

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Proses menua merupakan suatu keadaan yang terjadi dalam kehidupan manusia, dan proses ini biasanya menyebabkan terjadinya penurunan fungsi dan beban organ tubuh sehingga berdampak pada menurunnya kualitas hidup pada lanjut usia (Anantari et al., 2022). Sedangkan lansia (lanjut usia) mengacu pada orang yang berusia di atas 60 tahun (Yohanes, 2024). Menurut Kementerian Kesehatan RI (2010), penuaan merupakan suatu proses alamiah yang tidak bisa dihindari. Proses penuaan disebabkan oleh faktor biologis (Hidayati, 2023). Berdasarkan Data PBB tahun 2022 menunjukkan bahwa tingkat pertumbuhan penduduk lanjut usia di seluruh dunia diperkirakan mencapai 727 juta orang berusia 65 tahun ke atas pada tahun 2020. Diperkirakan pada tahun 2050, jumlah penduduk lanjut usia di seluruh dunia akan meningkat dua kali lipat menjadi 1,5 miliar. Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2021, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengumumkan bahwa jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia diperkirakan akan mencapai 19,9% pada tahun 2045 (Jasmita, 2024).

Populasi lansia di negara berkembang menjadi bagian yang lebih besar daripada sebelumnya. Pada tahun 2017, diperkirakan 962 juta orang berusia 60 tahun ke atas di dunia, meliputi 13% dari populasi global (3). Persentase ini akan meningkat secara pesat pada dekade mendatang, terutama di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Pada 2050, satu dari lima populasi akan mencapai usia 60 tahun atau lebih. Kecenderungan ini dimulai sekitar 50 tahun yang lalu. Hal ini mencerminkan dampak gabungan dari tingkat

kesuburan yang turun dengan cepat dan harapan hidup yang meningkat pesat di sebagian besar dunia, biasanya seiring dengan perkembangan sosial-ekonomi (WHO, 2021).

Kesepian merupakan salah satu ketidakmampuan yang sering dialami oleh lansia untuk membentuk hubungan sosial sesuai dengan yang diharapkan, (Jasmita, 2024). Kesepian juga dapat menimbulkan dampak psikologis pada lansia, seperti meningkatkan risiko terkena penyakit Alzheimer (Kuanca, 2024). Bagi sebagian orang, kesepian dianggap sebagai hal biasa, namun bagi sebagian lainnya bisa menjadi kesedihan yang mendalam atau duka. Duka terjadi ketika klien mengalami keterpisahan dari orang lain dan dislokasi sosial. Kesepian seringkali berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental seperti merasa tidak punya teman untuk melakukan aktivitas sehari-hari (Putri, 2024). Permasalahan yang dihadapi lansia meliputi aspek fisik, kognitif, emosional, dan spiritual. Kesulitan menyesuaikan diri terhadap perubahan dapat menimbulkan tantangan psikososial seperti kecemasan. Penyakit mental atau neurologis yang paling umum terjadi pada lansia adalah demensia, depresi, dan kecemasan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa faktor fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan mempengaruhi kualitas hidup lansia. Berbagai tantangan psikologis yang dihadapi lansia, seperti kecemasan, gangguan tidur, dan depresi (Praptomo et al., 2024).

Salah satu aspek yang berpengaruh terhadap kesepian pada lansia adalah aspek spiritual. Nilai-nilai spiritual Islam harus ditanamkan dalam diri setiap manusia di usia lanjut. Nilai-nilai dan ajaran agama yang memungkinkan siapa pun lepas dari segala permasalahan sosial dan pribadi adalah ajaran spiritual (tasawuf). Tasawuf merupakan ikhtiar manusia untuk menyucikan jiwa semurni mungkin, dengan tujuan akhir

mendekatkan diri kepada Tuhan agar kehadiran-Nya dapat dirasakan sebagai kenyataan (Nashihin et al., 2022). Bagi para lansia, spiritualitas adalah satu-satunya kebutuhan yang sangatlah penting karena tuntutan mereka adalah hal yang paling mendalam dan perseptif.(Siwayana et al., 2020). Agar kehidupan seseorang menjadi lebih baik dan bermakna bagi orang lain, maka spiritualitas dapat dijadikan pedoman dalam mengevaluasi aktivitasnya. Salah satu aspek spiritual misalnya keberadaan tempat ibadah dan pengajian membawa dampak terhadap spiritual yang baik (Setyowati et al., 2021)

Penelitian mengenai kesepian pada lansia memiliki urgensi yang tinggi mengingat dampak negatif yang dapat ditimbulkannya terhadap kesehatan fisik, mental, dan psikososial. Seiring dengan meningkatnya jumlah populasi lansia, penting untuk memahami aspek-aspek yang mempengaruhi kualitas hidup mereka, termasuk faktor-faktor psikologis dan spiritual yang berperan dalam mengurangi perasaan kesepian. Kesepian pada lansia tidak hanya dapat meningkatkan risiko penyakit seperti Alzheimer dan gangguan psikologis lainnya, tetapi juga berdampak pada kemampuan mereka dalam menjalani aktivitas sehari-hari dengan baik. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji lebih dalam tentang bagaimana aspek spiritualitas dapat membantu mengurangi kesepian dan meningkatkan kesejahteraan lansia, sehingga dapat memberikan rekomendasi yang bermanfaat bagi intervensi kesehatan holistik yang berfokus pada peningkatan kualitas hidup mereka.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimanakah pengalaman spiritual dalam mengatasi kesepian pada lansia di Ponorogo ?

### **1.3. Tujuan Penelitian**

Untuk mengeksplorasi pengalaman spiritual dalam mengatasi kesepian pada lansia di Ponorogo ?

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Bagi Partisipan**

Lansia yang mengalami kesetaraan mungkin menderita dampak psikologis yang parah termasuk keputusasaan dan kekhawatiran. Pasien lanjut usia dapat memperoleh manfaat dari peningkatan kesejahteraan emosional dan psikologis melalui aktivitas spiritual yang sesuai dengan menyadari pentingnya elemen spiritual dalam menurunkan kesepian, yang dapat menurunkan kesepian dan meningkatkan kualitas hidup.

#### **1.4.2 Manfaat Bagi Perawat**

Pentingnya spiritualitas dalam perawatan lansia dapat lebih dipahami oleh perawat. Hal ini memungkinkan perawat untuk memasukkan pendekatan spiritual ke dalam perawatan mereka, yang dapat mengurangi kesetaraan dan meningkatkan kesehatan emosional individu lanjut usia.

#### **1.4.3 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan**

Temuan penelitian ini berpotensi merangsang inovasi dalam pendekatan pengajaran dan pelatihan bagi calon perawat untuk memahami dan memasukkan unsur spiritual ke dalam perawatan mereka sehari-hari, serta penelitian lebih lanjut di bidang kesehatan mental dan spiritual lansia.