

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Proses menua (aging) adalah proses alami yang dihadapi manusia. Dalam proses ini, tahap yang paling krusial adalah tahap lansia (lanjut usia) dimana pada diri manusia secara alami terjadi penurunan atau perubahan kondisi fisik, psikologis maupun sosial yang saling berinteraksi satu sama lain. Keadaan itu cenderung berpotensi menimbulkan masalah kesehatan secara fisik maupun kesehatan jiwa secara khusus pada individu lanjut usia (Sarwono, 2010). Pertambahan penduduk lansia di Indonesia diproyeksikan naik melebihi 20 juta orang . Perkiraan data tersebut menyebabkan Indonesia menduduki urutan ke-5 atau 6 pada tahun 2020 dari sebelumnya menduduki urutan ke 10 pada tahun 1980 sebagai jumlah negara yang banyak jumlah populasi lansianya (Darmono & Martono, 2010)

Berbagai masalah yang dialami oleh lansia merupakan hal yang natural akibat proses penuaan yang terjadi. Salah satu perubahan yang dialami lansia adalah pola tidur. Perubahan pola tidur seringkali membuat waktu tidur lansia berkurang, pada kasus yang serius, akan muncul gejala insomnia (Ghaddaf, 2010).

Insomnia berdampak pada kehidupan sosial penderita, psikologis, dan fisik. Selain itu dampak ekonomi yang disebabkan insomnia juga cukup berat, diantaranya adalah hilangnya produktivitas dan biaya pengobatan pada pelayanan kesehatan. Para ahli banyak meneliti tentang dampak insomnia

khusus pada lansia. Selain meningkatkan risiko penyakit generatif seperti hipertensi, penyakit jantung, depresi dan stres. insomnia ternyata juga merupakan manifestasi gangguan tidur ini (Ghaddafi, 2010).

*World Health Organization* (WHO) menjelaskan di Amerika Serikat lansia yang mengalami gangguan pola tidur pertahun sekitar 100 juta orang. Insomnia merupakan gangguan tidur yang sering di temukan. Setiap tahun diperkirakan sekitar 20% - 50% orang dewasa melaporkan adanya gangguan tidur dan sekitar 17% mengalami gangguan tidur serius. Prevalensi gangguan tidur lansia diantaranya yaitu sekitar 67% pada tahun 2010 (Utami, 2015).

Berdasarkan sensus penduduk tahun 2010, proporsi lansia di Indonesia sebesar 7,59%. Artinya terdapat 18,04 juta jiwa lansia di Indonesia. Jumlah lansia perempuan adalah 9,75 juta, lebih banyak daripada lansia laki-laki yaitu 8,29 juta. Berdasarkan jenis tempat tinggal, lansia di pedesaan (10,36 juta), lebih banyak daripada di perkotaan (7,69 juta). Berdasarkan umurnya, sebagian besar lansia di Indonesia merupakan lansia muda yang berumur antara 60-90 tahun dengan jumlah 10,75 juta jiwa (Badan Pusat Statistik, 2011).

Data akurat insomnia di Lampung belum ada, sebagaimana data insomnia untuk seluruh Indonesia hanya berdasarkan perkiraan, sekitar 10-11,7% dari jumlah penduduk (Dinkes, 2014).

Menurut penelitian Tsou (2013) di Taiwan Utara mendapatkan bahwa wanita lansia lebih rentan mengalami insomnia dibandingkan dengan pria dengan proporsi 63,3% dan 36,7%. Begitu pula penelitian Wiyono (2010) di Panti

Wredha Dharma Bhakti Surakarta mendapatkan bahwa frekuensi wanita lansia yang mengalami insomnia adalah sebesar 70%.

Insomnia yang terjadi sebagian besar lansia ini dikarenakan kelompok ini lebih rentan mengalami kecemasan dan stres yang akan mengganggu tidurnya. Salah satu penyebabnya adalah karakteristik wanita yang lebih sensitif, seperti pada siklus reproduksi dan menopause. Wanita menopause mengalami penurunan produksi hormon estrogen oleh ovarium yang dapat mempengaruhi kondisi psikologisnya dimana terjadi perubahan suasana hati menjadi lebih emosional, cemas, dan gelisah yang dapat mengakibatkan gangguan tidur. Disamping itu, menurut penelitian Hidayat (2012) rasa cemas akan meningkatkan kadar norepinephirin dalam darah melalui stimulasi sistem saraf simpatis. Keadaan ini mengakibatkan meningkatnya fase terjaga dan berpengaruh terhadap perubahan irama sirkadian dan pola tidur.

Berdasarkan hasil pra survey di wilayah Tanjung Karang Barat, yang dilakukan kepada 10 lansia didapatkan bahwa 9 lansia mengalami masalah gangguan pola tidur dengan kriteria sulit untuk tidur, sering terbangun dan bangun terlalu awal.

Berdasarkan fenomena tersebut penulis tertarik mengangkat Asuhan Keperawatan Gerontik pada Lansia dengan insomnia yang mengalami masalah gangguan pola tidur di kecamatan Tanjung Karang Barat Kota Bandar Lampung Tahun 2020. Untuk mengikuti ujian akhir program di Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu Tahun 2020.

## **B. Batasan Masalah**

Masalah pada studi kasus ini dibatasi pada “Asuhan Keperawatan Gerontik pada Lansia dengan insomnia yang mengalami masalah gangguan pola tidur di Kecamatan Tanjung Karang Barat Kota Bandar Lampung Tahun 2020 ”.

## **C. Rumusan Masalah**

’Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Gerontik pada Lansia dengan insomnia yang mengalami masalah gangguan pola tidur di Kecamatan Tanjung Karang Barat Kota Bandar Lampung Tahun 2020 ?”.

## **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan penulisan proposal dengan judul “Asuhan Keperawatan Gerontik pada Lansia dengan insomnia yang mengalami masalah gangguan pola tidur” adalah sebagai berikut :

### 1. Tujuan Umum

Penelitian dapat melaksanakan Asuhan Keperawatan Gerontik pada lansia dengan insomnia yang mengalami masalah gangguan pola tidur

### 2. Tujuan Khusus

Proposal ini dibuat agar penulis mampu :

- a. Melakukan pengkajian pada lansia dengan masalah *Insomnia*
- b. Melakukan perencanaan tindakan atau intervensi pada lansia dengan masalah *Insomnia*
- c. Melakukan implementasi keperawatan pada lansia dengan masalah *Insomnia*

- d. Melakukan evaluasi keperawatan pada lansia dengan masalah *insomnia*
- e. Melakukan pendokumentasian keperawatan pada lansia sehat dengan masalah *Insomnia*

### **E. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian diatas manfaat penelitian yaitu :

1. Bagi puskesmas

Penelitian ini dapat dijadikan pedoman bagi puskesmas sebagai pelaksanaan asuhan keperawatan gerontik pada lansia dengan pola masalah insomnia

2. Bagi institusi

Penelitian ini dapat dijadikan pedoman dan gambaran pada mahasiswa untuk melaksanakan asuhan keperawatan gerontik pada lansia dengan masalah insomnia

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan masyarakat yang mempunyai lansia dengan masalah insomnia agar dapat merawat secara mandiri dirumah

4. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi inspirasi bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan tema yang berbeda.