

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Lansia merupakan usia yang mendekati akhir siklus kehidupan manusia di dunia. Dalam masa ini seseorang menghadapi berbagai tantangan dalam dinamika psikologis dirinya, seperti sindrom pasca-kekuasaan, masa kesepian dan juga kecemasan menjelang kematian. Orang usia lanjut yang menghadapi kematian akan berpeluang untuk merasakan kecemasan yang dapat mengganggu proses adaptasi dalam kehidupan. Jika perasaan cemas tersebut terus-menerus dialami lansia maka kondisi itu dapat memberikan dampak buruk pada kesehatan lansia baik fisik maupun mental, bahkan dapat menimbulkan penyakit-penyakit fisik seperti gangguan sirkulasi darah, gangguan metabolisme hormonal, gangguan pada persendian dan berbagai macam neoplasma sehingga akan mengganggu kegiatan sehari-hari (Ningrum dkk, 2018).

Berdasarkan Hasil Sensus Penduduk Indonesia (2015), Indonesia saat ini termasuk ke dalam lima besar negara dengan jumlah penduduk lanjut usia terbanyak di dunia yakni 18,1 juta jiwa atau 9,6% dari jumlah penduduk. Berdasarkan proyeksi Bappenas jumlah penduduk lansia 60 tahun atau lebih diperkirakan akan meningkat dari 18,1 juta (2015) menjadi 29,1 juta (2020) dan 36 juta (2025) (*National Development Planning Agency*, 2015). Dalam survey yang dilakukan oleh CIA tahun 2017 di Jawa Timur tentang tingkat kecemasan lansia dalam menghadapi kematian di dapatkan hasil 67% takut akan datangnya kematian karena takut tidak bisa bertemu dengan keluarga, 37% merasa cemas ketika terserang penyakit dan akhirnya akan meninggal dunia (Agency, 2017).

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 30 September 2021 di Panti Lansia Al Ishlah Blimbing Malang dengan wawancara pada 10 lansia didapatkan hasil 8 lansia berusia 55-70 tahun mengatakan resah akan datangnya kematian karena tidak bisa bertemu dengan anak dan cucu-cucunya dan menangis ketika ditanyai tentang kematian karena ibadahnya kurang dan banyak dosa, sedangkan 2 orang berusia 50 tahun tidak mengalami kecemasan dengan mengatakan semua orang akan mengalami kematian tinggal menunggu waktu.

Pada masa usia lanjut seseorang akan mengalami berbagai peristiwa seperti ditinggalkan anak karena membangun keluarga sendiri, pensiun atau berhenti dari pekerjaan dan juga periode cemas dalam menghadapi kematian yang semakin dekat, maka kecemasan akan kematian menjadi masalah psikologis yang penting pada lansia, khususnya lansia yang mengalami penyakit. Kecemasan akan kematian dapat berkaitan dengan datangnya kematian itu sendiri dan dapat pula berkaitan dengan caranya kematian serta rasa sakit atau siksaan yang mungkin menyertai datangnya kematian. Seseorang yang mengalami kecemasan terhadap kematian dan tidak ditangani dengan segera dapat menimbulkan kekhawatiran berlebih, kesusahan, ketidaknyamanan, ketegangan, kegelisahan bahkan dapat menimbulkan stres dan depresi pada lansia. Rangkaian perasaan yang dipicu oleh pemikiran mengenai kematian disebut *death anxiety*. *Death anxiety* dapat meningkat secara dramatis ketika lansia mengalami stres atau ancaman seperti masalah kesehatan, penyakit atau kematian orang terdekat (Carpenito, 2018).

Menurut Baharudin (2017) upaya mengurangi kecemasan pada lansia akan kematian dengan cara memberikan dukungan sosial pada lansia untuk menambah ketentraman hidupnya, mengajak lansia untuk lebih mendekatkan diri kepada Tuhan, banyak minum air putih, melakukan kegiatan ringan untuk mengisi waktu

luang, hindari kafein seperti kopi karena kafein dapat memicu kecemasan serta hiruplah aroma terapi seperti lavender karena dapat membantu menenangkan diri. Berdasarkan latar belakang tersebut di atas maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang gambaran kecemasan lansia dalam menghadapi kematian di panti Al Ishlah Blimbing Malang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran kecemasan lansia dalam menghadapi kematian di Panti Al Ishlah Blimbing Malang?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Mengetahui bagaimana gambaran kecemasan lansia dalam menghadapi kematian di Panti Al Ishlah Blimbing Malang.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Bermanfaat memberikan tambahan informasi serta hasanah pengetahuan tentang cara menghindari kecemasan dalam menghadapi kematian pada lansia.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi Institusi Pendidikan**

Sebagai sumber kepustakaan atau referensi dalam rangka membantu pengembangan pendidikan di bidang kesehatan tentang menurunkan atau menghindari kecemasan pada lansia dalam menghadapi kematian.

## **2. Bagi Lansia**

Dapat dijadikan sebagai acuan atau pengetahuan lansia dalam menurunkan atau mengelola kecemasan dalam menghadapi kematian pada lansia sehingga lansia dapat lebih tenang dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

## **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Dari hasil penelitian ini diharapkan peneliti dapat berpikir secara ilmiah dalam memecahkan masalah seperti kecemasan berat yang sedang dialami lansia dalam menghadapi kematian dan diharapkan peneliti mampu memberikan penyelesaian masalah ketika lansia mengalami kecemasan berat dalam menghadapi kematian.

