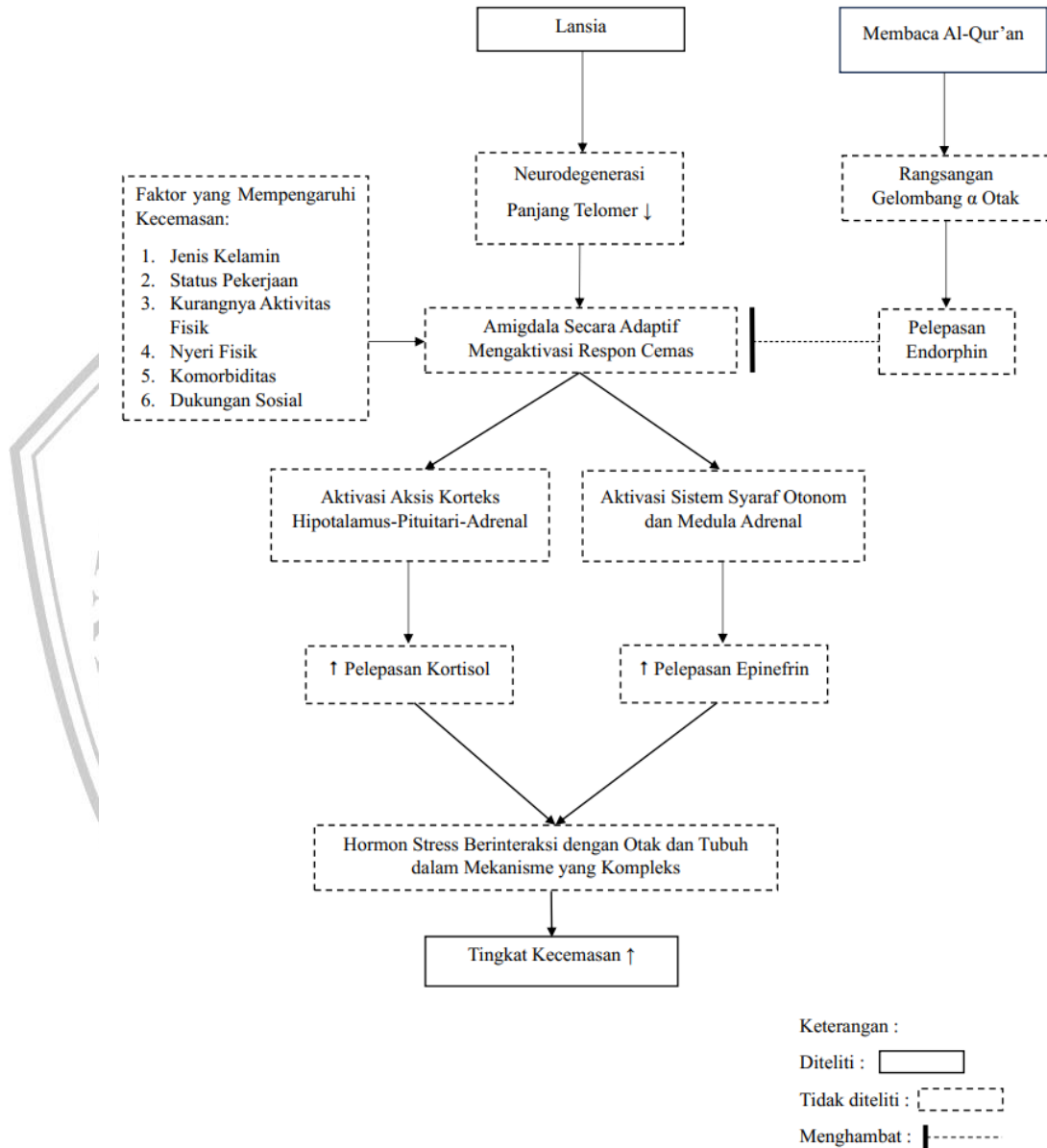


BAB III

KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN

3.1 Kerangka Konsep



Gambar 3.1
Kerangka Konsep

Proses menua pada manusia merupakan proses alami yang disertai adanya penurunan kondisi fisik, psikologis maupun sosial yang saling berinteraksi satu sama lain. Peningkatan telomer dan neurodegenerasi pada lansia dapat menyebabkan peningkatan kecemasan pada lansia. Peningkatan telomer mengganggu sumsum tulang belakang hipotalamus dan fungsi imun, meningkatkan stres oksidatif, dan menyebabkan kerusakan telomer, yang memicu peradangan sistemik dan stres oksidatif. Sementara itu, neurodegenerasi memengaruhi struktur otak yang mengatur emosi dan respons terhadap stres, membuat individu kesulitan mengatasi stresor dan mengatur emosi. Dua mekanisme ini saling memperburuk gejala kecemasan pada lansia. Kondisi fisik pada lansia juga secara umum menurun hal ini tentunya menurunkan produktifitas, kepercayaan diri juga kualitas hidup sehingga para lansia cenderung menarik diri dari masyarakat yang menyebabkan adanya rasa takut dan cemas karena ia merasa lebih lemah dan tidak bisa beraktivitas normal seperti orang pada umumnya. Dari segi psikologis dan sosial lansia cenderung memiliki pengaruh dari status sosialnya dan kemampuan mereka dimana para lansia sudah tidak bisa bekerja lagi atau pensiun dikarenakan keterbatasan fisik atau pun ketentuan yang ada menyebabkan mereka kehilangan fasilitas yang pernah ia dapatkan, mereka juga kehilangan kebanggaan atas jabatan dan wewenang yang dapat mereka lakukan sebelum pensiun dan banyak para lansia yang belum bisa menerima bahwa diri mereka telah pensiun. Kurangnya adaptasi atas perubahan proses penuaan pun memperburuk dari segi

mental/psikologis nya mulai dari sikap dan perilaku yang tentunya dapat berdampak pada rasa takut akan hal hal yang belum terjadi dan dapat membebani pikiran mereka yang pada akhirnya akan menyebabkan masalah Kesehatan mental seperti kecemasan. Pada saat terjadi rasa takut/kecemasan akan meningkatkan pelepasan kortisol dan epinefrin yang nantinya akan meningkatkan rasa stress saat berinteraksi dengan otak dan menyebabkan gangguan kecemasan. Dengan intensitas membaca Al-Qur'an yang tinggi dapat merangsang gelombang α otak yang nantinya akan menstimulasi pelepasan endorpin sehingga mencegah timbulnya stress.

3.2 Hipotesis Penelitian

Terdapat hubungan intensitas membaca Al-Qur'an terhadap tingkat kecemasan pada Lansia di Panti Jompo X Malang