

BAB I PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Sering sekali dijumpai masalah dan sulit terselesaikan sampai saat ini di lingkungan masyarakat ialah masalah kesehatan jiwa, baik itu mendunia dan nasional. Dalam waktu 3 tahun terakhir ini kasus virus Covid-19 atau penyakit menular masih terdengar jelas dan tidak habis-habisnya terselesaikan di dunia Internasional yang memberi ancaman kesehatan global. Berdasarkan angka kejadian yang sudah banyak menimpa menjadi pengalaman dan pengamatan yang ada bahwa virus covid-19 tidak ada batasan mengenai kelompok usia orang-orang dapat terinfeksi. WHO (*World Health Organisation*) mendelekrasikan sebagai kedaruratan Kesehatan masyarakat (WHO, 2020). Situasi ini akan semakin menambah permasalahan Kesehatan jiwa yang sulit diselesaikan. Hal ini sangat beresiko besar bagi semua orang dan harus membutuhkan perhatian lebih, terutama pada lansia. Karena memiliki dampak besar pada Kesehatan fisik dan kesehatan mentalitas individu.

WHO (*World Health Organisation*) dan Undang-Undang No.13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia, yang disebut dengan lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas, baik pria maupun wanita. Saat ini, di seluruh dunia jumlah lanjut usia diperkirakan lebih dari 629 juta jiwa (satu dari 10 orang berusia lebih dari 60 tahun), dan pada tahun 2025, lanjut usia akan mencapai 1,2 miliar (Nugroho H, 2020). Menurut Direktorat Jenderal Kependudukan dan pencatatan sipil (Dukcapil), prevalensi jumlah penduduk lanjut usia (lansia) ada 30.16 juta jiwa di Indonesia pada 2021. Sedangkan di Indonesia sendiri pada tahun 2022 diperkirakan jumlah lansia sekitar 80.000.000 juta jiwa (Kemenkes, 2021). Prevalensi jumlah lansia di Sumatera Utara menurut Direktorat Jenderal Kependudukan dan pencatatan sipil (Dukcapil) tercatat 1,5 juta jiwa pada tahun 2021. Sedangkan pada tahun 2020 di kota Deli Serdang terhitung prevalensi lansia menurut kelompok usia yaitu pada usia 55-59 tahun (115,986), usia 60-64 tahun (88,829), usia 65-69 tahun (65,934), usia 70-74 tahun (40,287), usia > 75 tahun (38,777) (Dinkes (2020).

Memasuki tahap lanjut usia menurut Nugroho H (2020), akan terjadi proses penuaan di mana tubuh akan banyak mengalami penurunan. Proses

menua merupakan proses yang terus-menerus berkelanjutan secara alamiah dan dialami oleh semua makhluk hidup. Proses yang berangsur-angsur mengakibatkan perubahan yang kumulatif yaitu proses menurunnya daya tahan tubuh menghadapi rangsangan dari dalam dan dari luar tubuh yang berkaitan dengan kematian. Permasalahan kesehatan yang dialami lansia dikarenakan menurunnya sistem kekebalan tubuh sehingga lansia akan rentan terkena penyakit, baik menular maupun penyakit tidak menular. Di saat sistem imun tubuh melemah, maka tubuh tidak mampu melawan infeksi dan penyakit. Terjadi perubahan-perubahan fisiologis maupun psikososial, akan membawa perubahan pada masalah kesehatan baik fisik dan psikologis individu. Lansia banyak menghadapi berbagai masalah kesehatan yang perlu penanganan segera dan terintegrasi. Masalah kesehatan jiwa yang sering terjadi pada lansia adalah kecemasan, depresi, insomnia, paranoid dan demensia (Julianti H dkk, 2021).

Menurut WHO (*World Health Organisation*) mencatat data terbaru di dunia yang menunjukkan kecemasan dan depresi meningkat 25% pada tahun pertama pandemic covid-19. Gangguan kecemasan mempengaruhi 40 juta orang lansia usia >50 tahun dan lebih tua sekitar 18% di Amerika. Dilihat dari tingkat kecemasan di dunia pada Indonesia terdapat menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk mengalami gangguan mental emosional seperti gangguan kecemasan di Indonesia sebesar 12 juta (20%) penduduk dari usia anak remaja (Riskesdas, 2018).

Kecemasan seringkali dialami pada usia lansia karena dipengaruhi oleh banyak faktor yaitu faktor internal yaitu usia, kepribadian, sifat, rasa takut dan kebudayaan. Sedangkan faktor eksternal yaitu keluarga, kehilangan kebebasan, hubungan pribadi, pekerjaan, pengetahuan, pendidikan dan banyak lanjut usia mengalami beban hidup sendiri serta kehilangan kemampuan penglihatan, badan mulai membungkuk. Hal ini mempengaruhi kemampuan lansia mengalami penurunan dalam melakukan aktivitas hidup sehari-harinya. Dapat dilihat tingkat Kecemasan pada lansia adanya timbul rasa kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar yang berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti, tidak berdaya, serta obyek yang tidak spesifik dan dapat di lihat melalui perubahan fisiologis pada lansia dan perubahan perilaku (Latif N dkk, 2021).

Adanya kecemasan yang dialami lansia dapat berdampak salah satunya yaitu susah tidur. Setiap individu memiliki tingkat kebutuhan tidur yang berbeda.

Tidur bertujuan untuk menjaga keseimbangan mental, emosional, kesehatan, mengurangi stress pada paru, kardiovaskuler, endokrin dan lain-lain. Energi di simpan selama tidur, sehingga dapat diarahkan kembali pada fungsi seluler yang penting (Warsini & Aminingsih S, 2021).

Pola tidur yang terganggu akan mengakibatkan perubahan pada kualitas dan kuantitas tidur yang mengganggu kenyamanan pada lansia sehingga mengakibatkan rentan terhadap penyakit, penurunan kemampuan berkonsentrasi serta kemampuan beraktivitas dan lain-lain. Hal ini membuat perlunya perhatian yang dilakukan pada lansia (Nurhayati T, dkk, 2020). Oleh karena itu, penelitian ini dianggap penting dan sangat menarik karena kita dapat mengetahui bagaimana hubungan kecemasan yang mempengaruhi pola tidur pada lansia di Kelurahan Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal.

Adapun hasil penelitian oleh Napitupulu M, dkk pada tahun 2021 tentang “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Insomnia Pada Lansia Di Panti Jompo Majelis Ta’lim Bassillam Baru Tapanuli Selatan Tahun 2021”, didapatkan bahwa adanya hubungan antara tingkat kecemasan pada lansia dengan kejadian insomnia ditandai dengan didapatkan hasil $p\text{ value} = 0,000$ yaitu $p < 0,05$ dengan *pearson Correlation* 0,605. Penelitian ini sangat berkaitan dengan yang dilakukan Latif N, dkk pada tahun 2021 dalam penelitian yang berjudul “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Yang Mengalami Insomnia di Raal Griya Asih Lawang Kota Malang”, yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia yang mengalami insomnia ditandai dengan nilai $p\text{ } 0,000$.

Ramadan H, dkk pada tahun 2019 dalam penelitian yang berjudul “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi” didapatkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur lansia penderita yang ditandai dengan diperoleh hasil ($P\text{-value} = 0,041 < 0,05$). Adapun penelitian lain sejalan dengan yang dilakukan oleh Nurhayati T, dkk pada tahun 2020 menunjukkan adanya hubungan kecemasan dan pola tidur pada lansia dimana didapatkan perbedaan kecemasan dan pola tidur antara lansia dengan hipertensi dan tidak hipertensi ditandai dengan nilai $p < 0,05$ dalam penelitian yang berjudul “Hubungan Kecemasan Dengan Pola Tidur Lansia Hipertensi Dan Tidak Hipertensi”.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 15 November 2022 di dapatkan data prevalensi lansia yang berada di wilayah kerja posbindu Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal sebanyak 155 orang.

Peningkatan jumlah prevalensi lansia disebabkan adanya peningkatan jumlah angka harapan hidup tinggi, yang berdampak akan munculnya adanya permasalahan. Kondisi lansia yang umumnya adalah terjadinya penurunan produktifitas sejalan dengan umurnya yang semakin menua, penurunan mobilitas dan kesehatan, biasanya sering terganggunya pola tidur pada lansia. Sebelumnya di wilayah kerja posbindu Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal belum pernah dilakukan penelitian tentang kecemasan dan bagaimana pola tidur yang dialami oleh lansia.

Setelah dilakukan survei wawancara terhadap 10 lansia di sekitar wilayah kerja posbindu Desa Tanjung Selamat di dapatkan pada usia lansia tersebut sudah terjadi penurunan produktifitas dan perubahan kondisi psikologis tubuh yang mempengaruhi kualitas hidup lansia diketahui bahwa lansia ditemukan mengalami kecemasan dan gangguan pola tidur. Banyak dari mereka mengatakan sering kali muncul perasaan cemas, mudah tersinggung, gelisah, takut akan pikiran sendiri, merasa nyeri dan sakit pada tubuhnya, kejadian ini sering kali terjadi pada malam hari. Akibat dari gangguan mental emosional dan fisik ini yang sangat sering terjadi pada usia lanjut membuat mereka kesulitan untuk tertidur dan sering kepikiran serta jika pun tidur kadang-kadang sering terbangun dan tidak nyenyak.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Pada Lansia Di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal Tahun 2023”.

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Pada Lansia Di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat kecemasan pada lansia di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal tahun 2023.
- b. Untuk mengetahui pola tidur pada lansia di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal tahun 2023.
- c. Menganalisis Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Pada Lansia Di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal Tahun 2023.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Praktis

Penelitian ini sebagai bentuk pengembangan keilmuan terutama keperawatan jiwa di bagian psikologis mentalitas. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk meningkatkan kualitas dan memperluas cangkupan keilmuan keperawatan jiwa di bagian psikologis mentalis.

2. Manfaat Akademis

a. Bagi Peneliti

Manfaat bagi peneliti adalah meningkatkan kemampuan dalam melakukan penelitian, pengetahuan dan wawasan mengenai hubungan tingkat kecemasan dengan pola tidur pada lansia di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal tahun 2023.

b. Bagi Responden

Manfaat bagi responden adalah meningkatkan menjaga status kesehatan dan memberikan informasi dalam mengatasi kecemasan sehingga dapat memenuhi kualitas tidur yang baik pada lansia di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal tahun 2023.

c. Bagi Insititusi Pendidikan

Manfaat bagi institusi pendidikan adalah penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan menambah pengetahuan pembaca tentang hubungan tingkat kecemasan dengan pola tidur pada lansia.