

BAB 1

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Indonesia adalah negara berkembang yang memasuki era penduduk menua, karena angka lansia melebihi dari 7,0% (BKKBN, 2019). Hal ini serupa dengan proyeksi kementerian kesehatan, pada tahun 2010-2015 kelompok usia 0-14 tahun dan 15-49 tahun mengalami penurunan, sedangkan kelompok usia 50-64 tahun dan 65 tahun keatas lansia terus mengalami peningkatan (Kemenkes, 2013). Adanya peningkatan proporsi lansia ini sebagai akibat adanya peningkatan status kesehatan dan penurunan kejadian kematian (Care et al., 2019).

Menua atau menjadi tua adalah suatu proses biologis yang tidak dapat dihindari. Proses penuaan terjadi secara alamiah. Hal ini dapat menimbulkan masalah fisik, mental, sosial, ekonomi, dan psikologis. Proyeksi biro sensus Amerika Serikat menunjukkan bahwa pada tahun 2030 akan terdapat lebih banyak lanjut usia (lansia) diatas 65 tahun (22%) dibanding usia 18 tahun (21%) dimana 2010 terdapat 40,1 juta lansia. Dengan adanya peningkatan populasi lanjut usia (lansia) berarti lebih banyak orang sangat tua. Munculnya populasi lansia dalam jumlah besar secara mendadak akan memberikan implikasi besar pada dunia kesehatan dimana ditahap lansia banyak individu mengalami perubahan, baik perubahan biologis, psikologis maupun sosial khususnya kemunduran dalam berbagai fungsi dan kemampuan yang pernah dimilikinya (Anasari1, et al., 2015).

Dalam proses bertambahnya usia seiring waktu yang terjadi pada lansia dimana penurunan produksi hormon itu sendiri yang akan menjadi masalah yang timbul pada lansia, dan yang khususnya bila kondisi pada saat malam hari, diantara lansia biasanya sangat susah untuk memulai untuk tidur sehingga menyebabkan lansia tidak mengantuk dan sulit memulai tidur. Selain proses bertambahnya usia atau seiring waktu, terdapat faktor penyebab terjadinya gangguan atau kualitas tidur pada lansia, yaitu faktor eksternal (obat - obatan, kondisi lingkungan, udara dalam ruangan, suara, pencahayaan kamar) sedangkan faktor internal meliputi psikologis (kecemasan, depresi, stress) dan fisiologis. Hal tersebut berdampak berkurangnya waktu tidur lansia dan juga penurunan kualitas tidur lansia, gejala yang dialami lansia tersebut dinamakan gangguan tidur atau tidak cukup tidur (Kurniawan et al., 2020).

WHO (2018) setiap tahun diperkirakan sekitar 20% - 50% lansia melaporkan adanya gangguan kualitas tidur yang buruk dan sekitar 17% mengalami gangguan tidur yang serius. Dari data epidemiologi didapatkan hasil bahwa prevalensi gangguan kualitas tidur pada lansia di Indonesia sekitar 49% atau 9,3 juta lansia. Di Pulau Jawa dan Bali prevalensi gangguan tersebut juga cukup tinggi sekitar 44% dari jumlah total lansia. Kualitas tidur dapat berbeda - beda pada setiap individu. Tidur menjadi kebutuhan dasar manusia yang penting dan diperlukan tubuh untuk mempertahankan status kesehatannya, karena sel-sel tubuh yang rusak akan diperbaiki pada saat rubuh dalam kondisi tidur (A. Hidayat & Uliyah, 2015). Kualitas tidur diartikan kondisi mampu tidur dan mendapatkan

kebutuhan istirahat tidurnya sesuai yang dibutuhkan sehingga saat terbangun keadaan tubuh bugar dan segar tanpa terbangun pada malam hari (A. Hidayat & Uliyah, 2015). Terdapat perbedaan pola tidur pada lansia dibandingkan dengan usia muda. Pada kelompok usia lanjut, kebutuhan tidur akan berkurang dan mereka cenderung lebih mudah bangun dari tidurnya. Pada usia muda, persyaratan tidur bisa mencapai 8-9 jam, pada usia 40 tahun kebutuhan istirahat biasanya berkisar sekitar 7 jam, dan 6 jam pada usia diatas 80 tahun (Senja, 2019). Gangguan tidur merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dihadapi bagi lansia. Kondisi ini membutuhkan perhatian yang serius. Buruknya kualitas tidur lansia disebabkan oleh meningkatnya potensi tidur, berkurangnya efisiensi tidur dan terbangun lebih awal karena proses penuaan. Proses penuaan tersebut menyebabkan penurunan fungsi dan jumlah besar yang ditandai dengan menurunnya rangsangan (Herbawani dan Erwandi, 2020).

Gejala-gejala psikologis pada lansia salah satunya adalah kecemasan. Kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya terhadap penilaian individu subjektif serta tidak diketahui sistem saraf otonom. Kecemasan pada lansia merupakan hal yang paling sering kita jumpai di lingkungan kita. Sebagian besar lansia mengalami kecemasan seiring dengan bertambahnya usia. Lansia pada periode awal, adalah masa-masa kecemasan yang paling tinggi. Dimana pada kondisi era digital dengan tuntutan ekonomi yang semakin tinggi banyak lansia yang kurang

diperhatikan oleh keluarganya karena sibuk dengan pekerjaan khususnya di daerah perkotaan (Kholifah, 2016).

Berdasarkan riset dasar kesehatan nasional (RISKESDAS) pada tahun 2013 hipertensi memiliki prevalensi yang tinggi, yaitu sebesar 25,8% (Depkes RI, 2013). Berdasarkan prevalensi hipertensi di Jawa Timur pada tahun 2018 yaitu sebesar 36,3%. Data dari Dinas Kesehatan menyebutkan jumlah penderita hipertensi di Kota Kediri tahun 2023 mencapai 38.204 penderita dengan rincian penderita hipertensi laki-laki sejumlah 14.420 orang dan penderita hipertensi perempuan sejumlah 23.784 orang. Seiring dengan tingginya angka penyakit yang diderita pada lansia sehingga perlu dilaksanakan pemeriksaan kesehatan secara rutin sebagai salah satu upaya promotif dan preventif berbagai penyakit pada lansia diantaranya pemeriksaan tekanan darah. Penyakit yang dominan menyerang penduduk lansia diantaranya hipertensi, angka kematian lansia yang mengalami hipertensi sekitar 7,5 juta atau sekitar 12,8 % dari jumlah total kematian. Prevalensi hipertensi di Indonesia cukup tinggi.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka dapat dirumuskan masalahnya, yaitu : Adakah Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Lirboyo?

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Untuk Mengetahui Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Lirboyo.

2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi Tingkat Kecemasan Pada Lansia Penderita Hipertensi
2. Mengidentifikasi Kualitas Tidur Pada Lansia penderita Hipertensi
3. Menganalisis Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Lansia penderita Hipertensi

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat dipakai sebagai dasar dan dijadikan bahan perbandingan yang dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya, khususnya mengenai Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat diambil manfaatnya oleh semua pihak, khususnya :

a. Bagi Responden

Penelitian ini memberikan informasi serta pengetahuan tentang kecemasan dan kualitas tidur pada lansia penderita hipertensi di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Lirboyo Kediri.

b. Bagi Lahan Peneliti

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia penderita hipertensi di RSUD Lirboyo Kediri.

c. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini memberikan pengetahuan dan pengalaman baru selama proses penelitian dan diharapkan juga dapat menjadi bahan rujukan informasi untuk peneliti selanjutnya.

E. KEASLIAN PENELITIAN

Dari sepengetahuan penulis, belum ada penelitian yang berjudul “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi.”.

Tabel 1.1 Keaslian penelitian Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi.

No	Nama dan Judul	Hasil penelitian	Perbedaan
1	Susanti, Rasima (2019) Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Penderita Hipertensi di UPT Puskesmas Cot Seumeureung Kecamatan Samatiga Kabupaten Aceh Barat Tahun 2019	Dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur. Kesimpulan bahwa kualitas tidur pada penderita dengan hipertensi di dapat ditingkatkan dengan melakukan pengelolaan kecemasan yang dialami penderita. Diharapkan kepada manajemen UPT Puskesmas Cot Seumeureung dapat meningkatkan informasi, dan edukasi tentang kecemasan dan kualitas tidur terutama pada penderita hipertensi.	Perbedaan pada : Judul : Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi

2	Erviana (2022) Hubungan Kualitas Tidur dan Kecemasar Terhadap Tekanan Darah Pasien dengan Hipertensi	Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan Antara Kualitas tidur dan Kecemasan terhadap Tekanan Darah pada pasien Hipertensi di Puskesmas Karanganyar Kota Semarang	Perbedaan pada : Judul : Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi Uji yang digunakan
3	Elis (2015) Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur Lansia di Posbindu Anyelir Kecamatan Cisarua Kabupaten Bandung Barat	Dapat disimpulkan bahwa Adanya hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia di Posbindu Anyelir Desa Kertawangi Kecamatan Cisarua Kabupaten Bandung Barat.	Perbedaan pada : Judul : Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi