

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lansia merupakan fase penutupan dalam siklus kehidupan manusia yang rentan mengalami gangguan psikologis, terutama kecemasan, sebagai akibat dari berbagai perubahan alami pada dimensi fisik, mental, sosial, serta spiritual yang menyertainya. *World Health Organization* (WHO) dalam laporan terbaru mengenai penuaan sehat (*healthy ageing*) mendefinisikan lansia sebagai individu yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas (World Health Organization, 2025b). Penurunan fungsi fisik dan menurunnya peran sosial yang dialami lansia kerap memicu kekhawatiran akan kematian, penyakit, dan kesepian, sehingga kecemasan menjadi salah satu masalah psikologis yang paling umum ditemukan pada kelompok usia ini. Di sisi lain, spiritualitas berperan sebagai salah satu mekanisme koping utama yang membantu lansia memaknai perubahan hidup tersebut, menumbuhkan rasa pasrah dan penerimaan diri, serta memberikan ketenangan batin dalam menghadapi penalaran di masa tua, sehingga kecemasan yang dirasakan dapat berkurang (Ruswadi & Supriatun, 2022). Semakin baik tingkat spiritualitas seseorang, semakin baik pula kemampuannya dalam mengelola stres dan tekanan hidup, sehingga tingkat kecemasan yang dialami cenderung menjadi lebih rendah. Sebaliknya, lansia dengan spiritualitas yang rendah lebih rentan mengalami kecemasan karena tidak memiliki sumber kekuatan batin untuk menghadapi perubahan dan tekanan hidup yang dialaminya (Muthmainnah, 2025). Dengan demikian, lansia tidak hanya membutuhkan layanan kesehatan fisik, tetapi juga memberikan perhatian serius terhadap aspek psikologis dan spiritual yang saling berkaitan erat serta saling mempengaruhi satu sama lain (Ruswadi & Supriatun, 2022).

Populasi lansia di dunia maupun di Indonesia terus mengalami peningkatan setiap tahunnya. *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa jumlah penduduk lansia pada tahun 2020 telah menyentuh angka 1 miliar dan diprediksi akan terus meningkat hingga mencapai 1,4 miliar pada tahun 2030 (World Health Organization, 2025b). Di Indonesia, berdasarkan data

resmi Badan Pusat Statistik (2025), jumlah penduduk lansia pada tahun 2025 tercatat sebanyak 33,7 juta jiwa atau 11,8% dari total populasi. Di Jawa Timur, proporsi lansia telah mencapai 14,91% dari total penduduk provinsi (BPS Provinsi Jawa Timur, 2025). Berdasarkan data BPS Kabupaten Malang (2025), jumlah penduduk lanjut usia di Kabupaten Malang tercatat sebanyak 422.000 jiwa. Di Dusun Rowotrate Desa Sitarjo Kabupaten Malang, dari total 464 jiwa penduduk, terdapat 99 orang lanjut usia (usia >60 tahun) atau sekitar 21,8% dari total populasi dusun (Puskesmas Sitarjo, 2024).

Salah satu masalah psikologis yang paling sering dialami lansia adalah kecemasan, yang apabila tidak segera ditangani dapat menimbulkan berbagai dampak negatif bagi kesehatan fisik maupun mental mereka. Kecemasan merupakan kondisi emosional yang ditandai dengan perasaan khawatir, takut, gelisah, serta berkomitmen terhadap sesuatu yang akan terjadi di masa depan (Narullita et al., 2025). Kecemasan yang tidak tertangani dapat menimbulkan gangguan tidur, penurunan nafsu makan, kesulitan berkonsentrasi, hingga peningkatan tekanan darah yang berujung pada penurunan kualitas hidup lanjut usia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025). Selain berdampak pada kondisi fisik, dampak dari kecemasan seperti ketegangan otot dan sistem saraf yang terus-menerus aktif juga termasuk faktor risiko yang dapat menyebabkan penyakit kardiovaskular (World Health Organization, 2025a). Lebih jauh lagi, kondisi psikososial yang memburuk penanganannya tanpa tepat berpotensi menjerumuskan lansia ke dalam depresi berat, terutama akibat perasaan tidak berdaya dan minimnya dukungan sosial di sekitarnya (Sovianti et al., 2025).

Kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang cukup sering terjadi pada lansia dan bersifat kompleks karena dipengaruhi oleh banyak faktor yang saling berkaitan. Beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan pada lansia meliputi kondisi kesehatan yang mulai menurun, adanya penyakit kronis, keterbatasan ekonomi, kehilangan pasangan hidup, perubahan peran sosial, hingga rasa kesepian karena interaksi dengan keluarga dan lingkungan sekitar yang semakin berkurang (Sovianti et al., 2025). Di sisi lain, kesadaran lansia terhadap fase akhir kehidupan juga bisa menimbulkan kekhawatiran dan ketakutan tersendiri (Ruswadi &

Supriatun, 2022). Oleh karena itu, kecemasan pada lansia perlu ditangani secara komprehensif dan berkelanjutan, sebab jika dibiarkan begitu saja dapat berdampak buruk bahkan mengancam keselamatan jiwa lansia.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kondisi psikologis lansia, termasuk tingkat kecemasannya, adalah spiritualitas. Spiritualitas merupakan aspek penting dalam kehidupan seseorang yang berkaitan dengan keyakinan, makna hidup, serta hubungan individu dengan Tuhan, diri sendiri, dan orang lain (Muthmainnah, 2025). Pemenuhan kebutuhan spiritual pada menjadi lansia prioritas tertinggi dalam hierarki kebutuhannya, sekaligus elemen esensial untuk mendukung pemahaman dan ketenangan batin mereka (Wulandari et al., 2023). Lansia dengan tingkat spiritualitas yang baik cenderung memiliki kemampuan coping yang lebih baik dalam menghadapi stres dan tekanan hidup, sehingga perasaan cemas yang dialami dapat berkurang (Muthmainnah, 2025). Hal ini diperkuat oleh temuan Shabani et al., (2023) yang membuktikan spiritualitas menjadi mediator efektif dalam menekan dampak kecemasan pada 100 lansia dengan penyakit kronis.

Tidak semua lansia memiliki tingkat spiritualitas yang baik, karena keterlibatan dalam aktivitas keagamaan pada kenyataannya masih bervariasi. Beberapa lansia masih kurang aktif dalam menjalankan kegiatan ibadah maupun kegiatan keagamaan di lingkungan masyarakat. Kurangnya keterlibatan dalam aktivitas spiritual tersebut dapat mempengaruhi ketenangan batin serta kemampuan lansia dalam menghadapi berbagai permasalahan hidup, sehingga menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki peran penting dalam menjaga keseimbangan psikologis pada lansia (Muthmainnah, 2025).

Fenomena di Dusun Rowotrate menunjukkan bahwa masyarakat setempat, termasuk lansia, memiliki potensi sumber daya spiritual yang cukup kuat, namun tingkat keterlibatan lansia dalam aktivitas tersebut bervariasi antar individu. Secara umum, kehidupan spiritual warga dusun ditopang oleh kegiatan rutin keagamaan, seperti ibadah mandiri yang dilakukan secara pribadi di rumah, ibadah rutin mingguan berupa Kebaktian Rukun Warga (KRW) atau ibadah kelompok, serta hari perayaan besar keagamaan yang diikuti oleh sebagian besar warga. Sebagian besar

lansia aktif terlibat dalam seluruh rangkaian kegiatan tersebut dan menjadikan ibadah sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada Tuhan serta menenangkan pikiran ketika menghadapi tekanan hidup. Sebaliknya, sebagian lansia lain cenderung pasif, jarang mengikuti ibadah kelompok, dan lebih banyak menjalankan ibadah secara mandiri dengan intensitas yang rendah, sehingga pengalaman spiritual harian yang mereka rasakan pun relatif minim. Perbedaan kedalaman pengalaman spiritual inilah yang diduga ikut berkontribusi terhadap perbedaan tingkat kecemasan yang dialami lansia di dusun tersebut. Meski demikian, masih terdapat lansia yang mengalami gejala kecemasan seperti ketegangan terus-menerus dan gejala somatik ringan berupa jantung berdebar dan gangguan tidur, meskipun telah melakukan kegiatan keagamaan, dan belum diketahui secara ilmiah mana jarak keterlibatan dalam aktivitas spiritual tersebut mengurangi tingkat kecemasan yang dialami lansia di wilayah ini.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 18 November 2025 di Dusun Rowotrate Desa Sitarjo Kabupaten Malang menemukan bahwa seluruh lansia yang diwawancarai mengalami kecemasan dengan derajat yang bervariasi. Wawancara dilakukan terhadap 7 orang lansia berusia 61, 62, 63, 67, 72, 87, dan 89 tahun, terdiri atas 2 orang laki-laki dan 5 orang perempuan. Pemicu kecemasan yang diungkapkan responden pun beragam: lima orang mengkhawatirkan kondisi ekonomi keluarga dan dua orang merasa cemas terhadap penurunan kondisi fisik. Ungkapan-ungkapan responden memperkuat pemahaman kecemasan tersebut. Salah satu responden mengungkapkan bahwa dalam satu minggu terakhir ia merasa kurang nyaman dan sulit tidur karena memikirkan biaya kebutuhan sehari-hari yang semakin sulit terpenuhi. Responden lain menyatakan dalam satu minggu terakhir ia merasa jantungnya sering berdebar dan khawatir terhadap kondisi kesehatannya yang terus menurun. Seluruh responden menyatakan bahwa jika sakit, mereka pertama kali datang ke Poskesdes di dusun atau Puskesmas Sitarjo, dan tidak pernah mengakses layanan konseling atau kesehatan jiwa secara khusus. Tiga lansia yang aktif mengikuti ibadah rutin, ibadah Kebaktian Rukun Warga (KRW), dan kelompok ibadah berada pada tingkat kecemasan sedang, ditandai dengan ketegangan terus-menerus dan gangguan tidur, namun masih mampu mengelola kecemasannya melalui kedekatan spiritual dengan Tuhan. Salah satu responden dari kelompok ini mengungkapkan bahwa meskipun dalam

satu minggu terakhir ia sempat merasa cemas, ia merasa lebih tenang setelah mengikuti ibadah bersama. Sebaliknya, empat lansia yang jarang terlibat dalam aktivitas keagamaan dan memiliki pengalaman spiritual harian yang rendah menunjukkan kecemasan pada tingkat berat, dengan kekhawatiran mendalam yang sulit dikendalikan, disertai gangguan fisik signifikan pada sistem kardiovaskular maupun pernapasan. Salah satu responden dari kelompok ini mengatakan bahwa dalam satu minggu terakhir ia merasa sangat cemas, sesak napas, dan susah tidur setiap kali memikirkan kondisi ekonominya, namun jarang berdoa atau mengikuti kegiatan ibadah. Temuan ini menunjukkan adanya keterkaitan antara tingkat spiritualitas dengan tingkat kecemasan pada lansia di Dusun Rowotrate. Mengingat lansia di wilayah ini hanya mengakses Poskesdes dan Puskesmas sebagai fasilitas kesehatan utama, hasil penelitian ini penting sebagai dasar bagi perawat komunitas dan tenaga kesehatan Puskesmas dalam mengembangkan intervensi berbasis spiritualitas yang kontekstual dan aplikatif untuk menurunkan kecemasan pada lansia di komunitas pedesaan.

Korelasi antara spiritualitas dan kecemasan telah divalidasi oleh berbagai penelitian terdahulu. Riset oleh Ardinata et al., (2024) meneliti hubungan spiritualitas dengan tingkat kecemasan lansia di Puskesmas Kenali Kabupaten Lampung Barat, dengan hasil $p\text{-value} < 0,001$, yang berarti terdapat hubungan yang sangat bermakna secara statistik antara spiritualitas dengan tingkat kecemasan. Ditemukan bahwa spiritualitas sangat mempengaruhi tingkat kecemasan, ketika spiritualitas yang baik sesuai dengan nilai-nilai agama dan adat istiadat maka tingkat kecemasan akan rendah. Penelitian lainnya dilakukan oleh Wulandari et al., (2023) yang meneliti tentang hubungan pemenuhan kebutuhan spiritual dengan tingkat kecemasan lansia di Panti Werdha. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan pemenuhan kebutuhan spiritual dengan tingkat kecemasan lansia dengan $p\text{-value} 0,000$, yang berarti secara statistik terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kedua variabel tersebut. Penelitian terbaru dari Muthmainnah (2025) dalam buku "Dimensi Spiritual dalam Proses Penyembuhan" menyatakan bahwa spiritualitas yang baik berkorelasi secara signifikan dengan penurunan kecemasan pada lansia di berbagai konteks budaya Indonesia. Hasil ini sejalan dengan penelitian Amira et al., (2025) pada 270 lansia di Kelurahan Lebakjaya Garut sebagai pembanding dari tatanan komunitas

di Indonesia yang menemukan hubungan negatif antara tingkat spiritual dengan kecemasan ($p = 0,014 < 0,05$), artinya terdapat hubungan yang bermakna secara statistik meskipun dengan kekuatan hubungan yang lemah ($r = -0,159$). Serangkaian penelitian terdahulu ini sebagian besar dilakukan di tatanan institusional seperti panti wedha, sehingga terdapat kesenjangan penelitian mengenai hubungan tingkat spiritualitas dan tingkat kecemasan lansia di tatanan komunitas, khususnya di wilayah pedesaan yang memiliki karakteristik sosial-budaya dan keterbatasan akses layanan kesehatan yang berbeda, seperti Dusun Rowotrate Desa Sitarjo Kabupaten Malang. Oleh karena itu, penelitian ini sangat mendesak untuk dilaksanakan guna mengisi kesenjangan tersebut dan memberikan dasar bukti ilmiah yang dapat digunakan oleh perawat dan tenaga kesehatan Puskesmas dalam merencanakan intervensi yang berbasis spiritualitas di komunitas pedesaan.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan Tingkat Spiritualitas dengan Tingkat Kecemasan pada Lansia di Dusun Rowotrate Desa Sitarjo Kabupaten Malang”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara tingkat spiritualitas dengan tingkat kecemasan pada lansia di Dusun Rowotrate Desa Sitarjo Kabupaten Malang?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara tingkat spiritualitas dengan tingkat kecemasan pada lansia di Dusun Rowotrate Desa Sitarjo Kabupaten Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

1. Mengidentifikasi tingkat spiritualitas pada lansia di Dusun Rowotrate Desa Sitarjo Kabupaten Malang.

2. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada lansia di Dusun Rowotrate Desa Sitarjo Kabupaten Malang.
3. Menganalisis hubungan antara tingkat spiritualitas dan tingkat kecemasan pada lansia di Dusun Rowotrate Desa Sitarjo Kabupaten Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Secara Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi baru mengenai hubungan antara tingkat spiritualitas dengan tingkat kecemasan pada lansia di Dusun Rowotrate Desa Sitarjo Kabupaten Malang.

1.4.2 Secara Praktis

1. Bagi Lansia

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada lansia mengenai pentingnya meningkatkan spiritualitas dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan serta meningkatkan kualitas hidup lansia.

2. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi pihak puskesmas dalam meningkatkan pelayanan kesehatan kepada lansia, khususnya dalam memperhatikan aspek spiritualitas sebagai salah satu upaya untuk membantu menurunkan tingkat kecemasan pada lansia.

3. Bagi Instansi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dan sumber informasi ilmiah mengenai hubungan antara tingkat spiritualitas dengan tingkat kecemasan pada lansia serta dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran khususnya pada mata kuliah Keperawatan Gerontik.

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian ilmiah, khususnya mengenai hubungan antara tingkat spiritualitas dengan tingkat kecemasan pada lansia.