS, 2015). Data Departemen Sosial RI (2010) menyebutkan tahun 2005 lansia berjumlah 15.262.149 (7,28%) dari total populasi, meningkat menjadi 17.767.709 (7,97%) tahun 2010. Peningkatan penduduk tersebut menyebabkan Indonesia menduduki urutan keempat dengan jumlah lansia terbesar setelah Cina, India dan USA.

Belum ada penelitian di Indonesia yang menyebutkan secara pasti tentang jumlah prevalensi lanjut usia yang mengalami kecemasan. Namun peningkatan jumlah penderita kecemasan dapat diamati dari waktu ke waktu mengalami peningkatan, jumlah kunjungan pasien yang berobat ke pelayanan kesehatan maupun peningkatan obat psikofarma yang diresepkan oleh dokter (Hawari, 2010). Lanjut usia di Indonesia pada tahun 2013 diperkirakan sebanyak 24 juta jiwa, 5% mengalami kecemasan yang akan meningkat 13,5% pada lanjut usia yang memiliki penyakit kronis dan dirawat inap. Proporsi terbanyak terdapat pada daerah padat penduduk seperti Jawa Tengah, Jawa Timur dan Jawa Barat (Riskedas RI, 2013).

Penduduk berstruktur tua (*aging population*) mayoritas penduduk di Jawa Tengah, jumlah lansia usia 60 tahun pada tahun 2015 sebesar 11,72 % (BPS, 2016). Menurut data dari Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, lansia

di Kabupaten Boyolali sebanyak 123.667 jiwa dan di Kabupaten Boyolali termasuk urutan kedelapan.

Kecemasan seringkali tidak terdeteksi pada lanjut usia karena dianggap sebagai akibat dari proses penuaan dan penyakit kronis yang dialami oleh lanjut usia. Padahal deteksi dini dan penanganan yang tepat terhadap kecemasan dapat memperbaiki dan meningkatkan kualitas hidup bagi lanjut usia (Fatimah, 2010). Menurut WHO (2013), kecemasan merupakan gangguan psikologis terbesar ketiga yang diperkirakan terjadi pada 5% penduduk di dunia. Penelitian yang dilakukan oleh Pracheth *et al*, (2013) di India, memberikan hasil bahwa dari 218 lanjut usia yang diteliti, terdapat 64 orang (29,36%) yang mengalami kecemasan.

Kecemasan pada lansia apabila tidak ditangani secara baik maka kecemasan tersebut akan berdampak pada peningkatan gangguan jiwa. Oleh karena itu diperlukan terapi yang diharapkan dapat menurunkan kecemasan pada lansia tersebut. Ada dua cara penanganan yaitu dengan terapi farmakologi dan *non* farmakologi. Pada terapi farmakologi menggunakan obat-obatan yang berkhasiat memulihkan fungsi gangguan *neuro-transmitter* di susunan saraf pusat otak (*limbic system*). Obat yang sering dipakai adalah obat anti kecemasan (*anti depressant*) (Hawari, 2010). Pada pemakaian obat sering ditemukan adanya efek samping.

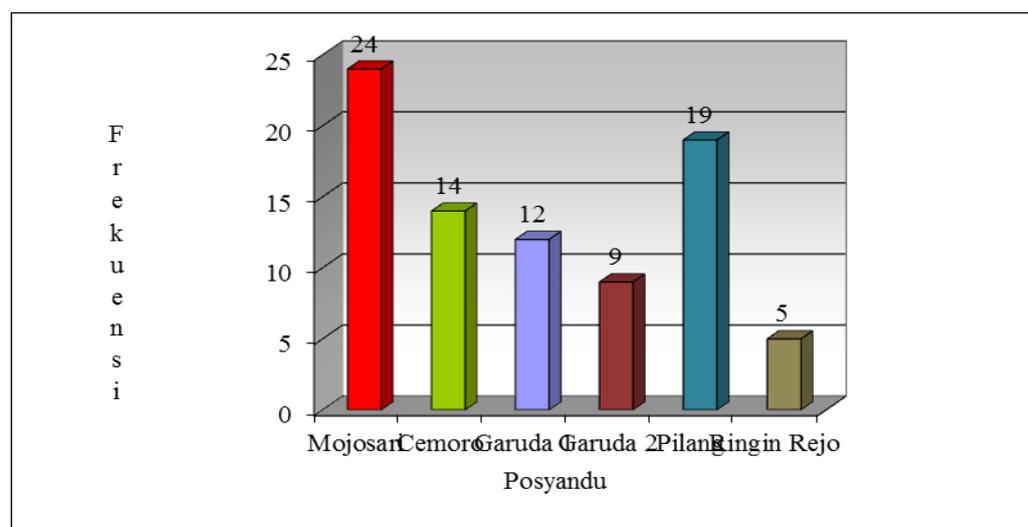
Oleh karena itu diperlukan terapi yang dapat menurunkan kecemasan pada lansia tersebut dengan terapi yang mempunyai efek sampingnya kecil yaitu dengan terapi dzikir atau terapi psikoreligius. Terapi psikoreligius merupakan salah satu bentuk psikoterapi yang mengkombinasikan pendekatan kesehatan jiwa modern dan pendekatan aspek religius/keagamaan yang dimana bertujuan meningkatkan mekanisme coping/mengatasi masalah (Yosep, 2011). WHO menetapkan unsur spiritual (agama) sebagai salah satu dari empat unsur kesehatan. Keempat unsur kesehatan tersebut adalah sehat fisik, sehat psikis, sehat sosial dan sehat spiritual (Hawari, 2010). Dzikir adalah kesadaran tentang kehadiran Allah dimana dan kapan saja, serta kesadaran akan kebersamaan-Nya dengan makhluk (Jauhari, 2015).

Berdasarkan kegiatan program Puskesmas Nogosari tahun 2016, di Kecamatan Nogosari terdapat 30 Posyandu dengan jumlah lansia sekitar 11.133 orang (laki-laki = 4.453 dan perempuan = 6.680 orang) yang terdiri dari 13 kelurahan. Dari 13 kelurahan tersebut, masing-masing jumlah lansia dapat dijelaskan pada tabel berikut :

Tabel 1.1. Jumlah Lansia di Wilayah Kecamatan Nogosari tahun 2016

No.	Nama Kelurahan	Jumlah Lansia	Urutan
1	Kenteng	41 orang	4
2	Potronayan	28 orang	8
3	Sembungan	22 orang	11
4	Jeron	24 orang	9
5	Ketitang	83 orang	1
6	Rembung	38 orang	5
7	Guli	29 orang	7
8	Tegalgi	23 orang	10
9	Bendo	19 orang	13
10	Keyongan	21 orang	12
11	Pojok	42 orang	3
12	Glonggong	62 orang	2
13	Pulutan	31 orang	6
Jumlah		464 orang	

Tabel 1.1. di atas diketahui bahwa jumlah lansia terbesar berada di Kelurahan Ketitang yaitu sebanyak 83 orang, sedangkan jumlah lansia paling sedikit di Kelurahan Bendo sebanyak 19 orang. Berdasarkan data tersebut maka peneliti memilih tempat di Kelurahan Ketitang, yang terdiri dari enam Posyandu, jumlah masing-masing lansia dapat dilihat pada grafik berikut:



Gambar 1.1. Grafik Jumlah Lansia tiap-tiap Posyandu di Wilayah Ketitang

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada 10 orang lansia di Posyandu Lansia Mojosari, Hasil observasi terhadap lansia dengan menggunakan lembar *HAR-S* diketahui bahwa dari 10 orang lansia diketahui yang mempunyai kecemasan ringan 2 orang (20%), kecemasan sedang 2 orang (20%), kecemasan berat sebanyak 6 orang (60%).

Ditemukan bahwa 10 orang lansia yang diwawancarai terdapat 5 orang (50%) lansia yang mengalami kecemasan dengan keluhan merasa tidak bergairah ketika akan melakukan aktivitas, merasa tidak berguna sebanyak 3 orang (30%), merasa bersalah dan sedih dengan keadaan saat ini sebanyak 2 orang (20%). Sebanyak 4 orang (40%) dari sepuluh lansia yang diwawancarai menyatakan bahwa mereka juga melakukan kegiatan yang mendekatkan diri kepada Tuhan berupa berdzikir, namun intensitasnya belum bisa konsisten yang disebabkan kondisi kesehatan lansia yang melemah, sedangkan 6 orang (60%) lainnya menyatakan hanya melakukan ritual ibadah umumnya misalnya sholat lima waktu, hal ini berarti apabila dilihat dari hasil wawancara terhadap ibu kader Posyandu Lansia diketahui bahwa komunitas masyarakat di sekitar Posyandu Lansia Ketintang tidak adanya kegiatan pengajian, namun terdapat masjid yang digunakan untuk kegiatan sholat lima waktu.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan tema “Pengaruh terapi dzikir terhadap penurunan kecemasan pada lansia di Posyandu Lansia Mojosari Kelurahan Ketintang Kecamatan Nogosari”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan masalah: “Apakah ada pengaruh terapi dzikir terhadap tingkat kecemasan pada lansia di Posyandu Lansia Mojosari Kelurahan Ketintang Kecamatan Nogosari?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh terapi dzikir terhadap tingkat kecemasan pada lansia di Posyandu Lansia Mojosari Kelurahan Ketitang Kecamatan Nogosari.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik lansia di Posyandu Lansia Mojosari Kelurahan Ketitang Kecamatan Nogosari.
- b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada lansia di Posyandu Lansia Mojosari Kelurahan Ketitang Kecamatan Nogosari sebelum dilakukan terapi dzikir.
- c. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada lansia di Posyandu Lansia Mojosari Kelurahan Ketitang Kecamatan Nogosari sesudah dilakukan terapi dzikir.
- d. Menganalisis perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi dzikir pada lansia di Posyandu Lansia Mojosari Kelurahan Ketitang Kecamatan Nogosari.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Bagi Lansia

Dapat melakukan Dzikir secara mandiri, dimana tindakan tersebut dapat memenuhi kebutuhan rasa nyaman yaitu pada khususnya perubahan tingkat kecemasan pada lansia serta dapat meningkatkan kekhusukan dalam beribadah kepada Allah SWT.

#### 2. Bagi Kader Posyandu

Dapat dijadikan sebagai bahan masukan untuk perawatan kepada lansia yang mengalami kecemasan, yaitu dengan pemberian intervensi terapi dzikir.

#### 3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan kepada peneliti lain untuk meningkatkan ilmu pengetahuan tentang dzikir yang merupakan bagian dari aspek spiritual dalam intervensi keperawatan untuk mengurangi tingkat kecemasan pada lansia

#### 4. Bagi Peneliti lain

Hasil penelitian ini dapat dijadikan tambahan referensi untuk penelitian yang lain yang akan melakukan penelitian dengan tema yang sama dengan menambah beberapa variabel pendukung terutama berkaitan dengan terapi dzikir pengaruhnya terhadap tingkat kecemasan pada lansia.

### **E. Keaslian Penelitian**

Beberapa penelitian yang dapat dijadikan acuan dalam penelitian antara lain :

1. Penelitian Juhari (2014) tentang pengaruh terapi psikoreligius : doa dan dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pada penderita gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di ruang hemodialisa Rumah Sakit Kota Semarang 2014. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi psikoreligius : doa dan dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pada penderita gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. Penelitian ini merupakan penelitian *quasi* eksperimen dengan rancangan *non equivalent control group design*. Populasi penelitian adalah 65 penderita gagal ginjal kronik yang melakukan hemodialisa di Ruang Hemodialisa Rumah Sakit Kota Semarang. Sampel sebanyak 30 orang dengan 15 responden kelompok perlakuan dan 15 responden kelompok kontrol dan teknik sampling menggunakan *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan lembar questioner. Analisis data dengan menggunakan t-tes. Hasil penelitian menjelaskan bahwa terdapat pengaruh terapi dzikir terhadap penurunan tingkat depresi pada penderita gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di ruang hemodialisa Rumah Sakit Kota Semarang. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama menganalisis pengaruh terapi dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan, selain itu metode dan pendekatan penelitian juga sama yaitu sama-sama menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan *one group pre test and post test design*. Sedangkan perbedaannya terdapat pada waktu, tempat dan subjek penelitian dimana pada penelitian yang dilakukan peneliti saat ini

menggunakan subjek lansia sedangkan penelitian Jauhari menggunakan subjek pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

2. Saseno dan Arifah (2014) tentang efektifitas terapi psikoreligius terhadap penurunan tingkat kecemasan lansia di panti sosial Tresno Wredha Abiyoso Sleman Yogyakarta. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas terapi psikoreligius terhadap penurunan tingkat kecemasan lansia. Penelitian ini merupakan penelitian *quasi eksperiment (experiment design)* dengan rancangan penelitian menggunakan *non equivalent control group design*. Sampel dalam penelitian adalah lansia yang tercatat sebagai penghuni PSTW Abiyoso Sleman Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 34 orang. Pengumpulan data menggunakan lembar quesioner. Analisis data dengan menggunakan t-tes. Hasil penelitiannya menyimpulkan bahwa terapi psikoreligius efektif menurunkan tingkat kecemasan lansia di panti sosial TWAS. Persamaan penelitian adalah sama-sama menganalisis pengaruh terapi dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan, selain itu metode dan pendekatan penelitian yang digunakan juga sama. Sedangkan perbedaannya terdapat pada waktu, tempat dan variabel bebas penelitian dimana pada penelitian yang dilakukan peneliti difokuskan kepada pemberian terapi dzikir sedangkan pada penelitian terdahulu dengan menggunakan terapi doa dan dzikir.
3. Hannan, (2014), tentang Dzikir khafi untuk menurunkan tingkat kecemasan pada lansia di desa Saronggi Kabupaten Sumenep. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh dzikir khafi terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lansia di desa Saronggi. Penelitian ini merupakan penelitian *Quasi Eksperiment* dengan menggunakan desain *Pre test Post test*. Teknik pengambilan sampel dengan cara *purposive sampling* dengan jumlah sample 34 responden. Lokasi penelitian di Desa Saronggi, kecamatan Saronggi Kabupaten Sumenep. Pengumpulan data menggunakan teknik analisis untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah menggunakan uji non-parametrik yaitu *wilcoxon t-tes*. Hasil penelitian disimpulkan bahwa terdapat pengaruh dzikir khafi terhadap

menurunkan tingkat kecemasan pada lansia di desa Saronggi Kabupaten Sumenep. Persamaan penelitian adalah sama-sama menganalisis pengaruh terapi dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan, selain itu metode dan pendekatan penelitian menggunakan quasi eksperimen dengan rancangan *pre test post test design*. Sedangkan perbedaannya terdapat pada waktu dan tempat penelitian serta jumlah sampel yang digunakan.

4. Apriani *et al.*, (2015), tentang efektifitas teknik relaksasi nafas dalam dan terapi dzikir terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Kelurahan Sambiroto Semarang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas teknik relaksasi nafas dalam dan terapi dzikir terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Penelitian ini merupakan penelitian *Quasi Eksperimen* dengan menggunakan desain *Pre test Post test*. Teknik pengambilan sample dengan cara *purposive sampling* dengan jumlah sample 38 responden. Lokasi penelitian ini di Kelurahan Sambiroto Semarang. Pengumpulan data menggunakan teknik analisis untuk mengetahui perbedaan penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah menggunakan uji non-parametrik yaitu *wilcoxon t-test*. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa teknik relaksasi nafas dalam dan terapi dzikir terhadap efektif menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di Kelurahan Sambiroto Semarang. Persamaan penelitian adalah sama-sama menganalisis pengaruh terapi dzikir namun dampaknya pada penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi, selain itu metode dan pendekatan penelitian sama-sama menggunakan *quasi eksperimen* dengan rancangan *pre test post test design*. Adapun perbedaannya terletak pada waktu, tempat dan subjek penelitian, dan rancangan penelitian serta variabel bebas yaitu pada penelitian terdahulu dengan menggunakan variabel bebas yaitu tekanan darah, dimana pada penelitian yang dilakukan peneliti saat difokuskan kepada pemberian terapi dzikir namun pada penelitian terdahulu dengan terapi relaksasi nafas dalam dan terapi dzikir sedangkan variabel dependen dengan tekanan darah.

5. Sari dan Febriany (2013), tentang “Pengaruh dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pre operasi kanker serviks”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pre operasi kanker serviks. Penelitian ini merupakan penelitian *pre eksperimental design* dengan rancangan *one group pre test and post test design*. Teknik pengambilan sampel dengan cara *purposive sampling* dengan jumlah sample 33 responden. Lokasi penelitian ini di rumah sakit. Pengumpulan data menggunakan teknik analisis uji non-parametrik yaitu *wilcoxon t-test*. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pre operasi kanker serviks. Persamaan penelitian adalah sama-sama menganalisis pengaruh terapi dzikir untuk menurunkan tingkat kecemasan, rancangan penelitian yang digunakan yaitu dengan menggunakan rancangan *one group pre test and post test design*. Sedangkan perbedaannya terdapat pada waktu, tempat dan subjek penelitian yang dilakukan, dimana penelitian mengambil subjek pada lansia namun pada penelitian terdahulu pada pasien kanker serviks.