

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Proses menua (*Aging*) adalah proses alami yang disertai adanya penurunan fisik, psikologis maupun sosial yang saling berinteraksi satu sama lain. Seseorang yang berusia lanjut akan mengalami perubahan-perubahan akibat penurunan fungsi sistem tubuh. Menjadi tua merupakan keadaan yang harus dilalui oleh semua makhluk hidup, apabila memiliki usia yang panjang. Walaupun proses penuaan benar adanya dan merupakan sesuatu yang normal, akan tetapi pada kenyataannya, proses ini lebih menjadi beban bagi orang lain dibandingkan proses lain yang terjadi, sehingga berbagai upaya dilakukan untuk menghambat proses tersebut (Musri, 2003 dalam Wicaksono 2011).

Pada umumnya usia madya atau setengah baya dipandang sebagai masa usia antara 40-60 tahun. Usia madya merupakan periode yang panjang dalam rentang kehidupan manusia, biasanya usia tersebut dibagi kedalam dua sub bagian, yaitu : *usia madya dini* yang membentang dari usia 40 hingga 50 tahun dan *usia madya lanjut* yang berbentang antara usia 50 hingga 60 tahun. Masa tersebut akhirnya ditandai oleh adanya perubahan-perubahan fisik dan mental (Hurlock, 1999).

Secara biologis penduduk lanjut usia adalah penduduk yang mengalami proses penuaan secara terus menerus, yang ditandai dengan menurunnya daya tahan fisik yaitu semakin rentannya terhadap serangan penyakit yang dapat menyebabkan kematian. Hal ini disebabkan terjadinya perubahan dalam

struktur dan fungsi sel, jaringan, serta sistem organ. Menurut UU no 4 tahun 1965 lansia adalah seseorang yang mencapai umur 55 tahun, tidak berdaya mencari nafkah sendiri untuk keperluan hidupnya sehari-hari dan menerima nafkah dari orang lain, sedangkan menurut UU no.12 tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia (lanjut usia) adalah seseorang yang telah mencapai usia diatas 60 tahun (Depsos, 1999 dalam Aindaniyah). Usia lanjut adalah sesuatu yang harus diterima sebagai suatu kenyataan dan fenomena biologis. Kehidupan itu akan diakhiri dengan proses penuaan yang berakhir dengan kematian.

Dari hasil penelitian WHO yang mengalami kecemasan dalam menghadapi proses penuaan umur 40-50 tahun 70-80% wanita Eropa, 60% wanita Amerika, 57 % wanita di Malaysia, 18 % wanita di Cina, 10% wanita di Jepang dan Indonesia (Sinar Harapan, 2003). Sedangkan penelitian lain di Indonesia menunjukkan dari 50 pria usia dewasa madya mengalami kecemasan dalam menghadapi proses penuaan tapi tidak mutlak (100%) melainkan bervariasi yaitu yang mengalami kecemasan tingkat ringan sebanyak 22%, berarti yang tidak mengalaminya sebanyak 78%. Yang mengalami kecemasan tingkat sedang sebanyak 30%, berarti yang tidak mengalami sebanyak 70%. Yang mengalami kecemasan tingkat berat sebanyak 40%, berarti yang tidak mengalami sebanyak 60%. Yang mengalami kecemasan tingkat panik 36%, berarti yang tidak mengalami sebanyak 64%. Munculnya perasaan cemas pada pria usia dewasa madya dalam menghadapi andropause yang tidak mutlak (100%) karena secara

medis terdapat terapi hormon, dan secara psikologis terdapat mekanisme pertahanan diri (Septiningsih, 2008).

Dari data dinas kesehatan Ponorogo 2013 data penduduk usia Madya 40-60 tahun di Kecamatan Sawoo berjumlah 10.077 jiwa memasuki urutan kedua para usia madya se-kabupaten Ponorogo. Di dapatkan dari data puskesmas Sawoo tahun 2013 penduduk usia madya usia 45-60 tahun berjumlah 787 orang. Sedangkan di Dusun Besar Desa Prayungan jumlah penduduk usia madya 45-60 tahun berjumlah 160 orang.

Kecemasan merupakan respons individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kehidupan sehari-hari yang ditandai dengan kebingungan, kekhawatiran pada sesuatu yang akan terjadi dengan penyebab yang tidak jelas dan dihubungkan dengan perasaan tidak menentu dan tidak berdaya (Suliswati, 2005 dalam Wicaksono 2011). Selama usia madya lanjut, perubahan fisik dan psikologis yang pertama kali mulai muncul selama usia 40-an awal menjadi lebih kelihatan. Pertambahan usia akan menimbulkan perubahan-perubahan pada struktur dan fisiologis dari berbagai sel/jaringan/organ dan sistem yang ada pada tubuh manusia. Proses ini menjadikan kemunduran fisik maupun psikis. Kemunduran fisik ditandai dengan kulit mengendur, rambut memutih, penurunan pendengaran, penglihatan memburuk, gerakan lambat dan kelainan berbagai fungsi organ vital (Watson, 2003). Peneliti tertarik untuk meneliti masyarakat usia madya di Dusun Besar Desa Prayungan karena gejala proses penuaan mulai merasakan nyeri-nyeri sendi, pandangan menjadi kabur, penurunan akan minat penampila. Serta secara psikisnya minat untuk materi

itu semakin meningkat dibuktikan dengan mereka bekerja semakin giat dan tidak memperdulikan akan kondisi fisiknya yang semakin menurun.

Sedangkan kemunduran psikis terjadi peningkatan sensitivitas emosional, menurunnya gairah, bertambahnya minat terhadap diri, berkurangnya minat terhadap penampilan, meningkatnya minat terhadap material dan minat kegiatan rekreasi tak berubah hanya orientasi dan subyek yang berbeda. Sehingga pada usia madya seyogyanya mulai mempersiapkan mental dan fisik untuk penyesuaian diri yang berhasil terhadap usia lanjut. Proses tersebut mempunyai konsekuensi terhadap aspek sosial, biologis dan psikologis. Dari aspek psikologis jika belum ada kesiapan dan pemahaman yang baik tentang proses penuaan maka akan timbul kecemasan pada usia madya. Setiap orang pasti pernah mengalami kecemasan pada saat-saat tertentu, dan dengan tingkat yang berbeda-beda. Hal tersebut mungkin saja terjadi karena individu merasa tidak memiliki kemampuan untuk menghadapi hal yang mungkin menyimpannya di kemudian hari. Perasaan yang tidak menentu ini pada umumnya tidak menyenangkan dan disertai perubahan fisiologis (misal: gemetar, detak jantung meningkat, berkeringat dan lain-lain) dan psikologis (misal: panik, tegang, bingung, tidak bisa konsentrasi dan lain-lain), seperti halnya kecemasan yang dialami oleh para usia madya atau setengah baya (Stuart, 2007).

Dari uraian diatas dapat kita ketahui bahwa dalam menghadapi proses penuaan bukanlah hal yang mudah, ada yang bisa menerima dengan ikhlas karena sudah memasuki masa tua, dan ada yang belum bisa menerima perubahan-perubahan yang terjadi pada tahap proses penuaan sehingga

timbulah perasaan cemas pada usia madya. Proses penuaan merupakan hal yang harus dihadapi, bukan untuk dihindari jika seseorang tersebut diberikan umur yang panjang. Oleh karena itu penulis tertarik untuk meneliti “Tingkat Kecemasan Masyarakat yang Mengalami Proses Penuaan di Dusun Besar Desa Prayungan Kecamatan Sawoo Kabupaten Ponorogo”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka didapatkan rumusan masalah bagaimanakah “Tingkat Kecemasan Masyarakat Yang Mengalami Proses Penuaan di Dusun Besar Desa Prayungan Kecamatan Sawoo Kabupaten Ponorogo”.

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Tingkat Kecemasan Masyarakat yang Mengalami Proses Penuaan”.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

a. Bagi IPTEK

Sebagai pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi khususnya bidang keperawatan geriatri.

b. Bagi institusi Keperawatan

Menambah beragam hasil penelitian dalam dunia penelitian serta dapat dijadikan referensi bagi pembaca lain yang ingin mengadakan penelitian lebih lanjut, baik penelitian yang serupa maupun penelitian yang lebih kompleks.

c. Bagi Profesi

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai dasar untuk referensi dalam mengembangkan profesi keperawatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Meningkatkan pengetahuan, wawasan dan kemampuan khususnya dibidang penanganan kecemasan pada usia madya serta sebagai syarat dalam menyelesaikan program pendidikan D III Keperawatan.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Dibyو Wicaksono (2011) “Tingkat Kecemasan Lansia dengan penurunan Fungsi Penglihatan dan Pendengaran”. Perbedaan dengan penelitian ini adalah yang diteliti lansia sedangkan pada penelitian ini masyarakat yang mengalami proses penuaan. Dari tempatnya ini bertempat di UPT PSLU Magetan dengan teknik pengambilan sampelnya menggunakan *total sampling*.
2. Nana Usnawati (2010) “Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu dalam Masa Klimaterium”. Perbedaannya yang diteliti adalah kecemasan pada perubahan sistem reproduksinya. Pada penelitian ini difokuskan pada wanitanya dan mengambil tempat di Desa Karang wangi Cirebon dengan teknik pengambilan sampelnya menggunakan *purposive sampling*.