

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Banyak lansia yang mengalami gangguan kecemasan akibat ketidaksiapan menghadapi kematian. Mereka sering merasa cemas, takut, dan gelisah karena merasa masih banyak hal dalam hidup yang belum tercapai. Kecemasan ini ditandai oleh perasaan tidak berdaya, ketakutan terhadap rasa sakit terminal, hingga munculnya pikiran negatif (Herman et al., 2023). Lansia yang tidak mendapatkan penanganan psikologis yang tepat berisiko mengalami penurunan kualitas hidup secara drastis.

Berdasarkan data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2024, proporsi penduduk lanjut usia di Indonesia mencapai 11,75% dari total populasi. Hal ini menunjukkan bahwa dari total populasi 270 juta jiwa, sekitar 30 juta di antaranya adalah penduduk lanjut usia. Angka ini mencerminkan rasio beban demografi sebesar 17,08%, artinya untuk setiap 100 orang dalam kelompok usia produktif (15–59 tahun), terdapat 17 orang lanjut usia yang perlu didukung. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan bahwa pada tahun 2025, Indonesia akan mengalami peningkatan sebesar 41,4% dalam jumlah penduduk lanjut usia, yang merupakan tingkat pertumbuhan tertinggi di antara negara-negara anggota PBB. Selain itu, PBB memperkirakan bahwa di tahun 2050, jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia akan mencapai 60 juta (Akbar et al., 2021)

Di Jawa Timur jumlah lansia mencapai 5.994.931 jiwa, khususnya di Kabupaten Situbondo jumlah lansia pada tahun 2020 mencapai 100.602

jiwa. Dengan jumlah lansia terbanyak berada di Desa Klatakan sebanyak 1329 lansia. Peningkatan jumlah lansia ini perlu menjadi perhatian untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

Ketika seseorang memasuki usia lanjut, kemampuan fisik dan metabolisme tubuh mulai menurun. Lansia tidak lagi seproduktif dulu dan cenderung lebih bergantung pada orang lain. Banyak dari mereka juga mulai kehilangan pasangan hidup, pensiun dari pekerjaan, dan mengalami perubahan peran dalam keluarga. Di tahap ini, lansia mulai dihadapkan pada realitas kematian sebagai fase yang semakin dekat. Bagi lansia yang tidak memiliki dasar spiritual yang kuat atau pemaknaan hidup yang dalam, kondisi ini dapat menimbulkan kecemasan yang tinggi. Mereka mulai mempertanyakan tujuan hidup dan mengalami tekanan psikologis karena merasa belum siap untuk meninggalkan dunia. Jika tidak mendapatkan dukungan sosial, emosional, dan spiritual yang memadai, kondisi ini berlanjut menjadi penurunan kualitas hidup secara menyeluruh. Lansia merasa kesepian, hampa, tidak bermakna, bahkan bisa mengalami gangguan kejiwaan yang serius. Mereka kehilangan semangat hidup dan merasa hidupnya tidak lagi berguna (Luhung et al., 2020).

Pendekatan ini telah terbukti efektif dalam menangani masalah psikologis lansia adalah pendekatan religiusitas. Religiusitas dapat menjadi kekuatan internal yang mampu memperkuat makna hidup, memberikan ketenangan batin, serta menjadi landasan dalam menghadapi berbagai perubahan di usia senja. Berbagai bentuk praktik keagamaan seperti dzikir, sholat, istighfar, dan mengikuti kajian rohani terbukti mampu menenangkan hati, memperkuat

spiritualitas, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia (Fani Masruroh & Hielmi Anjaini Rahma, 2023).

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Irawan (2023) tentang pengaruh pemberian terapi berdzikir terhadap kesejahteraan psikologis lansia di pondok lansia, didapatkan bahwa terapi dzikir berpengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis lansia. Pernyataan tersebut juga diperkuat oleh hasil penelitian yang telah dilaksanakan oleh Ariani (2022) tentang menggapai kesejahteraan psikologis melalui terapi istighfar, yang menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis dapat diperoleh seseorang melalui terapi istighfar, sehingga dapat dikatakan bahwa terapi istighfar memberikan efek positif pada lansia. Didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2021) tentang dampak sholat dalam meningkatkan ketenangan batin, ditemukan bahwa sholat mampu memberikan efek relaksasi dan kedamaian bagi lansia, yang pada akhirnya berdampak pada peningkatan kesejahteraan psikologis lansia. Selain itu, hasil studi yang dilakukan oleh Putra (2020) tentang kajian rohani menunjukkan bahwa kegiatan rohani seperti pengajian, tafsir Al-Qur'an, dan doa bersama dapat meningkatkan rasa kebersamaan, mengurangi stres, serta memberikan makna hidup yang lebih dalam bagi lansia, sehingga berkontribusi pada kesejahteraan psikologis mereka (Irawan et al., 23).

Lebih jauh, pendekatan religius tidak hanya memberikan ketenangan secara individual, tetapi juga memperkuat koneksi sosial lansia dengan komunitasnya. Melalui kegiatan keagamaan yang dilakukan secara kolektif, seperti pengajian rutin, doa bersama, atau majelis dzikir, lansia dapat merasakan kebersamaan,

mengurangi kesepian, dan membentuk jaringan dukungan sosial yang sangat penting bagi kesehatan mental mereka. Keterlibatan dalam aktivitas spiritual ini menciptakan rasa dihargai, merasa masih berperan, dan meningkatkan kepercayaan diri lansia dalam menjalani kehidupannya (Irwan et al., 2022).

Berdasarkan paparan di atas, peneliti tertarik untuk membahas hubungan religiusitas dengan kualitas hidup lansia, serta bagaimana praktik keagamaan seperti dzikir, sholawat, dan kegiatan rohani lainnya dapat berkontribusi dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Lansia menghadapi berbagai tantangan seperti penurunan kondisi fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi akibat proses penuaan. Lansia sering kali kesulitan beradaptasi, yang berujung pada stres, kecemasan, dan perasaan kehilangan makna hidup. Kondisi ini berdampak pada menurunnya kualitas hidup, mencakup dimensi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Religiusitas diyakini mampu mendukung kesejahteraan lansia dengan memberikan ketenangan batin, membantu menerima keterbatasan, dan menghadapi tantangan secara positif. Religiusitas juga berperan dalam membantu lansia beradaptasi lebih baik terhadap perubahan hidupnya. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang mendalam untuk memahami peran religiusitas dalam meningkatkan kualitas hidup lansia, sehingga dapat menjadi dasar intervensi yang lebih efektif bagi lansia.

2. Pertanyaan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah

- a. Bagaimana tingkat religiusitas lansia di Desa Klatakan Kabupaten Situbondo ?
- b. Bagaimana kualitas hidup lansia di Desa Klatakan Kabupaten Situbondo?
- c. Apakah terdapat hubungan antara tingkat religiusitas dengan kualitas hidup lansia di Desa Klatakan Kabupaten Situbondo?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan religiusitas dengan kualitas hidup lansia di Desa Klatakan Kabupaten Situbondo

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi religiusitas pada lansia di Desa Klatakan Kabupaten Situbondo
- b. Mengidentifikasi kualitas hidup pada lansia di Desa Klatakan Kabupaten Situbondo
- c. Menganalisis hubungan religiusitas dengan kualitas hidup lansia di Desa Klatakan Kabupaten Situbondo

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat dalam kesehatan baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat yaitu:

- a. Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori dalam bidang kesehatan dan psikologi lansia, khususnya mengenai peran religiusitas sebagai faktor yang memengaruhi kualitas hidup.
- b. Hasil penelitian ini dapat memperkuat pemahaman tentang pentingnya dimensi spiritual dalam menunjang kesejahteraan fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan lansia.
- c. Penelitian ini memperkaya literatur ilmiah terkait hubungan religiusitas dengan kualitas hidup, sehingga dapat menjadi dasar bagi kajian lebih lanjut dalam upaya meningkatkan kesejahteraan lansia.

2. Manfaat Praktis

- a. Institut Kesehatan

Temuan penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar bagi lembaga terkait, seperti Dinas Kesehatan dan lembaga pelayanan sosial, dalam merancang program intervensi berbasis religiusitas untuk meningkatkan kualitas hidup lansia.

- b. Tenaga Kesehatan

Penelitian ini dapat memberikan wawasan kepada tenaga kesehatan mengenai pentingnya pendekatan spiritual dalam mendukung kesehatan mental dan emosional lansia, sehingga mereka dapat memasukkan elemen religiusitas dalam intervensi dan pelayanan mereka.

c. Lansia

Lansia sebagai responden dapat meningkatkan kesadaran tentang pentingnya religiusitas dalam menjaga kualitas hidup mereka. Partisipasi dalam penelitian ini dapat memberikan pengalaman yang positif, seperti perasaan dihargai dan didengarkan dalam membagikan pandangan mereka terkait religiusitas dan kehidupan sehari-hari.

d. Peneliti selanjutnya

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya, terutama dalam mengembangkan model intervensi yang berbasis religiusitas untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Peneliti selanjutnya dapat memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan variabel lain, seperti jenis aktivitas religius atau peran keluarga dalam mendukung spiritualitas lansia. Penelitian ini memberikan data awal yang berguna untuk studi kuantitatif yang lebih mendalam di masa .