

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO) seseorang yang sudah berusia lebih dari 60 tahun disebut dengan usia lanjut atau lansia. Proses penurunan biasanya terjadi perubahan-perubahan fungsi tubuh terjadi ketika memasuki usia lanjut, perubahan tersebut meliputi perubahan dari tingkat sel sampai ke semua sistem organ tubuh, seperti sistem pernafasan, pendengaran, penglihatan, Perubahan lainnya yang dialami oleh lansia adalah perubahan pola tidur. *World Health Organization* (WHO) mencatat pada tahun 2021 kurang lebih 18% penduduk dunia pernah mengalami gangguan sulit tidur. (Mustain et al., 2021) . Lansia menurut UU Nomor 13 tahun 1998 merupakan seseorang yang telah mencapai usia >60 tahun. Seiring kemajuan lansia mengalami peningkatan di bidang kesehatan yang ditandai dengan meningkatnya angka harapan hidup dan menurunnya kematian. Perkembangan demografi ini bisa membawa dampak di bidang kesehatan, ekonomi dan sosial (National & Pillars, 2020).

Di dunia jumlah lansia telah mencapai 703 juta orang dan di Asia Timur dan Asia Tenggara lansia berjumlah 261 juta orang. Dari data tersebut diperkirakan tahun 2050 mengalami peningkatan di dunia sebesar 1,5 milyar dan di Asia Timur dan Asia Tenggara akan mencapai 573 orang. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) 2021, lansia di Indonesia terdapat 29,3 juta penduduk. Angka ini setara dengan 10,82% dari total penduduk di Indonesia. Bila dilihat dari status ekonomi, lansia berasal dari rumah tangga dengan mayoritas atau 43,29% penduduk di kelompok pengeluaran 40% terbawah. Sebagian besar di Indonesia lansia muda di kelompok berdasarkan umur 60-69 tahun dengan presentase sebesar 63,65%. Pada tahun 2021 terdapat 17,82% lansia berada pada kelompok pra-lansia yang beberapa tahun kedepan akan memasuki ke dalam kelompok lansia. Lansia yang mengalami gangguan tidur sebanyak 66,6% rata-rata usia 60-70 tahun. Berdasarkan jenis kelamin, lansia laki laki sebanyak 25% dan perempuan sebanyak 45,5% (Mardiana & Sugiharto, 2022). Jumlah lanjut usia di Indonesia terjadi peningkatan pada tahun 2010 dari 18 juta jiwa (7,56%) menjadi 25,9 juta jiwa (9,7%) (Kemenkes RI 2019). Pada tahun 2020, presentase lanjut usia mencapai 9,92% atau sekitar 26,82 juta

jiwa, sehingga saat ini Indonesia dikatakan sebagai perubahan menuju kondisi penuaan penduduk, saat ini presentase lanjut usia rata-rata di atas 60 tahun dan telah berada di atas 7% dari keseluruhan penduduk (BPS, 2020). Pada tahun 2021, di kota Banda Aceh memiliki 13.979 lansia, yang terdiri atas 6.952 lansia laki-laki dan 7.028 lansia perempuan (Dinkes Kota Banda Aceh, 2021).

Prevalensi penduduk lansia menurut Data Badan Pusat Statistik (BPS) 2021 di Sumatera Utara terdapat 1,3 juta jiwa atau 6,08% penduduk lansia. Berdasarkan data penduduk lansia terbanyak dari semua golongan berada di pedesaan dengan 6,12% dan perkotaan sebanyak 6,04%. Prevalensi gangguan pola tidur pada lansia kurang lebih sekitar 28 juta dari total 238 juta penduduk Indonesia menderita gangguan tidur. Jumlah ini terdapat pada data statistik, dan banyak gangguan pola tidur yang belum terdeteksi. Berdasarkan jenis kelamin, didapatkan bahwa lansia perempuan banyak mengalami gangguan pola tidur sebesar 78,1% pada umur 60-74 tahun (Mustain et al., 2019).

Meningkatnya umur harapan hidup, dapat mengakibatkan peningkatan jumlah penduduk lansia dari tahun ke tahun. Peningkatan jumlah lansia akan mengakibatkan berbagai masalah kesehatan seperti meningkatnya degeneratif pada lansia seperti penyakit hipertensi, diabetes mellitus, osteoporosis, dan penyakit jantung serta penyakit kanker yang menyebabkan produktivitas lansia menurun. Produktivitas pada lansia menurun terjadi karena penurunan fisiologis, kognitif, perasaan dan sosial. Sehingga kualitas tidur lansia dalam hidupnya menyebabkan mengalami penurunan (Sya'Diyah, 2018).

Angka terjadinya gangguan masalah tidur pada lansia sangat tinggi, berdasarkan informasi diketahui bahwa terdapat 50% dari lansia yang berusia 65 tahun mengalami gangguan istirahat. Angka kejadian masalah tidur di Indonesia terdapat angka kasus sangat tinggi berkisar 67% pada usia 65 tahun lebih. Angka tersebut didapatkan dari jumlah penduduk yang berusia 65 tahun lebih. Berdasarkan gender, ditemukan bahwa insomnia dapat terjadi pada wanita usia 60-74 tahun sebanyak 78,1% (Ariana 2020).

Insomnia merupakan suatu masalah kondisi kesehatan yang paling umum, dengan sekitar 10-15% dari populasi umum menderita insomnia secara teratur dan sekitar 25-35% mengalami insomnia sementara atau mengalami insomnia sesekali. Prevalensi insomnia di Indonesia pada lansia kelompok usia

60 tahun di temukan 7 % kasus yang mengeluh gangguan pola tidur atau masalah tidur (Gunardi & Herlina, 2021).

Berdasarkan penelitian yang di lakukan (Sumirta Nengah, 2021) tentang Faktor yang menyebabkan gangguan tidur (insomnia) pada lansia dengan 30 responden.Hasil yang di dapatkan berdasarkan karakteristik jenis kelamin mayoritas perempuan 19 responden (63,3 %),berdasarkan karakteristik pendidikan mayoritas SD 17 responden (56,7 %) , berdasarkan karakteristik status pernikahan mayoritas janda/duda 20 responden (66,6 %) dan berdasarkan tingkat insomnia mayoritas tinggi 14 responden (47 %).

Hasil penelitian yang di lakukan (Bahtiar, dkk 2023) tentang Hubungan kualitas tidur dengan tingkat insomnia pada lansia dengan 52 responden.Hasil yang di dapatkan berdasarkan karakteristik jenis kelamin mayoritas laki laki sebanyak 28 responden (53,8 %),berdasarkan karakteristik usia mayoritas berusia 60-74 tahun 52 responden (99 %),dan berdasarkan tingkat insomnia tidak ada insomnia 22 responden (42,3 %), insomnia ringan 24 responden (46,2 %), insomnia berat 5 responden (9,6 %), dan insomnia sangat berat 1 responden (1,9 %).

Menurut penelitian yang di lakukan (Setiawati Isussilaning Esti, Mariah Ulfah, dkk 2021) tentang gambaran tingkat insomnia pada lansia di Rojinhome Kabushiki Kaisha Yoichi Yonabaruokinawa Jepang. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan teknik sampling yang di gunakan adalah non probability sampling dengan jenis quote sampling sebanyak 12 responden. Hasil yang di dapatkan berdasarkan lansia 60-74 tahun sebanyak 4 responden (33,4%), lansia usia tua 75-90 tahun sebanyak 7 responden (58,3%), lansia usia sangat tua >90 tahun sebanyak 1 responden (8,3%), berdasarkan jenis kelamin perempuan 7 responden (58,3%), laki laki 5 responden (41,7%), berdasarkan tingkat insomnia ringan 3 responden (25%), tingkat insomnia sedang 9 responden (75%), tingkat insomnia berat 0 responden (0%).

Dari penelitian yang di lakukan di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai, terdapat populasi pada lansia yaitu 196 lansia dan sampel sebanyak 36 lansia. Berdasarkan hasil wawancara yang di lakukan kepada 9 orang responden Hasil yang di peroleh berdasarkan usia 45-59 tahun terdapat 5 reponden, berdasarkan jenis kelamin perempuan terdapat 4 reponden dan 5

responden berjenis kelamin laki laki,berdasarkan pendidikan SMP terdapat 3 reponden,berdasarkan status pernikahan janda/duda terdapat 6 responden,dan berdasarkan yang mengalami insomnia terdapat 6 responden.

Dari data yang saya dapatkan,peneliti tertarik melakukan penelitian tentang masalah gangguan pola tidur atau insomnia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimanakah “Gambaran Karakteristik Lansia Dan Tingkat Insomnia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Gambaran Karakteristik Lansia Dan Tingkat Insomnia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Udia Binjai.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran karakteristik lansia berdsarkan usia, jenis kelamin, status pernikahan,dan pendidikan di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai.
- b. Untuk mengetahui tingkat insomnia berdasarkan usia, jenis kelamin, status pernikahan, dan pendidikan di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai.
- c. Untuk mengetahui tingkat insomnia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai

Untuk memberikan data insomnia dan dapat di jadikan dasar kebijakan untuk mengatasi masalah tingkat insomnia yang dialami lansia.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat di jadikan sebagai referensi atau bahan informasi bagi Institusi Pendidikan dalam mata kuliah yang berhubungan dengan hal yang berkaitan dengan lansia yang mengalami insomnia.

3. Bagi Peneliti

Menambah wawasan peneliti tentang Gambaran Karakteristik Lansia Dan Tingkat Insomnia di UPTD Pelayanan Sosial Lnajut Usia Bijai.